

*Шишкин Тимофей Евгеньевич  
студент 4 курса Института физической культуры и спорта,  
Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.  
Астафьева, Россия, г. Красноярск  
e-mail: itim0000@mail.ru*

*Научный руководитель: Янова М.Г., доктор педагогических наук,  
заведующий кафедрой методики преподавания спортивных дисциплин и  
национальных видов спорта,  
Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.  
Астафьева, Россия, г. Красноярск.*

## **МОТИВАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

*Аннотация:* в статье формулируется проблема, формулируются факторы, препятствующие повышению мотивации обучающихся среднего школьного возраста к занятиям физической культурой, а также метод позволяющий повысить мотивацию у школьников к занятиям. Изучаются возможности использования метода музыкального сопровождения и отдельных музыкальных отрывков в качестве средств повышения мотивации к занятиям физической культуры у обучающихся среднего школьного возраста.

**Ключевые слова:** мотивация обучающихся, занятия физической культурой.

*Shishkin Timofey Evgenevich  
4th year student, Institute of Physical Culture and Sports,  
Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafieva,  
Russia, Krasnoyarsk*

*Scientific adviser: Yanova M.G., doctor of pedagogical sciences, head of the  
department of methods of teaching sports disciplines and national sports.  
Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafieva,  
Russia, Krasnoyarsk*

## **MOTIVATION OF MEDIUM SCHOOL AGE STUDENTS TO THE LESSONS BY PHYSICAL CULTURE**

*Abstract:* the article formulates the problem, formulates the factors that impede the increase in the motivation of students of middle school age to engage in physical culture, as well as the method that allows students to increase their

*motivation to study. The possibilities of using the method of musical accompaniment and individual musical passages as a means of increasing motivation for physical education classes for students of secondary school age are being studied.*

**Key words:** students' motivation, physical training.

В настоящее время одной из самых важных проблем в образовании является проблема снижения мотивации к занятиям физической культуры у школьников. Согласно статистике 35% школьников считают, что заниматься физической культурой необходимо, у остальных 65% наблюдается отсутствие интереса к занятиям физической культурой [2]. Формы и методы проведения занятий требуют модернизации, а также поиска новых путей и средств. Существует множество новых интересных видов спорта, которые могли бы повысить интерес у школьников к занятиям физической культуры.

Далее рассмотрим факторы, которые непосредственно влияют на понижение мотивации у школьников к занятиям физической культуры. В этой связи можно сформулировать проблемные положения.

В связи с повышением технологизации и компьютеризации ученики больше стали проводить времени в так называемом «виртуальном мире», что, несомненно, повлияло не только на их мотивацию к занятиям физической культурой, но также ухудшило общее физическое состояние обучающихся. Если говорить о цифрах, то за последние шесть лет, согласно статистике общая заболеваемость детей возросла на 22% [3]. Несомненно, такие данные обусловлены повсеместным внедрением разного рода технологий. Включая высокотехнологические процессы современной индустрии, значительно усугубляет состояние экологической среды, в которой живут дети.

Кроме того, играет немаловажную роль качество преподавания и личность самого преподавателя. К сожалению, многие учителя физической культуры просто не уделяют должного внимания ученикам на уроке и не предпринимают никаких действий по улучшению качества проведения занятия и повышению мотивации у школьников.

Мотивация представляет собой побуждение к действию; динамический процесс психофизиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности [1].

Освещением данной проблемы занимались такие авторы, как Л.И. Божович, К. Левин, А.Н. Леонтьев и другие. Именно они подняли проблему: как повысить у обучающихся мотивацию к занятиям. Для одних мотивацией служит победа во всех мероприятиях, проводимых на уроке физической культуры, быть сильнее и быстрее всех. Для других стимулом является сам процесс учебного занятия, где они могут поддерживать своё физическое состояние. Вследствие монотонности и однотипности занятий по физической культуре, у обучающихся снижается мотивация, что требует поиска путей решения проблемы

Вышеизложенное позволяет отметить, что среди методов повышения мотивации к занятиям физической культурой целесообразно использование музыкального сопровождения и отдельных музыкальных отрывков на уроках.

Влияние музыки на организм человека известно еще с древних времен. Люди исследовали различные звуки и их влияние на психологическое и физиологическое состояния организма человека. Музыка вызывает такое сильное воздействие, что может менять наше состояние. Известно, что различные музыкальные произведения по-разному влияют на человека. Сила музыки может привести человека в печаль, поднять наше настроение, успокоить и так далее.

Многочисленные исследования ученых показывают, что музыкальное воздействие на организм человека улучшает работу мышц во время физических нагрузок. Музыка создает иллюзию ускоренного времени, поэтому в процессе занятия ученик не будет испытывать скуку. Также музыка, положительно влияет на адаптацию человека к стрессовым или трудным ситуациям.

Данный метод применялся мною в МАОУ Лицей №9 «Лидер» в 9 «Б» классе. Эксперимент проходил в течение двух недель. Местом проведения занятий был спортивный зал. В начале и в конце эксперимента были выявлены показатели уровней заинтересованности, активности на уроке и настроения. Применение музыкальных произведений происходило только в подготовительной части урока.

**Таблица 1. Музыкальные произведения, применяемые в разминке.**

Разминка в ходьбе	Средний темп	Франц Шуберт «военный марш»
Разминка в беге	Быстрый темп	Вольфганг Амадей Моцарт — No.13 In G Major
ОРУ на месте	Умеренный темп	Claude Achille Debussy — Images Oubliées, L 87 II Dans Le Mouvement D'une Sarabande

**Таблица 2.1 Показатели уровней заинтересованности, активности и настроения до применения данного метода.**

Уровни	заинтересованность	активность	Настроение
Высокий	40%	50%	40%
Средний	40%	40%	50%
Низкий	20%	10%	10%

Через две недели был проведен снова опрос по этим пунктам. Результаты этого опроса оправдали ожидания.

**Таблица 2.2 Показатели уровней заинтересованности, активности и настроения в конце эксперимента.**

Уровни	заинтересованность	активность	Настроение
Высокий	60%	50%	45%
Средний	40%	50%	50%
Низкий	-	-	5%

Согласно данным показателям, видно, что музыка положительно влияет на мотивацию обучающихся к занятиям физической культурой. Учитывая, что данная методика применялась только на разминке, она оказала немалое влияние на мотивацию учеников.

Полноценное развитие учащихся среднего школьного возраста без активных занятий физкультурой практически невозможно. В конце концов, активная деятельность на уроках физической культуры в период развития и роста организма значительно облегчает решение общеобразовательных задач.

Преподаватель физической культуры сталкивается с задачей максимизации учебной деятельности учащихся в классе, используя различные методы, чтобы улучшить мотивацию учащихся к занятиям физической культурой.

На основе вышеизложенного, можно прийти к выводу, одним из наиболее эффективных средств улучшения мотивации учащихся среднего школьного возраста к занятиям физической культурой является музыка.

#### **Список литературы:**

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Педагогика, 1968. 321 с.
2. Лисицкая, Т.С. Ритм, пластика. М.: «Физкультура и спорт», 1987. 160 с.

3. Матов В.В., Иванова О.А. Ритмическая гимнастика для школьников.  
М.: «Знание», 1988. 83 с.