

# ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ У ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.

*Кашанова Л. А.*

Поволжская государственная академия физической культуры, спорта  
туризма,  
Казань, Россия

Научный руководитель – к.б.н., ст.п. Файзрахманов И. И.

**Аннотация.** Эта статья посвящена к проблемам формирования мотиваций у детей подросткового возраста к занятиям физической культурой. В этой статье рассматриваются основные проблемы формирования мотиваций, и факторы, которые мешают развитию позитивных мотиваций. Вместе со школой, которой принадлежит главная роль в развитии личности подростка, особое внимание также уделяется учреждениям дополнительного образования, в т. ч. детско-юношеским спортивным школам. В них работают различные секции, где у подростка возникают такие нравственные качества, как ответственность за свои поступки и поведение своих товарищей, глубокая заинтересованность в общем успехе, сила воли, стремление к достижению высоких результатов. Наряду с этим занятия в спортивных секциях позволяют подросткам развивать у себя быстроту, ловкость, силу, упорство.

Именно регулярные занятия подростков спортом помогают широко раскрыть свои способности со всех сторон, стать более уверенным в себе и в своих силах.

Методом исследования является изучение актуальности данной темы на сегодняшний день. И эта тема актуальна так как, подростков, которые имеют отклонения в состоянии здоровья, становится все больше и больше, потому что они плохо подготовлены физически. У многих школьников нет такой сильной и устойчивой мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом. И эта одна из главных причин из-за которого и возникают отклонения в состоянии здоровья. Проблема развития у школьников интереса к занятиям физической культурой стала понятно давно. И сейчас эту проблему пытаются решить всеми множествами способами. Придумывают различные методы заманивания детей-подростков к занятиям физической культурой.

Исходя, из всего вышесказанного целью исследования является – изучение проблемы формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом в подростковом возрасте.

Объектом исследования является мотивация к занятиям физической культурой и спортом. Предмет исследования - особенности формирования проблем мотивации к занятиям физической культурой и спортом в подростковом возрасте.

Регулярные занятия физической культурой и спортом показывают очень хороший результат. И новое здоровое молодое поколение более физически и духовно развит. Исследования, проводимые уже в течении нескольких лет, доказывают, что занятия физической культурой и спортом оказывают положительное влияние практически на все функции и системы организма, являются мощным средством профилактики против заболеваний, помогают сформулировать морально-волевые качества личности.

Именно физическая культура и спорт играют важную роль в формировании личности в современных условиях. И только благодаря проигрышам в спортивной деятельности, позволяет спортсменам наработать свой жизненный опыт, построить для себя особую систему ценностей и установок. Поэтому присоединение детей и молодежи к занятиям спортом, формирование у каждого ребенка потребности в двигательной активности является одной из важнейших задач в современных условиях развития общества. Главные мотивационные линии подросткового периода - это самопознание и самоутверждение. А самообразование, новый познавательный мотив, начинает развиваться только в старших классах. При правильном развитии мотиваций у ребенка и подходе их развития, можно приучить его к спорту. Но не стоит забывать, что с взрослением ребенка нужно менять мотивации. Даже в старости он все равно может заниматься спортом. Эти мотивы он передаст и своим детям. Поэтому, чтобы человек больше двигался и занимался спортом нужно с раннего детства мотивировать его на занятия спортом.

Но и заставлять детей заниматься спортом тоже будет неправильно, на мой взгляд. Для этого, первым делом, нужно сделать так, чтобы у ребенка появилось желание к занятиям. Но чтобы желание появилось надо его мотивировать, а это, прежде всего, внимание родителей. Нельзя просто отдать ребенка в секцию и, не поинтересовавшись их желаниями. Зачастую, им кажется, что они больше знают, что будет лучше для своих детей, а что нет. И когда они отдают ребенка в другую секцию, куда ребенок совсем не хочет, то никого результата и желания дальше заниматься спортом не будет. И здесь спортивное воспитание личности может потерпеть неудачу. Чтобы дети подросткового возраста больше стали заниматься физической культурой, у них должна быть мотивации и огромное желание. Давайте порассуждаем, как зарождается мотив к занятиям спорта и физической культурой в целом.

Физическое воспитание занимает один из важнейших мест в формировании личности человека. Только после него у человека начинают развиваться и другие здоровые качества. Главная задача физического воспитания - формирование потребности к занятиям физической культурой. Главное и наиболее значимое условие формирования полной деятельности ребенка и воспитание его личности это – изучение мотивов, побуждающих детей заниматься физической культурой. Чтобы побудить физическую культуру и спорт, как деятельность, нужен не один мотив, а целый их набор. В мотивах определяются потребности ребенка. При воспитании его личности

также важно и необходимо формировать положительного мнения о занятиях физкультурой и дальнейшую мотивацию, которую, несомненно, нужно регулярно подпитывать из собственного увлечения ребенка.

Однако, все выше перечисленные, то есть, мотивация, желания и т.д. не прекращают возникновения проблем при формировании мотивов к занятиям спортом у детей подросткового возраста. Существуют различные причины, приводящие к проблемам, но одной из важнейших является ослабление стремлений и чувств человека, побуждающих к спортивной деятельности, т. е. ослабление мотивации.

Главной причиной высоких показателей прекращения тренировок, на мой взгляд, является отсутствие цели к достижению высоких спортивных результатов у занимающихся.

На диаграмме представлены результаты, которые больше всего и часто влияют на пропуск занятий. И как видно, главная причина - это конфликт с тренером.

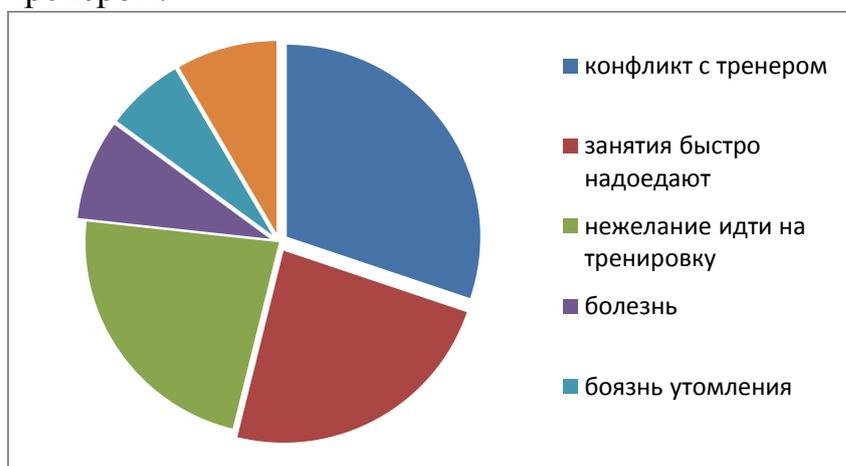


Рис.1. Причины пропуска занятий.

Конечно, у многих ребят не так много свободного времени, а это прежде всего связано с большой загруженностью детей подросткового возраста другими видами деятельности. Наверное, поэтому времени на тренировки у них не хватает.

Также, я думаю, не менее важной и основной проблемой при формировании мотиваций у подросткового возраста является отсутствие желания и личных убеждений в необходимости в этом. Для того чтобы он стал самостоятельно заниматься спортом, должен пройти несколько ступеней:

- формировать положительное отношение к занятиям физической культурой,
- формировать желание самостоятельно заниматься,
- осуществлять этого намерения и, наконец,
- превратить это желание в регулярные и самостоятельные занятия спортом.

И завершая свою статью, хочу сказать, что проблемы уменьшения посещаемости занятий в секциях и раннего их прекращения решаемы. Ребята

изначально ориентированы на здоровый образ жизни влиянием родителей и средств массовой информации. На мой взгляд, чтобы изменить ситуацию, надо больше публиковать методических пособий, где написано влияние спорта на здоровье человека и где включены рекомендации мотивационных методов. Также необходимо найти наилучшие формы взаимодействия тренера со спортсменами, и повышать профессиональную подготовку тренерского состава.

#### Список использованной литературы

1. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. - М.: Мысль, 2006.-158 с., с. 23
2. Бабушкин Г. Д. Общая спортивная психология. Омск, 2000.
3. Беляничева В. В. «Формирование мотивации занятий физической культурой у детей». / Физическая культура и спорт: интеграция науки и

- практики. Вып. 2.-Саратов: ООО Издательский центр «Наука»,2009.-6с.  
В. В. Беяничева, Н. В. Грачева. Научная статья.[1].
4. Сырвачева, И.С. Мотивация самостоятельных занятий физическими упражнениями / И.С. Сы-рвачева // Физическая культура, здоровье: проблемы, перспективы, технологии: матер. реч. науч. конф. / ДВГУ. – Владивосток, 2003. – С. 108-111.[2]
  5. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения./ Пер. с англ. - СПб.: Речь, 2001.