

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра теоретических основ  
физического воспитания

**Автореферат бакалаврской работы**

**«Формирование мотивации к тренировочным занятиям по плаванию у  
лиц с ограниченными возможностями здоровья»**

студентки 4 курса 424 группы  
направление подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»  
Института физической культуры и спорта  
Шишовой Юлии Владимировны

**Научный руководитель**  
ст. преподаватель

\_\_\_\_\_

Е. А. Щербакова

**Зав. кафедрой**  
к. м. н, доцент

\_\_\_\_\_

Т.А Беспалова

Саратов 2022

## **ВВЕДЕНИЕ**

Паралимпийский спорт — это составная часть современного спорта, несущая огромную социальную значимость. Во всем мире приблизительно 1/10 часть населения – люди с ограниченными физическими возможностями. Многие из них остро нуждаются в проведении реабилитации именно средствами физической культуры. Научно доказано, что такой вид реабилитации зачастую оказывается в разы более эффективным, чем медикаментозная реабилитация.

На данный момент в России активно развиваются паралимпийские виды спорта, однако темпы их развития еще недостаточны для того, чтобы охватить как можно более широкую часть населения с ограниченными физическими возможностями.

Ввиду того, что паралимпийское движение зародилось сравнительно недавно – этот вопрос недостаточно изучен и освещен в специализированной литературе.

**Актуальность** нашего исследования определяется тем фактом, что паралимпийский спорт представляет собой социально значимое, но мало популярное явление. Занятия спортом для людей с ограниченными физическими возможностями – превосходная и весьма эффективная профилактика. Именно поэтому любая систематизированная информация о паралимпийском спорте представляет ценность и может привлечь к занятиям спортом новые слои людей с ограниченными возможностями.

**Целью** исследования является выявление основных факторов, влияющих на формирование мотивации к тренировочным занятиям по плаванию у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

**Объект** исследования – процесс формирования мотивации к тренировочным занятиям по плаванию у лиц с ограниченными возможностями здоровья

**Предмет** исследования – факторы, влияющие на процесс формирования мотивации к тренировочным занятиям по плаванию у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

**Гипотеза** исследования: предполагалось, что на эффективность процесса формирования положительной мотивации у лиц с ограниченными возможностями здоровья к тренировочным занятиям по плаванию оказывают влияние определенные причины, которые мы определяем, как факторы.

Для достижения поставленной цели решались конкретные исследовательские **задачи**:

- Провести анализ научно-методической литературы по теме исследования, представить определение и основное содержание понятия «Мотивация»;
- Выделить и охарактеризовать причины (факторы), влияющие на формирование мотивации к тренировочным занятиям по плаванию у спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата;
- Определить уровень формирования ведущих мотивов к тренировочным занятиям по плаванию у спортсменов пловцов экспериментальной группы;
- Представить основные методические приемы, способствующие повышению мотивации у спортсменов пловцов с поражением опорно-двигательного аппарата;

С целью решения поставленных задач использовались следующие **методы** исследования:

- Анализ научно – методической литературы;
- Педагогическое наблюдение;
- Анкетирование;
- Метод устной беседы;
- Тестирование;
- Математическая и статистическая обработка результатов исследования.

# **Глава 1. Теоретико-методическое обоснование процесса подготовки спортсменов с ОВЗ**

## **История возникновения паралимпийских игр**

Паралимпийский спорт берет начало в 1880-х годах. Однако только разработка в 1945 году нового режима лечения людей с травмами спинного мозга привела к развитию всемирного спортивного движения для инвалидов, известного сегодня как Паралимпийское движение.

После Второй мировой войны спорт для инвалидов шагнул вперед, чему немало способствовали труды Людвиг Гутмана. Он утвердил спорт как средство физической, психологической и социальной реабилитации инвалидов с повреждением позвоночника. Этот талантливый специалист в корне изменил теорию и практику реабилитации, сделав особый упор на спорт.

Со временем то, что началось как вспомогательные процедуры физической реабилитации ветеранов второй мировой войны, переросло в спортивное движение, в котором физические возможности спортсменов занимают центральное место. Инвалиды с повреждениями опорно-двигательного аппарата стали активно приобщаться к занятиям спортом. В 1948 году Людвиг Гутман основал Сток-Мандевильские игры, которые прошли одновременно с проведением Олимпийских игр в Великобритании. В соревнованиях по стрельбе из лука участвовали бывшие военнослужащие – 16 парализованных мужчин и женщин.

У Паралимпийских игр есть свои ценности, которые лучше всего описывают характер Паралимпийских игр. Они имеют большое значение для всех спортсменов.

### **Паралимпийских ценностей четыре.**

**Первая ценность – смелость.**

Смелость всегда нужна, чтобы сделать первый шаг. Чтобы начать заниматься спортом, людям с инвалидностью тоже нужна смелость. Она помогает преодолевать препятствия и побеждать.

**Вторая ценность – решимость.**

Иногда очень сложно посвятить всего себя даже очень любимому делу. Решимость помогает спортсменам изо дня в день ходить на тренировки, терпеть боль и продолжать заниматься несмотря ни на что.

**Вдохновение** – это третья ценность.

Часто, чтобы сделать что-то требуется особое настроение. Его называют вдохновением. Оно помогает паралимпийским спортсменам одерживать победы.

**Четвертая ценность – равенство.**

Равенство – одна из основных паралимпийских ценностей, потому что паралимпийский спорт призван стирать границы и барьеры между людьми с инвалидностью и без инвалидности. Все люди разные, но все мы равны.

## **Глава 2 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ**

### **2.1 Организация и методы исследования**

Исследование проводилось на базе Детской юношеской спортивно адаптационной школы, в период с сентября 2021 по февраль 2022 года. В исследовании принимали участие лица с ограниченными возможностями здоровья (спортсмены пловцы с поражением опорно-двигательного аппарата). Для проведения социологического исследования нами была сформирована экспериментальная группа. В нее вошли восемь тренеров и пятнадцать спортсменов пловцов с поражением опорно-двигательного аппарата. Возраст спортсменов от 17 до 24 лет. В том числе из восьми тренеров два являются заслуженными тренерами РФ, из спортсменов один имеет звание Мастер спорта международного класса (МСМК), пять Мастеров спорта России (МС), четыре Кандидата в мастера спорта (КМС) и пять спортсменов массовых разрядов.

Педагогическое исследование состояло из трех этапов:

1 этап– была подобрана и проанализирована научно-методическая литература, определены цель и задачи исследования, методы исследования. Была сформирована экспериментальная группа.

2 этап – было проведено основное социологическое исследование, направленное на изучение проблемы формирования мотивации к тренировочным занятиям по плаванию у лиц с ограниченными возможностями здоровья (спортсмены пловцы с поражением опорно-двигательного аппарата). Для достижения поставленной цели исследования было проведено анкетирование спортсменов и тренеров, использовано педагогическое наблюдение, метод устной беседы.

3 этап – На этом этапе результаты социологического исследования были систематизированы, обобщены, проанализированы, был определен вывод, оформлялась бакалаврская работа.

Для достижения поставленной цели решались конкретные исследовательские задачи:

1. Провести анализ научно-методической литературы по теме исследования, представить определение и основное содержание понятия «Мотивация»;

2. Выделить и охарактеризовать причины (факторы), влияющие на формирование мотивации к тренировочным занятиям по плаванию у спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата;

3. Определить уровень формирования ведущих мотивов к тренировочным занятиям по плаванию у спортсменов пловцов экспериментальной группы;

4. Представить основные методические приемы, способствующие повышению мотивации у спортсменов пловцов с поражением опорно-двигательного аппарата;

С целью решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

1. Анализ научно – методической литературы;

2. Педагогическое наблюдение;
3. Анкетирование;
4. Метод устной беседы;
5. Тестирование;
6. Математическая и статистическая обработка результатов исследования.

Для проведения нашего социологического исследования был использован метод анкетирования, наблюдения, устной беседы. В анкетировании принимали участие тренеры и спортсмены. Исследование проводилось непосредственно в условиях тренировочного процесса. Это помогло нам выявить и оценить причины, которые мы определили как факторы, влияющие на формирование мотивации у спортсменов пловцов экспериментальной группы к регулярным тренировочным занятиям плаванием. Анкета, включала в себя три блока вопросов:

1. по теме: «Отношение тренеров и спортсменов к спортивным занятиям плаванием»;
2. по теме: «Факторы, мешающие систематическим занятиям спортивным плаванием»;
3. по теме: «Факторы, способствующие систематическим занятиям спортивным плаванием»;

Анкетирование проходило анонимно. Материалы, полученные в ходе анкетирования, были обобщены и подверглись статистической обработке. При этом общее количество респондентов составляло 100%.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Паралимпийский спорт – это составная часть современного спорта, несущая огромную социальную значимость. Паралимпийский спорт представляет собой социально значимое, но мало популярное явление. Занятия спортом для людей с ограниченными физическими возможностями – превосходная и весьма эффективная профилактика. Именно поэтому любая систематизированная информация о паралимпийском спорте представляет ценность и может привлечь к занятиям спортом новые слои людей с ограниченными возможностями.

Ежегодно в паралимпийском мире происходит немало ярких событий, настоящими героями которых становятся спортсмены с ограниченными возможностями здоровья. Преодолев свой недуг, поборов сложившиеся жизненные ситуации, они добиваются небывалых высот на международной спортивной арене.

В России Паралимпийским видам спорта уделяется пристальное внимание. Тренировочная база для спортсменов с ограниченными возможностями постоянно обновляется и поддерживается на должном уровне, благодаря чему паралимпийские спортсмены смогли одержать многочисленные победы и занять призовые места в разные годы в различных категориях соревнований.

Если сопоставить количество мировых достижений российских здоровых спортсменов и людей с ограниченными возможностями, сравнение окажется явно в пользу последних.

Постановлением Правительства Российской Федерации от 17 марта 2011 года № 175 утверждена государственная программа Российской Федерации "Доступная среда" на 2011-2015 годы.

Саратовская область вошла в число трех регионов Российской Федерации по реализации пилотного проекта по отработке формирования в области доступной среды.

Доступная среда - это совокупность условий и требований, прежде всего, к создаваемой человеком окружающей среде и информационной среде, позволяющая беспрепятственно передвигаться и воспринимать жизненно важную информацию.

Результаты проведенного нами анкетирования, указали на то, что в целом у всех опрошенных нами спортсменов экспериментальной группы наблюдалась положительная мотивация к спортивным занятиям плаванием. Но при этом, мотивация к достижению высоких спортивных результатов выявилась у тех спортсменов, которые имели высокие спортивные разряды – 50%.

Анализ научно-методической литературы позволил нам выделить основные причины, влияющие на формирование мотивации к спортивным занятиям. В частности, посещение бассейна лицами с отклонениями в состоянии здоровья может осуществляться только с помощью партнеров. Партнерами могут быть, прежде всего, родители или его близкие родственники, прошедшие курс «Плавание и методика преподавания». Задача партнеров - подготовить детей с отклонениями в состоянии здоровья к первому посещению плавательного бассейна, дать предварительную информацию о бассейне, правилах поведения, навыках плавания и т. д.

Процесс формирования положительной мотивации у детей с отклонениями в состоянии здоровья должен начинаться в семье. Ориентации на занятия спортом не могут возникать у ребенка сами по себе. Их формирование происходит в результате его воспитания и образования. Он будет положительным, если будут выполнены основные условия:

1. Родители должны иметь достаточные знания о здоровом образе жизни, о значимости двигательной активности, они должны осознавать значение занятий плаванием для сохранения активной жизненной позиции ребенка;
2. По возможности показывать ребенку собственный пример занятий физической культурой;

3. Обеспечить ребенка условиями для занятий физической культурой и спортом, в частности занятий по плаванию;
4. Необходима здоровая семейная обстановка;