

УДК 37.018.2

МРНТИ 14.25.05; 14.25.09

DOI 10.37238/1680-0761.2023.91(3).51

¹Ф.И.Собянин*, ²В.Ю.Салов, ²А.Н.Жищенко, ²Т.И. Клименко,
²Л.В. Демченко, ³Макашев Ш.А.

¹Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Белгородский государственный национальный
исследовательский университет»,

Белгород, Российская Федерация

²Западно-Казахстанский университет имени М.Утемисова, Казахстан,
г. Уральск

³Западно-Казахстанского инновационно-технологического университета,
Казахстан г.Уральск

*Автор-корреспондент: sosnovi60@mail.ru

E.mail: sosnovi60@mail.ru, mila_demchenko_67@mail.ru, Makashev7676@mail.ru

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ МОТИВАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Аннотация. Рассматривается проблема формирования мотивации у обучающихся к физической культуре, здоровому образу жизни. Цель проведенного исследования заключалась в выявлении особенностей мотивации учащихся 9 классов школ России к физическому совершенствованию. Основными методами исследования были анализ и обобщение данных специальной литературы, анкетный опрос, математическая обработка данных в виде вычисления процентного соотношения мнения школьников по заданным вопросам, анализ полученных данных и их интерпретация. В результате исследования выявлены степень раздражения респондентов, обусловленная необходимостью посещать занятия по физической культуре, оценка важности физической культуры для будущей жизни, уровень чувства ненужности физической культуры для опрошенных, степень достижения целей с применением физической подготовленности и здорового образа жизни, вероятность продолжения занятий физическим совершенствованием и частота занятий физической культурой. Полученные данные значимы для управления педагогами формированием положительной мотивации у учащихся к физической культуре и здорового образа жизни в образовательном процессе в условиях школы.

Ключевые слова: мотивация, обучающиеся; физическая культура; здоровый образ жизни; здоровье; отношение к физической культуре; педагогические аспекты; воспитание; педагоги; ценности; здоровое общество.

Введение

Во всем мире отмечается резкое снижение двигательной активности населения, особенно учащейся молодежи. Намечились тенденции на омоложение многих болезней[1], снижаются показатели физического развития и физической подготовленности учащихся во всем мире[2, 3, 4]. На этом фоне обостряется необходимость внедрения новых популярных видов физической культуры, привлечения молодежи к двигательной активности, занятиям физическими упражнениями и разнообразными видами спорта. Однако, часто проблема



заклучается в том, чтобы заинтересовать молодых людей физическим совершенствованием, сформировать у них положительную мотивацию по отношению к физической культуре и ведению здорового образа жизни [5,6,7]. Но сделать это совсем непросто, необходимо иметь ясное представление о том, как относятся, например, школьники среднего школьного возраста к физической культуре. Поэтому так актуально исследовать педагогические аспекты мотивации обучающихся к здоровому образу жизни и физической культуре. Целью проведенного исследования являлось изучение ряда особенностей мотивации обучающихся 9-х классов, что даст возможность школьным учителям целенаправленно формировать мотивацию детей к занятиям физической культурой и организации здорового образа жизни.

Материалы и методы исследования

В исследовании применялись анализ и обобщение данных специальной литературы, анкетный опрос российских учащихся 9-х классов школ г. С.-Петербурга (n=240) и г. Белгорода (n=238). Анкета была анонимной и представляла собой таблицу, включающую серию вопросов, варианты ответов, направленных на выявление ряда показателей, отражающих мотивацию учащихся по отношению к физической культуре и здоровому образу жизни. В частности, выявлялись следующие конкретные параметры мотивации:

- 1- степень раздражения учащихся, обусловленного необходимостью заниматься физической культурой в школе, что показывало негативное отношение к физической культуре и здоровому образу жизни;
- 2- определение важности физической культуры для ученика в его будущей жизни;
- 3- определение степени ненужности физической культуры для ученика в настоящее время;
- 4- определение степени достижения цели в деятельности ученика с помощью физической культуры;
- 5- определение вероятности продолжения занятий физической культурой учащимися после окончания обучения в школе;
- 6- частота занятий физической культурой в неделю.

Полученные данные сравнивались в процентном соотношении для определения ведущих тенденций в мотивации учащихся по указанным показателям. Они носят предварительный характер для продолжения работы в избранном направлении. Исследование проводилось в 2022-2023 гг.

Результаты исследования

Во всем мире давно проводятся исследования, посвященные проблеме формирования мотивации у обучающихся к занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни. В частности, определяются основные направления формирования устойчивой мотивации к физкультурно-спортивной деятельности [5], внедряются здоровьесберегающие компетентности у школьников 7-11 классов на уроках здоровья на занятиях по химии и физике [6], разрабатываются основы здоровьесберегающей деятельности учителей на уроках в школе [8]. Ведется постоянный поиск новых подходов и методик в данном направлении: разрабатывается идея совместного обучения и обучающихся игр для повышения физкультурной мотивации обучающихся [2], разрабатываются специальные модели для повышения уровня мотивации занимающихся [3], предлагается активизировать мотивацию путем внедрения спортивного образования [9], развивать самодетерминированную мотивацию во внеклассной работе в форме игры [10], проводятся регулярные исследования особенностей мотивации учащихся школ [11] и многие другие исследования. Вместе с тем, сохраняется необходимость изучения состояния физкультурно-спортивной мотивации обучающихся, ее особенности, динамики.

Изучение специальной литературы позволило уточнить некоторые вопросы при составлении анкеты и варианты ответов на них. Ниже дана таблица, в которой представлены



результаты проведенного опроса в виде процентного соотношения опрошенных по каждому вопросу анкеты.

Вопрос о наличии раздражения у некоторых учащихся перед началом занятий был отмечен некоторыми учителями физической культуры и потому был включен в анкету. По таблице видно: ленинградские школьники в большей степени раздражаются (ответы «всегда раздражает», «иногда раздражает», «очень редко» в сумме набирают 34% респондентов), когда идут на уроки физической культуры, чем белгородские (28%). При этом почти одна треть белгородских школьников (29%) никогда не раздражается перед уроками физической культуры. Сам факт появления раздражения у школьников уже является проблемой, на которую педагоги должны обратить пристальное внимание. Необходимо выяснить, почему у детей появляется раздражение перед физкультурным занятием и с чем это связано. Ситуацию можно было бы существенно изменить, учитывая, что более 40% в каждой опрошенной группе затрудняется с ответом.

Если школьников так раздражает урок физической культуры в школе, то может он совершенно не важен для учащихся и стоит его вообще убрать из школьной программы и из расписания занятий? И действительно, полученные результаты показывают, что больше 30% в каждой выборке считают, что физическая культура для реализации планов учащихся не очень важна, а еще 33-38% затрудняется ответить на вопрос и 13-17% респондентов точно утверждают – физическая культура для них совершенно не важна.

Тогда логично было бы предположить, что физическая культура становится лишней для школьников и она мешает всему процессу обучения в школе! Однако, данные опроса не дают на это оснований, потому что «не мешают» занятия физической культуры 31-38% респондентов, а почти 50% респондентов не могут точно сформулировать свой ответ и вообще затрудняются его дать в анкете.

И все же остается неясным вопрос о практической значимости или незначимости физической культуры и здорового образа жизни для школьников. Чтобы конкретизировать позицию респондентов, вопрос был привязан к достижению цели в какой-либо деятельности респондентов (номер 4). Всего лишь 9-15% респондентов никакой цели не достигли благодаря занятиям физической культуры, зато так или иначе достигли цели на основе занятий физической культурой (формулировки «достиг цели» и «почти все») 25-27% опрошенных. Этот факт наводит на мысль о возможной недооценке обучающимися значения для себя физической культуры, которая в реальной действительности оказывается им даже практически полезна.

Еще один признак, который должен был показать уровень мотивации по отношению к физической культуре – это намерение заниматься физическими упражнениями в ближайшем будущем после окончания школы. Данные опроса показывают удручающую картину: обязательно будут и точно будут заниматься физической культурой по словам школьников только 23-27% из их числа, точно не будут заниматься 16-20% и 5-8% лишь предполагают такую возможность теоретически. В то же время 49-52% школьников затрудняется ответить на поставленный вопрос и это очень большие отрицательные цифры.

Но ответы респондентов на последний вопрос анкеты существенно оптимизирует общую ситуацию по состоянию искомой проблемы. Он простой и максимально прямой: «Сколько раз в неделю Вы занимаетесь физической культурой и спортом?». Оказалось, что с разной частотой в неделю физической культурой занимается от одного-двух раз и до четырех и даже более 35-41% обучающихся. Ситуацию спасают уроки физической культуры в школе.

Те школьники, которые занимаются 3-4 раза в неделю и более скорее всего тренируются в одном из видов спорта. Но таких набирается всего 13-14%. Данный факт говорит о сохраняющейся актуальности идеи «спортизации» в общеобразовательных учреждениях, которые начинали развиваться довольно давно в США, а затем были поддержаны с учетом российской специфики в некоторых школах России при активной

теоретико-методической поддержке профессоров Бальсевича В.К., Лубышевой Л.И., их учениками и последователями.

Таблица 1 – Результаты опроса обучающихся 9-х классов

№	Вопросы	Школьники г. С.-Петербурга (n=240)		Школьники г. Белгорода (n=238)	
		Варианты ответа	%	Варианты ответа	%
1	Раздражает ли Вас тот факт, что Вам приходится заниматься физической культурой в школе?	Варианты ответа		Варианты ответа	
		Всегда раздражает	9	Всегда раздражает	3
		Иногда раздражает	8	Иногда раздражает	5
		Очень редко	17	Очень редко	20
		Затрудняюсь ответ.	45	Затрудняюсь ответ.	43
		Никогда	21	Никогда	29
2	Насколько важна физическая культура для реализации Ваших планов?	Очень важна	4	Очень важна	8
		Важна	6	Важна	5
		Не очень важна	40	Не очень важна	36
		Затрудняюсь ответ.	33	Затрудняюсь ответ.	38
		Не важна	17	Не важна	13
3	Не мешают ли Вашему обучению занятия физической культурой?	Очень мешают	4	Очень мешают	2
		Мешают	7	Мешают	5
		Не очень мешают	10	Не очень мешают	8
		Затрудняюсь ответ.	48	Затрудняюсь ответ.	47
		Не мешают	31	Не мешают	38
4	Достигли ли Вы цели в какой-то деятельности благодаря занятиям физической культурой и спортом?	Достиг все цели	13	Достиг все цели	16
		Почти все	12	Почти все	11
		Многие не смог	21	Многие не смог	16
		Затрудняюсь ответ.	45	Затрудняюсь ответ.	42
		Ни одной цели	9	Ни одной цели	15
5	Будете ли Вы заниматься физической культурой после окончания школы?	Да, обязательно	8	Да, обязательно	10
		Буду	15	Буду	17
		Может быть	5	Может быть	8
		Затрудняюсь ответ.	52	Затрудняюсь ответ.	49
		Точно нет	20	Точно нет	16
6	Сколько раз в неделю Вы занимаетесь физической культурой и спортом?	Больше четырех	1	Больше четырех	3
		Три-четыре раза	13	Три-четыре раза	10
		Один-два раза	21	Один-два раза	28
		Затрудняюсь ответ.	42	Затрудняюсь ответ.	39
		Ни разу	23	Ни разу	20

Заключение

1. Выявлена негативная тенденция у обучающихся 9-х классов общеобразовательных российских школ, проявляющаяся в виде некоторого раздражения по отношению к участию некоторых школьников в уроках физической культуры (до 30% опрошенных). Этот факт требует специального педагогического изучения, выявления причин подобных ситуаций и способов их устранения.

2. Преобладающая масса опрошенных низко оценивает важность занятий физической культурой для себя в будущем (49-57% опрошенных считают, что физическая культура в реализации личных будущих планов «не очень важна» и «не важна»). Как показал дальнейший анализ результатов опроса, высказанная оценка противоречит некоторым



практическим результатам занятий физической культурой учащихся. Педагоги в своей работе должны разъяснять не только значение физической культуры для всего общества, но и важность физического совершенствования для каждого человека на протяжении всей жизни.

3. Определение мнения части опрошенных о том, что физическая культура только мешает основному обучению в школе (15-21% опрошенных) является серьезной ошибкой респондентов и недостатком работы педагогов в школе. Поэтому сами учителя, а также руководство школ должны систематически подчеркивать значение физической культуры и постоянно поддерживать ее статус в качестве обязательной и необходимой учебной дисциплины в школьном образовании.

4. Ответ на вопрос о достижении целей учащихся в различной деятельности с помощью физической культуры обнаружил ошибочное мнение респондентов о ее низкой практической ценности в настоящее время (30-31%). Педагогическая задача в этой связи состоит в том, чтобы провести разъяснительную работу со школьниками и показать на примерах возрастающую ценность физической культуры фактически во всех сферах социальной жизни с учетом развивающегося научно-технического прогресса, компьютеризации и цифровизации общества.

5. Вероятность продолжения занятий учащимися физической культурой после завершения обучения в школе относительно невысокая: только 23-27% из них имеют на это твердое намерение, 5-8% в этом не очень уверены и 16-29% подобную перспективу твердо отрицают.

6. Частота занятий школьниками физической культурой от одного раза в неделю до четырех и более составляет 35-41%, но регулярно спортом из них предположительно занимается только 13-14%. Поэтому в школах необходимо активнее вести педагогическую работу по пропаганде спорта и здорового образа жизни, организовывать новые спортивные секции, оздоровительные кружки, приглашать для воспитательных мероприятий известных спортсменов, тренеров, поддерживать связи с выпускниками школ, добившихся в спорте высоких достижений.

7. В процессе проведения опроса отмечается, что подавляющая масса респондентов (от 33 до 52%) остается весьма пассивной, не высказывает свое конкретное мнение по вопросам и часто пользуется вариантом ответа «затрудняюсь ответить». Этот факт говорит о том, что у многих обучающихся не сформирована устойчивая положительная мотивация по отношению к физической культуре и здоровому образу жизни, поэтому педагогам предстоит длительная и кропотливая работа в этом направлении.

8. В исследовании не ставилась задача обязательного сравнительного анализа между обучающимися г. С.-Петербурга и г. Белгорода, хотя иногда заметна небольшая разница в показателях. Проведение сравнительного анализа по подобному вопросу требует увеличения выборки обследованных и специального математико-статистического аппарата.

Благодарности

Выражаем благодарность учителю физической культуры ГБОУ «Школа № 641 с углубленным изучением английского языка Невского района г. Санкт-Петербурга», Санкт-Петербург, Савченко Н.П., любезно предоставившего эмпирический материал по обследованию учащихся в Невском районе г. С.-Петербурга.

ЛИТЕРАТУРА

[1] Основные показатели деятельности медицинских организаций и состояния здоровья населения Белгородской области за 2021 год. Сборник. Министерство здравоохранения Белгородской области. ОГКУЗ «Медицинский информационно-аналитический центр». - 2022. – 221 с.

[2] Chiva-Bartoll, O., Salvador-García, C., and Ruiz-Montero, P. J. (2018). Teaching games for understanding and cooperative learning: can their hybridization increase motivational climate among physical education students? *Croat. J. Educ.* 20, 561–584. doi: 10.15516/cje.v20i2.2827



[3] Casey, A., and MacPhail, A. (2018). Adopting a models-based approach to teaching physical education. *Phys. Educ. Sport Pedag.* 23, 294–310. doi: 10.1080/17408989.2018.1429588

[4] Anthropological and teo-anthropological Views on Physical Activity from the of Constantine the Great to modern Times: Book of proceedings. The third international conference. Leposavich. 2017. 348 p.

[5] Саракаева С.А., Сокаев Х.М. Основные направления повышения у подростков устойчивой мотивации к здоровому образу жизни // Балтийский гуманитарный журнал. 2018. Т.7, №2 (23). С.317-320.

[6] Хорошева Т.А. Формирование здоровьесберегающей компетентности у школьников 7-11 классов посредством включения уроков здоровья при изучении физики и химии // Азимут научных исследований: педагогика и психология. - 2017. Т.6. - №3 (20). С. 278-280.

[7] Samuel Jesudoss. FIEP BULLETIN. Volume 88. № 1. 2018. 100 p. DOI: 10.13140/RG.2.2.25453.23525.

[8] Ирхин В.Н., Ирхина И.В. Здоровьесберегающая деятельность учителя на уроке. Белгород: ИД «Белгород» НИУ «БелГУ». - 2017. - 136 с.

[9] Burgueño, R., Medina-Casabón, J., Morales-Ortiz, E., Cueto-Martin, B., and Sánchez-Gallardo, I. (2017). Sport education versus traditional teaching: influence on motivational regulation in high school students. *Cuad. Psicol. Deporte* 17, 87–97.

[10] Carrasco-Beltrán, H. J., Reigal, R. E., Fernández-Uribe, S., Vallejo-Reyes, F., and Chirsa-Ríos, L. J. (2018). Self-determined motivation and state of flow in an extracurricular program of Small-Sided Games. *An. Psicol.* 34, 391–397. doi: 10.6018/analesps.34.2.258621

[11] Собянин Ф.И., Савченко Н.П., Трусова О.В., Ковалева Р.Е., Шиловских К.В., Прокопенко А.В. Особенности мотивации обучающихся к здоровому образу жизни в современных условиях / Ф.И. Собянин, Н.П. Савченко, О.В. Трусова, Р.Е. Ковалева, К.В. Шиловских, А.В. Прокопенко // Современные проблемы науки и образования. – 2023.- № 3.

REFERENCES

[1] Main indicators of the performance of medical organizations and the health status of the population of the Belgorod region for 2021. Collection. Ministry of Health of the Belgorod Region. OGPUZ "Medical Information and Analytical Center". - 2022. - 221 p. [Osnovnyye pokazateli deyatel'nost' meditsinskikh organizatsiy i sostoyaniya zdorov'ya naseleniya Belgorodskoy oblasti za 2021 god. Sbornik. Ministerstvo zdravookhraneniya Belgorodskoy oblasti. OGPUZ «Meditsinskiy informatsionno-analiticheskiy tsentr». - 2022. - 221 s].

[2] Chiva-Bartoll, O., Salvador-García, C., and Ruiz-Montero, P. J. (2018). Teaching games for understanding and cooperative learning: can their hybridization increase motivational climate among physical education students? *Croat. J. Educ.* 20, 561–584. doi: 10.15516/cje.v20i2.2827

[3] Casey, A., and Mac Phail, A. (2018). Adopting a models-based approach to teaching physical education. *Phys. Educ. Sport Pedag.* 23, 294–310. doi: 10.1080/17408989.2018.1429588

[4] Anthropological and teo-anthropological Views on Physical Activity from the of Constantine the Great to modern Times: Book of proceedings. The third international conference. Leposavich. 2017. 348 p.

[5] Sarakayeva S.A., Sokayev K.H.M. Osnovnyye napravleniya povysheniya u podrostkov ustoychivoy motivatsii k zdorovomu obrazu zhizni // Baltiyskiy gumanitarnyy zhurnal. 2018. Т.7, №2 (23). С.317-320.

[6] Khorosheva T.A. Formirovaniye zdorov'yesberegayushchey kompetentnosti u shkol'nikov 7-11 klassov posredstvom vklyucheniya urokov zdorov'ya pri izuchenii fiziki i khimii // Азимут научных исследований: педагогика и психология. - 2017. Т.6. - №3 (20). С. 278-280.

[7] Samuel Jesudoss. FIEP BULLETIN. Volume 88. № 1. 2018. 100 r. DOI: 10.13140/RG.2.2.25453.23525.

[8] Irkhin V.N., Irkhina I.V. Zdorov'yesberegayushchaya deyatel'nost' uchitelya na uroke. Belgorod: ID «Belgorod» NIU «BelGU». - 2017. - 136 s.



[9] Burgueño, R., Medina-Casabón, J., Morales-Ortiz, E., Cueto-Martin, B., and Sánchez-Gallardo, I. (2017). Sport education versus traditional teaching: influence on motivational regulation in high school students. *Cuad.Psicol.Deporte* 17, 87–97.

[10] Carrasco-Beltrán, H. J., Reigal, R. E., Fernández-Urbe, S., Vallejo-Reyes, F., and Chiroso-Ríos, L. J. (2018). Self-determined motivation and state of flow in an extracurricular program of Small-Sided Games. *An. Psicol.* 34, 391–397. doi: 10.6018/analesps.34.2.258621

[11] Cobyenin F.I., Savchenko N.P., Trusova O.V., Kovaleva R.Ye., Shilovskikh K.V., Prokopenko A.V. Osobennosti motivatsii obuchayushchikhsya k zdorovomu obrazu zhizni v sovremennykh usloviyakh / F.I. Sobyenin, N.P. Savchenko, O.V. Trusova, R.Ye. Kovaleva, K.V. Shilovskikh, A.V. Prokopenko // *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya*. – 2023.- № 3.

**Ф.И.Собянин*, В.Ю.Салов, А.Н.Жищенко, Т.И. Клименко,
Л.В. Демченко, Макашев Ш.А.**

ОҚУШЫЛАРДЫ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫ МЕН ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУҒА ЫНТАЛАНДЫРУДЫҢ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ АСПЕКТІЛЕРІ

Андатпа. Оқушылардың дене шынықтыруға, салауатты өмір салтына деген ынтасын қалыптастыру мәселесі қарастырылуда. Зерттеудің мақсаты Ресей мектептерінің 9-сынып оқушыларын физикалық жетілдіруге ынталандыру ерекшеліктерін анықтау болды. Зерттеудің негізгі әдістері арнайы әдебиеттер деректерін талдау және жалпылау, сауалнамалық сауалнама, берілген сұрақтар бойынша оқушылардың пікірінің пайыздық қатынасын есептеу түріндегі деректерді математикалық өңдеу, алынған деректерді талдау және оларды түсіндіру болды. Зерттеу нәтижесінде дене шынықтыру сабақтарына қатысу қажеттілігіне байланысты респонденттердің тітіркену дәрежесі, болашақ өмір үшін дене шынықтырудың маңыздылығын бағалау, сауалнамаға қатысқандар үшін дене шынықтырудың қажетсіздігін сезіну деңгейі, дене шынықтыру мен салауатты өмір салтын қолдана отырып, мақсаттарға жету дәрежесі, дене шынықтыру сабақтарын жалғастыру ықтималдығы және дене шынықтыру сабақтарының жиілігі анықталды. Алынған мәліметтер мұғалімдерді мектеп жағдайында білім беру процесінде оқушылардың дене шынықтыруға және салауатты өмір салтына деген оң уәждемесін қалыптастыруды басқару үшін маңызды.

Кілт сөздер: мотивация, білім алушылар; дене шынықтыру; салауатты Имидж өмір; денсаулық; дене шынықтырумен қарым-қатынас; педагогикалық аспектілер; тәрбие; педагогтар; құндылықтар; салауатты қоғам.

**Sobyenin Fyodor, Salov Vladimir, Alexander N. Zhishchenko, Klimenko Tatiana,
Lyudmila V. Demchenko, Makashev Shyntas**
**PEDAGOGICAL ASPECTS OF MOTIVATING STUDENTS TO A HEALTHY
LIFESTYLE AND PHYSICAL CULTURE**

Annotation. The problem of formation of motivation among students for physical culture, healthy lifestyle is considered. The purpose of the study was to identify the features of motivation of students of grades 9 of schools in Russia for physical improvement. The main research methods were analysis and generalization of special literature data, questionnaire survey, mathematical data processing in the form of calculating the percentage of students' opinions on the questions asked, analysis of the data obtained and their interpretation. As a result of the study, the degree of irritation of respondents due to the need to attend physical education classes, assessment of the importance of physical culture for future life, the level of feeling of uselessness of physical culture for respondents, the degree of achievement of goals with the use of physical fitness and a healthy lifestyle, the likelihood of continuing physical improvement classes and the frequency of physical culture classes were revealed. The data obtained are significant for teachers' management of the formation of positive motivation among students for physical culture and a healthy lifestyle in the educational process in school conditions.

Keywords: motivation, students; physical culture; healthylifestyle; health; attitude to physical culture; pedagogical aspects; education; teachers; values; healthy society.