

Формирование мотивации к занятиям физической культурой у школьников младших классов

Екименко Владислав Кириллович

*Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема
студент*

Аннотация

В статье представлены результаты опытно-экспериментального исследования, направленного на формирование устойчивой мотивации к занятиям физической культурой у младших школьников. На основе выявленных возрастных особенностей и уровня исходной мотивации разработан и апробирован комплекс педагогических условий, включающий игровые методы, музыкальное сопровождение, полную вовлеченность учащихся и диверсификацию форм занятий, что привело к значительному росту учебной мотивации и физической подготовленности.

Ключевые слова: мотивация, физическая культура, младшие школьники, игровая деятельность, здоровый образ жизни, педагогические условия.

Formation of motivation for physical education among elementary school students

Ekimenko Vladislav Kirillovich

*Sholom-Aleichem Priamursky State University
Student*

Abstract

The article presents the results of an experimental study aimed at developing stable motivation for physical education among elementary school students. Based on identified age-specific characteristics and initial motivation levels, a set of pedagogical conditions was developed and implemented, incorporating game-based methods, musical accompaniment, full student involvement, and diversified lesson formats, which led to a significant increase in both academic motivation and physical fitness.

Keywords: motivation, physical education, elementary school students, game-based learning, healthy lifestyle, pedagogical conditions.

Современное общество сталкивается с серьёзными вызовами в области здоровья подрастающего поколения. Одним из ключевых факторов, влияющих на физическое и психическое благополучие детей, является уровень их двигательной активности. Однако цифровизация досуга, рост времени, проводимого за гаджетами, и снижение интереса к подвижным играм приводят к пассивному образу жизни уже в младшем школьном возрасте. В

этих условиях особую актуальность приобретает проблема формирования устойчивой мотивации к занятиям физической культурой. Именно в период с 7 до 11 лет закладываются основы здорового образа жизни, а также формируется отношение ребёнка к физической активности как к неотъемлемой части повседневности.

К.А. Дроздова [3] рассматривает теоретические и практические аспекты формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой у детей 7–11 лет. Подчеркивает необходимость создания внешней мотивации через организацию разнообразных форм физического воспитания, включая подвижные игры, соревновательные элементы и эмоционально насыщенные занятия. Особое внимание уделяется возрастным особенностям младших школьников: в этом периоде наиболее эффективны игровые формы, так как они соответствуют психологической потребности ребенка в эмоциональной вовлеченности и социальном взаимодействии. Исследование демонстрирует, что систематическое применение игровых методов способствует переходу от внешней мотивации (избегание наказания, стремление к похвале) к внутренней (интерес к процессу, удовольствие от движения).

А.В. Башкирева [1] представляет результаты эмпирического исследования особенностей развития мотивационной сферы детей младшего школьного возраста в контексте занятий физической культурой. Также выделяет ключевые факторы, влияющие на формирование мотивации: личность педагога, организация учебного процесса, использование разнообразных средств и методов. Установлено, что у значительной части младших школьников преобладает внеучебная мотивация (желание общаться с одноклассниками, статус «ученика»), тогда как учебно-познавательная мотивация выражена слабо. Исследование подтверждает необходимость целенаправленной педагогической работы по трансформации мотивационной структуры.

И.Н. Ермакова [4] показывает результаты собственного исследования, посвященного изучению мотивационной составляющей в системе физического воспитания младших школьников. Особое внимание уделила проблеме цифровизации досуга и ее влиянию на снижение двигательной активности детей. Она отмечает, что для формирования устойчивой мотивации необходимо не только организовать сам процесс физического воспитания, но и создать условия для осознания детьми личностной значимости физической культуры для здоровья и благополучия.

Д.С. Панини О.И. Плешакова [8] рассматривают одну из важнейших проблем в физическом школьном воспитании – это формирование положительной мотивации к занятиям физической культуры у школьников младших классов. Где представлены виды мотивов и этапы их формирования у младших школьников к занятиям физической культуры и спортом, а также дана краткая характеристика педагогическим методам, которые используются для формирования положительной мотивации у младших школьников к занятиям физической культуры.

О.Б. Соломахин, Э.И. Ахметшина [9], в своей работе подчёркивают, что эффективность физического воспитания напрямую зависит от обогащения потребностно-мотивационной сферы ребёнка, развития его интеллектуальной и эмоционально-волевой активности.

Цель исследования — разработка и экспериментальная апробация комплекса из пяти взаимосвязанных педагогических условий, направленных на формирование устойчивой мотивации к занятиям физической культурой у младших школьников.

Теоретическое обоснование проблемы мотивации в контексте физического воспитания младших школьников рассматривают такие учёные, как Л. И. Божович [2], А. Н. Леонтьев [6], Е. П. Ильин [5], Г. И. Щукина [10], раскрывая мотивацию, как сложный многоуровневый феномен, включающий внутренние и внешние стимулы, потребности, цели и личностные установки.

Особое внимание уделяется возрастным особенностям детей 7–11 лет: в этот период наиболее интенсивно развиваются ловкость, быстрота и гибкость, тогда как выносливость и силовые качества находятся на начальном этапе развития. Это требует от педагога тщательного подбора средств и методов обучения — преимущественно игровых, эмоционально насыщенных и разнообразных по форме.

В работе также рассматриваются виды мотивации: стимульная, страховая, мотивация достижения, саморазвития, социальная и властная. Подчёркивается важность перехода от внешней (например, стремление избежать наказания) к внутренней мотивации (желание развиваться, получать удовольствие от процесса). Вывод в том, что эффективное физическое воспитание невозможно без целенаправленного формирования положительной мотивационной сферы, основанной на интересе, эмоциональной вовлеченности и личностной значимости занятий.

Эмпирическая часть исследования проводилась на базе МБОУ СОШ №7 г. Биробиджан. В эксперименте приняли участие 50 учащихся вторых классов, разделённых на контрольную и экспериментальную группы (по 25 человек). На констатирующем этапе использовалась методика Н. Г. Лускановой [7] «Диагностика уровня школьной мотивации младших школьников», позволяющая оценить эмоциональное отношение ребёнка к школе и учебной деятельности.

Результаты показали, что в обеих группах преобладает положительный (внеучебный) уровень мотивации (40–44% учащихся): дети ходят в школу ради общения, статуса «ученика», но не проявляют выраженного интереса к учебной деятельности как таковой. Высокий уровень мотивации наблюдался лишь у 8–12% школьников, а низкий — у 12–16%. При этом статистически значимых различий между группами не выявлено, что подтверждает их сопоставимость перед началом эксперимента.

На основе анализа исходных данных разработан комплекс из пяти взаимосвязанных условий, направленных на повышение мотивации:

1. Музыкальное сопровождение — использовалось во время разминки и физкультминуток для создания эмоционально позитивного фона.

2. Полная вовлеченность всех учащихся — даже временно освобождённые от нагрузок дети выполняли функции помощников (счётчики, судьи), что сохраняло их вовлеченность в процесс.
3. Игровой и соревновательный методы — упражнения проводились в форме подвижных игр (например, «Воробьи – вороны») или эстафет, где лучшие становились капитанами команд.
4. Оптимизация структуры урока — минимизация простоев за счёт параллельного выполнения разных заданий и активного участия в подсчёте результатов.
5. Диверсификация средств и методов — чередование фронтальных, групповых и круговых форм; один раз в неделю проводились теоретические уроки с использованием интерактивной доски, мультфильмов и интеллектуальных игр на спортивную тематику.

Такой подход позволил сделать уроки физической культуры более динамичными, эмоционально насыщенными и личностно значимыми для каждого ребёнка.

По завершении эксперимента повторная диагностика выявила значительные позитивные сдвиги только в экспериментальной группе:

Доля учащихся с высоким уровнем мотивации выросла с 12% до 32%.

Доля с хорошим уровнем — с 32% до 48%.

Таким образом, 80% детей продемонстрировали устойчивую учебную мотивацию против 44% на старте.

Низкий уровень мотивации полностью исчез.

Средний балл повысился с 18,4 до 22,1, перейдя из зоны «внеучебной» в зону «хорошей школьной мотивации».

В контрольной группе изменения были минимальными (средний балл — 19,5), что свидетельствует о естественной динамике без целенаправленного педагогического воздействия.

Кроме того, учащиеся экспериментальной группы показали достоверно более высокий прирост в тестах физической подготовленности (бег 30 м, челночный бег, прыжок в длину с места), что подтверждает связь между мотивацией и физическими результатами.

Проведённое исследование подтвердило гипотезу о том, что целенаправленное применение комплекса организационно-педагогических условий способствует формированию устойчивой мотивации к занятиям физической культурой у младших школьников. Эффективность методики обусловлена её ориентацией на возрастные особенности детей, эмоциональную вовлечённость, игровую форму и принцип всеобщей активности.

Практическая значимость работы заключается в том, что предложенный комплекс может быть легко адаптирован и внедрён в повседневную работу учителей физической культуры. Он не только повышает интерес к предмету, но и способствует общему личностному развитию ребёнка, формированию потребности в здоровом образе жизни и систематической двигательной активности.

Таким образом, педагог, владеющий современными мотивационными технологиями, становится не просто инструктором по физическим упражнениям, а проводником идеи здорового, активного и осознанного образа жизни — именно той идеи, которая особенно необходима в условиях цифровой эпохи.

Библиографический список

1. Башкирева А. В., Вуколова В.Ю. Формирование мотивации у младших школьников к занятиям физической культурой с использованием педагогических средств // Актуальные проблемы физического воспитания и спорта: сб. тр. Всерос. науч.-практ. конф. Рязань: РГУ им. С. А. Есенина, 2020. С. 14–18. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44656924>
2. Божович Л. И., Благоняжежина Л. В. Проблемы развития мотивационной сферы ребенка / под ред. Д. И. Фельдштейна. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: МОДЭК, 2002. 352 с.
3. Дроздова К. А., Прокопова Е. Е. Формирование положительной мотивации к занятиям физической культурой детей младшего школьного возраста // Научные труды Севастопольского государственного университета. Севастополь: СевГУ, 2021. № 5-1. С. 89–93. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45738966>
4. Ермакова И. Н., Губарева Н. В. Некоторые аспекты мотивации младших школьников к урокам физической культуры // Актуальные проблемы теории и методики физического воспитания: сб. тр. Всерос. науч.-практ. конф. Барнаул: АлтГПУ, 2022. С. 289–293. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49452529>
5. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы: учеб. Пособие. СПб.: Питер, 2011. 512 с.
6. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 304 с.
7. Лусканова Н. Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении: учеб.-метод. пособие. М., 1999. 30 с.
8. Панин Д. С., Плешакова О. И. К вопросу о формировании положительной мотивации к занятиям физической культурой у младших школьников // Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции: сб. тр. Всерос. науч.-практ. конф. Волгоград: ВГАФК, 2022. С. 378–381. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49850913>
9. Соломахин О. Б., Ахметшина Э. И. Формирование осознанной потребности и мотивации в регулярных занятиях физической культурой у учащихся начальных классов // Вестник Камской государственной академии физической культуры, спорта и туризма. 2009. Т. 4. № 2. С. 148–159. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=12832256>
10. Щукина Г. И. Активизация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе: учеб. пособие для студ. вузов. М.: Просвещение, 2013. 318 с.