

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ**  
**ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных дисциплин

«Формирование мотивации к занятиям физической культурой детей среднего  
и старшего школьного возраста в условиях сельской школы»

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 4 курса 403 группы  
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

**Лумповой Веры Александровны**

Научный руководитель  
канд. пед. наук, доцент

\_\_\_\_\_

И.Ю. Водолагина

Зав. кафедрой  
кан. пед. наук, доцент

\_\_\_\_\_

В.Н. Мишагин

Саратов 2021

## ВВЕДЕНИЕ

Физическое воспитание, являясь составной частью общества, его подсистемой, находится в определенных связях, взаимоотношениях с другими социальными подсистемами. Эффективность физического воспитания существенно повысится, если будет разработан алгоритм привлечения учащихся, студентов, населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом в настоящих социально-экономических условиях.

Естественно, что мотивация приобщения индивида к занятиям физическими упражнениями и спортом играет первостепенную роль.

**Объектом исследования** стал процесс улучшения мотивации детей к занятию спортом, профилактика вредных привычек и занятость досуга детей

**Предмет исследования:** особенности уровня мотивации детей

**Цель исследования:** проверить эффективность программы, направленной на формирование мотивации к занятиям физической культурой как профилактику вредных привычек подрастающего поколения детей из сельских школ.

**Гипотезой** стало предположение, что внедрение в досуговую деятельность школьников сельской школы занятий спортивной секции будет способствовать формированию мотивации к занятиям физической культурой и профилактике вредных привычек

**Задачи:** провести анализ научно-методической литературы по проблеме мотивации школьников к занятиям физической культурой; выполнить диагностику мотивации к занятиям физической культурой и отношения к вредным привычкам школьников 14 – 17 лет городской и сельской школ; провести эксперимент по формированию мотивации к занятиям физической культурой как средства профилактики вредных привычек у школьников 14 – 17 лет сельской школы; провести анализ динамики показателей уровня мотивации к занятиям физической культурой, отношения к вредным привычкам школьников и формирования двигательных навыков 14 – 17 лет сельской школы после проведенной работы.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Были проведены исследования по изучению формирования мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом.

В исследовании приняли участие школьники от 14 до 17 лет, обучающиеся в МОУ «Гимназии №58» г. Саратова и МОУ «ООШ с. Чернава» Ивантеевского района Саратовской области.

Исследование проводилось с 1 сентября 2020 года по 30 марта 2021 года, в 3 этапа.

1 этап – начальный (констатирующий) – определение исходных данных о предрасположенности школьников к вредным привычкам, а также определение уровня мотивации подростков к занятиям физической культурой (сентябрь 2021 г).

2 этап (формирующий) – проведение мероприятий по составлению программы, направленной на улучшение мотивации к занятиям физической культурой и профилактики вредных привычек (октябрь – февраль 2020/2021 г).

3 этап (контрольный) – проведение повторных измерений (тестирование / анкетирование по вопросам предрасположенности школьников к вредным привычкам и уровня мотивации подростков к занятиям физической культурой, а также диагностику формирования двигательных умений и навыков (март 2021 г).

Мотивация школьников определялась с помощью «Анкеты для оценки уровня мотивации школьников к занятиям физической культурой» (Н. Г. Лусканова).

Для выявления склонности школьников к вредным привычкам, в т.ч. к употреблению вредных веществ, был проведен опрос о выявлении расположенности к вредным привычкам у подростков.

В ходе проделанного опроса учащихся городской школы выяснилось, что курят, или пробовали курить около 40% подростков; алкоголь употребляют или когда-либо пробовали 48% подростков, 12% не имеют вредных привычек, 0% употребляют наркотические вещества. (было опрошено 100 человек)

Оценка того же анкетирования среди подростков сельской местности показала следующий результат: (было опрошено 25 человек, 45% человек курят, 51 человек употребляют алкоголь, 4% употребляют наркотические вещества)

В соответствии с поставленной целью было решено провести тест для определения мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

У сельских школьников после проведения опроса на выявление мотивации к занятиям физической культурой был выявлен низкий, четвертый уровень мотивации: от 10 баллов (при результате ниже 10 баллов уровень мотивации считается нулевым) до 14 баллов. Это уровень характеризуется тем, что дети посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. В рисунках на школьную тему такие дети изображают игровые сюжеты, хотя косвенно они связаны со школой.

Анализ занятости подростков в свободное время позволил нам дать некоторые определения возможностей, которыми располагают школьники.

В городе школьники обычно свое свободное время проводят на прогулках со своими друзьями, посещают кинотеатры, парки, кафе, зеленые зоны, компьютерные клубы, развлекательные клубы, торговые центры. Кто-то предпочитает проводить время дома; кто-то ходит на спортивные секции, игровые площадки, на дополнительные занятия по видам спорта в своих школах.

Обучающиеся сельской школы свое свободное от учебы время проводят в основном помогая родителям по дому и хозяйству. Из культурно-развлекательного контента там есть Дом культуры, в котором есть библиотека,

игровая комната и стол для настольного тенниса и бильярда, актовый зал, в котором проходят мероприятия, и танцпол для дискотек.

В школе есть секция по баскетболу и футболу, в теплое время года дети занимаются на улице на специальном «поле», оборудованном воротами для футбола, и рядом с площадкой есть турники, брусья, нестандартное оборудование.

Количество спортивных объектов, спортивных школ, спортивных секций в селе неизмеримо меньше, чем в городе, и поэтому у сельских школьников отсутствует всякая возможности выбора не только вида спорта для занятий, но и в принципе формы досуга.

Что касается детей из сельской местности, как в селе нет хороших оборудованных спортивных площадок, спортивных комплексов и так далее, дети, как правило, самостоятельно играют в футбол, баскетбол. Несколько лет назад был построен спортивный зал, где есть несколько тренажеров, штанги, гантели, борцовский ковер для борьбы, груша. Но со временем дети перестали ходить в спортивный зал, т.к. выпускники, окончив школу, уехали, и младшие потеряли интерес к совместным занятиям спортом.

Проблемой является низкая мотивация сельских школьников к занятиям физической культурой и спортом. В качестве эксперимента была предложена программа, включающая занятия по волейболу и общей физической подготовке для детей с. Чернавка. По результатам опроса большинство детей хотели бы больше и усерднее заниматься волейболом, чем другими видами спорта (потому что футболом и баскетболом они занимаются самостоятельно чаще, чем волейболом). В программе участвовало 14 детей, всех разных возрастов, от 14-17 лет

Занятия волейболом вызвали большой интерес, школьники включились в тренировочный процесс и активно посещали занятия и по общефизической подготовке. ОФП проводилась в отдельном тренажерном зале, где был борцовский ковер для борьбы, груша, перчатки, шведская стенка, тренажер

для укрепления мышц спины, ног и пресса, два кардио-велосипеда, гантели и штанги с блинами.

Дети ходили туда каждый день, кто-то постоять с товарищем в спарринге, кто-то потренироваться на тренажерах. Мотивация к занятию спортом заметно увеличилась, детям понравилось проводить время с пользой для своего здоровья.

**Цель программы.** Основной целью данной программы является организация спортивной подготовки детей по волейболу в соответствии с главной функцией дополнительного образования: массового общефизического оздоровления детей школьного возраста с различными физическими способностями с предоставлением им равных возможностей.

**Задачи программы.** Система организации физической подготовки направлена на физическое воспитание ребенка средствами физической культуры, гигиены, закаливания.

*Основными задачами программы являются следующие:*

1. Содействие всестороннему физическому развитию организма ребенка, устойчивости против неблагоприятных сил природы, укреплению здоровья, воспитанию навыков и привычек соблюдения правил личной гигиены.
2. Формирование школы движений, практических двигательных умений и навыков, сознательное управление своим телом, сообщение теоретических знаний из области физической культуры и здорового образа жизни.
3. Формирование интереса, потребности к систематическим занятиям волейболом.
4. Формирование навыков и привычек к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Овладение учащимися методиками для самостоятельных занятий.
5. Достижение возможного для каждой возрастной группы уровня развития физических и игровых качеств.

6. Развитие специальных физических качеств и способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики игры волейбол.

7. Создание в процессе обучения атмосферы доброжелательности, сотрудничества, включение в активную деятельность, создание комфортной обстановки, ситуации успеха.

Принимая во внимание сложность подготовки волейболистов, совершенствование их возможно только на основе системного подхода, внедрение которого характерно для спорта на современном этапе его развития.

Понятие подготовка волейболистов включает совокупность мероприятий, обеспечивающих подведение волейболиста к высшим спортивным результатам, с одной стороны, и массовый охват систематическими занятиями как можно большего числа занимающихся, с другой.

Для занятий волейболом принимаются дети с 8 - 9 лет по собственному желанию, изложенному в форме заявления, и с согласия их родителей. Обучение учащихся продолжается до окончания ими школы в возрасте 16-18 лет. Набранные группы сдают приёмные нормативы, определяющие уровень физической, технической и тактической подготовки по волейболу основной массы учащихся, в соответствии с которым выбирается ступень общей физической подготовки.

Обучение проводится в форме учебно-тренировочных и теоретических занятий, работы по индивидуальным планам, медико-восстановительных мероприятий, тестирования развития общефизической и специальной подготовки занимающихся, медицинского контроля, участия в соревнованиях, судейской и инструкторской практики. Занятия проходят на спортивных площадках в свободное от занятий учащихся в школе время. Недельная нагрузка и количество часов зависят от уровня и года обучения группы.

Учебно-воспитательный процесс включает в себя обучение по программам двух образовательных ступеней: начальной подготовки и учебно-тренировочной (НП и УТ).

Обучение в группах ГНП носит характер универсальности в подготовке учащихся с постепенным введением в курс простейших элементов техники и тактики игры волейбол.

Основной задачей работы здесь является содействие правильному физическому развитию детей, привитие интереса к регулярным занятиям спортом и подготовка учащихся к следующей ступени обучения. Возраст 9-12 лет.

В группах УТГ, сформированных из учащихся, прошедших подготовку в группах ГНП, уделяется большое внимание развитию специальных физических способностей, овладению основами техники и тактики волейбола и дальнейшему их совершенствованию.

В ходе проделанной в течение шести месяцев работы у детей заметно изменились такие качества, как внимание, целеустремленность и настойчивость, выдержка, самообладание, смелость, решительность, инициативность и дисциплинированность.

Дети чаще и с удовольствием стали участвовать в соревнованиях, занимать призовые места, мотивация к занятиям спортом и ведению здорового образу жизни возросла, и уровень пристрастия к вредным привычкам у них заметно снизился, для них уже не «круто» пить и курить, школьники стали стремиться к достижению высоких спортивных результатов.

На третьем этапе были проведены повторные измерения (тестирование / анкетирование по вопросам предрасположенности школьников к вредным привычкам и уровня мотивации подростков к занятиям физической культурой, а также диагностика формирования двигательных умений и навыков.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для определения эффективности проведенной работы по формированию мотивации к занятиям физической культурой были проанализированы изменения исходных показателей в тестах.

В результате определения уровня мотивации школьников СОШ с. Чернавка к занятиям физической культурой на заключительном этапе был выявлен второй уровень - от 20 до 24 баллов. Этот уровень характеризует хорошая школьная мотивация. Подобные показатели имеют большинство учащихся, успешно справляющихся с учебной деятельностью. В рисунках на школьную тему они также изображают учебные ситуации, а при ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

Подробно рассматривая результаты повторного опроса о вредных привычках, можно проследить положительную динамику в отношении подростков к данному явлению. Дети отметили то, что когда они занимаются спортом, то им и не хочется проводить свое время, уделяя внимание алкоголю. К нашему сожалению, полностью от сигарет не отказались, но стали заметно меньше курить.

Повторное тестирование выявило, что курить не перестали 30%, употребляют алкоголь 25%, никто не употребляет наркотики, и 45% подростков избавились от вредных привычек.

Помимо этого, дети научились выполнять передачи и приемы мяча, стали уверенней чувствовать себя на площадке, улучшили качество игры в волейбол, развилось внимание, быстрый анализ игры, спортивный дух.