**ИЗУЧЕНИЕ МОТИВАЦИИ К УСПЕХУ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ КЛАССОВ**

**В.В.Торяник, С.В. Ряпалова**

г.Сургут, бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский государственный университет»,

г.Ноябрьск, Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №1»

Одной из самых старейших проблем школьного обучения является формирование мотивации к учению. Эта проблема рассматривается многими известными психологами и педагогами, как А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович и т.п. Именно ими была поднята проблема: как повысить у ребенка интерес к учению, т.е. формировать мотив.

Интерес к спорту - одно из проявлений сложных процессов мотивационной сферы. Выделяют внутреннюю и внешнюю мотивацию. Интерес формируется при наличии внутренней мотивации, которая возникает, если мотивы и цели соответствуют возможностям учащегося, когда они являются для него доступными. Если мотивы реализованы и цель достигнута, у ребенка появляется вдохновение успехом, желание продолжать тренироваться дальше, то есть появляется внутренняя мотивация и интерес.

Внутренняя мотивация возникает каждый раз, когда ребенок испытывает удовлетворение от тренировок и условий их проведения, от совместной работы с тренером.

Волевое усилие стимулируется интересом, оно помогает проявлять такие качества личности, как терпение, упорство, настойчивость, способствует целеустремлённости.

Педагогу физической культуры необходимо учитывать значительные изменения, которые происходят в психике подростка.

Главные психологические новообразования данного возраста:

- осуществляется переход к абстрактному мышлению, что способствует мощному развитию всех психических процессов (вниманию, памяти, восприятию);

- появляется чувство взрослости;

- бурно развиваются чувства (чувство любви);

- подростки переоценивают свои силы, меру своей самостоятельности.

Педагогу важно глубоко осмыслить и понимать эти изменения.

Основная направленность физического воспитания подростков – формирование интереса к систематическим оздоровительным занятиям физической культурой. Физическая подготовка подростков должна акцентироваться на развитии скоростных и скоростно‐силовых качеств. Важным элементом физического воспитания в этот период является формирование спортивного характера подростка, его умения мобилизовать себя на преодоление трудностей.

В подростковом возрасте происходит развитие интересов. Однако они еще неустойчивы и разноплановы. Для подростков характерно стремление к новизне. Так называемая сенсорная жажда — потребность в получении новых ощущений, с одной стороны, способствует развитию любознательности, с другой - быстрому переключению с одного дела на другое при поверхностном его изучении. Эмоциональная сфера подростков характеризуется поношенной чувствительностью. У младших подростков повышается тревожность в сфере общения со сверстниками, у старших - со взрослыми.

Типичными чертами подростков также являются раздражительность и возбудимость, эмоциональная лабильность. Особенно это характерно для младших подростков, переживающих пубертатный кризис. Эмоции подростков более глубокие и сильные, чем у детей младшего школьного возраста. Особенно сильные эмоции вызывает у подростков их внешность. Можно сказать, что подростковый возраст - период активного формирования мировоззрения человека — системы взглядов на действительность, самого себя и других людей. В этом возрасте совершенствуется самооценка и самопознание, что оказывает сильное влияние на развитие личности в целом. Тем не менее уровень самооценки у подростков неустойчивый, зависит зачастую от мнения окружающих и влияет на мотивацию к достижениям.

Это подтверждают данные авторской диагностики «Мотивация к успеху» (модифицированная диагностика на основе методики «Мотивация к достижению успеха», автор – Грецов А.Г., содержит 30 вопросов о мотивации к спортивным достижениям), проведённой с учащимися средних (5-х) классов Гимназии №1 г. Ноябрьска. В исследовании приняли участие 24 подростка. Получены следующие результаты: низкая мотивация к достижению успеха на уроках физической культуры не диагностирована ни у кого из опрашиваемых школьников, средний уровень мотивации определяется у 10 человек (42%), умеренно высокий уровень мотивации выявлен у 14 человек (58%), очень высокий уровень не сформирован ни у кого (Рисунок 1).

Для формирования адекватной самооценки особая роль отведена учителю физической культуры - при деавтоматизации двигательного навыка следует объяснять подросткам, что это явление преодолимо. Главным методом обучения становится объяснение, раскрывающее закономерности физических упражнений; надо помнить, что однообразная работа вызывает утомление, влекущее раздражение, упрямство, следует помнить об эмоциональных разрядках; важно чаще внушать положительное; все поощрения и наказания действуют на учащегося, если мнение высказано от лица коллектива, а не педагога.

На уроке физической культуры важно систематически объяснять учащемуся цель выполнения того или иного упражнения для поддержания интереса к занятию спортом. Например, при выполнении учеником упражнения «сгибание и разгибание рук в упоре лежа», мы объясняем, что развитие силы – это не самоцель, но что многократные повторения укрепляют силу мышц рук и плечевого пояса, что способствует успешному броску баскетбольного мяча, передачи мяча в волейболе.

Необходимо объяснять ребёнку на тренировках, чтобы он брал ответственность за результаты занятий на себя и в случае неудачи объяснял это недостаточностью собственных усилий. Тогда и возникают внутренняя мотивация и интерес к занятиям. Применение личностно – ориентированного подхода предполагает, что юному спортсмену надо подбирать индивидуальные, доступные только ему задания.

Тренер может каждого ребенка сориентировать на доступный для него результат, достижение которого должно восприниматься им как победа над собой.

Можно развивать интерес учащихся к занятиям физической культурой через стремление укрепить здоровье, сформировать осанку, развить двигательные и волевые качества. Мальчики и девочки требуют индивидуального подхода: девочки преимущественно заинтересованы в красивой фигуре, гибкости, изяществе движений и походки, иногда в развитии быстроты, выносливости, силы. Для мальчиков важно развить силу, выносливость, быстроту, ловкость, для них высока значимость практических сторон физических упражнений. Удовлетворение учащихся средних классов на уроке физической культуры, формирование ли у них удовлетворённости занятиями физическими упражнениями стимулирует поддержание интереса и целеустремлённости у школьников. Кроме удовлетворённости уроком, у школьников имеется ещё и отношение к физической культуре, как к учебному предмету, которое характеризуется, с одной стороны, пониманием значимости этого предмета, а с другой – ожиданием того, что на уроках данного предмета можно удовлетворить свои интересы, потребности в двигательной активности.

После тренировок необходимо проводить анализ проделанной работы и самоанализ. Дети должны уметь анализировать проделанную ими работу. При обнаружении ошибки - определять причину её совершения. Нельзя забывать, что необходимо найти то, что ребенок сделал хорошо и похвалить его за это.

Только в состоянии удовлетворённости учащегося от урока происходит формирование положительно-активного отношения к физической культуре.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Астапович Л.В. Социальная адаптация подростков. Минск «Красико-Принт», 2008.
2. Божович, Л.И. Изучение мотивации поведения детей и подростков /Под ред. Л.И. Божович, Л.В.Благонадежной. – М. : АСТ-Пресс, 2002. – 460 с.
3. Веселкова Н.В., Прямикова Е.В. Социальная компетентность взросления. Екатеринбург: Изд-во Урал, ун-та, 2005.
4. Грецов А.Г. Практикум по психодиагностическим методикам для тренеров, работающих с подростками. – СПб, ФГУ СПбНИИФК, 2009.
5. Прямикова Е.В. Социальная компетентность школьников. Социология образование. 2009.
6. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. Москва «Народное образование», 1998.

Рис. 1. Результаты диагностики "Мотивация к достижению успехов"