

УДК 37.037.5

***ИЗУЧЕНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У
ОБУЧАЮЩИХСЯ 7-Х КЛАССОВ***

Ерохова Н.В.

канд, пед. наук, доцент

декан факультета физической культуры и спорта

Мурманский арктический университет

Мурманск, Россия

Кречетова А.В.

обучающаяся факультета физической культуры и спорта

Мурманский арктический университет

Мурманск, Россия

Аннотация

В статье авторы отмечают, что мотивация подростков усложняется, однако вариативность деятельности, характерная для данного возраста, часто утрачивается, уступая место спаду интереса к физической культуре. В исследовании показана мотивация к занятиям физической культурой у обучающихся 7-х классов, а также выявлены доминирующие мотивы к занятиям физической культурой. На основе анализа научно-методической литературы было установлено, что представляет мотивация к занятиям физической культурой, рассмотрены возрастные особенности детей 13-14, выявлен комплекс факторов, который оказывает влияние на формирование мотивации к физической культуре. Полученный результат позволил определить сформированность внутренних и внешних факторов и выявить побудительные факторы активности.

Ключевые слова: мотивация, физическая культура, спорт, обучающиеся, подростки.

***A STUDY OF MOTIVATION TOWARDS PHYSICAL EDUCATION AMONG
7TH-GRADE STUDENTS***

Erohova N.V.

PhD, Associate Professor

Dean of the Faculty of Physical Education and Sports

Murmansk Arctic University

Murmansk, Russia

Krechetova A.V.

Student of the Faculty of Physical Education and Sports

Murmansk Arctic University

Murmansk, Russia

Abstract

Adolescent motivation is becoming more complex, but the variability of activities typical for this age often diminishes, giving way to a decline in interest in physical education. This study examined motivation for physical education among 7th-grade students and identified the dominant motivations for engaging in physical education. Based on an analysis of scientific and methodological literature, we determined the nature of motivation for physical education, examined the age characteristics of 13-14-year-olds, and identified a set of factors that influence the development of motivation for physical education. The results allowed us to determine how internal and external drivers of activity are formed.

Keywords: motivation, physical education, sports, students, teenagers.

Современный этап развития образования характеризуется усилением требований к общему здоровью и физической подготовленности подрастающего поколения, однако, как показывают исследования, традиционные формы физкультурно-оздоровительной работы теряют популярность среди обучающихся, а отношение к урокам физической культуры с возрастом меняется в отрицательную сторону [3; 4]. Несмотря на достаточную разработанность общей проблематики мотивации в спорте, вопросы формирования мотивов именно у обучающихся 7-х классов, а также возможности учета их интересов при выборе физкультурно-спортивной деятельности остаются недостаточно изученными [1; 2; 7,8]. В связи с выявленной проблемой был определен объект и предмет научно-педагогического исследования.

Объект исследования – учебно-воспитательный процесс по физической культуре с обучающимися 7-х классах.

Предмет исследования – изучение мотивации к занятиям физической культуры у обучающихся 7-х классов.

Цель исследования – теоретически обосновать и эмпирически изучить мотивацию к занятиям физической культурой у обучающихся 7-х классов.

Задачи исследования:

1. Изучить состояние вопроса по теме исследования;
2. Определить уровень мотивации к занятиям физической культурой у обучающихся 7-х классов;
3. Выявить доминирующие мотивы к занятиям физической культурой у обучающихся 7-х классов.

Исследование проводилось на базе ГОБОУ МО «СОШ №289» г. Заозерск Мурманской области среди обучающихся 7-х классов.

В исследовании приняли участие 51 учащихся 7-х классов (в возрасте 13-14 лет), из них 22 мальчика и 29 девочек.

Для изучения мотивации использовалась методика Ивониной Г. Ф., составленная по методике А.Ю. Шугани «Мотивация учащихся к занятиям Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

физической культурой». Она включает 29 вопросов, предусматривающих оценку отношения к школьным урокам физической культуры по пятибалльной шкале от «не согласен совсем» (1 балл) до «полностью согласен» (5 баллов). В результате получили 15 мотивов - самосохранение (здоровье), самосовершенствование, двигательная активность, долженствование, внешняя стимуляция, приобретение практических навыков, общение, доминирование, физкультурно-спортивные интересы, соперничество, удовольствие от движений, игра и развлечение, подражание, привычка, получение положительных эмоций [2].

Общий итоговый балл групп составил 4527 балла, а итоговый коэффициент мотивации группы (средний балл) – $4527 / 51 = 88,76$.

Полученный результат (88,76) соответствует низкому уровню мотивации к занятиям физической культурой согласно шкале, используемой в методике. Это указывает на то, что в целом по группе внутренние и внешние побудительные факторы активности сформированы недостаточно.

На рисунке 1 представлен уровень мотивации каждого респондента. Почти у 59% класса (низкий уровень + безразличие + негатив) мотивация к занятиям физической культурой находится на крайне низком уровне или отсутствует. Это подтверждает общий низкий средний балл и требует детального анализа факторов, влияющих на отношение к предмету.

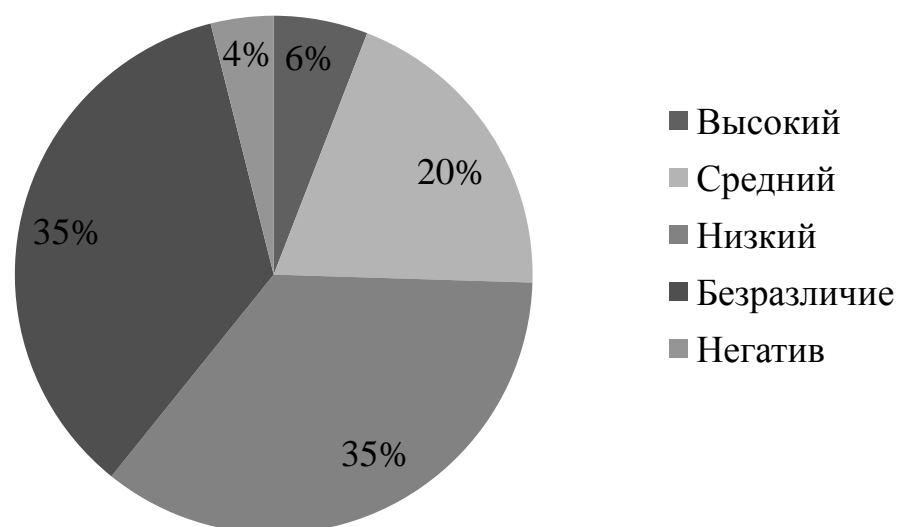


Рис. 1 - Распределение респондентов по уровням мотивации

На рисунке 2 наглядно видно, какие мотивы набрали наибольшее количество баллов.

Самое высокое значение (32) соответствует мотиву «Положительные эмоции». Это главный мотив для данной группы. Люди занимаются физкультурно-спортивной деятельностью прежде всего потому, что это приносит радость, хорошее настроение и эмоциональный подъем.

На втором месте по значимости находится «Общение» (29). Это говорит о высокой потребности в коммуникации, принадлежности к группе и взаимодействии с другими людьми в процессе занятий.

Следующую группу образуют мотивы со значениями от 20 до 24, которые показывают средне выраженный мотив. К ним относятся: удовольствие от движений (24), приобретение практических навыков (23), игра и развлечение (22), соперничество (20), физкультурно-спортивные интересы (20), оценка окружающих (21), самосовершенствование (20), доминирование (20) и двигательная активность (19–20).

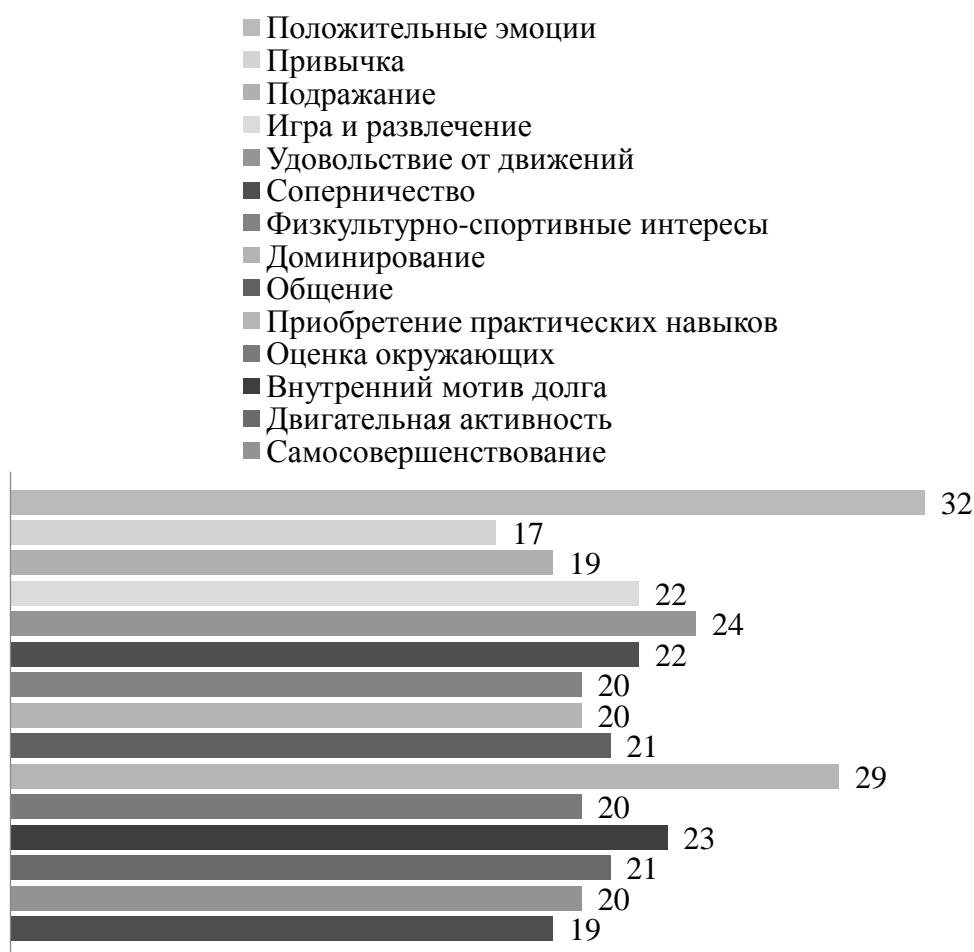


Рис. 2 - Распределение мотивов

Это показывает, что процесс движения, возможность чему-то научиться, игровой и соревновательный моменты являются важными составляющими, поддерживающими интерес к активности. Данные мотивы присутствуют в умеренной степени: респонденты обращают внимание на мнение окружающих, стремятся к саморазвитию и самовыражению через движение, однако эти факторы не являются для них первостепенными, уступая лидирующие позиции эмоциональным и коммуникативным стимулам.

Наименее значимыми оказались мотивы, связанные с внутренними обязательствами и здоровьем. Самый низкий показатель на графике демонстрирует «Привычка» (17), что свидетельствует о том, что занятия физкультурой и спортом еще не стали для большинства неотъемлемой частью повседневной жизни, а носят скорее ситуативный или эмоциональный характер.

«Внутренний мотив долга» (20) также существенно уступает лидерам, уступая место более ярким стимулам. Особого внимания заслуживает мотив «Самосохранение здоровья» (19), занимающий одну из последних позиций. Это позволяет сделать важный вывод: осознанная забота о здоровье как движущая сила активности выражена слабо – респонденты вовлекаются в деятельность преимущественно не потому, что «так надо для организма», а потому что процесс приносит удовольствие и дает возможность общения.

В исследуемой группе преобладают эмоциональные и социальные мотивы. Главным двигателем активности является получение удовольствия (положительные эмоции, удовольствие от движений, игра) и возможность общения. Прагматичные мотивы (здоровье, долг) и устойчивые поведенческие паттерны (привычка) развиты слабее. Следовательно, решающее значение имеют сиюминутные эмоции и социальный контакт, тогда как прагматичные соображения отступают на второй план.

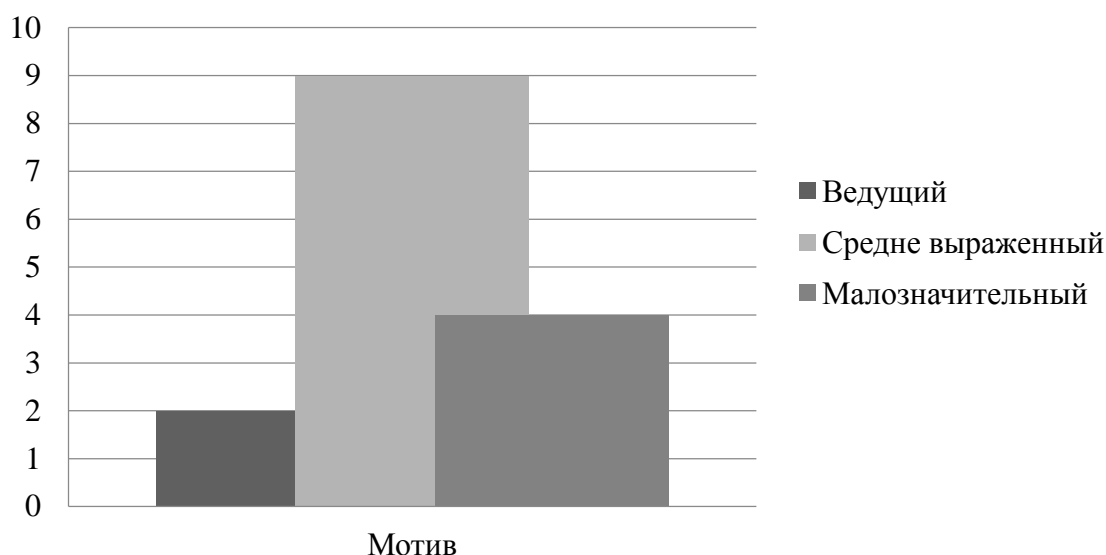


Рис. 3 - Соотношение уровней мотивов

На рисунке 3 видно, что полученное распределение мотивов к занятиям физической культурой по методике А.Ю. Шугани свидетельствует о том, что мотивационная сфера исследуемого контингента носит неопределенный и преимущественно ситуативный характер. Поскольку лишь два мотива из

пятнадцати являются ведущими, можно говорить об отсутствии ярко выраженного стержневого интереса или доминирующей идеи, которая бы постоянно побуждала учащихся к активности. Основная масса мотивов (девять) находится в зоне средней выраженности, что указывает на общую лояльность к предмету и готовность заниматься при наличии внешних стимулов или благоприятных условиях, но без глубокой внутренней включенности. Наличие четырех малозначимых мотивов говорит о том, что некоторые важные аспекты (например, социальное одобрение, соревновательный момент или конкретные оздоровительные цели) на данный момент не работают и не задействованы в формировании интереса.

В целом, такая картина типична для переходного или пассивного этапа отношения к физической культуре: учащиеся не отвергают занятия, но и не испытывают к ним устойчивого влечения. Их поведение, скорее всего, регулируется внешними факторами (расписание, требования преподавателя, необходимость получить хорошую оценку), а не внутренними потребностями. Для углубления мотивации необходимо не только усиливать те два ведущих направления, которые уже нашли отклик, но и работать с «нейтральной» зоной, переводя часть средне выраженных мотивов в разряд значимых, а также выяснять причины отвержения четырех малозначимых мотивов, чтобы сделать занятия более личностно-значимыми и привлекательными для обучающихся[5].

Определение уровня мотивации показало, что общий итоговый коэффициент по группе составил 88,76 балла, что соответствует низкому уровню. Почти у 59% класса мотивация находится на крайне низком уровне или отсутствует, что подтверждает общую негативную динамику, описанную в литературе[10].

Выявление доминирующих мотивов стало ключевым этапом работы. Установлено, что иерархию мотивов возглавляют «Положительные эмоции» (32) и «Общение» (29). Это свидетельствует о том, что для современных семиклассников физическая активность ценна, прежде всего, как источник Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

радости, хорошего настроения и возможность взаимодействия со сверстниками[6]. Среднюю выраженность имеют мотивы удовольствия от движений, игры, соперничества и самосовершенствования[9]. Наименее значимыми оказались мотивы «Привычка» и «Самосохранение здоровья», что говорит о несформированности осознанного отношения к физической культуре, как к инструменту укрепления здоровья и отсутствию устойчивой потребности в регулярных занятиях.

Библиографический список:

1. Авдулова Т.П. Психология подросткового возраста : учебник и практикум для вузов / Т.П. Авдулова. – Москва : Издательство Юрайт, 2026. – 394 с. – (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9438-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583211> (дата обращения: 11.02.2026).
2. Глухова М.Ю. Исследование мотивации к занятиям физической культурой у обучающихся старшего школьного возраста / М Ю. Глухова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 12 (202). – С. 4.
3. Диянова З.В., Щеголева Т.М. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум : учебник для вузов – 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. – 139 с. – (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11876-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585779/> (дата обращения: 10.02.2026).
4. Дычко Л.Н. Психологические особенности подростков (13-14 лет) / Дычко Л.Н. [Электронный ресурс] // Сайт профессиональных психологов - психологическая помощь и онлайн консультации : [сайт]. — 2018 — URL: https://www.b17.ru/article/psihologich_osobennosti_podrostkov_13_14/ (дата обращения: 11.02.2026).

5. Мотивация к регулярным занятиям по физической культуре обучающихся в средней общеобразовательной школе / Ф. И. Собянин, А. А. Тен, И. Н. Никулин, Н. В. Колесников // Теория и практика физической культуры. – 2026. – № 2. – С. 65-67. – EDN XAUPGK.
6. Осипов, А. Н. Повышение мотивации к урокам физической культуры / А. Н. Осипов // Научно-методический электронный журнал "Концепт". – 2015. – № 11. – С. 76-80. – EDN VDVIKB.
7. Паркалова П.В. Роль мотивации и ее формирование при обучении физической культуре детей школьного возраста / П.В. Паркалова // Наука – 2020. – 2022. – № 4 (58). – С. 58-63. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-motivatsii-i-ee-formirovanie-pri-obuchenii-fizicheskoy-kulture-detey-shkolnogo-vozrasta/viewer>
8. Пискова Д.М. Проблемы и задачи формирования мотивации к урокам физической культуры у школьников 7-х классов / Д.М. Пискова, М.В. Богатикова // Мир науки. Педагогика и психология. – 2022. – Т. 10. – № 6. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN622.pdf>
9. Развитие координационных способностей школьников 10-11 лет на основе имитационного вспомогательного средства / А. Б. Саблин, Е. А. Ульянова, А. И. Латак, Н. Ю. Попова // Теория и практика физической культуры. – 2025. – № 8. – С. 54-56. – EDN SBXTTS.
10. Тягушева, Е. Н. Что знают подростки о здоровом образе жизни / Е. Н. Тягушева, Е. С. Самошкина // Российский педиатрический журнал. – 2021. – Т. 24, № 5. – С. 60. – EDN KENDDO.