

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
БАЛТИЙСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ.И.КАНТА
ИНСТИТУТ РЕКРЕАЦИИ, ТУРИЗМА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

На правах рукописи

Гуренко Юлия Вячеславовна

**ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
У ПОДРОСТКОВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

13.00.01 – Общая педагогика, история педагогики и образования;
13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной физической культуры

Диссертация
на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

Научный руководитель
доктор педагогических наук, профессор
Пельменев В.К.

Калининград 2018

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	14
1.1. Мотивы в структуре учебной деятельности.....	14
1.2. Современные взгляды на проблему формирования мотивов учебной деятельности у подростков	34
1.3. Учет личностно-индивидуальных особенностей подростков при формировании мотивов учебной деятельности	46
Выводы по 1 главе.....	61
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	64
2.1. Организация исследования	64
2.2. Методы исследования.....	67
2.3. Критерии и уровни сформированности мотивов учебной деятельности у подростков	70
Выводы по 2 главе.....	73
ГЛАВА 3. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ	75
3.1. Результаты исследования мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования.....	75
3.2. Теоретическое обоснование педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков	96
3.3. Экспериментальная проверка эффективности педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков.....	111
Выводы по 3 главе.....	121
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	123
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	128
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	134
ПРИЛОЖЕНИЯ	

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования определяется высокой значимостью мотивационного отношения подростков к занятиям физической культурой и вместе с этим большим отсевом из числа занимающихся в учреждениях дополнительного образования детей подросткового возраста. Роль спорта в развитии личности, благополучном существовании человека в мире, сохранении его здоровья и адаптации к изменениям в обществе значительно возрастает в современных социально-экономических, экологических, нравственных условиях в России.

Важнейшая задача – это приобщение детей и подростков к спорту, формирование у каждого ребенка потребности в занятиях физической культурой и спортом. Одним из видов учреждений дополнительного образования и основной государственной формой работы по массовому привлечению детей к занятиям физической культурой является спортивная школа. Поэтому именно она несет ответственность перед обществом за воспитание здорового морально устойчивого подрастающего поколения. Основные показатели работы детско-юношеских спортивных школ: сохранение контингента учащихся, посещаемость занятий, получение юными спортсменами разрядов, подготовка спортивного резерва сборных команд.

Практика работы со спортсменами, исследования проведенные нами, а также многочисленные исследования специалистов (Э.С. Озолин [114], С.В. Сафоненко [138], Е.Б. Кузьмин [86], Е.Г. Бабушкин [12] и др.) показывают, что в подростковом возрасте происходит большой отсев из тренировочных групп. По данным опроса тренеров-преподавателей учреждений дополнительного образования, большой процент подростков нерегулярно посещают занятия (30-50%), ежегодно до 40% детей прекращают занятия спортом, в связи с чем процент окончивших детско-юношеские спортивные школы и ставших квалифицированными спортсменами – низкий [125].

Как показали исследования (Пилюян Р.А. [122]; Бабушкин Е.Г. [12]; Шумилин А.П. [161] и др.), среди причин нерегулярного посещения и прекращения занятий спортом наиболее значима – отсутствие или снижение мотивации детей к занятиям спортом.

В основе любой деятельности лежат мотивы, так как в них заключен механизм активности и заинтересованности любого человека в определенной деятельности. В работах В.Н. Мясищева говорится, что результаты, которые достигает человек, на 20-30 % зависят от интеллекта, а на 70-80 % - от мотивов, которые побуждают его вести себя определенным образом [107; 108].

Изучая физиологическую структуру поведенческого акта, П.К. Анохин пришел к выводу, что мотивационное возбуждение в составе афферентного синтеза – необходимый компонент любого поведения. Доминирующая мотивация, выступая первостепенным системообразующим фактором, определяет все последующие этапы мозговой деятельности по формированию поведенческих программ [6].

Так, одной из главных характеристик личности, обуславливающей достижения, является мотивация. В ходе учебной деятельности мотивация оказывает влияние на все процессы, которые протекают в организме, тем самым напрямую воздействует на ее результативность.

Степень разработанности проблемы. Проблема формирования мотивации и мотивов рассматривалась в работах отечественных и зарубежных психологов А. Маслоу [103], Ю.Л. Ханина [155], Р.А. Пилюяна [123], Х. Хекхаузена [156], Г.Д. Бабушкина и Е.Г. Бабушкина [13; 16], Е.П. Ильина [69] и других. В ряде работ раскрыты особенности формирования мотивации и мотивов в детско-юношеских спортивных школах: у гребцов-академистов (Т.Б. Горская, Т.Е. Лапко [44]), боксеров (Е.Г. Бабушкин [12]), пловцов (Г.В. Шлейникова [160]), баскетболистов (В.К. Пельменев [120]), дзюдоистов (А.П. Шумилин [161]), баскетболистов (А.В. Канатов [73]),

волейболистов юношеского возраста (Е.Б. Кузьмин [86]), подростков-пловцов (Д.Л. Порозов [128]).

В исследованиях авторов подчеркивается, что методические аспекты мотивации и мотивов в сфере физической культуры разработаны недостаточно. В учебных программах для учреждений дополнительного образования не представлены средства и методы повышения мотивации и формирования мотивов у подростков на том или ином этапе подготовки. В связи с этим тренеры в работе не уделяют должного внимания формированию мотивов у своих учеников.

Наряду с указанным недостаточно изучены психологические особенности обучающихся подросткового возраста, особенности взаимосвязи мотивации со свойствами темперамента, педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности.

Если недооценить роли мотивов, динамики изменения мотивации педагогами, тренерами, это может привести к тому, что подростки окажутся неспособными проявить свои возможности, добиться высоких результатов.

Таким образом, существует **противоречие** между:

- потребностью учреждений дополнительного образования в сохранении набранного контингента обучающихся и отсутствием разработанных педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности в сфере физической культуры;

- потребностью физкультурной практики в спортсменах подросткового возраста с высоким уровнем развития мотивов учебной деятельности и отсутствием экспериментального обоснования процесса их формирования.

В решении указанных противоречий состоит **проблема исследования**: каковы педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования?

Поставленная проблема определила выбор **темы исследования** «Формирование мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования в сфере физической культуры».

Решение обозначенной проблемы составляет **цель исследования** – разработать и экспериментально обосновать педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности в учреждениях дополнительного образования в сфере физической культуры.

Объект исследования: формирование мотивов учебной деятельности у подростков.

Предмет исследования: педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности в учреждениях дополнительного образования.

Гипотеза исследования: формирование мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования станет эффективным, если:

- будет сформирована готовность педагогов к формированию мотивов учебной деятельности у занимающихся;
- планирование учебно-тренировочной деятельности и формирование подгрупп будет осуществляться на основе выявления у спортсменов особенностей темперамента и ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач;
- включать в учебно-тренировочный процесс теоретические занятия по вопросам мотивации учебной деятельности обучающихся;
- организовать учебно-тренировочный процесс с использованием метода положительного подкрепления;
- создавать на учебно-тренировочном занятии ситуацию успеха;
- использовать лично-ориентированный подход в планировании учебно-тренировочного процесса;
- внутренировочную деятельность обучающихся осуществлять с использованием восстановительных, культурных и досуговых мероприятий.

Выполнение этих условий позволит сделать целостным процесс формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования в сфере физической культуры.

Задачи исследования:

1. Раскрыть сущность, структуру мотивов учебной деятельности у подростков, определить ведущие факторы, влияющие на ее формирование.
2. Изучить личностно-индивидуальные особенности и мотивы учебной деятельности у подростков.
3. Разработать педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования.
4. Экспериментально проверить эффективность разработанных педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков учреждений дополнительного образования.

Методологическую и теоретическую базу исследования составили: теоретические подходы к изучению и формированию мотивации (А.Н. Леонтьев, В.Г. Асеев, Е.П. Ильин, Р.А. Пилюян, Л.И. Божович, О.С. Гребенюк, Д.К. Маркова, А.А. Реан), психологические теории деятельности (А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, Н.Б. Стамбулова, Г.В. Суходольский, В.Д. Шадриков), возрастная психология (Л.С. Выготский, Л.И. Божович, А.Г. Ковалев, Н.Г. Левитов и др.), концепции личности (Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн), современные концепции мотивации (А.Н. Леонтьев, В.Г. Асеев, Е.П. Ильин, Р.А. Пилюян), научно-методические разработки мотивационных тренингов (В.С. Агеев, Д.К. Маркова, Е.Г. Бабушкин), концепция потребностей (А. Маслоу), исследование в области психологической подготовки подростков, взаимоотношений в учебно-тренировочной деятельности и результативности соревновательной деятельности (Г.Д. Бабушкин, Г.Б. Горская, Г.Д. Горбунов, О.В. Дашкевич, Е.П. Ильин, В.И. Марищук, Ю.Я. Киселев, Ю.А. Коломейцев, Р.А. Пилюян,

Ю.Л. Ханин, В.А. Зобков и др.), теория и методика спортивной тренировки (Л.П. Матвеев, В.П. Филин, В.Н. Платонов и др.).

Методы исследования. Для решения поставленных задач и проверки исходных предположений был использован комплекс взаимодополняющих методов исследования: изучение научной литературы и документации по указанной проблеме, теоретический анализ, обобщение, опрос, анкетирование, тестирование, педагогическое наблюдение, моделирование, педагогический эксперимент, методы измерения и математической обработки экспериментальных данных, их системный и качественный анализ, графическая интерпретация данных.

Диссертационное исследование проводилось в **три этапа**.

Первый этап (2009 – 2013 гг.) – поисковый. Анализировался и подытоживался отечественный и зарубежный опыт по проблеме исследования на основе философской, социологической, психологической и педагогической литературы. Были изучены работы ведущих специалистов в области исследования психологии учебной деятельности: Горбунова Г.Д. [39], Пилюяна Р.А. [123], Ильина Е.П. [69; 70], Шумилина А.П. [161], Бабушкина Г.Д. [13; 14; 15] и др. Обобщен собственный опыт по формированию мотивации и мотивов учебной деятельности, положительного отношения к занятиям спортом на долгие годы. Были осмыслены теоретические основы исследования. Результатом данного этапа стало определение цели диссертационной работы, постановка задач, выдвижение гипотезы, характеристика понятийного аппарата.

Второй этап (2013 – 2015 гг.) – экспериментальный. Посвящен разработке содержания формирующего эксперимента; изучению особенностей мотивационной сферы личности и типологических особенностей мотивации и мотивов подростков; выявлению доминирующих мотивов к занятиям различными видами спорта; исследованию отношения тренеров детско-юношеских спортивных школ к своей работе; изучению особенностей темперамента подростков, измерению устойчивости интереса к

занятиям спортом, уровня направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности. Разработаны и научно обоснованы педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования в сфере физической культуры. Проведены констатирующий, формирующий и контрольный эксперименты.

Третий этап (2015 – 2017 гг.) – завершающий. Анализировались полученные данные, формулировались выводы и определялись направления для дальнейших исследований. Подготовлен и оформлен текст диссертации.

База исследования.

Экспериментальная работа проводилась на базе учреждений дополнительного образования: СДЮСШОР №14 по плаванию и синхронному плаванию, СДЮСШОР №4 по легкой атлетике, СДЮСШОР №2 по художественной гимнастике, СДЮСШОР №1 по спортивной гимнастике, СДЮСШОР по боксу. Выборка исследования при проведении диагностических замеров составила 275 учащихся подросткового возраста.

Достоверность и обоснованность полученных результатов обеспечивается теоретическим обоснованием рассматриваемой проблемы, использованием комплекса методов, адекватных предмету и задачам исследования, достаточным объемом испытуемых, продолжительностью экспериментальной работы, положительными результатами проведенного эксперимента, корректной обработкой полученных экспериментальных данных.

Научная новизна результатов исследования.

Раскрыты понятие и структура мотива учебной деятельности.

Определены доминирующие мотивы учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования.

Выявлены ведущие факторы, влияющие на формирование мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования.

Установлены личностно-индивидуальные особенности подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования.

Разработана и научно обоснована педагогическая модель формирования мотивов учебной деятельности у подростков.

Разработаны и экспериментально обоснованы педагогические условия эффективного формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования.

Теоретическая значимость результатов исследования заключается в расширении представления о содержании и организации процесса формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования.

В исследовании:

- определено, что на сохранение и развитие мотивов учебной деятельности влияет реалистичное и конструктивное отношение подростка к успехам и неудачам;
- выявлена тесная взаимосвязь между мотивацией, самооценкой, уровнем притязаний и особенностями личности;
- установлено, что в работе с подростками необходимо учитывать изменения, происходящие в организме человека, связанные с перестройкой в телесной, психологической и социальной сферах;
- определена важность знаний тренером индивидуальных особенностей мотивации и темперамента подростков при построении учебно-тренировочного процесса;
- обобщены результаты исследований по проблеме формирования мотивации и мотивов учебной деятельности;
- выявлены особенности мотивации, мотивов и темперамента подростков в учреждениях дополнительного образования;
- установлена взаимосвязь между показателями мотивации достижения и особенностями темперамента подростка;

- определены уровни сформированности мотивов учебной деятельности и разработаны педагогические условия эффективного формирования мотивов учебной деятельности в учреждениях дополнительного образования.

Практическая значимость результатов исследования обусловлена их направленностью на повышение эффективности психологической подготовки обучающихся подросткового возраста.

Разработана педагогическая модель формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования.

Разработаны педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования.

Разработаны методические рекомендации для тренеров учреждений дополнительного образования для формирования мотивов учебной деятельности у подростков.

Результаты исследования могут применяться в учебно-тренировочном процессе детско-юношеских спортивных школ и в учреждениях дополнительного образования, а также при профессиональной подготовке специалистов по физической культуре и спорту.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Структура, направленность и особенность проявления мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования, имеет неоднозначный характер. При общей направленности подростков на достижение успеха, у них доминирует недостаточно устойчивый интерес к учебной деятельности. Преобладают мотивы учебной деятельности, связанные с получением эмоционального удовольствия и физическим самоутверждением.

2. На формирование мотивов учебной деятельности у подростков значительно влияют изменения, происходящие на телесном, социальном и психологическом уровне. При планировании учебно-тренировочного процесса тренеру следует учитывать индивидуальные особенности высшей

нервной деятельности и темперамента подростков. Для успешного выполнения заданий и игровой и соревновательной деятельности на учебно-тренировочных занятиях необходимо организовывать подгруппы по особенностям высшей нервной деятельности и темперамента подростков.

3. Формирование мотивов учебной деятельности у подростков в условиях учреждений дополнительного образования осуществляется через создание педагогических условий для развития, функционирования и стабилизации благоприятного отношения к занятиям спортом, своим возможностям, успеху, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, коллективу и тренеру.

Педагогическими условиями формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования являются: готовность педагогов к формированию мотивов учебной деятельности у занимающихся; планирование учебно-тренировочной деятельности и создание подгрупп на основе выявления у подростков особенностей темперамента и ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач, включение в учебно-тренировочный процесс теоретических бесед по вопросам мотивации учебной деятельности подростков; организация учебно-тренировочного процесса с использованием положительного подкрепления; создание на учебно-тренировочных занятиях ситуации успеха; применение личностно-ориентированного подхода в планировании учебной деятельности; организация внутринеурочной деятельности подростков с использованием восстановительных, культурных и досуговых мероприятий.

4. Реализация педагогических условий в психологической подготовке подростков приводит к улучшению посещаемости учебно-тренировочных занятий; росту результатов учебно-тренировочной и соревновательной деятельности; повышению уровня настойчивости, упорства и целеустремленности; усилению значимости мотива достижения успеха, спортивно-познавательного и рационально-волевого мотивов;

доминированию устойчивого интереса к учебной деятельности; преобладанию высокого уровня направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности; обеспечению адаптации подростков к соревновательной деятельности; получению удовлетворения от достигнутого результата.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялись в ходе экспериментальной работы в СДЮСШОР №14 г. Калининграда по плаванию. Основные теоретические положения, выводы и рекомендации обсуждались и получили одобрение на научно-практических конференциях: VIII международная научно-практическая конференция «Инновационные методологические технологии в теории и методике физического воспитания, спортивной тренировке, оздоровительной и адаптивной физической культуре» (г. Калининград, 23-26 сентября 2010 г.); научная практическая конференция студентов и аспирантов (г. Калининград, 10 октября 2010 г.); II международный научный конгресс «Проблемы физкультурного образования: содержание, направленность, методика, организация» (г. Калининград 10-13 ноября 2011 г.); международная научно-практическая конференция «Психологические, педагогические и медико-биологические аспекты физического воспитания и спорта» (г. Одесса, 19-26 апреля 2013 г.); III международный научный конгресс «Проблемы физкультурного образования: содержание, направленность, методика, организация» (г. Калининград, 23-27 октября 2013 г.); всероссийская студенческая научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры и студенческого спорта на современном этапе» (г. Саранск, 10 декабря 2013);

Результаты исследования отражены в 12 публикациях автора, 3 из них - в журналах из перечня ВАК.

Структура диссертации. Рукопись включает введение, три главы, выводы по главам, заключение, список литературы, приложения.

ГЛАВА 1. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1. Мотивы в структуре учебной деятельности

Проблема мотивов и мотивации поведения и деятельности – одна из самых актуальных в психологии, поэтому данной проблематике посвящено большое количество работ. Принципиально значимый вклад в теоретическое изучение мотивационной сферы человека и мотивов в отечественной психологии внесли такие ученые как В.Г. Асеев [9], В.И. Ковалев [75 ; 76], Л.И. Божович [23], Е.П. Ильин [69 ;70], Л.С. Выготский [29], А.Н. Леонтьев [93], В.С. Мерлин [105], В.Н. Мясищев [108], С.Л. Рубинштейн [133] и другие. Среди зарубежных следует отметить значительный вклад таких ученых как Дж. Аткинсон (Atkinson J.) [10], Маслоу (Maslow A.) [103], Х. Хекхаузен (Heckhausen H.) [156], К. Левин (Lewin K.) [89]. Анализ исследований авторов позволяет утверждать, что в определении сущности и структуры мотивации и мотивов существуют различные точки зрения. Недостатком существующих подходов в рассмотрении мотивации и мотивов является отсутствие системности. Однако всеми авторами подчеркивается тесная взаимосвязь мотивов, потребностей и целей.

В понимании сущности потребностей у многих исследователей наблюдается единство взглядов (табл.1).

Потребность – это первопричина поведения и активности человека. Потребность, с точки зрения П.В. Симонова, отражает нарушение равновесия между личностью и одной из систем организма [141].

Контент-анализ понятия «потребность»

Понятие	Сущность	Авторы
потребность	Как нужда (дефицит, профицит чего-либо)	Д.Н. Узнадзе В.С. Магун Ю.В. Шаров
	Как необходимость	Б.Ф. Ломов Д.А. Леонтьев Б.И. Додонов
	Как состояние (напряжения)	И.А. Джидарьян В.Н. Мясищев П.А. Рудик и др.
	Как системная реакция Как состояние, отражающее возникновение нужды Реакция организма на внутренние и внешние раздражители Реакция, вызванная появлением ощущения, переживания, желания	Е.П. Ильин П.А. Рудик Е. Клаперад
	Вторичные потребности: Потребность в знаниях и умениях Социальные потребности Потребности, становящиеся предпочтениями	П.В. Симонов А. Пьерон, К. Левин Е.П. Ильин

Анализируя различные подходы к определению потребности, Е.П. Ильин приходит к выводу, что потребность - это отражение в сознании нужды, которое часто переживается «как внутреннее напряжение и побуждающее психическую активность, связанную с целеполаганием» [69].

На основе потребности формируются: направленность, значимость и динамичность действия мотива.

В отечественной психологии сложилась определенная классификация потребностей, в которой авторы выделяют три уровня: материальные – потребности в пище, жилище, одежде, движении; духовные – потребность в познании себя и окружающей среды, в творчестве, в эстетических наслаждениях; социальные – потребности в труде, общении, признании другими людьми [103].

В зарубежной психологии одной из наиболее известных и популярных считается классификация потребностей А. Маслоу. В своей работе он предположил, что потребности человека врождённые (инстинктивные) и организованы в иерархическую систему доминирования [103].



Рис. 1. Пирамида потребностей по А. Маслоу

Практический психолог в спорте высших достижений Г.Д. Горбунов предложил включить в комплекс потребностей человека следующие: потребность в активности, в движении, потребность в деятельности, в соперничестве, потребность быть в группе, в самоутверждении, общаться, потребность в новых впечатлениях [39].

Согласно схеме анализа мотивационной сферы, разработанной С.Л. Рубинштейном, каждая осознаваемая человеком потребность порождает

направленность на определенные предметы или виды деятельности. Таким образом, зарождается стремление к определенному предмету, в результате чего появляется цель. Как отмечает автор, цель – это стремление человека к чему-либо, это заранее предполагаемый результат сознательной и направленной активности человека, а в качестве мотивов его деятельности выступают субъективные динамические силы [133].

Схожие положения у Л.И. Божович и В.С. Мерлин. У Л.И. Божович основу направленности личности составляет устойчивая иерархия ведущих мотивов поведения и деятельности человека [23]. В свою очередь В.С. Мерлин под направленностью понимает психические свойства, которые определяют общие направления деятельности, а психические свойства называет мотивами [105].

В «Словаре русского языка» С.И Ожегова дается следующее определение мотива: мотив – побудительная причина, повод к какому-нибудь действию [116]. Этот термин имеет французское происхождение и обозначает «побуждение».

В представлениях Е.П. Ильина о монистической концепции сущности мотива находит отражение одна из сторон мотива как основание действия, поступка, деятельности, поведения (табл. 2) [69; 70].

У Л. И. Божович в качестве мотива могут выступать представления, предметы внешнего мира, чувства, идеи, переживания, все в чем нашла воплощение потребность [23].

Мотивы занимают одно из ведущих мест в структуре личности, пронизывают ее структурные образования: характер, направленность личности, эмоции, психические процессы, способности [23].

Таблица 2

Контент-анализ понятия «мотив»

	Сущность	Авторы
	Как потребность	Д.В. Колесов

Мотив	Как цель (предмет удовлетворения потребности)	С.Л. Рубинштейн Л.И. Божович
	Как побуждение	Х. Хекхаузен В.И. Ковалев М.Ш. Магомед-Эминов А.А. Файзулаев
	Как намерение	К. Левин Л.И. Божович
	Как устойчивые свойства (личностные диспозиции)	М. Мадсен Х. Мюррей Дж. Аткинсон К.К. Платонов В.С. Мерлин М.Ш. Магомед-Эминов Б.В. Зейгарник
	Как состояние	Р.А. Пилоян Дж. Гилфорд Е.Р. Хилгард А.М. Мейерович
	Как формулировка Как психический процесс Как основание действия и процесса	К. Обуховский А. Левицкий В.Н. Мясищев И.В. Имедадзе
	Как удовлетворенность Как следствие достижение цели Как отношение к выполняемой деятельности	В.Г. Асеев А.Г. Ковалев П.М. Якобсон Т.А. Китвель И.Г. Столяр Н.Ф. Наумова

Анализируя различные подходы к определению сущности мотива, мы можем сделать вывод, что мотив – это особое состояние личности, психический процесс, который стимулирует к постановке цели и получению удовлетворения вследствие ее достижения.

В работе Е.П. Ильин выделяет функции, присущие мотиву: побуждающая, направляющая, стимулирующая, организующая и смыслообразующая функции [69].

Под устойчивостью мотива понимают устойчивость потребности и установок, мировоззрения, ценностей человека, его склонностей, интересов [24].

Анализ отечественной и зарубежной литературы показал, что единой классификации мотивов, которая удовлетворяла бы всех, не существует. В литературе выделяется несколько подходов в классифицировании мотивов, связанных:

- с пониманием сущности мотива (биологические и социальные, внешние и внутренние, личностные и общественные, эгоистические, идейные и нравственные);
- с видом активности (мотивы общения, игры, учения, профессиональной, спортивной и общественной деятельностью);
- с учетом их временной характеристики (ситуативные и постоянно проявляющиеся, кратковременные и устойчивые);
- с учетом их структуры (первичные, вторичные) [69; 70].

В своих исследованиях Г.И. Польшина отмечает, что изучение мотивов и знание мотивационной сферы людей особенно важна для видов деятельности, связанных с высокими физическими и психологическими нагрузками, к которым относится учебная деятельность в сфере физической культуры [125].

Учебная деятельность и ее компоненты изучаются в науке давно и плодотворно как зарубежными, так и отечественными специалистами. В настоящее время отсутствует однозначное толкование понятия «учебная деятельность» (табл. 3).

Таблица 3

Анализ понятия «учебная деятельность»

Понятие	Сущность	Авторы
учебная	ведущий тип деятельности, форма социальной активности, которая проявляет себя с помощью познавательных и предметных действий	К.Д. Ушинский А.К. Маркова П.Я. Гальперин Н.Ф. Талызина

деятельность	один из видов деятельности, который направлен на усвоение теоретических знаний и связанных с ними умений и навыков	Д.Б. Эльконин В.В. Давыдов
--------------	--	-------------------------------

Учебная деятельность в сфере физической культуры, по мнению И.А. Алешкова, имеет специфические особенности и отличается от других видов деятельности по следующим компонентам:

- а) стремлением к совершенствованию и достижение высоких спортивных результатов;
- б) большими физическими и психическими нагрузками;
- в) силой, глубиной и динамичностью эмоциональных переживаний [3].

Исследуя учебно-тренировочную деятельность, Г.Д. Бабушкин отметил ряд психологических особенностей. Наиболее важной из них является ориентация на высокие эмоциональные нагрузки и предельный уровень спортивных достижений. Это в свою очередь связано с остротой соперничества, со значимостью результатов деятельности, а также публичностью выступлений в соревнованиях [13; 14; 15].

Рассматривая психологическую структуру учебно-тренировочной деятельности, мы основывались на исследованиях О.В. Дашкевича [53], Т.Т. Джамгарова [57], В.А. Демина [55], Г.Б. Горской [43], С.Д. Неверковича [111], А.Ц. Пуни [129], А.В. Родионова [132], Н.Б. Стамбуловой [143] и других авторов, работы которых посвящены различным аспектам спортивной деятельности. Анализ концепций показывает, что авторы рассматривают учебно-тренировочную деятельность как совокупность операций, действий, а также поведенческих комплексов.

Одна из наиболее распространенных концепций учебно-тренировочной деятельности – концепция Н.Б. Стамбуловой, предложившей общий подход в рассмотрении психологической структуры учебно-тренировочной деятельности, в котором она выделяет три блока: мотивы, средства и результаты деятельности [143].

Предложенная А.Н. Леонтьевым модель учебно-тренировочной деятельности включает деятельность, мотивы, действия, цели, операции и условия [92].

Некоторые отечественные спортивные психологи (А.Ц. Пуни [129], Г.Д. Горбунов [39], Н.Б. Стамбулова [143], П.А. Рудик [134] и другие.) выделяют объективные условия деятельности, которые включают в себя особенности тренировочного занятия, соревнований и внешней среды и субъективных условий, к которым относятся особенности психических процессов, качеств и свойств личности, мотивации.

Психолог Р.М. Найдиффер предложил рассматривать учебно-тренировочную деятельность с нескольких сторон: сам обучающийся, требования предъявляемые к выбранному виду спорта, взаимосвязь между спортсменом и соревновательной ситуацией [109].

Опираясь на определения и представленную структуру учебно-тренировочной деятельности в ее ценностном потенциале, можно выделить следующие компоненты: двигательный, социальный, интеллектуальный и мотивационный.

На наш взгляд, в практике физического воспитания основное внимание уделено формированию двигательного компонента. Остальным компонентам уделяется недостаточно внимания, что в свою очередь не дает освоить двигательный компонент учебно-тренировочной деятельности в полной мере.

В исследованиях Г.Д. Бабушкин [14] выявил, что в продолжительности и эффективности занятий спортом существенная роль принадлежит мотивам. Исследования Дж. Аткинсона [10], Д. Маккелланда [99]; А.Ц. Пуни [129]; Ю.Ю. Палайма [119]; Т.Т. Джамгарова [57]; Р.А. Пилюяна [123]; А.Л. Попова [127]; Е.Г. Бабушкина [12]; Р. Уэйнберга и Д. Гоулда [148]; А.П. Шумилина [161] также подтверждают, что мотивы занимают одно из ведущих мест в структуре учебно-тренировочной деятельности.

Спортивную мотивацию Р.А. Пилоян [123] определяет «как особое состояние личности спортсмена, формирующееся в результате соотнесения им своих способностей и возможностей с предметом спортивной деятельности, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата».

Согласно представлениям автора, структура спортивной мотивации включает три основания:

- побудительные (духовные потребности: исполнение общественного долга, самовыражение, самоутверждение; удовлетворение материальных потребностей);

- базисные (заинтересованность спортсменов в благоприятных условиях учебно-тренировочной деятельности, в получении знаний и навыков);

- процессуальные (заинтересованность спортсмена в получении знаний о своих противниках, в отсутствии психологических влияний) [123].

Для учебно-тренировочной деятельности характерно разнообразие мотивов. Это связано с большими физическими и психологическими нагрузками.

Ученый Е.П. Ильин выделяет два вида мотивации, с учетом роли внешних и внутренних факторов: внутреннеорганизованная и внешнеорганизованная. Внутренняя мотивация является наиболее действенной [69; 70].

Исследуя структуру спортивной мотивации, Е. Г. Бабушкин выделяет тренировочную и соревновательную мотивации [16].

Соревновательная мотивация включает следующие составляющие: мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудачи [16].

Реакции людей, мотивированных на успех и избегания неудачи приведены в таблице 4.

В работе Е.П. Ильина выделяются мотивы:

- связанные с процессом деятельности (потребность в движении, получение эмоций, связанных с соревнованиями);
- связанные с достижением результата (удовлетворение материальных и духовных потребностей, стремление к самосовершенствованию, самоутверждению) [70].

Таблица 4

Реакции людей, мотивированных на успех и избегание неудачи

Фактор	На достижение успеха	На избегание неудачи
Цель	конкретная, положительная	избежать неудачи
Задачи	средние или слегка повышенной трудности; интерес к задаче после неудачи растёт и результат улучшается	наиболее легкие или наиболее трудные; интерес к задаче после неудачи падает; результат повышается в случае успеха
Деятельность	активная; индивид выбирает средства и предпочитает действия, направленные на достижение цели; уверен в успехе	неуверенность в себе; боится критики; тяготится деятельностью
Отношение	рассчитывает на одобрение других людей	игнорирует информацию о своих способностях; нереалистичный уровень притязаний
Эмоции	всегда положительные	отрицательные
Психофизиология	мобилизация всех ресурсов; сосредоточенность внимания на цели	мобилизации нет; «дефицит внимания»
Требования к себе	высокие	низкие

Как отмечает А.В. Шаболтас, разнообразие мотивов находится в тесной взаимосвязи с социальными функциями учебно-тренировочной деятельности. Субъективная значимость мотивов зависит от ценностных ориентаций самой личности [157].

В структуре мотивации учебно-тренировочной деятельности Н.И. Пономарев выделяет мотивы, связанные с формированием личности, ее

интеграции и социализации, с укреплением и сохранением здоровья, совершенствованием физических способностей, активным отдыхом и развлечением, культурными связями, общением и др. [126].

Ведущим мотивом занятий спортом является престиж, то есть стремление человека самоутвердиться в обществе – так считают Т.Н. Бостанджиева [26], Н.И. Мешков и Д.Н. Мешков [106].

Некоторые исследователи (Л.Р. Пайгина [118], Г.И. Польшина [125], Л.К. Серова [140] и др.) делят мотивы на общественные и индивидуальные.

В свою очередь О.В. Дашкевич и В.А. Зобков [53] отмечают два типа мотиваций: с доминированием лично-престижных мотивов и спортивно-деловая мотивация.

С их точки зрения спортивно-деловая мотивация проявляется в постановке спортсменом высоких перспективных целей. Спортсмены с таким типом мотивации характеризуются эмоциональной устойчивостью и большой увлеченностью занятиями спортом. Одна из важнейших характеристик спортивно-деловой мотивации – осознанность общественной значимости учебно-тренировочной деятельности и перспектив роста спортивного мастерства [53].

Спортсмены у которых преобладают лично-престижные мотивы ориентированы исключительно на оценку своих личных спортивных результатов, увлечены личным самоутверждением. В связи с этим возрастает эмоциональная неустойчивость в условиях соревнований и неадекватная самооценка [53].

Мотивы, соответственно сложности и многообразию самой спортивной деятельности подразделяются П.А. Рудиком:

1. на непосредственные мотивы:

- удовлетворение от проявления мышечной активности;
- эстетическое наслаждение красотой и ловкостью движений;
- стремление проявить себя смелым и решительным;
- удовольствие, вызываемое от участия в соревнованиях;

- стремление добиться рекордных результатов;
- 2. на опосредствованные мотивы:
 - стремление стать сильным, крепким, здоровым;
 - стремление подготовить себя к практической деятельности;
 - чувство долженствования;
 - осознание общественной важности спортивной деятельности [134].

Практический психолог Р.М. Загайнов различает спортсменов с положительной и отрицательной мотивацией [66]. Как отмечает автор, спортсменов этих типов связывает стабильно высокая мотивация на основную деятельность. Спортсменов с нестабильной мотивацией автор объединяет в три группы:

- «артистический» - воодушевляют спортсмена внешние атрибуты, такие, как зритель, популярность, публичность деятельности;
- «интеллектуал» - спорт для спортсмена то поле деятельности, где он, изучая себя и свои возможности, готовится к иной профессиональной деятельности;
- «хрупкий» - не терпящий диктаторства и грубости, тяжело переживающий кризисы и поражения [66].

В работах Г.А. Кузьменко [82 – 86] подчеркивается, что мотивы учебно-тренировочной деятельности могут быть связаны как с деятельностью (внутренние мотивы), либо выходить за ее рамки (внешние мотивы).

Внешние мотивы у спортсменов проявляются в следующем: учебно-тренировочный процесс как вынужденное поведение; соревнование как привычное функционирование; спорт ради престижа и лидерства, стремления оказаться в центре внимания. Спортсмены с такого рода мотивацией абстрагированы от самого процесса деятельности, им важен чистый результат [82; 84].

Внешние мотивы могут иметь:

- *деловую* составляющую, когда результатом является поощрение или наказание;
- *состязательную* – когда ребенок стремится самоутвердиться на основании успеха по сравнению с товарищами по команде либо с самим собой [82; 84].

Внутренние мотивы проявляются в собственном развитии в процессе учебно-тренировочных занятий, взаимодействии с другими и для других, познание неизвестного и нового [85; 86].

Как отмечает Г.А. Кузьменко, внутренние мотивы являются наиболее сильными за счет побудительного потенциала. Они отличаются от внешних большей связанностью с самой личностью спортсмена, с его сущностью [84].

В учебно-тренировочном процессе следует стремиться к становлению внутренней мотивации. Однако в ходе соревновательной деятельности ведущей может стать внешняя мотивация, когда спортсмен переключается на выполнение установок тренера [82 – 86].

В исследованиях зарубежных психологов Хельмрайх Р. и Спенц Г. (Spence J T & Helmreich R L.) приводится несколько иная структура мотивов: стремление к активности в выполнении деятельности; достижение совершенства и мастерства; состязательность; ориентация на возможные негативные последствия успеха [172].

Мотивы учебно-тренировочной деятельности отличаются динамичностью проявлений. В процессе спортивной карьеры у спортсмена наблюдается динамика мотивов. На основе научно-практических исследований мотивов учебной деятельности А.Ц. Пуни выявил следующую динамику развития мотивов, побуждающих к занятиям спортом:

1. *Начальная стадия занятий спортом*: когда мотивы характеризуются многообразием интересов; имеют непосредственный характер; связаны с условием обучающей среды, которая благоприятствует занятиям данным видом спорта; часто включают в себя элементы долга.

2. *Стадия специализации в избранном виде спорта*: проявляется в

достаточно устойчивом интересе к определенному виду спорта; желании развить обнаруженные способности; готовности к закреплению успеха; расширению специальных знаний, стремлении к приобретению более высокой степени тренированности.

3. *Стадия спортивного мастерства*: характеризуется поддержанием достигнутых результатов на высоком уровне, желанием добиться больших успехов; содействием развитию данного вида спорта, передачей своего опыта молодым спортсменам [129].

Чешские психологи В. Гошек, М. Ванек, Б. Свобода, понимая под мотивацией – занятия спортом ради здоровья, движения и физического развития выделили следующие стадии: генерализации, дифференциации, стабилизации и инволюции (табл.5) [46].

Таблица 5

Концепция динамики мотивации учебно-тренировочной деятельности

1-я стадия генерализация	2-я стадия дифференциация	3-я стадия стабилизация	4-я стадия инволюция
Результативность начальная	Результативность выше среднего уровня Мотивация: дифференцированная непосредственная положительная	Результативность максимальная Мотивация: специфическая (узкая) опосредованная отрицательная	Результативность высокая, но постепенно снижающаяся Мотивация: специфическая ближе к непосредственной положительная

Как отмечают авторы, для стадии генерализации характерны эмоциональная окраска, сильное влияние внешних факторов и непостоянство состава спортивных групп [46].

Стадия дифференциации определяется наличием таких мотивов спортивной деятельности, как самоутверждение и соперничество. Потребность в двигательной активности отодвигается на второй план.

Эмоциональный мотив дополняется более рациональным, связанным с изучением содержания и теории выбранного вида спорта [46].

Стадия стабилизации характеризуется преобладанием мотивов самоутверждения, которые связаны с желанием добиться высоких показателей в спортивной деятельности [46].

Стадия инволюции связана со снижением результативности, основным мотивом здесь становится занятие спортом ради самой деятельности [46].

По мнению В. Гошека и соавт. [46], развитие мотивационной структуры занятий спортом индивидуально, периоды различаются по выраженности и дифференциации.

По мнению А.В. Шаболтас [157], динамика формирования мотивов учебно-тренировочной деятельности у молодых спортсменов (возраст 10-17 лет) проходит две стадии: первая – принятие общественно одобряемых целей занятия спортом, вторая – формирование личностного отношения. Независимо от возраста структурирование мотивов занятий спортом начинается после 2-3 лет занятий спортом [157]. В развитие мотивов А.В. Шаболтас определила следующую закономерность: мечта о высоких достижениях, эмоциональное отношение к занятиям спортом, удовольствие от занятий, определенная прагматичность и рациональность по отношению к спортивной деятельности [157].

Изучая гендерный подход к мотивации учебно-тренировочной деятельности, А.С. Дамадаева [52] распределила мотивы по значимости их для определенного пола (табл.6). Как считает автор, спортсмены мужского и женского пола довольно существенно различаются между собой в значимости тех или иных мотивов спортивной деятельности. Корреляционный анализ данных показал, что различия мотивов учебно-тренировочной деятельности усиливаются по мере возрастания стажа занятий спортом [52].

Таблица 6

Иерархия мотивов учебно-тренировочной деятельности у спортсменов мужского и женского пола [52]

Ранг	Спортсмены	Спортсменки
1	Потребность в славе	Физическое совершенство
2	Мотив материальных благ	Потребность в одобрении
3	Развитие характера	Мотивация общения
4	Получение удовольствия и острых ощущений от занятий	Потребность в славе
5	Мотив познания	Коллективизм
	Потребность в одобрении	Приобретение полезного опыта
6	Физического совершенства	Развитие характера
7	Коллективизм	Получения удовольствия и острых ощущений от занятий
8	Приобретение полезного опыта	Мотив познания
9	Улучшение самочувствия	Улучшение самочувствия
10	Мотивация общения	Мотив материальных благ

От силы и устойчивости мотивов зависит успех спортсмена в учебно-тренировочной деятельности. Эти характеристики и являются заботой тренера. Однако чрезмерная сила мотива (показать высокий результат, победить) может дать обратный результат. При этом необходимо учитывать закон Йеркса-Додсона, в котором автор соглашается, что усиление стимуляции повышает эффективность деятельности и обучения, но сверхсильная мотивация снижает и то и другое [163].

На мотивацию можно влиять, используя различные виды стимулов:

1. Похвала, поощрение, порицание и наказание.
2. Соревновательная ситуация.
3. Присутствие болельщиков, значимых людей.
4. Влияние общественного внимания.
5. Наличие конкретной цели, перспективы.
6. Материальное поощрением [161].

От самооценки спортсменами своих личных качеств зависит проявление мотивов учебно-тренировочной деятельности. В исследованиях А.В. Шаболтас важными параметрами самооценки являются: уверенность в

себе, удовлетворенность спортивными результатами, состояние здоровья, уважение, авторитет. В частности, уверенность в себе спортсмена тесно связана с его успехами на соревнованиях, мотивом достижения успеха и эмоциональной окраской деятельности. Правильное отношение к успехам и неудачам, умение объяснить причины результата в наибольшей степени способствуют поддержанию спортивной мотивации и сохранению устойчивости самооценки [157].

Необходимо отметить связь между постановкой цели и мотивами. Спортсмен выбирает цель, трудность которой характеризует уровень притязаний на поприще спортивной деятельности. Завышенный уровень притязаний приводит к негативному психическому состоянию из-за несоответствия желаний имеющимся возможностям [27].

Плохо сформулированные цели делают непонятными пути их достижения, при осуществлении конкретных целей потребность и способность к саморазвитию проявляется и реализуется у спортсмена легче и быстрее [69; 115].

Анализ многочисленных исследований авторов показал, что для определения поведения недостаточно иметь актуальную потребность и предмет ее удовлетворения. Необходимы наличие и учет многих внешних и внутренних факторов [59; 60] (Рис.2).

Мотивирующие факторы подразделяют на [86]:

- 1) потребности и инстинкты как источники активности;
- 2) мотивы как детерминанты поведения;
- 3) эмоции как регуляторы поведения.

Обуславливая развитие мотивации в ходе учебно-тренировочной деятельности взаимодействием внутренних и внешних факторов, Е.Б. Кузьмин определил, что она изменяется на протяжении этой деятельности [86]. К внутренним факторам развития мотивации автор относит: задатки двигательных способностей, возраст и отношение к деятельности с

определенным содержанием. К внешним факторам – социальное окружение, общественные традиции, отношение к личности спортсмена [86].

Динамика внутренних факторов приводит к созданию целей и задач занятий спортом, которые взаимодействуют с личностно-значимыми потребностями и с возможностями выполняемой деятельности [86].

Внешние факторы проявляется в совершенствовании условий организации учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности [86].

По мнению Х. Хекхаузена, такой фактор, как способности, определяет мотивационную сферу, от мотивации зависит использование человеком своих функциональных способностей [156].

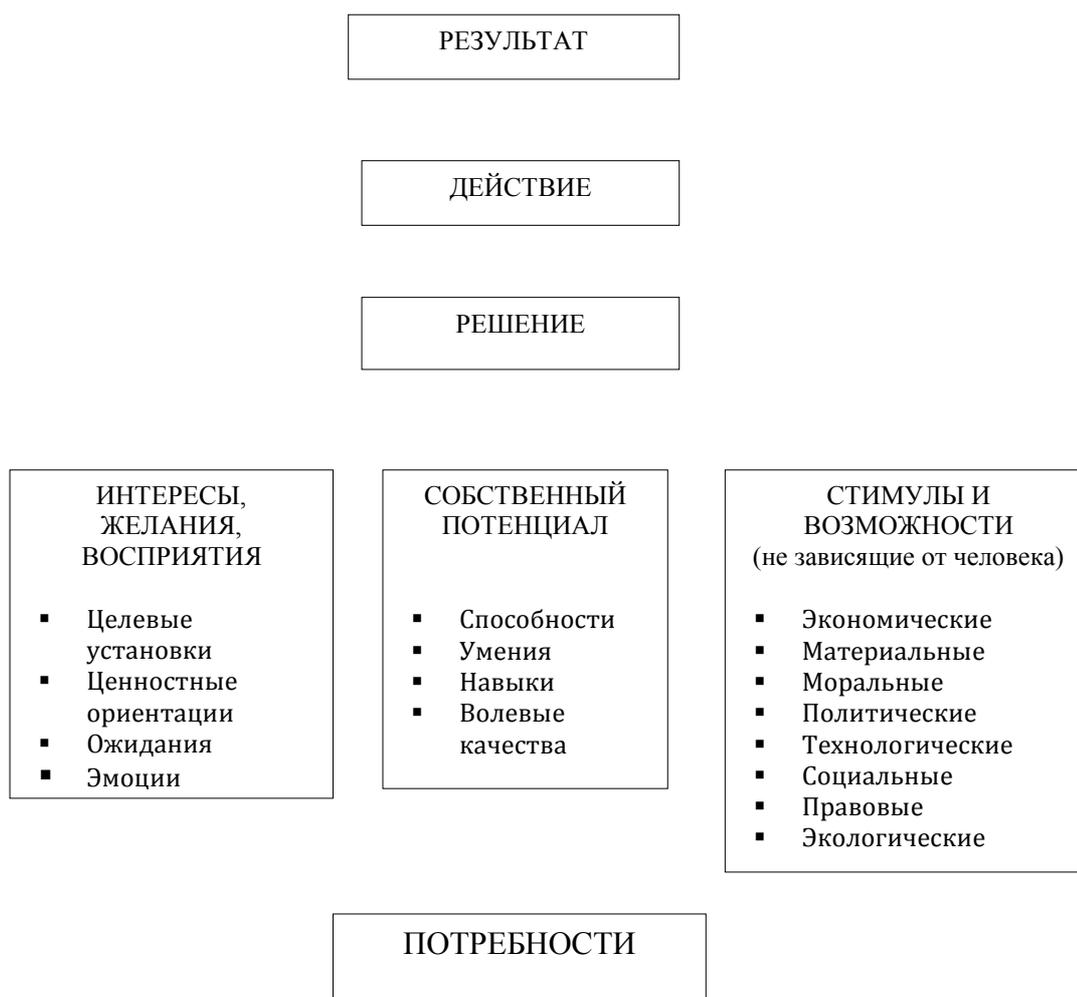


Рис. 2. Факторы, обуславливающие поведение человека

В результате анализа литературы, можно сделать вывод, что мотивы и мотивация в структуре личности занимают одно из ведущих мест. Мотивация пронизывает все структурные образования: характер, способности, эмоции, психические процессы, направленность личности.

Мотивация – это процесс непрерывного выявления значимого и незначимого в окружающем мире, который определяет уровень активности человека для достижения конкретных целей деятельности и направленность в конкретный момент времени через выбор между различными возможными действиями. На выбор влияют потребности, мотивы, эмоции, ценностные ориентации, представление человека о себе, мировоззрение, социальные условия, ожидаемые оценки, самооценка своих возможностей и способностей.

Мотивы учебно-тренировочной деятельности определяются как побуждение к деятельности; осознаваемая причина, которая лежит в выборе действий и поступков самой личности спортсмена.

Выделяют мотивы, которые связаны с процессом учебно-тренировочной деятельности (потребность в движении, наслаждении, стремление к состязанию, активному отдыху и развлечению, стремлению к предельным физическим нагрузкам, к состоянию стресса и его преодолению), и мотивы, связанные с результатами учебно-тренировочной деятельности (стать сильным, здоровым, добиться красивого телосложения, совершенствовать физические способности; сформировать личность: закалить волю, стать мужественным; испытать физические и психические возможности; повысить социальный статус, подготовиться к профессиональной деятельности, достичь высоких спортивных результатов).

Определено влияние мотивов на характер тренировочной деятельности и соревновательный результат, а также повышение результативности соревновательной деятельности на усиление внешних мотивов.

Уверенность в себе, удовлетворенность спортивными результатами, влияют на силу мотивов учебно-тренировочной деятельности.

На сохранение и развитие мотивов учебно-тренировочной деятельности оказывает влияние реалистичное и конструктивное отношение спортсмена к успехам и неудачам.

При постановке целей надо стремиться к конкретности, реальности, ясности, определять субъективную и общественную значимость, выделять близкие, промежуточные и отдаленные цели.

Уровень притязаний спортсмена характеризуется трудностью выбираемой цели. На уровень притязаний влияет мотив самоутверждения, субъективная оценка своих возможностей, личностно-индивидуальные особенности спортсмена: уверенность в себе, устойчивость нервной системы, способность оценивать свои возможности.

Результаты исследований говорят о тесной взаимосвязи между мотивацией, самооценкой, уровнем притязаний и особенностями личности. Эти взаимосвязи необходимо учитывать при формировании мотивационной сферы спортсменов.

Формирование мотивов является ключевым моментом в привлечении человека к систематической деятельности любой направленности, в том числе к занятиям спортом. Поэтому поиск путей формирования мотивов учебно-тренировочной деятельности у подростков – важный аспект деятельности тренера.

1.2. Современные взгляды на проблему формирования мотивов учебной деятельности у подростков в сфере физической культуры

Анализ современных теоретических и практических исследований по вопросам формирования мотивов учебной деятельности у подростков позволил установить, что на данный момент среди авторов отсутствует единство и четкость определения данной области знаний. Проблема формирования мотивов выступает одной из наиболее сложных и менее разработанных в психологии, хотя изучению различных аспектов мотивации и мотивов посвящено значительное число работ отечественных и зарубежных психологов (А. Н. Леонтьев [92], А. Маслоу [103], С. Л. Рубинштейн [133], Х. Хекхаузен [156], Е. П. Ильин [70] и др.), вопросам мотивации спортивной деятельности (Г. Д. Бабушкин [13; 14], Е. Г. Бабушкин [16], Е. П. Ильин [70], Р. А. Пилоян [122], А. Д. Суханов [142], А. Ц. Пуни [129], Т. Т. Джамгаров [57] и др.).

Процесс формирования мотивов, как мы выяснили, рассматривается в различных направлениях.

В исследовании нравственных отношений подростков к учебной деятельности М.Л. Журкиной подчеркивается важность внесения изменений в содержание учебно-тренировочного процесса:

- совершенствование содержания и форм учебно-тренировочных занятий;
- активизация досуговой деятельности спортсменов;
- поддержка самовоспитания, направленная на осознание и активное разрешение внутренних противоречий юного спортсмена [65].

Автор отмечает необходимость использования принципов личностно-ориентированного подхода:

- усложнение учебной деятельности по содержанию, объему и социальной значимости;
- формирование условий для проявления инициативы и самостоятельности в учебной деятельности;
- создание благоприятных отношений тренера с членами команды, родителями [65].

Процесс изменения содержательной и динамической сторон мотивов в связи с изменением условий, форм выполняемой деятельности одним из первых отметил Е.Г. Бабушкин [12]. В этом автор усматривает воспитание обучающихся в процессе длительных занятий спортом. В своих исследованиях он выявил причины снижения мотивации обучающихся, такие как преждевременное участие в соревнованиях и неудовлетворительная организация тренировочных занятий. Исходя из этого автор предлагает два направления формирования мотивов:

- использование мотивационных тренингов (личностной причинности, причинных схем, мотивации достижения, внутренней мотивации);
- посредством удовлетворения актуальных потребностей (физиологических, потребности в безопасности, в социальных связях, в уважении, самоактуализации) [12].

Ученый Е.Г. Бабушкин предлагает использовать психологические механизмы «снизу вверх» и «сверху вниз». «Снизу вверх» - это организация условий и мероприятий, использование средств, которые делают важными формируемые мотивы. «Сверху вниз» - усвоение юным спортсменом целей, установок, ценностей, мотивов, которые должны превратиться из понимаемых, предъявленных ему в готовом виде, во внутренние действующие [12].

С целью формирования тренировочной мотивации Г.Д. Бабушкин и Е.В. Кулагина предлагает создавать устойчивый интерес к занятиям, положительный эмоциональный фон на тренировках, объяснять значимость занятий спортом в личной жизни для формирования личностного смысла, ставить реально достижимые цели и учить ставить цель самостоятельно, формировать дружественные отношения в команде, предотвращать негативные психические состояния, поддерживать сформированные мотивационные установки и создавать благоприятные условия для появления новых, используя психологические механизмы «снизу вверх» и «сверху вниз» [13].

Для формирования соревновательной мотивации, по мнению Е.Г. Бабушкина и Е.В. Кулагиной, необходимо обеспечить подготовленность к участию в соревнованиях, выявить недостатки и сильные стороны соперников, поставить цели в соответствии с подготовкой спортсменов, смоделировать соперников в тренировочной деятельности, актуализировать мотивы участия в соревнованиях. Формирование мотивации достижения происходит при соблюдении следующих положений: формирование мотива достижений, самоанализ результатов соревновательной деятельности с поиском причин, оптимальная тактика постановки цели, поддержка со стороны тренера и товарищей по команде [13].

В своих работах Н.В. Глазырина опирается на формирование нескольких компонентов учебно-тренировочной деятельности, а именно интеллектуального и мотивационного, считая последний наиболее важным. В основу педагогической технологии она включает методику сопряженного комплексного воздействия, ранее не применявшуюся в спорте. В рамках разработанной технологии предлагается активизация учебной деятельности детей, решение интеллектуальных задач, самоконтроль за состоянием физической подготовленности. Автор отмечает, что педагогическая коррекция ценностных ориентаций мотивационной сферы будет оказывать стимулирующее воздействие на процесс создания интеллектуального и двигательного компонентов учебно-тренировочной деятельности [37].

В исследованиях В.В. Ястребова говорится о создании ситуации успеха, способствующей формированию мотивов учебно-тренировочной деятельности у обучающихся подросткового возраста. Автор опирался на появление эмоционального удовлетворения от результатов деятельности, стабилизацию эмоций, возникновение чувства уверенности в своих силах. В учебно-тренировочных занятиях применялись методические приемы создания ситуации успеха [166].

Изучая свойства нервных процессов и формирующиеся в процессе социального опыта свойства личности, А.В. Канатов выделил взаимосвязь их

с мотивами. На основе этого была выстроена работа по формированию мотивации баскетболистов, включающая: создание благоприятных взаимоотношений в спортивной команде между спортсменами, с помощью проведения внутренировочных досуговых мероприятий, использование мотивационных тренингов, организация командного взаимодействия, удовлетворение потребностей в движении и самосовершенствовании. Автор предлагает проводить анализ низкой результативности соревнований, объясняя результат недостаточностью прилагаемых усилий на тренировках и соревнованиях [73].

Формировать понимание взаимосвязи достижений с прилагаемыми усилиями предлагают также Г.Б. Горская, Т.Е. Лапко [44], советуя использовать для этого программы мотивационных тренингов достижения успеха и причинных схем.

Исследуя мотивацию учения школьников, А.К. Марковой установлено, что позитивное влияние на мотивацию определяет причинная схема, объясняющая неуспех недостатками собственных усилий. Эта схема является наилучшей для сохранения и формирования мотивации в случае неуспеха. К тому же успех, приписанный внешним факторам, вызывает обычно меньше чувства гордости и удовлетворения, чем успех, приписываемый действию внутренних факторов: усилиям, способностям [102].

А.В. Шаболтас предлагает формировать у занимающихся чувство ответственности, самостоятельность при выполнении учебных заданий, чувство долга в достижении результатов [157].

Управляя формированием мотивации, американский ученый Д.Б.Кретти рекомендует собрать информацию о социальном положении, эмоциональной структуре обучающихся для понимания мотивов [80]. Необходимо терпеливо и внимательно относиться к возможным изменениям мотивации, чтобы помочь занимающимся перестроиться и определиться с продолжением занятий спортом. Тренер не должен руководствоваться

эмоциями, высказывания должны быть продуманными и аргументированными [80].

Как отмечает И.И. Бойко, проведение мотивационных тренингов оказывает положительное влияние на устойчивость мотивации учебно-тренировочной деятельности [24]. Эти тренинги направлены на снятие повышенного возбуждения и напряжения, которые позволяют сформировать навыки саморегуляции в предсоревновательный период, на развитие спортивно-важных личностных качеств, которые формируют способность к концентрации внимания, открытость чувствам во взаимоотношениях, доверия к себе как к организму. Немаловажным является тренинг направленный на развитие волевых качеств, таких как смелости, решительности, самостоятельности, инициативности. Включение данных мер в учебно-соревновательный процесс, по мнению автора, будет способствовать повышению психологической надежности спортсмена, подведению его к состоянию наивысшей готовности и реабилитации после неудачного выступления [24].

Социально-психологические тренинги, основанные на выявленных взаимосвязях между доминирующими мотивами и психологическими свойствами личности обучающихся, в своих исследованиях использовала И.Н. Семичева, доказав их эффективность и положительное влияние на формирование и поддержания мотивационного потенциала и результативности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Автор отметила, что именно стремление обучающегося к самопознанию и самосовершенствованию – залог проявления их результативности и достижения максимальных спортивных результатов, что особенно важно для подростков [139].

Уделяя большое значение психологической подготовке спортсмена, К.К. Марков рекомендует учитывать, что:

- формировать победителя необходимо с учетом заранее известных и фиксированных аспектов, таких как соперник, уровень собственной подготовки и т.д.;
- мотивация развивается только при более внимательном отношении к процессу развития игрока, а не только к его результатам;
- для создания и развития мотивации требуется баланс между желаниями и способностями спортсмена, а также предъявляемыми к нему требованиями;
- долговременные, отдаленные цели могут быть не слишком интересны спортсмену ввиду возможности возникновения сомнений по поводу их реальности;
- использование соревновательного метода в тренировках;
- спортсмен должен знать, что поражение и победа кратковременны [101].

Развитие мотивации рассматривается американским психологом Р.Д. Чармсом (De Charms R.) как «развитие ощущения, что человек сам является причиной своего поведения и всех его последствий». Изменение восприятия самого себя отражается и на поведении, и на мотивации. Они становятся стабильными и конструктивными [170;171].

Мотивация достижения успеха будет действовать, по мнению Х.Хекхаузена, при соблюдении следующих требований: деятельность оставляет осязаемый результат; результат оценивается количественно и качественно; требования к учебной деятельности не должны быть высокими, но и не слишком низкими; для оценки нужна шкала и в рамках этой шкалы – определенный нормативный уровень, который будет считаться обязательным; достижение этого уровня может вызывать гордость, недостижение – разочарование [156].

В то же время С.В. Сафоненко [138] изучала стремления подростков к личностным достижениям в физкультурно-спортивной деятельности. Автор определила педагогические условия, обеспечивающие формирование этого стремления. Она считает, что основополагающим условием является организация тренером учебно-тренировочного процесса, стимулирующего

личностное развитие спортсменов. В программу занятий были включены: мотивационный, организационно-практический и оценочный разделы, обеспечивающие развитие навыков самоконтроля и самооценки себя как личности, формирования навыков планирования и прогнозирования результатов, самореализацию в соревновательных ситуациях. Необходимо, как отмечает С.В. Сафоненко, исключать снижение самооценки занимающихся и ситуаций не успеха, отрицательную оценку действий со стороны педагога и команды, а также формирование мотивации избегания неудач [138].

Создание мотивации достижения у юных спортсменов, считает И. Тилиндене, происходит при наличии дисциплинированности, строгого порядка, сплоченности товарищей команды, системы поощрений, преобладании у тренера авторитарного стиля управления на тренировке и демократического во внутренировочное время [146].

Изучая мотивацию достижения, М.Н. Фирсов отметил, что теоретическое осмысление мотивации самим спортсменом – существенный фактор формирования ее в процессе учебно-тренировочных занятий. Автор полагает, что знания теоретических основ спортсмен может использовать в целях саморегуляции поведения, меняя иерархию мотивов, актуализируя определенные мотивы и привлекая дополнительные. Благодаря этому тренер и спортсмен могут ставить цели и достигать их, развивать интерес к деятельности, использовать коллектив для побуждения к деятельности отдельного человека [154].

Индивидуальный подход необходим, по мнению В.А. Сальникова, при формировании мотивации достижения у спортсмена. Перед каждым спортсменом ставится конкретная цель с учетом его способностей, возможностей, прошлого опыта, состояния в настоящем. Достижение цели укрепляет мотивацию. Фундаментом формирования цели является уже сформированная структура спортивной мотивации [137].

Мотивационная саморегуляция рассматривается в работе Л.П. Гримак. Автор говорит, что в психологии используются два механизма - непосредственная и опосредованная саморегуляция (путем логического мышления и через медитацию) [48].

Концептуальным положением разработанной В.Б. Антипиным [7] методики является удовлетворение актуальных потребностей спортсменов. Проведение методики предполагает изучение потребностей на начальных этапах занятий, выбор методов и средств для удовлетворения выявленных потребностей каждого занимающегося и внедрение их в учебно-тренировочный процесс, контроль проявления и удовлетворения потребностей. Автор доказал, что уровень мотивации можно повысить с помощью удовлетворения таких потребностей, как защита от физических и психологических опасностей, активный отдых, признание и самоактуализация, личные достижения. В.Б. Антипин подчеркивает, что при управлении процессом формирования мотивации важным аспектом становится учет индивидуальных особенностей обучающихся, их увлечений, способностей и интересов [7].

Специалист в области психологии спорта А.В. Уколов считает, что процесс мотивации поведения через потребности бесконечен. С развитием спортсмена расширяются его потенциальные возможности, поэтому потребность в самоактуализации не может быть удовлетворена полностью [149; 150]. Автор приходит к выводу, что удовлетворение актуальных потребностей младших школьников укрепляет уверенность в себе, повышает чувство собственного достоинства, формирует положительное отношение к тренеру и в конечном итоге к учебно-тренировочным занятиям, готовности к дальнейшему самосовершенствованию [149]. Предполагая, что в группах начальной подготовки первого года обучения мотивация у детей должна быть направлена на учебно-тренировочный процесс, А.В. Уколов отмечает, что участие в соревнованиях должно быть с учетом психической и технической подготовленности и носить добровольный характер. Важным

аспектом управления процессом формирования спортивной мотивации является индивидуальный подход к детям, который заключается в учете психологических особенностей, интересы занимающихся, их способности и увлечения. [150].

Формирование позитивной мотивации к физкультурно-спортивной деятельности В. С. Матвеев определяет как полифункциональный процесс и связывает его:

- с овладением педагогами специализированными углубленными знаниями, умениями и навыками по технологии формирования у подростков мотивации к физкультурно-спортивной деятельности с целью развития педагогических способностей, формирования необходимых личностных и морально-этических качеств;

- с внедрением в оздоровительный процесс программы интенсификации внутриотрядной физкультурно-спортивной жизни, нацеленной на решение интеллектуальных, социально-психологических и биологических задач физического воспитания учащихся;

- с теоретической подготовкой детей как когнитивной основы формирования позитивной мотивации к физкультурно-спортивной деятельности, учитывая особый интерес детей к тематике, связанной с основами формирования личной физической культуры, с историей и современным состоянием олимпийского движения;

- с использованием интерактивного общения [104].

Формировать мотивацию создавая педагогические условия, предложил Е.Б. Кузьмин. Необходимо формирование благоприятного отношения к занятиям спортом, достижению успеха, своим возможностям, учебно-тренировочной деятельности, товарищам по команде и тренеру, соревновательной деятельности [86].

Исследуя волейболисток подросткового возраста в группах начальной подготовки, Ю.В. Гуренко, А.А. Зайцев, В.К. Пельменев, М.Я. Муравьева предложили планировать учебно-тренировочную деятельность на основе

выявления особенностей ведущих мотивов и соотношения мотивации достижения успеха и избегания неудачи. По мнению авторов, для успешного формирования мотивации к занятиям спортом необходимо создать на занятиях педагогические условия, которые включают в себя: увеличение соревновательной практики на учебно-тренировочных занятиях и внутренировочных мероприятиях, с целью адаптации к соревновательным условиям; включение в теоретические занятия примеров достижения высоких результатов спортсменами с разными типами мотивации; формирование на учебно-тренировочных занятиях подгрупп по особенностям мотивации деятельности для выполнения заданий и осуществления игровой и соревновательной деятельности [50].

Повышение эффективности формирования самосознания, как отмечает Д.Л. Порозов, будет способствовать устойчивости мотивов, а следовательно, и продолжительности выбранных занятий, что согласуется с нашей позицией, так как в психологической сфере подростков отмечается активное формирование самосознания. Таким образом, усиленное воздействие на самоконтроль занимающихся, содействие к самостоятельной работе, создание ситуаций достижения успеха, системы целей на различных этапах подготовки будет способствовать активному включению подростков в учебно-тренировочный процесс [128].

Необходимо сделать акцент на формирование самостоятельности, творческого развития и самосовершенствования спортсменов в учебно-тренировочном процессе, путем создания педагогических условий. Д.Л. Порозов отмечает, что создание образовательно-воспитательной среды, способствующей формированию личности спортсмена, гуманистической направленности межличностных отношений в команде, обеспечивают равные возможности для развития и становления спортсменов. Тем самым осуществляется направленная и систематическая психолого-педагогическая поддержка каждого спортсмена со стороны тренера и команды [128].

Влияние тренера на формирование мотивации к занятию спортом исследуется в работе Г. И. Польшиной. Поведение, деятельность, личностные качества тренера имеют определяющее значение для создания устойчивой мотивации к спортивным занятиям у занимающихся на этапе начальной спортивной подготовки. Основными особенностями мотивации в этот период являются недостаточная осознанность потребностей, которые лежат в основе мотивов, а также нестойкость, неопределенность и взаимозаменяемость различных способов их удовлетворения [125]. Как следствие, именно в этот период наблюдается наибольшее количество случаев прекращения детьми регулярных занятий спортом из-за отсутствия мотивации к ним, независимо от способностей ребенка. Поэтому тренерам необходимо особенно внимательно относиться к формированию мотивации к занятиям спортом у детей на начальном этапе спортивной подготовки. Для формирования устойчивой мотивации Г. И. Польшина рекомендует повышать эмоциональный фон учебно-тренировочных занятий, активизировать внутринеигровую деятельность, создавать благоприятный микроклимат в коллективе, заботиться о положительном отношении воспитанников к тренеру [125].

Исследуя потребности у борцов, А.П. Шумилин установил последовательность изменения от потребности в самоутверждении в возрасте 10-15 лет к потребности повышения своих возможностей в 16-17 лет, потребности показать высокие результаты в спорте в 18-19 лет, добиться наивысочайшего результата в возрасте 21-29 лет [161]. Автор показал прямую зависимость между спортивной мотивацией и результативностью на соревнованиях.

Плохо сформулированные цели делают непонятными пути их достижения, при реализации конкретных целей, потребность и способность к саморазвитию проявляется и реализуется у спортсмена легче и быстрее [161].

Таким образом, формирование мотивов учебной деятельности осуществляется путем ежедневного регулирования отношения обучающегося

к процессу и результату учебной деятельности, к партнерам по команде, к тренеру и самому себе.

Формирование мотивации и мотивов происходит через изменение внешних условий учебной деятельности («снизу вверх»), осознание спортсменом поставленных перед ним целей, установок, ценностей, идеалов, мотивов («сверху вниз»).

Формирование спортивной мотивации через психологическую подготовку, которая реализуется в единстве с другими видами психологической подготовки.

Для формирования мотивов учебной деятельности могут быть использованы тренинги: причинных схем, личностной причинности, внутренней мотивации, мотивации достижения.

Спортивная мотивация формируется путем мотивационной саморегуляции. В практике используют два психологических механизма: непосредственная мотивационная саморегуляция (путем логического мышления) и опосредованная (через медитацию). Непосредственная мотивационная саморегуляция требует формирования у спортсмена умения управлять мыслями и чувствами, формированию отношения к соревнованиям, соперникам и победе, определению своего места в спортивной деятельности.

Важность изучения личностно-индивидуальных особенностей подростков при формировании мотивов учебной деятельности несомненна, в связи с вопросами педагогики, теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки. Это позволит обосновать индивидуализацию процессов обучения, тренировки, подготовки и участия в соревнованиях.

1.3. Учет личностно-индивидуальных особенностей подростков при формировании мотивов учебной деятельности

При рассмотрении личностно-индивидуальных особенностей подростков необходимо выделить несколько возрастных периодов. Единой точки зрения на определение возрастных периодов не существует. Например, Дж. Биррен (Birren J.E.) [167] считает, что подростковый период – это 12-17 лет, в классификации Д.Б. Бромлей (D. Bromley) [4] данный возраст определяется 11-15 годами, такой же возраст указывают исследователи института развития человека Калифорнийского университета. Ж. Пиаже [121] относит к подростковому возрасту детей от 12 до 15 лет.

В своем исследовании мы опирались на периодизацию, предложенную Д.Б. Элькониным, в которой в отличие от вышеупомянутых акцент делается на появление новых психических образований, которые обуславливаются развитием и сменой ведущих типов деятельности, а не на физическое развитие организма. Границы подросткового возраста в данной периодизации устанавливаются между 10-15 годами. Мы рассмотрим начальную стадию перехода в подростковый возраст 10-11 лет [164].

Не случайно в своих исследованиях Ф. Райс [130] наравне с понятием «подростковый возраст» использует понятие «переходный возраст», так как психологические особенности подросткового возраста, по мнению ряда ученых (Л.И. Божович [23]; Д. Майерс [98]; Ф. Райс [130]; А.А. Реан [131]; Г. Крайг [79]; И.А. Зимняя [67]; Л.Ф. Обухова [113]) рассматриваются как кризисные и связаны с перестройкой в трех сферах: телесной, психологической и социальной.

Некоторые авторы считают, что на телесном уровне происходят некоторые гормональные изменения, сокращается период активности доминирующего центра коры головного мозга, ухудшается способность к дифференцированию, происходят значительные морфологические и функциональные изменения в сердечно-сосудистой системе, морфологическая перестройка легочной ткани, изменения размера

внутренних органов, начинается половое созревание и др. В связи с перестройкой нервной, иммунной и эндокринной систем в организме возникают функциональные расстройства различных органов [98; 131;].

В связи с вышеназванными изменениями у подростков становится непродолжительным и неустойчивым внимание, ухудшается понимание излагаемого материала и усвоение информации, замедляется реакция, они не способны контролировать проявления как положительных, так и отрицательных эмоций. Все эти изменения, несомненно, влияют на результативность спортивной деятельности и при этом не всегда в лучшую сторону [79; 131].

Если говорить о социальном уровне, то подросток занимает промежуточное положение между взрослым и ребенком, происходит переход от детства к самостоятельной взрослой жизни. Изменяется шкала ценностей, по-другому расставляются акценты, связанные с семьей, сверстниками, школой [23].

В подростковом возрасте, отмечает Л.С. Выготский, можно проследить два направления в развитии интересов: проявления новых влечений, которые создают основу для новой системы интересов, а затем и созревание этих интересов, которые надстраиваются над новым увлечением [29].

Значительным показателем социального развития, считает Т.Н. Бостанджиева [26], выступают интересы подростков, в которых выражается направленность личности, ее эмоциональная и интеллектуальная активность.

Ряд авторов [20; 55; 80; 95] полагает, что одной из особенностей социальных проявлений становятся идеалы, которые являются не только образцом для подростка, но и своеобразным внутренним критерием для самооценки. Часто выбор вида спорта происходит в связи с желанием быть как старший брат, сестра или товарищ.

На психологическом уровне подростковый возраст характеризуется формированием самосознания, в связи с этим появляется чувствительность к мнению окружающих по поводу внешности, способностей, знаний [23].

Как отмечает Л.С. Выготский [29], именно в подростковый период формируются жизненные перспективы, нравственные ценности, происходит осознание себя, своих способностей, интересов, возможностей, стремления стать взрослым, желание общения со сверстниками, оформляются взгляды на отношения между людьми, на будущее, другими словами – формируются личностные смыслы жизни [29].

Подростковый возраст часто рассматривают как период затянувшегося кризиса. Л.И. Божович считает, что подростковый кризис отличается от других большей продолжительностью, в большей степени это связано с быстрым темпом физического и умственного развития. Эти изменения приводят к сформированности потребностей, которые не могут быть удовлетворены школьников в силу недостаточной социальной зрелости [23].

На образование подросткового кризиса, как отмечает К.Н. Поливанова, влияют как внутренние, так и внешние факторы [124].

К внешним факторам автор относит постоянный контроль со стороны взрослых. Внутренние факторы состоят в привычках и чертах характера, которые мешают подростку осуществлять задуманное [124].

Один из важных аспектов подросткового возраста – становление характера. При понимании под характером «базиса личности, формирующегося в подростковом возрасте, возникает вопрос о конкретных психических феноменах, которые составляют характер, его компоненты» [94].

Характер определяется С.Л. Рубинштейном как существенные свойства человека, из которых вытекает одна линия поведения и одни поступки [133].

Характер, по мнению Ю.Б. Гиппенрейтер это – «совокупность устойчивых свойств индивида, в которых выражаются способы его поведения и способы эмоционального реагирования». В период становления характера развиваются акцентуации [36].

Термин «акцентуация как чрезмерно выраженная индивидуальная черта характера», которая имеет тенденцию к переходу в патологическое

состояние, был введен Карлом Леонгардом [91].

Под акцентуацией характера А. Е. Личко понимает «крайние варианты его нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены» [94].

Классификация акцентуаций характеров у подростков, которую предложил А.Е. Личко, представлена в таблице 7.

Таблица 7

Классификация акцентуаций характеров у подростков [94]

Тип акцентуации	Характеристика
Гипертимный	Отличается подвижностью, общительностью, склонностью к озорству, часто переоценивает свои способности, стремится показать себя, произвести впечатление на окружающих
Циклоидный	Характеризуется повышенной раздражительностью, склонностью к апатии, тяжело переживают даже незначительные неприятности, при этом на замечания реагируют раздражительно
Лабильный	Характеризуется крайней изменчивостью настроения, способен погрузиться в уныние даже при отсутствии серьезных неприятностей
Астеноневротический	Отличается повышенной мнительностью, капризностью, утомляемостью и раздражительностью
Сензитивный	Ему свойственна повышенная чувствительность ко всему, застенчивые, робкие, поэтому часто воспринимаются окружающими как замкнутые
Психастенический	Характеризуется ранним интеллектуальным развитием, склонностью к самоанализу и оценке поведения других людей, однако самоуверенность у них сочетается с нерешительностью и поспешностью действий
Шизоидный	Отличается замкнутостью, предпочитает находиться в одиночестве, демонстрируя внешнее безразличие к окружающим людям
Эпилептоидный	Подростки данного типа часто плачут,

	однако отличаются такими чертами, как жестокость, властность, себялюбие
Истероидный	Характеризуется эгоцентризмом, постоянной жадой внимания к себе
Неустойчивый	Характеризуют как слабовольного, плывущего по течению, с обладанием высокой тяги к развлечениям и отсутствием профессиональных интересов
Конформный	Отличается конъюнктурным поведением, бездумным подчинением любым авторитетам, стремится «быть как все»

Как отмечает А.Г. Маклаков, любая акцентуация характера в современном мире считается нормой. Если ребенок с определённой акцентуацией попадает в благоприятную для себя среду, то он может добиться серьезных успехов. Если акцентуант сталкивается с неблагоприятными для себя условиями, то его акцентуация приводит к неадекватному поведению, что ведет к ошибкам и неудачам. Это вызывает повышение эмоционального напряжения, стресс, превращаясь в причину устойчивого псевдоадаптивного поведения, переходящего в стойкие нарушения в развитии характера, личности человека [100].

Следовательно, необходимо вовремя выявить акцентуации характера и постараться скорректировать их, особенно легко сделать это в подростковом возрасте.

Для понимания закономерностей формирования у подростков такой важной психологической особенности личности, как характер, большое значение имеет учение о типах высшей нервной деятельности. В большей степени это связано с тем, что именно типологические особенности нервной системы подростков являются физиологической основой, на которой впоследствии происходит формирование темперамента [94].

Понятие о типах высшей нервной деятельности введено в науку И.П. Павловым, он определил типы высшей нервной деятельности как

совокупность врожденных и приобретенных свойств нервной системы, которые определяют как организм будет взаимодействовать с окружающей средой [117].

По его мнению, существуют различные комбинации трех основных свойств нервной системы включающие процессы возбуждения и торможения, их уравновешенности и подвижности. На основе этого И.П. Павлов выделил четыре типа, которые отличаются между собой по адаптации и устойчивости к различным раздражителям [99].

И.П. Павлов выделил следующие типы высшей нервной деятельности:

Сильный неуравновешенный – отличается сильным раздражительным процессом и отстающим по силе тормозным, поэтому представитель такого типа в трудных ситуациях легко подвержен нарушениям высшей нервной деятельности. В соответствии с учением о темпераментах – это холерический тип.

Уравновешенный инертный – характеризуется сильными процессами возбуждения и торможения и с плохой их подвижностью, испытывает определенное затруднение при переключении с одного вида деятельности на другой. В соответствии с учением о темпераментах – это флегматический тип.

Сильный уравновешенный подвижный – имеет одинаково сильные процессы возбуждения и торможения с хорошей их подвижностью, что обеспечивает хорошую устойчивость в трудных ситуациях. В соответствии с учением о темпераментах – это сангвинический тип.

Слабый – характеризуется слабостью возбуждения и торможения, трудно приспосабливается к условиям окружающей среды, подвержен невротическим расстройствам. В соответствии с классификацией темпераментов – это меланхолический тип [117].

Ученый Б.М. Теплов определяет темперамент как совокупность психических особенностей, характерных для данного человека, которые связаны с эмоциональной возбудимостью [145].

Каждый тип темперамента, отмечает автор, обладает своими положительными особенностями. У холерика – страстность, активность, энергия; у сангвиника – подвижность, живость, отзывчивость; у меланхолика – глубина и устойчивость чувств; у флегматика – спокойствие, отсутствие торопливости. При этом в любом типе темперамента может возникать опасность возникновения нежелательных черт личности. Например, холерический тип темперамента может сделать человека несдержанным, резким, склонным к «взрывным» реакциям; сангвинический – привести к легкомыслию, недостаточной глубине и устойчивости чувств; меланхолический – выработать чрезмерную замкнутость, излишнюю застенчивость; флегматичный – сделать человека вялым, инертным [117].

Знание тренером личностных особенностей темперамента учеников позволяет осуществлять индивидуально-дифференцированный подход при решении задач учебно-тренировочного занятия.

Особое внимание необходимо уделить перестройке мотивационной сферы подростков, в том числе наполняются новым смыслом и уже существующие мотивы [29].

Проанализировав научную литературу мы можем выделить методологические принципы, которые определяют исследования мотивационной сферы: проблема системности отношений человека (В.Н. Мясищев [107; 108]); проблема соотношений смысла и значения деятельности (А.Н. Леонтьев [93]); проблема интеграции побуждений, их смыслового контекста (С.Л. Рубинштейн [133]); проблема направленности личности и динамики поведения (Л.И. Божович [23]); проблема ориентировки деятельности (П.Я. Гальперин [30]).

Под мотивационной сферой личности ряд ученых (В.Г. Асеев [9], Л.И. Божович [23], М.Ш. Магомед-Эминов [97], А.Н. Леонтьев [93], С.Л. Рубинштейн [133]) понимают совокупность мотивов, которые формируются и развиваются в течение ее жизни, под формированием мотивационной сферы – развитие и изменение самих мотивов по содержанию, силе,

напряженности и действенности.

Согласно исследованиям вышеприведенных авторов к значимым характеристикам мотивационной сферы относят множественность, структурность, иерархичность, силу, устойчивость мотивов, их определенность и динамичность [9;23;97;133]. (рис. 3)



Рис. 3. Значимые характеристики мотивационной сферы личности подростка

Как полагает И.А. Зимняя, мотивационная сфера личности взаимосвязана с другими сферами. Так, эмоциональная сфера влияет на мотивацию с энергетической стороны, от ее особенностей зависит внешняя выраженность мотивации, ее динамика; от особенностей волевой сферы во многом зависит устойчивость мотивации; интеллектуальная сфера формируется при участии мотивационной. Следует отметить, что существует

и обратная связь, когда мотивационная сфера влияет на особенности других сфер [67].

Необходимо обратить внимание на то, что волевая сфера подростков также весьма противоречива. Так, Е.П. Ильин считает, что возрастает смелость, но снижается выдержка и самообладание, а настойчивость проявляется только при выполнении интересной работы. Наблюдается четкий переход от внешней стимуляции волевой активности к самостимуляции [69; 70].

Мотивационная сфера подростков имеет свои особенности. По мнению Е.И. Саванько, подростки пытаются утвердиться в глазах взрослых, в связи с этим мотивы у них формируются с учетом собственного мнения, и в конечном счете выливаются в упрямство [136].

Определяющими мотивами в подростковом возрасте являются мотивы деятельности и поведения, в которых отражается отношение подростка к себе, окружающим, обществу, уровень самосознания и социальной ответственности. По мере взросления наблюдается рост индивидуально-общественной мотивации, снижается значимость групповой. Важно отметить, что у подростков наблюдается большая устойчивость целей, но в связи с изменениями в развитии волевой сферы проявляется устойчивость только ряда мотивов, которые базируются в основном на интересах и целях, поставленных самим себе [69; 136].

Как считает Л.И. Божович, подростки руководствуются в своем поведении теми требованиями, которые предъявляют себе сами, и теми целями и задачами, которые сами ставят перед собой [23]. Следовательно, построение своего поведения происходит в соответствии с собственными идеалами.

В связи с этим можно сделать вывод, что спортивная деятельность привлекает подростка как такой вид деятельности, где можно проявить себя, утвердить свое собственное «я» [69].

В своих исследованиях Д.И. Фельдштейн отмечает, что учебно-тренировочную деятельность подростка отличают некоторые особенности:

- основная цель организации учебно-тренировочной деятельности подростков - укрепление здоровья детей, нравственное и патриотическое воспитание;
- учебно-тренировочная деятельность субъективно направлена на самоутверждение подростка, утверждение своего собственного «я»;
- характер построения спортивных соревнований, результатом которых может быть личное первенство подростков, подразумевает и интересы команды, в связи с этим закладываются значимые возможности формирования коллективистских качеств личности [151; 152].

Мотивационная сфера обучающихся подросткового возраста имеет свои характерные особенности, которые связаны со спецификой и характером учебно-тренировочной деятельности.

В работе Ю.К. Чернышенко выделяет несколько факторов, привлекающих подростков в спорт:

- внешняя мотивация, ситуативность («из-за скуки»; «от нечего делать»; «заставляют родители»; «занимаются спортом мои друзья»);
- спорт ради спорта («хочу стать профессиональным (ой) спортсменом (спортсменкой)»; «показать свое превосходство над другими»; «самоутвердиться за счет силы»);
- спорт как средство достижения социально-статусной позиции («занятия спортом позволяют мне быть сильнее, увереннее»; «заниматься спортом престижно»; «позволяет приобрести друзей»);
- спорт как средство психофизиологической саморегуляции («спорт помогает мне снять напряжение, стресс»; «позволяет поддерживать фигуру и внешность в хорошем состоянии») [163].

Изучив мотивы учебной деятельности у обучающихся подросткового возраста, А.В. Шаболтас считает, что динамика мотивов в соответствии с возрастом проходит в две стадии [157].

На первой стадии происходит «принятие» целей занятий спортом, которые одобряются социальным окружением.

Во второй – отношение к спорту формируется на основе уже личного смысла, что становится стимулом для спортсмена к долговременным занятиям спортом.

Автор отмечает, что структурирование мотивов учебной деятельности происходит после двух-трех лет занятий, т.е. приходится на подростковый возраст [157].

Однако следует отметить тот факт, что спортивная карьера сопровождается длительным и хорошо разработанным процессом физического развития. По мнению Э.С. Озолина, занятия спортом характеризуются высокими физическими нагрузками и жестким спортивным режимом, включающим календарь соревнований, тренировочные циклы, тренировочные лагеря, восстановительные процедуры и прочее. В связи с этим возникают конфликты между серьезными требованиями современной системы спортивной подготовки и многими факторами, которые и являются причинами снижения мотивации и, как следствие, ухода из спорта юных атлетов [114].

В связи с диффузностью интересов в подростковом возрасте, занятия спортом могут быть связаны с такими обстоятельствами, как близость той или иной спортивной базы, влияние родителей, подражание сверстникам, симпатия к виду спорта и т.д. Но так как интересы у подростков приобретают характер увлечения, а большинство из них хотят получить как можно быстрее хороший результат, в связи со снижением выдержки, самообладания и настойчивости в этом возрасте, при первых же неудачах подростки склонны менять один вид деятельности на другой, не понимая, что путь к успеху довольно долгий и тернистый [70; 157].

Как отмечает Х. Буссман (Bussmann H.), часто у подростков возникает конфликт интересов – между серьезным занятием спортом и свободным

временем. Так, отсутствие устойчивого интереса к выбранному виду спорта – одна из основных причин низкого уровня мотивации [168].

Снижение мотивации к занятиям происходит также в результате снижения результативности учебно-тренировочной деятельности, которая связана со сложными физиологическими изменениями в организме подростков. В связи с этим возраст не соответствует разряду при классификационных соревнованиях, а ускоренная подготовка способных учеников приводит к отсутствию желаемых результатов, когда спортсмен убеждается в том, что для достижения высоких результатов в спорте у него недостаточно способностей. Однако сами по себе соревнования являются стимулирующим воздействием на мотивацию. Они влияют на общественный статус спортсмена, социальную значимость, их результаты получают известность в обществе, что так важно для детей в подростковом возрасте. Главное, чтобы частое участие в соревнованиях не становилось самоцелью для подростков, а оставалось средством совершенствования мастерства [142].

Значимое место в поддержании мотивации к учебной деятельности у подростков играют межличностные отношения. Прежде всего, это отношения с родителями и товарищами по команде, для подростков становится важным общение со сверстниками, почувствовать себя взрослым, освободиться от опеки семьи [7].

По мнению Тилиндене И., команда, в которой находится подросток заряжает его положительными эмоциями, дает возможность правильно оценивать и воспринимать себя, сохранять положительное в своей личности, избавляться от недостатков, развивать коммуникативные способности. В свою очередь, несложившиеся отношения в коллективе в связи с появившейся чувствительностью к своей внешности, спровоцированные поступками, победами и поражениями, часто становятся причиной снижения мотивации к спортивной деятельности [146].

По мнению А.Л. Журавлева, родителям необходимо награждать ребенка за успех, поддерживать эмоционально и показывать, что высокого

результата можно добиться только собственным трудом. Выступление в присутствии родителей, взрослых, товарищей – мощный побудительный стимул к занятиям [63].

Авторы, изучавшие мотивы учебной деятельности, такие как Л.В. Бороздина [25], И.П. Волков [27], А. В. Алексеев [2], Ю.Л. Ханин [155], Л.К. Серова [140], а также наши исследования показывают, что важнейшую роль в поддержании устойчивой мотивации к занятиям спортом играет тренер и межличностные отношения с ним. Тренеру необходимо владеть современными знаниями, учитывать психологические моменты в подготовке спортсменов. Мотивация обучающихся к занятиям во многом зависит от знаний которыми обладает руководитель, его педагогического таланта, способностей к творческому общению, умения создавать благоприятный микроклимат в коллективе, нравственных качеств.

В связи с изменениями, происходящими в психологической сфере у подростков, между ними и тренером часто случаются конфликтные ситуации. Среди основных причин их возникновения – поведение тренера, взаимоотношения с обучающимися, а также его личностно-индивидуальные качества. Особую роль играет знание мотивационной сферы обучающихся в группе, что часто игнорируется тренерами. И поэтому они не всегда знают, как заинтересовать своих учеников. Всё это также становится причиной прекращения дальнейших занятий спортом [25; 140; 155].

Проведенный анализ научной литературы показал, что занятия спортом в подростковом возрасте оказывают положительное влияние на личность и психическое развитие детей. Учебная деятельность формируют не только физические, но и важнейшие личностные качества, такие как воля, решительность, настойчивость, ответственность, целеустремленность, коллективизм. В связи с этим актуализируется роль и значение учебной деятельности в подростковом возрасте, требуя ее целенаправленного построения. В учебно-тренировочной деятельности подростка привлекают не внешние обстоятельства, а именно то чувство удовлетворения, которое он

испытывает занимаясь определенным видом спорта и достигнутыми в нем успехами.

Рассматривая подростковый возраст, мы можем утверждать, что у подростков происходят изменения на телесном, социальном и психологическом уровне. Все изменения значительно влияют на формирование мотивов спортивной деятельности.

На образование «подросткового кризиса» воздействуют внутренние и внешние факторы.

Важнейший аспект подросткового возраста – становление его характера. Его часто связывают с развитием акцентуаций. Существуют несколько типов акцентуаций характера, каждая из которых характеризует «крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены». Чтобы избежать нарушений в развитии личности подростка, необходимо вовремя выявить акцентуации и скорректировать их.

Типологические особенности нервной системы подростков выступают основой для формирования темперамента. Выделяют четыре типа высшей нервной деятельности: сильный уравновешенный, уравновешенный инертный, сильный уравновешенный подвижный, слабый. В соответствии с типами высшей нервной деятельности выделяют типы темперамента: сангвинический, холерический, флегматический, меланхолический.

Установлена важность знаний тренером индивидуальных особенностей темперамента обучающихся при построении учебно-тренировочного процесса.

Мы определили, что подростки рассматривают учебную деятельность в первую очередь как средство достижения социальной позиции, спортивных результатов и психофизиологической саморегуляции.

Мотивационная сфера подростков наполняется новым смыслом. Определяющие мотивы в подростковом возрасте – мотивы деятельности и поведения.

Одна из причин снижения мотивации к учебно-тренировочным занятиям – спад результативности учебной деятельности, которая связана с изменениями, происходящими в организме подростков.

Установлено, что огромную роль в поддержании мотивации играет тренер и межличностные отношения с ним.

Все это необходимо учитывать при работе со обучающимися подросткового возраста и при формировании у них мотивов учебной деятельности.

Выводы по первой главе

Теоретический анализ данных современных исследований проблемы мотивов учебной деятельности у подростков показал, что в последние годы отмечается нерегулярность посещения ими учреждений дополнительного образования, увеличение отсева из групп обучающихся, что приводит к снижению процента детей, окончивших учреждениях дополнительного образования, одна из главных причин этого – отсутствие или снижение мотивации к занятиям. Всё перечисленное выше подтверждает актуальность проблемы проведенного исследования, необходимость разработки педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков.

В данной главе решена *первая задача* исследования по выявлению структуры мотивации и мотивов учебной деятельности у подростков, определены ведущие факторы, влияющие на их формирование.

Анализ литературных источников показал, что *мотивы* занимают одно из ведущих мест в структуре личности. Мотивы пронизывают все структурные образования: характер, способности, эмоции, психические процессы, направленность личности.

Мотивы учебной деятельности определяются как *побуждение* к деятельности; осознаваемая *причина*, которая лежит в выборе действий и поступков самой личности подростка.

Контент-анализ *сущности мотива* позволяет определить мотив как особое состояние личности, психический процесс, который стимулирует к постановке цели и получению удовлетворения вследствие ее достижения.

Анализ *сущности учебной деятельности в сфере физической культуры* дает возможность определить ее как организованный и управляемый процесс, обеспечивающий максимальное оздоровление и совершенствование человека и направленный на достижение высокого результата.

Выделяют *мотивы*, связанные *с процессом* учебной деятельности, и мотивы, связанные *с результатами* учебной деятельности.

Определено влияние мотивов на характер тренировочной деятельности и соревновательный результат, а также повышение результативности соревновательной деятельности на усиление внешних мотивов.

На основе теоретических и практических исследований можно сделать вывод о достаточно тесной **взаимосвязи между мотивами**, самооценкой, уровнем притязаний и **особенностями личности**.

Сохранение и успешное формирование мотивов зависит от:

- устойчивости интереса к выбранному виду занятия;
- результативности деятельности;
- участия в соревнованиях;
- межличностных отношений с тренером, командой;
- реалистичного и конструктивного отношения обучающегося к успехам и неудачам;
- организации учебно-тренировочной деятельности на высоком эмоциональном уровне;
- знаний тренером личностно-индивидуальных особенностей обучающихся.

Установлено, что формирование мотивов – ключевой момент в привлечении человека к систематической деятельности любой направленности, в том числе к занятиям спортом. В связи с этим поиск путей формирования мотивов учебной деятельности у подростков – важный аспект деятельности тренера.

Для решения **второй задачи** в результате теоретического исследования изучены личностно-индивидуальные особенности подростков, проанализированы различные подходы по формированию мотивов у обучающихся, определены мотивы учебной деятельности у подростков.

Установлено, что у подростков происходят изменения на телесном, социальном и психологическом уровне. Одним из важных аспектов

подросткового возраста является *становление характера*. Для понимания закономерностей формирования у подростков характера необходимо знать типологические *особенности нервной системы и темперамента*. Знание тренером особенностей темперамента обучающихся позволяет осуществлять индивидуально-дифференцированный подход при решении задач учебно-тренировочного процесса.

Личностно-индивидуальные особенности подростков значительно влияют на их мотивационную сферу и процесс формирования мотивов учебной деятельности.

Мотивационная сфера личности подростков взаимосвязана с эмоциональной, волевой и интеллектуальной. От особенностей *волевой сферы* зависит устойчивость мотивации.

Определяющими мотивами в подростковом возрасте являются мотивы деятельности и поведения.

Установлено, что подростки рассматривают учебную деятельность в первую очередь как средство *достижения социальной позиции*, как средство *достижения спортивных результатов* и как средство *психофизиологической саморегуляции*.

В результате анализа литературных источников выявлено, что занятия спортом формируют *важнейшие личностные качества*, такие как воля, решительность, настойчивость, ответственность, целеустремленность, коллективизм. В связи с этим актуализируется роль и значение спортивной деятельности в подростковом возрасте, требуя ее целенаправленного построения.

Определено, что при построении учебно-тренировочного процесса необходимо учитывать: изменения, происходящие в организме подростков, и индивидуальные *особенности темперамента* спортсменов.

На этапе теоретического исследования получила подтверждение проблема о необходимости разработки педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

1.1. Цели, задачи и организация исследования

Цель экспериментальной части исследования – разработать модель и педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования и проверить их эффективность.

Задачи эксперимента: 1) составить комплекс диагностических средств изучения мотивов учебной деятельности; 2) осуществить диагностику изучаемого явления; 3) разработать и применить модель и педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности в ходе учебно-тренировочных занятий; 4) провести обработку полученных экспериментальных данных.

Этапы проведения эксперимента:

На *предварительном этапе* (сентябрь 2009 – август 2013 г.) осуществлен теоретический и эмпирический анализ, проведена оценка проблемы, определены цели и задачи констатирующего эксперимента, выбор базы исследования.

Констатирующий этап был проведен с сентября 2013 по август 2015 г. с целью выявления исходного уровня сформированности мотивации спортивной деятельности, получения информации об отношении подростков к спорту, учебно-соревновательной деятельности; отношения тренеров детско-юношеских спортивных школ к своей работе; с целью структурирования мотивов занятий спортом. Опросом было охвачено 275 спортсменов подросткового возраста и 43 тренера учреждений дополнительного образования: СДЮСШОР №14 по водным видам спорта (плавание, синхронное плавание), СДЮСШОР №4 по легкой атлетике, СДЮСШОР по боксу, СДЮСШОР №2 по художественной гимнастике, СДЮСШОР №1 по спортивной гимнастике.

Результаты исследования позволили сделать вывод, что 73,8% подростков находятся на низком уровне сформированности мотивации, остальные 26,2% - на среднем уровне. Был проведен сравнительный анализ сформированности мотивации спортивной деятельности в зависимости от выбранного вида спорта. Достоверных отличий по этому признаку не наблюдалось как в спортивном и синхронном плавании, художественной гимнастике, так и в боксе, спортивной гимнастике ($p > 0,05$).

При исследовании отношения спортсменов к учебно-соревновательной деятельности мы выделили наиболее значимые для них факторы, влияющие на их мотивацию к занятиям. Из них 46,2% пловцов отметили личность тренера как основной фактор побуждения их к тренировкам, 29,4% гимнасток - организацию обучающей среды, 24,4% - другие причины. Анализ работы тренеров детско-юношеских спортивных школ показал, что существуют проблемы в организации учебно-тренировочного процесса, благоприятного микроклимата в коллективах, психологическая работа с учениками проводится на низком уровне либо не проводится вообще. Выраженность данных факторов сказывается на взаимоотношениях тренера со спортсменами и продолжении занятий. При измерении взаимоотношений спортсменов с тренером мы выяснили, что гностический (уровень компетентности тренера) и поведенческий (взаимодействие тренера со спортсменом) показатели находятся на невысоком уровне. Что также сказывается на мотивации спортивной деятельности спортсменов.

Анализ результатов констатирующего эксперимента лег в основу *формирующего этапа* эксперимента (сентябрь 2012 - август 2015 г.) в ходе которого внедрялись разработанные педагогические условия и анализировался опытно-экспериментальная работа по формированию мотивов учебной деятельности. Формирующий этап эксперимента проводился на базе бассейна СК «Юность» СДЮСШОР №14 по водным видам спорта. Для эксперимента было отобрано 34 обучающихся занимающихся спортивным плаванием в группах спортивной специализации

1 года обучения. Возраст занимающихся – 10-11 лет. Было образовано две группы – экспериментальная (17 человек) и контрольная (17 человек). До начала эксперимента мы провели сравнительный анализ данных анкетирования и результаты тестирования по физической, специально-физической и плавательной подготовленности занимающихся, проведенного тренером-преподавателем согласно учебной программе. Достоверной разницы между исследуемыми показателями в группах не было ($p > 0,05$). Педагогический эксперимент длился с сентября 2015 г. по май 2016 г.

Обучающиеся экспериментальной группы занимались на учебно-тренировочных занятиях с применением разработанных нами педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности. В контрольной группе данные педагогические условия на занятиях не применялись. Вместе с тем подростки экспериментальной и контрольной групп получали одинаковую нагрузку.

Педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности включали в себя:

- обеспечение готовности педагогов к формированию мотивов учебной деятельности у занимающихся;
- планирование учебно-тренировочной деятельности и формирование подгрупп на основе выявления у обучающихся особенностей темперамента и ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач;
- включение в учебно-тренировочный процесс теоретических бесед по вопросам мотивации учебной деятельности занимающихся;
- организацию учебно-тренировочного процесса с использованием положительного подкрепления;
- создание на учебно-тренировочном занятии ситуации успеха;
- использование личностно-ориентированного подхода в планировании учебной деятельности;

- организацию внутренировочной деятельности обучающихся с использованием восстановительных, культурных и досуговых мероприятий.

Психологическая работа планировалась в ходе тренировок на основе данных, полученных в ходе анкетирования. Для выполнения заданий на учебно-тренировочных занятиях и в нескольких внутренировочных мероприятиях занимающиеся были объединены в подгруппы по четыре-пять человек на основе личностных особенностей и по преобладающим мотивам занятий спортом. Применялось четыре способа объединения:

- по типологическим особенностям нервной системы и ВНД (использовалось положительное подкрепление обучающихся в зависимости от преобладающего типа темперамента);

- по сходному мотиву (мотив эмоционального удовольствия, мотив физического самоутверждения, социально-эмоциональный мотив);

- по отличающимся мотивам (чтобы в подгруппе были занимающиеся с разными преобладающими мотивами, и их количество было одинаковым во всех трех подгруппах);

- на экстравертов (сангвиник, холерик) – реакция и деятельность, которых зависит от внешних впечатлений, возникающих в данный момент и на интровертов (флегматик, меланхолик) – от внутренних психических процессов и состояний человека.

2.2. Методы исследования

Задачи, определенные в соответствии с целью нашего исследования, обусловили подбор методов исследования, который включал: теоретические и эмпирические методы, методы математической статистики.

Теоретические методы: изучение и анализ литературных источников, теоретический анализ изучаемой проблемы, обобщение данных литературных источников, моделирование.

Эмпирические методы: анкетирование, беседа, наблюдение, педагогическое тестирование, психодиагностика, педагогический эксперимент.

Методы математической статистики: параметрический T - критерий Стьюдента и непараметрический U - критерий Вилкоксона-Манна-Уитни.

Изучение, теоретический анализ и обобщение доступных нам литературных источников позволило дать предварительный системный анализ объекта исследования, обосновать проблему низкой посещаемости занятий в детско-юношеских спортивных школах, показать важнейшую роль мотивации и мотивов в процессе занятий спортом, сформулировать противоречие и гипотезу, определить задачи исследования. Были изучены нормативные документы детско-юношеских спортивных школ, проанализированы работы, отражающие общетеоретические и концептуальные вопросы психологии мотивации спортивной деятельности.

Для выявления особенностей мотивации и мотивов у подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования, мы использовали анкетный опрос, беседу, наблюдение.

Для изучения особенностей отношения подростков к учебной деятельности предлагалось ответить на 32 вопроса разработанного нами опросника (Приложение 1);

Для определения отношения тренеров-преподавателей к своей профессиональной деятельности предлагалось ответить на 21 вопрос разработанного нами опросника (Приложение 2);

Также мы использовали семь опросников, которые позволяют изучать различные аспекты мотивации и личностные особенности занимающихся:

- соотношение в мотивации учебной деятельности направленности на успех и избегание неудачи. Применялся опросник А.А. Реана (Приложение 3);

- типологические особенности нервной системы и высшей нервной деятельности. Применялся «Личностный опросник Г. Айзенка» (EPI)

(Приложение 4). Методика направлена на выявление уровня экстраверсии, эмоциональной устойчивости и тип темперамента. Опросник включает 57 вопросов, направленных на выявление обычного способа поведения человека. На основе полученных данных с помощью специальной шкалы Айзенка («круг Айзенка») определяется степень экстраверсии, интроверсии и нейротизма;

- выраженность доминирующих мотивов занятий спортом в структуре мотивации. Использовалась методика А.В. Шаболтас (Приложение 5);

- устойчивость интереса к занятиям спортом. Применялась анкета, разработанная Г.Е. Бабушкиным (Приложение 6);

- уровень стремления к достижению высоких спортивных результатов. Использовалась анкета, разработанная Г.Д. Бабушкиным и Н.Ф. Назаренко (Приложение 7).

- для оценки уровня сформированности мотивации учебной деятельности использовалась модифицированная нами для сферы физической культуры методика Н.Г. Лускановой «Оценка уровня школьной мотивации» (Приложение 8). Оценивается личностный компонент и мотивация.

Данные, полученные в ходе изучения личностных особенностей подростков и структуры их мотивации, были использованы для планирования работы с экспериментальной группой. После проведения педагогического эксперимента мы провели анкетирование с помощью четырех опросников для выявления сформированности мотивации и мотивов учебной деятельности, влияния разработанных педагогических условий на устойчивость интереса к занятиям спортом и выраженности стремления на достижения высокого спортивного результата.

Анкетирование проводилось согласно федеральному закону РФ «Об образовании» с согласия родителей обучающихся. Ответы респонденты давали на бумажных носителях на специально подготовленных бланках.

Затем результаты были обработаны и представлены в таблицах и диаграммах.

Для анализа достоверности полученных результатов использовалась математическая обработка данных с помощью параметрического метода - Т - критерия Стьюдента и непараметрического U - критерия Манна-Уитни и Т - Вилкоксона.

2.3. Уровни сформированности мотивации учебной деятельности у подростков

Для определения критериев сформированности мотивации учебной деятельности мы опирались на теории учебной мотивации А.К. Марковой [102] и Н.В. Елфимовой [59-60]. В исследованиях А.К. Марковой в качестве показателей сформированности мотивации выступают особенности постановки цели, эмоций в ходе обучения (как переживается сам процесс), состояние умения учиться (его обученность и обучаемость). Автор подробно раскрывает характеристику каждого уровня, которая отражает взаимодействия характера мотивации с типом его отношения и состоянием учебно-тренировочной деятельности в целом. При изучении сформированности мотивации автор предлагает рассматривать саму мотивацию с позиции трех блоков: мотивационного, целевого, эмоционального и познавательного.

В свою очередь Н.В. Елфимова в качестве показателей мотивации рассматривает место учения в системе лично значимых видов деятельности, роль тренера среди субъектов значимых для занимающегося, отношение к учению (соотношение мотивов в иерархии). Говоря о норме в отношении выделенных показателей, несомненно, будет тот случай когда учение будет одним из лично значимых видов деятельности, в качестве лично значимого субъекта будет выступать учитель, а отношение к учению будет положительным [59-60].

На основе выделенных нами критериев и теорий мотивации учения А.К. Марковой [102] и Н.В. Елфимовой [59-60] мы описали показатели сформированности мотивации учебной деятельности:

- отношение к учебной деятельности;
- интерес к учебной деятельности;
- место учебной деятельности в системе лично значимых видов деятельности;
- роль тренера среди субъектов лично значимых для подростка;
- особенности целеполагания детей подросткового возраста;
- эмоции в ходе учебно-соревновательной деятельности;
- направленность на достижение высокого результата в соревновательной деятельности.

В связи с вышеперечисленным необходимо выделить три уровня сформированности мотивации учебной деятельности у детей подросткового возраста:

- *высокий уровень* – характеризуется выраженной убежденностью в пользе занятий спортивной деятельностью, стремлением получать и пользоваться накопленными знаниями в процессе учебно-соревновательной деятельности, умением ставить долгосрочные цели, такие дети отличаются добросовестным отношением к выполнению заданий, указаний, тренер для них – лично значимый субъект, спортивная деятельность приносит удовольствие и радость, доминирующим является мотив достижения успеха;
- *средний уровень* – отличается интересом к занятиям спортивной деятельностью, но невысокой убежденностью в достижении высоких результатов, средним уровнем готовности к учебно-соревновательной деятельности, у таких детей доминируют социальные мотивы занятий спортом, в большинстве случаев их привлекает внутренировочная досуговая деятельность больше, чем тренировочная, соревновательная часто становится проблемой;

- *низкий уровень* – определяется отсутствием интереса и положительного отношения к спортивной деятельности, тренер не является лично значимым субъектом, а занятия спортом не стоят на первом месте в системе лично значимых видов деятельности, тренировки не приносят удовольствия, не ставится цель достижения каких-либо результатов, доминирует мотив избегания неудачи, такие дети чаще всего стараются пропускать тренировки по любым причинам.

Данная характеристика уровней сформированности мотивации учебной деятельности разработана в ходе констатирующего этапа эксперимента в детско-юношеских спортивных школах. Вследствие чего на формирующем этапе были определены педагогические условия формирования мотивации учебной деятельности у подростков.

Выводы по второй главе

Во второй главе решались *две задачи*. *Первая* – определить цель, задачи и организацию экспериментальной работы. *Вторая* – разработать критерии и уровни сформированности мотивов учебной деятельности у подростков.

При решении *первой задачи* был составлен комплекс диагностических средств изучения мотивов учебной деятельности и показателей свойств личности.

Комплекс диагностических средств изучения мотивов и показателей свойств личности составил:

- опросник А.А. Реана по выявлению соотношения в мотивации учебной деятельности направленности на успех и избегание неудачи;
- опросник Г. Айзенка по выявлению типологических особенностей высшей нервной деятельности и темперамента;
- методика А.В. Шаболтас по выявлению доминирующих мотивов в структуре учебной деятельности;
- опросник Г.Е. Бабушкина по выявлению уровня устойчивости интереса к занятиям спортом;
- опросник Г.Д. Бабушкина и Н.Ф. Назаренко по выявлению уровня направленности на достижение высоких результатов;
- модифицированная методика Н.Г. Лускановой по выявлению уровня сформированности мотивации к учебной деятельности;

При решении *второй задачи* были определены *критерии и уровни сформированности* мотивов учебной деятельности у подростков: отношение к учебной деятельности; интерес к учебной деятельности; место учебной деятельности в системе лично значимых видов деятельности; роль тренера среди субъектов лично значимых для подростка; особенности целеполагания детей подросткового возраста; эмоции в ходе учебно-соревновательной деятельности; направленность на достижение высокого результата в соревновательной деятельности. *Уровнями* сформированности

мотивов учебной деятельности у подростков являются: *высокий, средний и низкий*.

ГЛАВА 3. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

3.1. Результаты исследования мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования

Теоретическое обоснование педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся в учреждениях дополнительного образования, базировалось на изучении особенностей мотивов у подростков, обучающихся в учебно-тренировочных группах. Данный этап является важнейшим не только в воспитании потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, но и в воспитании трудолюбия, целеустремленности и других личностных качеств, важных в достижении высоких результатов. В связи с этим одной из задач нашего исследования было изучение не только выраженности мотивов учебной деятельности, но и структуры мотивации, соотношения различных мотивов, личностных особенностей темперамента. Решение данной задачи должно позволить нам разработать педагогические условия для работы с подростками и определить средства и методы их реализации в учебно-тренировочной деятельности для успешного формирования у них устойчивых мотивов.

На этапе констатирующего эксперимента нашей целью было выявить исходный уровень мотивации у подростков, структуру доминирующих мотивов учебной деятельности, соотношение мотивации успеха и избегания неудачи в общей мотивации, личностные особенности темперамента подростков. Для оценки личностных компонентов и мотивов в нашем исследовании было обследовано 275 подростков, занимающихся в детско-юношеских спортивных школах по плаванию, синхронному плаванию, легкой атлетике, художественной гимнастике, спортивной гимнастике, боксу,

опрошено 43 тренера в возрасте от 30 до 65 лет, с опытом работы от 1 до 40 лет.

Результаты проведенного исследования показали, что 63,8% спортсменов находятся на низком уровне сформированности мотивации. Более глубокий анализ полученных результатов показал, что дети с таким уровнем мотивации неохотно посещают тренировки (22,4%), в большинстве случаев на посещение тренировки настаивают их родители (31,8%), лишь некоторые из них высказывают положительное отношение к учебно-тренировочной деятельности. При этом 19,6% детей посещают учебно-тренировочные занятия для того, чтобы общаться со своими друзьями в коллективе, а также покупать красивую спортивную форму. Остальные респонденты (36,2%) находятся на среднем уровне сформированности мотивации. Они успешно справляются с учебно-тренировочными заданиями, выступлениями на соревнованиях, ставят перед собой цели поехать на соревнования в другой город, выиграть медаль, выполнить норматив мастера спорта.

В целях получения информации об отношении подростков к учебно-тренировочным занятиям, к учебной деятельности мы провели анкетирование по разработанным нами анкетам. Проанализировав ответы респондентов, мы получили результаты, представленные в таблице № 8.

Результаты анкетирования показали, что независимо от вида спорта, подростки понимают ценностное значение спортивных тренировок для здоровья человека. Но вот добиться высоких спортивных результатов, стать чемпионом готовы в среднем 49,2% опрошенных. Наиболее популярным этот ответ стал у девочек, занимающихся синхронным плаванием и художественной гимнастикой.

Подростки достаточно активно интересуются спортивными событиями, происходящими в мире, на Олимпийских играх и чемпионатах мира и Европы. При этом просмотр массовых физкультурных и спортивных

мероприятий способствует повышению интереса к занятиям спортом (52,6%).

Таблица № 8

Результаты анкетирования подростков, занимающихся в детско-юношеских спортивных школах г. Калининграда, %

Варианты ответов респондентов	Спортивное плавание	Синхронное плавание	Легкая атлетика	Художественная гимнастика	Спортивная гимнастика	Бокс
Человек занимается спортом, чтобы						
быть здоровым	41,3	40	40,6	34,2	44,8	48
быть сильным, выносливым	54,3	45,7	53,1	60,5	44,8	40
получать удовольствие	15,5	14,3	12,5	15,7	13,7	8
хорошо выглядеть	13,7	17,1	15,6	10,5	10,3	8
добиться результатов	48,2	51,4	46,8	52,6	44,8	52
Причинами пропуска тренировок являются						
болезнь	85,8	84,7	74,4	78,5	89,4	88,3
отсутствие желания	52,2	48,3	49,6	54,8	45,1	51,5
проблемы в школе	27,5	21,3	18,6	8,9	23,9	5,1
конфликт с тренером	44,6	23,1	36,7	18,2	28,2	31,3
Я занимаюсь спортом, чтобы						
быть здоровым и сильным	88,5	82,4	84,6	78,4	76,3	67,2
выполнить норматив мастера спорта	46,2	66,2	45,8	42,6	36,5	58,7
выступить на Олимпийских играх	11,3	34,5	22,8	36,4	26,3	19,5
На выбор данного вида спорта повлияло						
советы родителей	65,7	71,4	64,2	82,3	55,3	65,3
пример товарищей	27,8	31,4	26,7	25,6	32,8	34,2
просмотр спортивных телепередач	13,9	18,7	9,7	32,8	8,7	16,5
кумир	7,6	24,8	11,4	22,6	6,3	5,4
В моем тренере мне нравится						
доброта	43,2	44,6	53,8	47,4	46,3	47,1
общительность	32,7	36,4	23,2	38,6	34,2	26,3
готовность помочь в трудную минуту	36,6	24,6	28,7	31,2	38,1	42,2
Во внутренировочное время тренер						
интересуется моими увлечениями	57,1	51,2	67,2	35,3	45,6	53,3
интересуется моей учебой	81,2	73,1	88,5	55,8	37,4	55,3
устраивает праздники	23,1	34,2	31,9	44,3	45,4	34,2
выезжает с нами на природу	-	-	-	-	-	-
Формированию интереса к спорту, на мой взгляд, способствует						
информация о спорте в интернете	45,5	48,3	38,2	53,2	54,2	32,3
передачи на телевидении	55,7	64,2	45,5	45,6	52,3	46,5
посещение спортивных мероприятий	68,3	54,3	34,8	45,5	45,8	67,2
взаимоотношения с тренером	58,4	32,5	38,6	44,8	51,2	23,3

В тренировки я бы хотел включить						
новые упражнения	51,2	53,2	44,6	44,8	61,3	56,3
игры	55,4	64,1	53,2	58,6	56,4	42,2
внутриклубные мероприятия	75,4	55,4	57,3	66,3	58,8	57,4

Спортсмены отмечают, что в основном получают спортивную информацию благодаря просмотру спортивных телепередач (67,6%) и Интернету (47,85%). Невысокий процент гимнасток (13,3%) узнают о спортивных событиях на уроках физической культуры в школе, а 7,4% респондентов не интересуются спортивными событиями вообще.

В связи с большой загруженностью в школе и тренировочными занятиями (почти 90% из них тренируются каждый день, включая выходные), 74,5% подростков отмечают недостаток свободного времени. В это время ребята используют такие виды учебной деятельности, как футбол и подвижные игры (55,4%). Пловцы отдают предпочтение прогулкам (17,4%), а также занятия бегом с родителями (9,1%). Здесь важно отметить факт влияния родителей на то, чем занимается их ребенок в свободное от школы и тренировок время. Были также такие ответы, как «ничего не делаю», «слушаю музыку», «играю на компьютере».

Основными причинами пропуска занятий стали:

- нет желания (51,25%), это в большей мере связано с физическим или психологическим состоянием спортсмена;
- болезнь, слабость (83,51%);
- проблемы в школе (17,55%);
- конфликт с тренером (30,35%).

Для достаточно высокого процента ребят определяющей причиной пропуска занятий стал «конфликт с тренером». Это говорит о том, что не всех спортсменов устраивает поведенческая деятельность тренера во время учебно-тренировочных занятий.

Выяснилось, что на выбор вида спорта огромное влияние оказывают родители (67,4%), что свидетельствует о том, что родители хотят воспитать

здорового, морально устойчивого человека, многие видят в своем ребенке олимпийского чемпиона. Девочки, занимающиеся синхронным плаванием, отмечали также, что хотят быть похожими на Наталью Ищенко, показывая тем самым, что у них есть кумир в спорте, к достижениям которого они стремятся сами. Именно поэтому среди синхронисток на вопрос о результатах, которых бы они хотели достичь, занимаясь этим видом спорта, самым популярным ответом стал «выступать на Олимпийских играх» (34,5%). Большинство подростков занимаются спортом, чтобы быть здоровым и сильным (79,5%).

Следует отметить, что определяющим фактором для ребят, способствующим повышению интереса к постоянным занятиям спортом являются взаимоотношения между тренером и обучающимся – так считают 44,8% респондентов. Пловцы и легкоатлеты отдают предпочтение разнообразию тренировок, что объясняется тем, что данные виды спорта относятся к циклическим видам и характеризуются монотонностью.

Внетренировочная досуговая деятельность занимает важное место в формировании взаимоотношений в спортивном коллективе. Так, 45,3% ребят отметили, что тренер редко общается с ними вне тренировок. Среди пловцов и легкоатлетов распространённым ответом стал «интересуется моей учебной», его отметили 81,2 и 88,5% занимающихся соответственно. Некоторые из ребят отмечали, что тренер вообще с ними не разговаривает на отвлеченные от тренировок темы, хотя им очень хотелось бы праздновать дни рождения, устраивать походы, выезды на природу. Помимо этого, среди рекомендаций к способам разнообразия занятий были следующие: «больше играть» (54,9%), «разнообразные задания» (51,9%). Как показывает наше исследование, тренер не всегда старается придумать что-то интересное при проведении тренировочных занятий. Подростки отмечали, что разнообразие занятий зависит «от настроения тренера». А у девочек, занимающихся синхронным плаванием, наоборот, ответ «тренер всегда старается разнообразить занятия» стал наиболее распространенным (55,4%).

Наши исследования, а также многочисленные исследования специалистов свидетельствуют, что личность тренера играет главную роль в учебно-тренировочном процессе. От отношения воспитанников к тренеру существенно зависит, будут ли ребята продолжать занятия или нет. Анализ проведенного опроса показал, что уход ребенка из спорта во многом определяется его негативным отношением к личности тренера и проведению им тренировочных занятий. Среди черт характера, которые привлекают детей в тренере, наиболее значимы личностные качества: доброта (47%), понимание и поддержка («в трудную минуту всегда поможет») – 33,5%, «общительность» (31,9%), а также было отмечено такое качество, как требовательность (15,1%). Но вместе с тем, как выяснилось из опроса, ребятам очень не нравится, когда тренер «много ругается» и «бывает нервным». Для подростков, которые прекратили занятия спортом, одна из главных причин этого стала «конфликт с тренером». Занимающиеся спортивным плаванием отмечали что им надоели однообразные тренировки, и они пытаются найти другой вид деятельности, который отличался бы разнообразием и удовлетворял их потребности и интересы.

В связи с этим нашей целью стало получение информации об отношении тренеров к своей профессиональной деятельности. По разработанным нами анкетам мы провели опрос тренеров детских юношеских спортивных школ по плаванию, синхронному плаванию, художественной гимнастике, легкой атлетике, спортивной гимнастике, боксу. Результаты представлены в таблице № 9.

Проведенное анкетирование выявило, что численность занимающихся в спортивных группах ежегодно значительно снижается. Самый высокий процент отсева занимающихся оказался в спортивном плавании – 35-45%, чуть меньше – в синхронном (10-15%). Тренеры по боксу и легкой атлетике отметили, что их группы сокращаются в среднем на 5-10%.

Один из вопросов анкеты касался того, насколько серьезно тренеры готовятся к каждому учебно-тренировочному занятию. Оказалось, 55,5%

тренеров готовятся к занятию заранее. При этом используют научно-методическую литературу (49,2%), интернет (68,1%), советуются с коллегами (48,2%). Высокий процент преподавателей (45,5%), которые готовятся к занятиям достаточно редко и опираются исключительно на свой личный опыт.

Таблица № 9

Результаты анкетирования тренеров детско-юношеских спортивных школ
г. Калининграда, %

Вариант ответов респондентов	Спортивное плавание	Синхронное плавание	Легкая атлетика	Художественная гимнастика	Спортивная гимнастика	Бокс
Источники информации для подготовки к учебно-тренировочному занятию						
научно-методическая литература	35,5	55,3	44,2	61,2	54,5	44,5
мнения специалистов, коллег	52,7	51,4	53,1	37,5	45,5	55,5
интернет	62,1	66,2	68,2	74,2	66,5	71,4
телевизионные передачи	55,4	44,2	37,5	55,5	44,3	55,4
Способы повышения интереса у спортсменов к тренировкам						
использую новые упражнения	67,3	74,3	55,5	47,5	55,5	45,5
использую игры	44,4	62,5	51,2	65,5	66,6	35,5
провожаю занятия в увлекательной форме	46,8	24,5	32,1	56,5	44,5	45,5
Способы общения со спортсменами во внутренировочное время						
устраиваю дни рождения подопечных	34,3	25,4	12,5	36,6	25,5	12,5
организую походы, выезды на природу	25,5	23,1	22,4	37,5	20,5	22,5
интересуюсь учебой	66,5	55,3	44,3	62,5	45,5	65,5
интересуюсь увлечениями	54,8	55,3	56,6	66,5	66,5	65,5
Способы для саморазвития						
чтение современной литературы	34,5	22,1	34,2	42,4	44,5	34,5
посещение лекций, семинаров	22,6	27,3	28,3	44,5	35,5	34,5
общение с коллегами имеющими высшую категорию	56,6	34,5	44,3	55,5	45,5	55,5
выезды на повышение квалификации	44,3	51,2	48,3	55,5	55,5	55,5
Причины возникновения конфликтов со спортсменами						
невыполнение требований тренера	44,6	48,2	44,2	55,5	65,5	75,5
пропуски тренировок	55,7	58,3	66,6	54,4	55,5	75,5
плохое поведение	23,1	21,1	25,5	35,6	22,5	25,5

Для повышения эмоциональности занятий большинство тренеров вводят новые упражнения – 57,6%, а 54,2% - включают в тренировку

разнообразные игры. Многие из тренеров (41,65%) стараются проводить тренировки в интересной, увлекательной форме. Однако, как показали наши наблюдения, делают они это достаточно редко. Этот вывод подтверждает опрос детей, которые отмечали, что хотели бы больше интересных занятий, что значительно повысило бы их мотивацию к систематическим учебно-тренировочным занятиям.

Отношение тренера к занимающимся существенно влияет на то, будут ли ребята продолжать учебно-тренировочные занятия или нет. Во время учебно-тренировочных занятий необходимо опекать каждого ученика, а 57,5% тренеров уделяют внимание лишь тем спортсменам, которые обладают способностями. Вместе с тем 47,5% тренеров по художественной гимнастике и 46,4% тренеров по синхронному плаванию отметили, что на учебно-тренировочных занятиях и особенно на соревнованиях стараются проявлять заботу обо всех. Необходимо подчеркнуть, что использование тренером лично-ориентированного подхода на учебно-тренировочных занятиях значительно повысит интерес не только к данному виду спорта, но и к самому преподавателю как к личности.

Как мы выяснили ранее, внутренировочная деятельность очень важна для ребят, им необходимо общение с друзьями по команде, тренером. Оказалось, что 35,5% тренеров вообще не общаются со своими подопечными на отвлеченные темы. Лишь тренеры по художественной гимнастике (66,5%) отметили, что общаются со своими учениками, интересуются их успехами в школе (62,5%), увлечениями (66,5%). Тренеры по легкой атлетике несколько раз в летние месяцы устраивали коллективные выезды на природу. Однако заметим, что все без исключения тренеры стараются организовать летний лагерь для ребят, что оказывает, безусловно, положительное влияние на психоэмоциональное состояние занимающихся.

В связи с тем, что большинство ребят прекративших занятия спортом, называли главной причиной произошедшего «конфликт с тренером», мы задали вопрос тренерам, насколько часто возникают у них конфликтные

ситуации с подопечными и что становится причиной. Большинство тренеров ответили, что конфликтные ситуации в учебно-тренировочном процессе происходят достаточно часто. Наиболее частая их причина – «пропуск занятий» (61%), на втором месте – «невыполнение требований преподавателя» (55,6%), 25,6% опрошенных указали «плохое поведение». На наш взгляд, часто причина конфликтов связана с тем, что не все тренеры вникают в психологические особенности своих подопечных, лишь 34% преподавателей знают, как найти подход к каждому ребенку. Мы предполагаем, что из-за игнорирования психологических особенностей подопечного чаще всего происходит недопонимание между спортсменом и тренером, и как следствие покидает ребенок спортивную школу.

Не все тренеры предпринимают активные действия, чтобы воспрепятствовать уходу ребенка из спортивной группы. Лишь 32,5% опрошенных пытаются вернуть его обратно. Тренеры по художественной гимнастике чаще всего беседуют с родителями таких детей (18%), а в легкой атлетике беседу проводят непосредственно со спортсменом, объясняя важность его дальнейших занятий этим видом спорта.

Отдельно мы выделили вопрос саморазвития преподавателей. Мы выяснили, что не все тренеры уделяют этому должное внимание. Посещают различные лекции и семинары (32,1%) специалистов, треть опрошенных (35,3%) – читают современную научную литературу по своему виду спорта, 48,7% респондентов общаются с коллегами более высокой профессиональной категории. Как оказалось, больше половины тренеров не походят переподготовку на курсах повышения квалификации в другие города, лишь некоторые из них регулярно выезжают на соревнования в другие города и страны, что способствует повышению профессионального образования. Мы выяснили, что внутришкольное повышение квалификации тренеров проводится достаточно редко, а как показывают современные исследования, данный вид повышения уровня образования является огромным стимулом в работе преподавателей.

С помощью опросников мы провели исследования, которые дают возможность выявить особенности доминирующих мотивов учебной деятельности, личностные особенности темперамента, устойчивость интереса и уровень направленности на достижение высокого спортивного результата у подростков. Применялись методики, позволяющие выяснить направленность мотивов учебной деятельности в целом и к занятиям спортивным плаванием в частности, а также к соревновательной деятельности. В исследовании приняли участие 116 подростков, занимающихся спортивным плаванием, на этапе спортивной специализации в условиях СДЮСШОР №14.

На основе теоретического исследования проблемы установлено, что, зная характеристики типов темперамента подростков и их индивидуальные особенности, можно создавать наиболее благоприятные условия обучения на тренировочном занятии, помогать обучающемуся справиться с его психологическими трудностями, активизировать его развитие, сохранить мотивацию к занятиям учебной деятельностью.

Для определения типологических особенностей нервной системы подростков и их высшей нервной деятельности мы использовали «Личностный опросник Айзенка (ЕРІ)». Методика направлена на выявление уровня экстраверсии, эмоциональной устойчивости и тип темперамента. Результаты исследования представлены на рисунке № 4.

Анализ эмпирических данных, полученных по данной методике, позволяет сделать вывод о том, что от общего числа опрошенных 64% подростков экстраверты, они общительны, отзывчивы, импульсивны, у них много друзей, хорошая приспособляемость к окружающей среде, однако они несдержанны и обладают недостаточным самоконтролем, а 36% - интроверты. В своем большинстве интроверты спокойны, уравновешены, миролюбивы, все действия продуманы и рациональны, пессимистичны и не агрессивны, любят планировать свое будущее, контролируют свои чувства.

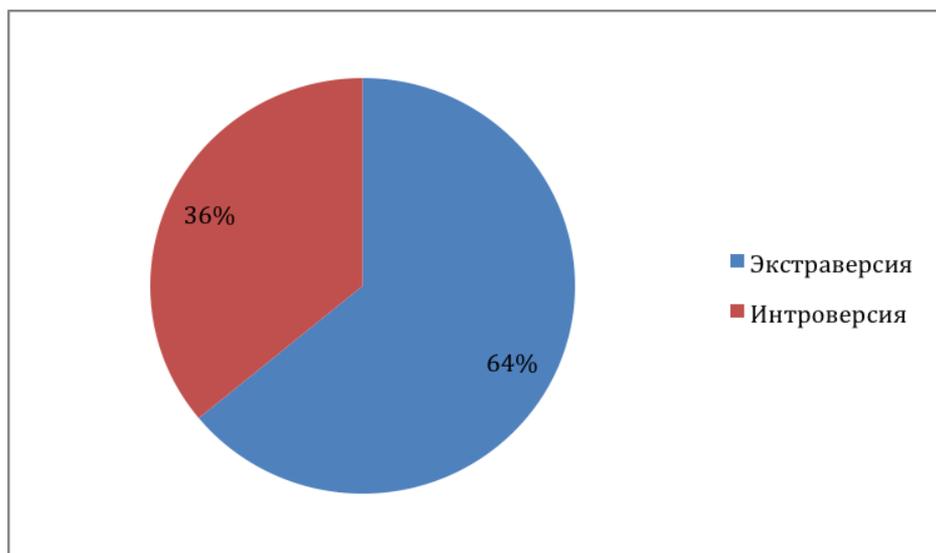


Рис. № 4 Доля экстравертов и интровертов, среди пловцов подросткового возраста, занимающихся в учреждениях дополнительного образования

После вынесения результатов на шкалу эмоциональной восприимчивости Айзенка были определены типы темперамента подростков (рис.№ 5).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что от общего числа опрошенных 39% подростков – сангвиники, то есть они быстро приспосабливаются к новым условиям, быстро сходятся с людьми, общительны, 27% - холерики, отличаются повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Данному типу свойственна резкость, стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний.

Сравнительно низким уровнем активности поведения отличаются 19% флегматиков. Меланхоликам (15%) свойственна сдержанность, застенчивость, робость, нерешительность.

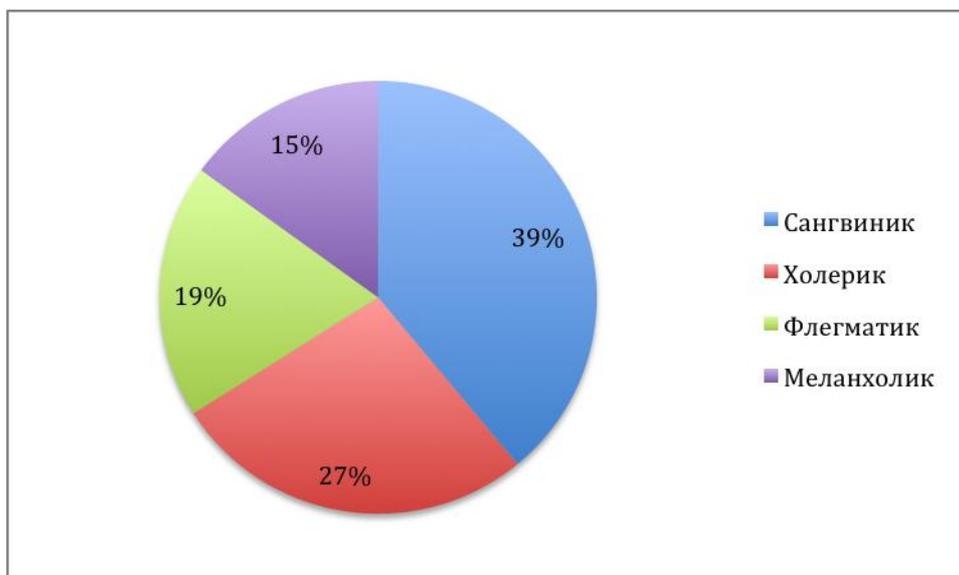


Рис. № 5 Доля типов темпераментов пловцов подросткового возраста, занимающихся в учреждениях дополнительного образования

Для определения соотношения стремления к успеху и избегания неудачи у подростков, занимающихся спортивным плаванием, мы использовали методику А.А. Реана. Результаты обработки анкет показали (рисунок № 6), что у большинства респондентов в исследуемой группе наблюдается преимущественная направленность личности на достижение успеха. Данные у 68,9% от общего числа опрошенных пловцов соответствуют диапазону шкалы «надежда на успех» (от 14 до 20 баллов), ориентированы на «боязнь неудачи» 13,8% спортсменов, у 17,3% респондентов результат – от 11 до 13 баллов, то есть мотивационный полюс выражен неярко. У подростков, ориентированных на успех результат составил от 14 до 17 баллов. Это говорит о том, что не все обучающиеся психологически готовы к учебно-соревновательной деятельности. Они не всегда уверены в себе, в своих силах, не всегда готовы отвечать за свои поступки, инициативу проявляют достаточно редко, а упорство в достижении цели проявляют по мере своих возможностей.

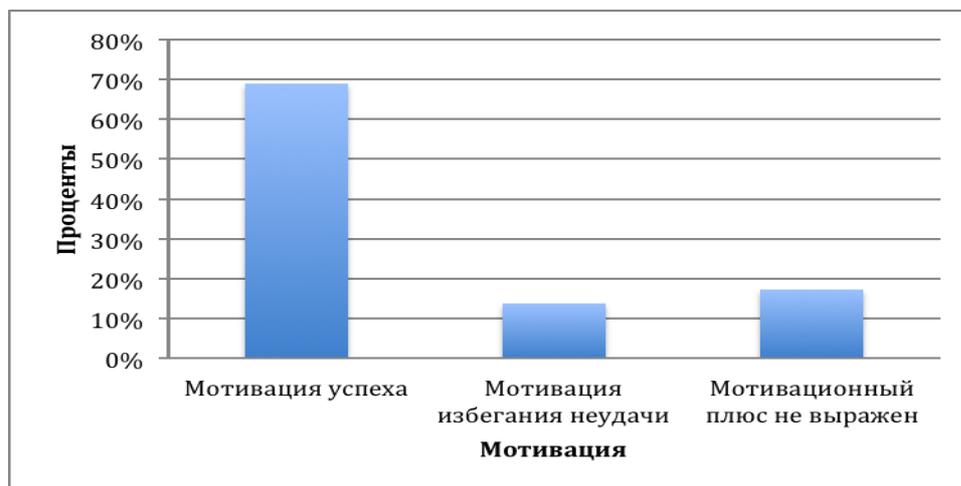


Рис. № 6 Распределение данных анкетирования по методике А.А. Реана

Для определения структуры мотивации мы провели опрос по модифицированной методике А.В. Шаболтас, которая позволила нам выделить доминирующие мотивы занятий спортом среди подростков, занимающихся спортивным плаванием в СДЮСШОР №14. Качественная итоговая оценка ответов занимающихся показала, что в рейтинге личностной значимости занятий плаванием у подростков с разными типами мотивации есть заметные отличия. Для определения общих тенденций мы вычислили средние значения и проранжировали мотивы. На рисунке № 7 представлены результаты ранжирования.

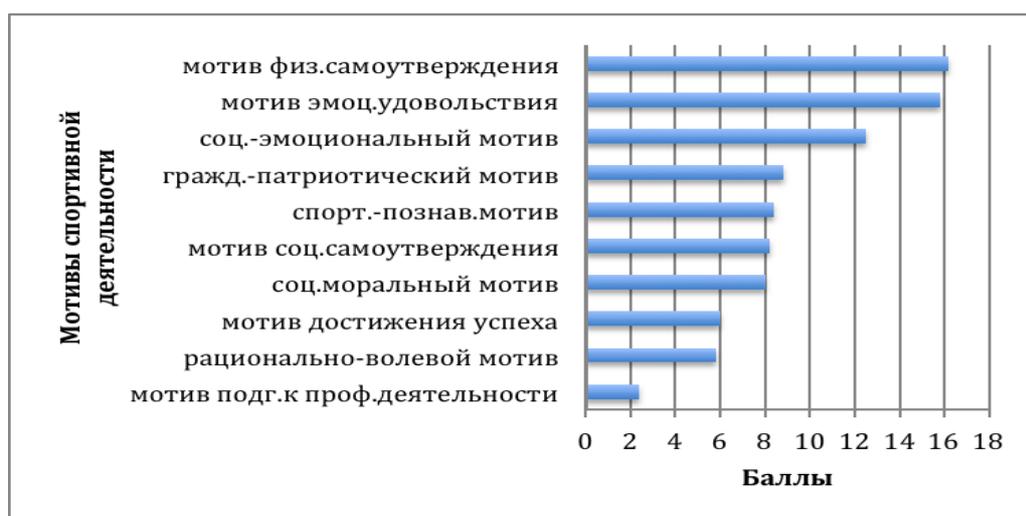


Рис. № 7 Структура мотивации подростков, занимающихся спортивным плаванием в учреждениях дополнительного образования

Как видим, наиболее выражены три мотива занятий спортом у подростков: мотив физического самоутверждения, мотив эмоционального удовольствия и социально-эмоциональный мотив. Таким образом, преобладающими причинами занятий спортом у пловцов в группе спортивной специализации являются: получение удовольствие от двигательной активности, комфортная атмосфера на занятиях, высокая эмоциональность упражнений и соревнований, получение удовольствия от общения и взаимодействия с товарищами по команде, тренером и соперниками во время учебно-тренировочных занятий и соревнований, стремление к физическому совершенству.

Далее мы видим достаточно высокую плотность результатов по шести из основных мотивов занятий спортом, где лидируют гражданско-патриотический и спортивно-познавательный мотивы, далее – мотив социального самоутверждения, затем по убыванию и значимости – социально-моральный, рационально-волевой мотив, мотив достижения успеха. На последнем месте с достаточно большим отрывом оказался мотив подготовки к профессиональной деятельности.

Часть результатов исследования обусловлена возрастом занимающихся, например, достаточно высокая значимость получения удовольствия от деятельности и невысокая значимость мотива подготовки к профессиональной деятельности в возрасте 10-11 лет.

Мотив достижения успеха выражен неярко и занимает предпоследнее место среди других мотивов. Это свидетельствует о том, что младшие подростки не очень хорошо мотивированы на достижение высокого спортивного результата, превосходства над другими, преодоления себя. Однако, сопоставляя полученные результаты с предыдущей анкетой, отметим, что ориентация на ожидание успеха у пловцов выше, чем боязнь неудачи, но среди других мотивов учебной деятельности она не является ведущей.

Проранжировав мотивы учебной деятельности среди подростков, стремящихся к успеху и избегающих неудач, мы получили следующие результаты.

В группе пловцов, ориентированных на успех (рис.8), доминирующими стали четыре мотива: мотив эмоционального удовольствия, мотив достижения успехов в спорте, мотив физического самоутверждения и спортивно-познавательный мотив.

Обучающиеся этой группы с огромным желанием занимаются спортивным плаванием, занятия доставляют им радость от движений и физических нагрузок, они стремятся к физическому развитию, проявить себя, к становлению характера, а достигаемые успехи рассматриваются подростками с точки зрения личного престижа.

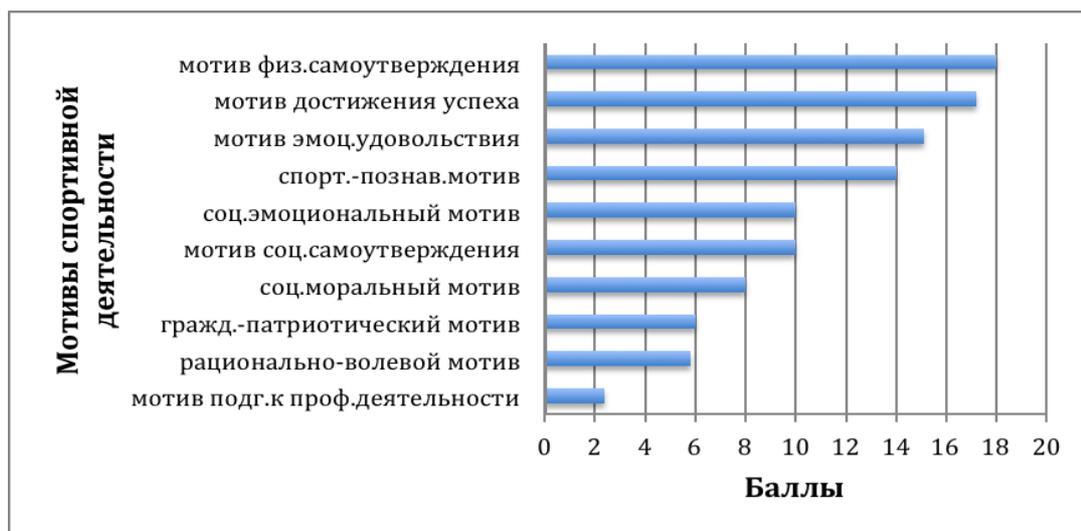


Рис. 8 Выбор мотивов учебной деятельности в группе пловцов, ориентированных на успех (в баллах)

Данные диаграммы, представленной на рисунке 9, подтверждают, что в группе подростков, мотивационный полюс которых выражен неярко, обучающиеся набрали меньше баллов, доминирующими у них стали мотив эмоционального удовольствия, мотивы физического и социального самоутверждения, социально-эмоциональный мотив. У них заметно ниже показатели по мотиву достижения успехов в спорте, они понимают значимость занятий, но не стремятся достигать высоких спортивных

результатов, в связи с этим по социально-моральному мотиву эта группа спортсменов имеет также низкие показатели. Самые низкие показатели в этой группе – по спортивно-познавательному мотиву, для них не имеют особого значения вопросы технической и тактической подготовки, им не интересна познавательная информация, связанная с учебной деятельностью.

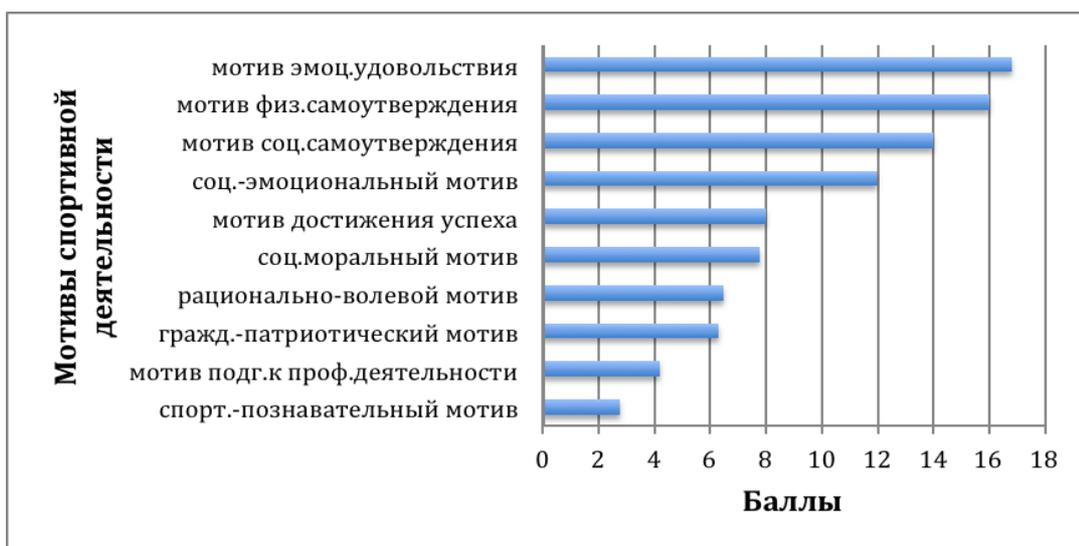


Рис. 9 Выбор мотивов учебной деятельности в группе пловцов, мотивационный полюс которых выражен неярко (в баллах)

В группе спортсменов, избегающих неудач, показатели еще ниже (рис.10). Первым по значимости для занимающихся этой группы является мотив физического самоутверждения, далее – мотив эмоционального удовольствия, спортивно-познавательный мотив. Эти подростки не стремятся к достижению успеха, улучшению своих личных результатов в избранном виде спорта, избегают выступлений на соревнованиях.

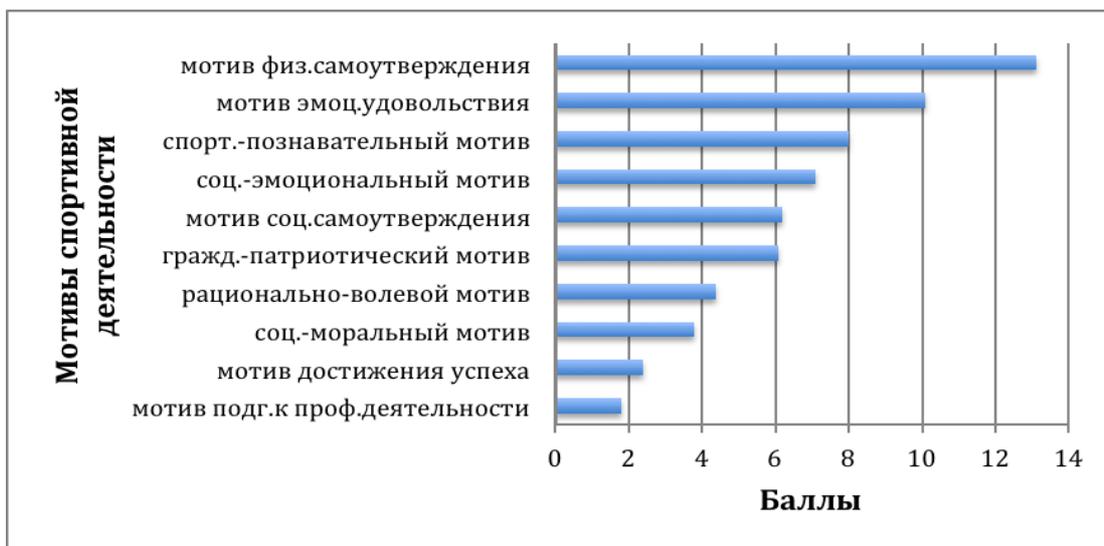


Рис. 10 Выбор мотивов учебной деятельности в группе пловцов, ориентированных на избегание неудач (в баллах)

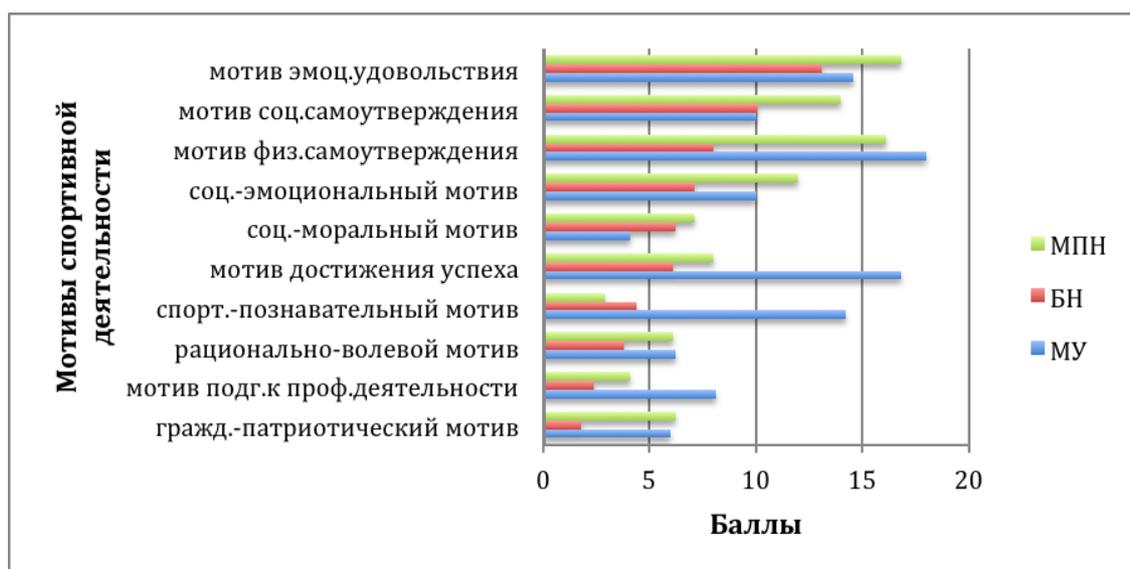


Рис. 11 Сравнительные данные о выборе мотивов в трех группах подростков, занимающихся спортивным плаванием: мотивированных на успех (МУ), с невыраженным мотивационным полюсом (МПП), мотивированных на избегание неудач (БН) (в усл. баллах)

Сравнение данных по двум группам обучающихся, ориентированных на успех и на избегание неудач, где $n = 82$ (рис. 11, табл. 10), свидетельствуют о достоверных различиях по t-критерию Стьюдента $p < 0,05$ в мотивах: эмоционального удовольствия, физического самоутверждения, мотив достижения успехов в спорте и спортивно-познавательный мотив.

Таблица 10

Доминирующие мотивы подростков, занимающихся спортивным плаванием, ориентированных на успех и избегание неудач

Доминирующие мотивы	Тип мотивации		t	p
	Мотивация успеха n=69	Мотивация боязни неудач n=13		
ЭУ	18,25 ±2,71	10,8±1,78	1,98	< 0,05
ФС	15,25 ±2,93	13,4±2,11	2,07	< 0,05
ДУ	17,15 ±5,24	2,3±2,11	2,18	< 0,05
СП	14,5±4,88	8,4±1,83	2.03	< 0,05

Примечания: ЭУ – мотив эмоционального удовольствия, ФС – мотив физического самоутверждения, ДУ – мотив достижения успеха, СП – спортивно-познавательный мотив

Следующий показатель особенности мотивации подростков, занимающихся плаванием в учреждениях дополнительного образования, который мы измеряли – это интерес к учебной деятельности. Согласно ключу к анкете Е.Г. Бабушкина, неустойчивым считается интерес, выраженный менее чем 26 баллами. От 26 до 30 баллов – недостаточно устойчивый и устойчивый – от 31 до 36 баллов. В исследуемой нами группе средний показатель устойчивости интереса к учебной деятельности составил 29,68. Получается, что в среднем по группе интерес можно считать недостаточно устойчивым (рис. 12).

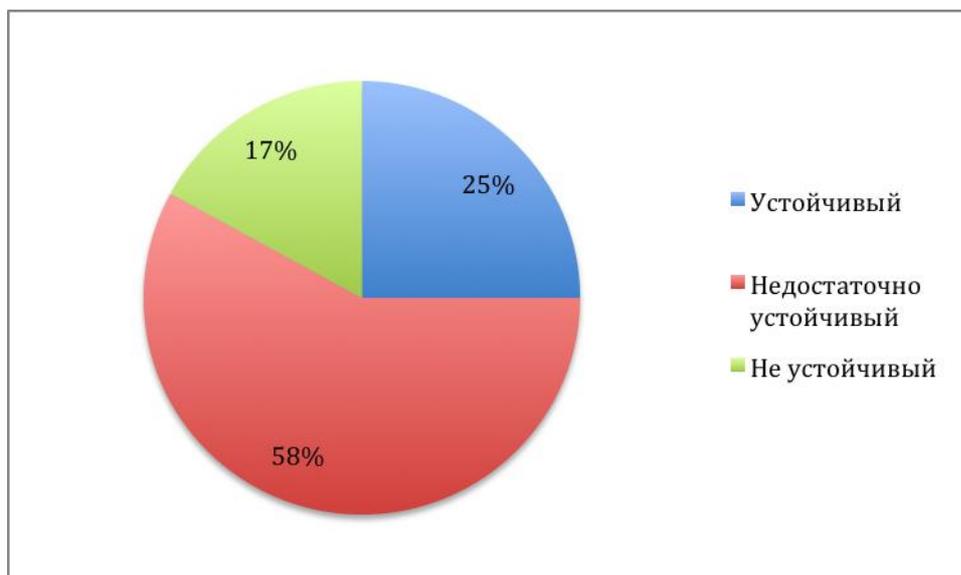


Рис. № 12 Распределение подростков по уровню устойчивости интереса к учебной деятельности.

Оценить степень выраженности направленности на достижение высокого результата в соревновательной деятельности нам позволяет методика Г.Д. Бабушкина и Ю.Ф. Назаренко (1996) (рис. 13). Она подразделяет результаты анкетирования на три уровня – низкий, средний и высокий. Согласно шкале данной анкеты низким считается уровень от 15 до 34 баллов, средним от 35 до 55 и высоким – от 56 до 75. По результатам анкетирования среднее значение (44,08) в группе находится на среднем уровне, но мы видим в группе подростков с низким уровнем направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности.

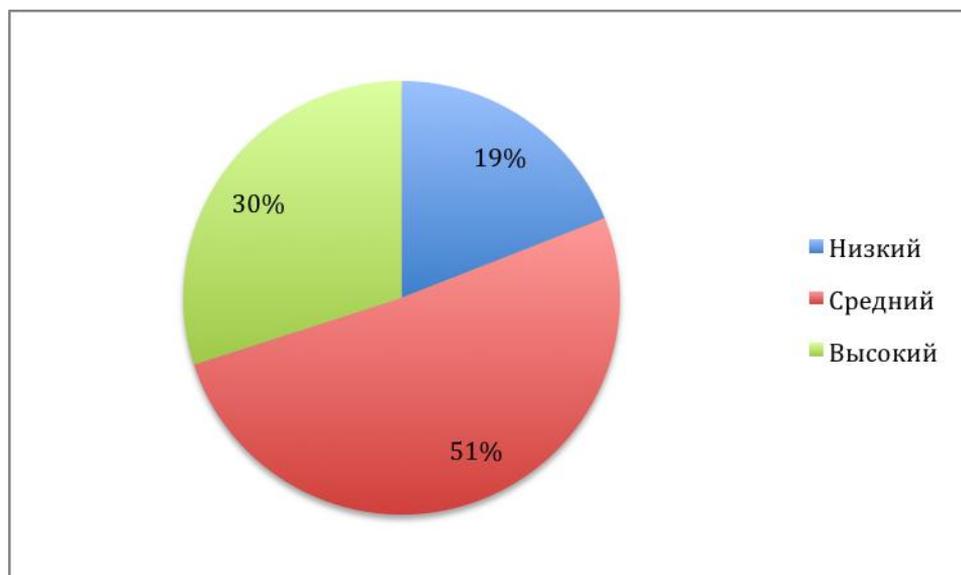


Рис. № 13 Распределение подростков по уровню направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности

Итак, результаты исследования показали, что большая часть обучающихся подросткового возраста, занимающихся в детско-юношеских спортивных школах, имеют низкий уровень сформированности мотивации к учебной деятельности. Подростки понимают важность занятий спортом для здоровья человека, но для большинства высокие спортивные достижения не являются целью занятий учебной деятельностью.

Огромное влияние на выбор вида спорта и продолжение занятий им оказывают родители занимающихся.

Одним из определяющих факторов повышения мотивации к занятиям спортом являются взаимоотношения обучающихся с тренером.

Тренеры не уделяют должного внимания вопросу саморазвития и повышения своей профессиональной компетентности.

Оценивая личностные смыслы занятий спортом подростков, ориентированных на успех, следует иметь в виду, что они показывают значительно более высокий уровень мотивационной готовности к занятиям. Эти подростки активны, осознают значимость физических нагрузок для укрепления своего здоровья, у них сильная воля, они готовы преодолеть

препятствия, в меньшей степени нуждаются во внешнем контроле. Подросткам, избегающим неудач, и с неярко выраженным мотивационным полюсом явно не хватает познавательных интересов и волевых усилий.

Можно сделать вывод о том, что структура мотивации, степень выраженности разной направленности мотивации и особенности их проявления в тренировочной и соревновательной деятельности у пловцов подросткового возраста имеют неоднозначный характер. При общей и специфической к спорту направленности на достижение успеха у них наблюдается недостаточно устойчивый интерес к спорту. Доминирующими мотивами учебной деятельности являются мотивы, связанные с положительными эмоциями, получением удовольствия от деятельности.

Результаты обработки анкет говорят о том, что следует более целенаправленно работать над развитием у подростков целеустремленности и переходу от мотивации получения удовольствия не только от деятельности и окружающей обстановки, но и к получению удовлетворения от достигнутого результата, постепенно развивать способности к регуляции воли и преодолевать трудности на пути к результату.

Все это делает необходимым использование для подростков специально организованных педагогических условий и средств их реализации, положительно воздействующих на формирование мотивов учебной деятельности.

3.2. Теоретическое обоснование педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков

Формирование мотивов учебной деятельности у подростков зависит от множества факторов, требующих создания в учреждениях дополнительного образования определенных условий для проявления внутренних побуждений к занятиям.

Ряд авторов в своих исследованиях связывают процесс управления формированием мотивов с педагогическими условиями воздействия на мотивационный процесс.

Условие рассматривается В.С. Матвеевым как «совокупность переменных природных, социальных, внешних и внутренних воздействий, влияющих на физическое, нравственное, психическое развитие человека, его поведение, воспитание и обучение, формирование личности» [104].

При анализе понятия «педагогические условия» можно выделить несколько точек зрения.

Под педагогическими условиями В.И. Андреев понимает «комплекс мер, содержание, методы, приемы и организационные формы обучения и воспитания» [5]; педагогические условия отмечаются В.А. Беликовым как совокупность «объективных возможностей содержания, форм, методов и материально-пространственной среды, направленных на решение поставленных в педагогике задач» [21].

Согласно Н.В. Ипполитовой, понятие «педагогические условия» – это компонент педагогической системы, отражающий совокупность внутренних и внешних элементов, обеспечивающих ее эффективное функционирование и дальнейшее развитие [71; 72].

«С планомерной работой по уточнению закономерностей как устойчивых связей образовательного процесса, обеспечивающей возможность проверяемости результатов научно-педагогического исследования», связывает педагогические условия Б.В. Куприянов [87].

В теории и практике педагогической науки имеют место такие разновидности педагогических условий как организационно-педагогические (В.А. Беликов [21], Е.И. Козырева [77], С.Н. Павлов [117]); психолого-педагогические (Н.В. Журавская [64], А.В. Круглий [81]); дидактические условия (М.В. Рутковская [135]).

Организационно-педагогические условия определяются учеными как «совокупность объективных возможностей, обеспечивающая успешное решение поставленных задач» [64]; как «совокупность возможностей содержания, форм, методов целостного педагогического процесса, направленных на достижение целей педагогической деятельности» [81].

В своих работах Н.В. Ипполитова рассматривает психолого-педагогические условия как совокупность взаимосвязанных между собой возможностей образовательной и материально-пространственной среды, которые направлены на преобразование конкретных характеристик личности. Исходя из этого определения необходимо установить, что психологические условия – это совокупность конкретных мер воздействия на определенные характеристики личности, которые обуславливают успешность педагогического процесса [71; 72].

В исследованиях ряда авторов (В.И. Андреев [5], Д.В. Чернилевский [162], М.В. Рутковская [135]) дидактические условия выделяются как «результат целенаправленного отбора, конструирования и применения элементов содержания, методов и организационных форм обучения для достижения дидактических целей».

Исходя из анализа понятий разновидностей педагогических условий, необходимо выделить следующие основные их функции [162]:

- организационно-педагогических условий - организация мер воздействия, обеспечивающих планируемое, целенаправленное управление развитием целостного педагогического процесса;

- психолого-педагогических условий - организация мер педагогического взаимодействия, обеспечивающих воздействие на личностный аспект педагогической системы;

- дидактических условий - выбор и реализация возможностей форм, методов, содержания и средств педагогического воздействия в процессе обучения, которые обеспечивают эффективное решение образовательных задач.

В связи с этим выбор правильно подобранных педагогических условий способствует развитию и эффективности функционирования педагогической системы [162].

Теории мотивации А. Маслоу [103], Д. Маккелланда [99], Ф. Герцберга [34] и др., которые успешно применяются в теории управления, делают основной упор на определении структуры потребностей людей. Эти теории внесли определенный вклад в понимание сущности, что лежит в основе стремления людей к деятельности: человеческое поведение определяется суммой актуальных мотивов, которые связаны со стремлением личности к удовлетворению потребностей. В последние годы и в психологии спорта данная теория все чаще находит свое применение. А. В. Уколов утверждает, что анализ ее содержания и ее назначение с последующей модификацией позволяет включить данную теорию в методику формирования спортивной мотивации у юных спортсменов [149; 150].

В исследованиях ученых показано, что потребности служат мотивом к действию, так как ощущение потребности пробуждает в человеке состояние устремленности. Побуждение - поведенческое проявление потребности и направленное на достижение цели, которая в данном случае осознается как средство удовлетворения потребности. При достижении цели потребность человека может быть удовлетворенной, частично удовлетворенной или неудовлетворенной. Поведение подростка во многом зависит от степени удовлетворения поставленной цели [150].

Изучав процесс формирования спортивной мотивации, А. В. Уколов делает вывод, что роль преподавателя (учителя, тренера) в формировании спортивной мотивации у занимающихся заключается в выявлении и изучении их актуальных потребностей и созданием условий для возможности их удовлетворения на занятиях в секции [149].

Исследования В. Б. Антипина свидетельствуют о том, что недостаточное удовлетворение актуальных потребностей юных спортсменов - одна из основных причин, по которой дети покидают спорт [7].

Авторитарный стиль, как отмечает Е. П. Ильин, формирует мотив избегания неудачи и внешнюю мотивацию. Демократический стиль способствует развитию внутренней мотивации. Либеральный стиль снижает мотивацию обучения и формирует мотив надежды на успех [69; 70].

В работах А.Ф. Артюшенко [8], В.К. Бальсевич [18], Е.П. Ильин [69; 70], Е.В. Нечипоренко, Л.А. Нечипоренко [110] подчеркивается важность четкого понимания цели учебной деятельности, осознанного желания к самоусовершенствованию, способность к самоконтролю, самоанализу и самооценке в процессе учебно-тренировочных занятий и соревновательной деятельности.

Готовность педагогов к ориентации учащихся на личностные достижения, организация образовательного процесса, стимулирующего личностное развитие учащихся, профессиональная компетентность и ориентация педагога, создание ситуаций успеха определены С.В. Сафоненко, как ведущие педагогические условия, обеспечивающие формирование стремления к личностным достижениям в учебной деятельности [138].

Индивидуальную направленность учебно-тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей занимающихся и своевременную объективную оценку педагогом личностных достижений спортсмена отмечает в своей работе Л.А. Нечипоренко [110].

Об определяющем значении на формирование спортивной мотивации личностных качеств, поведения и деятельности тренера говорится в работе Т.О. Емельяненко, М.Н. Клейменова [61].

В работах Е.С. Гафла [32], Е.Б. Кузьмина [86] выделены педагогические условия, при которых через психолого-педагогический механизм «сверху вниз» и «снизу вверх» возникает, функционирует и развивается положительное отношение к цели занятий спортом через выработку навыка объективной оценки своих возможностей. Соблюдение педагогических условий приводит к формированию устойчивых положительных мотивов к учебно-тренировочным занятиям, развитию способностей к субъективному контролю и самоуправлению, волевых качеств.

В исследовании В.С. Матвеева экспериментально доказано, что важнейшее методическое условие формирования мотивации к физкультурно-спортивной деятельности – это установление с учащимися обратной информационной связи на основе интерактивного общения [104].

По результатам теоретического анализа проблемы, а также на основе данных, полученных в ходе анкетирования подростков, занимающихся в детско-юношеских спортивных школах, был разработан комплекс педагогических условий, которые необходимо создать на учебно-тренировочном занятии, для успешного формирования мотивов спортивной деятельности (рис. 14, 15).

Педагогические условия, способствующие успешному формированию мотивов учебной деятельности у подростков в сфере физической культуры, определяются:

- 1) обеспечением готовности педагогов к формированию мотивов учебной деятельности у занимающихся (личность педагога, профессиональная компетентность);

- 2) планированием учебно-тренировочной деятельности и формирование подгрупп на основе выявления у подростков особенностей темперамента и

ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач;

3) включением в учебно-тренировочный процесс теоретических бесед по вопросам мотивации учебной деятельности подростков;

4) повышением эмоциональности учебно-тренировочного процесса;

5) организацией учебно-тренировочного процесса с использованием положительного подкрепления;

6) созданием ситуаций успеха (условия, исключающие снижение самооценки учащихся, ситуаций неудач, отрицательную оценку со стороны товарищей по команде, формирование мотивов избегания неудач);

7) применением лично-ориентированного подхода в планировании учебной деятельности;

8) организацией внутренировочной деятельности подростков с использованием восстановительных, культурных и досуговых мероприятий (Рис. 14, 15).



Рис. 14 Модель формирования мотивов учебной деятельности у подростков



Рис. 15 Педагогические условия формирования мотивов учебной деятельности у подростков

Для осуществления разработанных нами педагогических условий, при планировании учебно-тренировочной деятельности тренерам предлагалось применить следующие основные средства, приемы и рекомендации:

При реализации *первого педагогического условия* с целью обеспечения готовности педагогов к формированию мотивов учебной деятельности главное внимание уделялось личности тренера и его профессиональной компетентности. Поскольку у обучающихся частой причиной прекращения занятий оказался «конфликт с тренером», одной из главных задач для нас стало улучшение взаимопонимания между подростком и тренером. Для решения данной проблемы были проведены методические занятия с преподавательским составом в объёме 36 часов.

Одна из основных задач работы с тренерским составом заключалась в формировании у педагогов мотивации к профессиональной деятельности, в готовности к работе над формированием мотивов учебной деятельности у подростков. Составленные программы ориентированы: на повышение профессионально значимых качеств тренеров, использование творчества в профессиональной деятельности, предусматривали выезды педагогов в другие города для знакомства с практической деятельностью квалифицированных тренеров и участия в конференциях, соревнованиях различного уровня.

При проведении методического занятия с тренерами внимание акцентировалось на их личностных качествах, таких как доброта, внимательность, понимание и поддержка, доброжелательность по отношению к своим подопечным. Согласно нашим рекомендациям, тренерам необходимо было заботиться о положительном отношении к нему воспитанников; быть моделью поведения; уделять внимание эффективному общению с обучающимися; развивать у себя коммуникативные способности, побуждать подростков к обратной связи; быть внимательным не только к словам подопечных, но и к другим деталям, таким как внешний вид, эмоциональное состояние; быть в постоянном контакте с родителями

подростков, привлекать к обсуждению организации внутренировочной деятельности.

Для реализации **второго педагогического условия** с целью планирования и формирования на учебно-тренировочных занятиях подгрупп на основе выявления личностных особенностей подростков - высшей нервной деятельности, темперамента, а также особенностей ведущих мотивов и соотношения мотивации успеха и избегания неудачи применяли четыре способа объединения:

- по типологическим особенностям нервной системы и ВНД (использовалось положительное подкрепление подростков в зависимости от преобладающего типа темперамента);

- по сходному мотиву (мотив эмоционального удовольствия, мотив физического самоутверждения, социально-эмоциональный мотив);

- по отличающимся мотивам (чтобы в подгруппе были подростки с разными преобладающими мотивами и их количество было одинаковым во всех трех подгруппах);

- разделять на экстравертов (сангвиник, холерик) – реакция и деятельность, которых зависят от внешних впечатлений, возникающих в данный момент, и интровертов (флегматик, меланхолик) – от внутренних психических процессов и состояний человека

Для осуществления **третьего педагогического условия** с целью включения в учебно-тренировочный процесс теоретических бесед по вопросам мотивации учебной деятельности подростков проводились 10-15 - минутные теоретические беседы по следующим темам: история развития плавания, о гигиене спортсмена, о гигиене питания, о восстановительных средствах, о роли спорта в жизни человека, о выдающихся спортсменах (их достижениях, выступлениях на соревнованиях), технике плавания, тактике плавания, особенностях мотивационной сферы спортсменов, особенностях предстартовых состояний, подготовке к соревнованиям, психологических средствах регуляции и саморегуляции и т д.).

Во время теоретических занятий приводились примеры достижений высоких результатов подростками с различными особенностями мотивации. Для этого организовывались встречи с ведущими спортсменами России, Европы, мира, среди которых была пятикратная олимпийская чемпионка по синхронному плаванию Наталья Ищенко.

Для повышения мотивации к достижению высокого результата ребятам предлагались просмотры видеозаписей соревнований уровня Чемпионата мира и Европы, Олимпийских игр в домашней обстановке, для самостоятельного изучения, а затем дальнейшего обсуждения их на теоретических занятиях (таблица 11).

Для реализации **четвертого педагогического условия** с целью повышения эмоциональности учебно-тренировочного процесса подбирались упражнения с выполнением конкретных заданий, проведением подвижных игр, эстафет, игровых и соревновательных заданий. При комплектовании подгрупп во время проведения подвижных игр и соревнований учитывались различия темпераментов и ведущих мотивов занимающихся. Среди игр и эстафет, проводимых во время учебно-тренировочного занятия, использовались игры направленные на развитие физических качеств, психической разгрузки, освоения навыков взаимодействия в команде, а также специфические игры и эстафеты с элементами техники плавания, представленные в таблице 12.

Рекомендовалось в тренировочные задания включать разнообразные упражнения с элементами синхронного плавания (в том числе с целью воспитания чувства опоры о воду ладонью). Кроме этого спортсменам предлагалось внести свои изменения в учебно-тренировочное занятие, выполняя упражнение заранее придуманное дома, а также поучаствовать в принятии решений по организации отдыха, восстановительных процедур и других мероприятий.

Примерный тематический план теоретической подготовки подростков
в учреждениях дополнительного образования

Темы	Кол-во часов
Развитие спортивного плавания в России и за рубежом	2
Гигиена физических упражнений и профилактика заболеваний	2
Влияние физических упражнений на организм человека	2
Врачебный контроль и самоконтроль. Первая помощь при несчастных случаях	1
Техника спортивного плавания, стартов, поворотов, передачи эстафеты	2
Основы методики тренировки	2
<i>Психологическая подготовка:</i>	
<i>Особенности мотивационной сферы спортсменов</i>	2
<i>Подготовка к соревнованиям. Особенности предстартовых состояний</i>	1
<i>Психологические средства регуляции и саморегуляции</i>	1
<i>Достижения спортсменов с различными особенностями мотивации</i>	1
<i>Нравственные и интеллектуальные основы спортивной деятельности</i>	1
Правила, организация и проведение соревнований по плаванию	2
Спортивный инвентарь и оборудование	1
Всего часов	20

Реализуя ***пятое педагогическое условие***, использовали положительное подкрепление (методика Б. Скиннера) при планировании учебно-тренировочного процесса и соревнований. Подкрепление – это воздействие с помощью стимулов на текущее поведение людей, это то, что происходит одновременно с поступком и ведет к повышению вероятности этого поступка в будущем. Важным аспектом является то, что в отличие от наград, которые могут вручаться гораздо позже произошедшего (награждение по результатам соревнований), подкрепление должно происходить в момент совершения действия либо сразу же после него. При положительном подкреплении поощряются действия, имеющие позитивную направленность.

Игры проводимые на учебно-тренировочном занятии по плаванию в
учреждениях дополнительного образования

Задачи	Игры
Воспитание чувства опоры о воду во время гребка ладонью и предплечьем, ногами	«Полоскание белья», «Переправа», «Поймай воду» «Футбол»
Совершенствование навыков ныряния	«Водолазы», «Брод», «Охотники и утки», «Поезд в тоннель», «Утки-нырки»
Воспитание продолжительного пребывания под водой	«Поплавок», «Медуза», «Кто быстрее спрячется под воду», «До пяти»
Совершенствование навыков всплывания, равновесия и произвольного изменения положения тела в воде	«Винт», «Авария», «Слушай сигнал», «Пятнашки с поплавком», «Кто сделает кувырок»
Совершенствование ритма дыхания	«У кого больше пузырей», «Ваньки встаньки», «Поезд», «Фонтанчики», «Качели», «Кто победит»,
Совершенствование принимать обтекаемое положение тела в воде	«Кто дальше проскользит», «Стрела», «Торпеды», «Ромашка»
Совершенствование прыжков в воду, стартов	«Не отставай», «Эстафета», «Прыжки в круг», «Кто дальше прыгнет», «Кто дальше проскользит», «На старт – марш», «Полет», «Все вместе», «Каскад»
Совершенствование эффективного гребка, техники плавания	«Кто сделает меньше гребков», «Кто быстрее проплывет», «Чей рекорд», «Салки», «Гусеница», «Эстафета с выбыванием», «Кто победит»
Воспитание умения взаимодействовать в коллективе	«Рыбы и сеть», «Мяч по кругу», «Волейбол в воде», «Салки с мячом», «Борьба за мяч», «Гонки мячей», «Водное поло», «Баскетбол», «Эстафета»
Освоение навыков прикладного плавания	«С донесением вплавь», «Найти трассу», «Переправа», «Достать пострадавшего», «Достать пострадавшего на берег», «Эстафета с препятствиями»

Тренеру необходимо говорить добрые слова своим подопечным, оказывать им внимание, показывать хорошие эмоции спортсменам, в качестве похвалы за удачно выполненное упражнение или выступление на соревнованиях использовать выражения: «Ты молодец», «Ты такой сильный», «Я горжусь тобой», «Я очень рад (а)» и т. д. При отрицательном подкреплении тренером поощряется отсутствие действий с негативной направленностью, например отсутствие пропусков учебно-тренировочных занятий.

Чтобы реализовать *шестое педагогическое условие*, на учебно-тренировочном занятии создавались условия, которые обеспечивают успех. Задача тренера состояла в том, чтобы дать каждому подростку возможность пережить радость успеха, поверить в себя, осознать свои возможности.

Для этого необходимо: использовать разные виды поощрений (одобрительное слово тренера, благодарность, высказанная в присутствии товарищей по команде, грамота, подарок, помещение фотографии на доске почета), применять задания, которые впоследствии усложняются с каждой тренировкой (преодоление трудностей способствует укреплению у спортсменов веры в свои силы, воспитанию настойчивости и упорства), организовывать мини-соревнования с выполнением конкретной цели (проплыть длинную дистанцию, проплыть дистанцию за установленное время, проплыть дистанцию с утяжелителями, проплыть дистанцию с соперником другой возрастной группы, другого спортивного разряда), после каждого учебно-тренировочного занятия спортсмен должен получить оценку за выполнение упражнений (для этого у каждого спортсмена должен быть собственный дневник, где он отмечает выполненные задания, положительные, отрицательные эмоции, впечатления, настроение, полученное за день).

Реализуя *седьмое педагогическое условие* при планировании учебно-тренировочного процесса, необходимо соблюдать принцип индивидуальности. В процессе составлений индивидуальных планов (недельных, месячных, годовых) каждый спортсмен совместно с тренером прописывал реальную, конкретную цель, которую он ставит перед собой, занимаясь спортивным плаванием, которая будет зависеть только от него, без вмешательства других лиц. При этом следует проводить еженедельный контроль за его исполнением, с последующим внесением соответствующих корректировок. Тренерам нужно уметь оценивать психологические особенности спортсменов. С этой целью наставникам были предоставлены анкеты для изучения характера, высшей нервной деятельности,

темперамента, а также проведен инструктаж для дальнейшего самостоятельного использования данных материалов при планировании учебно-тренировочных занятий.

Реализуя *восьмое педагогическое условие*, при организации внутренировочной деятельности спортсменов предлагалось акцентировать внимание на создании благоприятного микроклимата в коллективе, формировании хороших взаимоотношений с тренером, отношений в семье, с друзьями и окружающими, обеспечении интересного, разнообразного досуга.

Для этого проводить беседы на интересные, отвлеченные от спорта темы (о любимых увлечениях, фильмах, книгах, музыке и т. д.); организовывать празднования дней рождений подопечных, коллективных праздников; проводить семейный «День спорта»; выезжать на природу, в летние спортивные лагеря; организовывать экскурсии в городе, в другие страны; найти каждому спортсмену дополнительное хобби (занятие, помогающее восстановиться, ответить хорошим настроением, позитивным настроем на тренировку); посещать соревнования по другим видам спорта в целях демонстрации примеров трудолюбия и настойчивости спортсменов, поведения и внимательного отношения к указаниям тренера (перед и после соревнований проводить беседы о результатах выступления ведущих спортсменов, обсуждать вопросы тактической подготовки и психологических состояний, приемы самоконтроля, управление предстартовым состоянием).

Итак, в работах ряда авторов (В.С. Матвеев [104], В.И. Андреев [5], Н.В. Ипполитова [71], Б.В. Куприянов [87] и др.) процесс формирования мотивов спортивной деятельности связывают с созданием педагогических условий, воздействующих на мотивационный процесс.

Теоретический анализ проблемы исследования, анкетный опрос занимающихся в детско-юношеских спортивных школах позволил нам разработать педагогические условия, способствующие успешному формированию мотивов спортивной деятельности: обеспечить готовность педагогов к формированию мотивов спортивной деятельности у

занимающихся; оценка тренером личностных особенностей своих подопечных (изучение психологических особенностей личности спортсмена: особенностей характера, высшей нервной деятельности, темперамента); планировать учебно-тренировочную деятельность и формировать подгруппы на основе выявления у спортсменов особенностей темперамента и ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач; включать в учебно-тренировочный процесс теоретических бесед по вопросам мотивации спортивной деятельности спортсменов; организовывать учебно-тренировочный процесс с использованием положительного подкрепления; создавать на учебно-тренировочном занятии ситуации успеха; использовать лично-ориентированный подход в планировании спортивной деятельности; организовать внутренировочную деятельность подростков с применением восстановительных, культурных и досуговых мероприятий.

3.3. Экспериментальная проверка эффективности педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков

Для обоснования эффективности разработанных нами педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности был проведен педагогический эксперимент, в котором приняли участие 34 подростка учреждения дополнительного образования - СДЮСШОР №14 по плаванию г. Калининграда. Спортсмены были разделены на контрольную и экспериментальную группы, по 17 человек в каждой. Возраст испытуемых обеих групп составлял 10-11 лет.

Сравнительный анализ экспериментальных данных свидетельствует об относительной однородности обеих групп занимающихся до начала педагогического эксперимента по показателям изучаемых нами типов мотивации и особенностям темперамента. После формирования групп мы проверили отличия в уровне физической подготовленности занимающихся, по результатам тестирования (в соответствии с учебной программой). Достоверных отличий между группами выявлено не было ($p > 0,05$).

В контрольной группе подростки занимались по учебной программе спортивной школы на основе традиционных подходов к психологической подготовке спортсменов, а в экспериментальной группе – с учетом выделенных нами педагогических условий. Учебно-тренировочные занятия проводились в соответствии с расписанием 6 раз в неделю по 2-3 часа в течение 9 месяцев. В сентябре 2015 года и в мае 2016 года контрольная и экспериментальная группы прошли анкетирование с целью выявления эффективности разработанных нами педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности.

Результаты педагогического эксперимента приведены в таблицах № 13 – 16 и на рисунках № 16 – 20.

Результаты диагностики уровней сформированности мотивации к учебной деятельности у подростков контрольной и экспериментальной групп до и после проведения эксперимента представлены в таблице 13.

Таблица 13

Результаты диагностики уровней сформированности мотивации к учебной деятельности у подростков контрольной и экспериментальной групп до и после эксперимента

Уровень	Группа			
	Экспериментальная n=17 (абс. и %)		Контрольная n=17 (абс. и %)	
	До	После	До	После
Низкий	3 (17,6)	0 (0,0)	3 (17,6)	3 (17,6)
Средний	12 (70,5)	5 (29,4)	10 (58,8)	8 (47,1)
Высокий	2 (11,7)	12(70,6)	4 (23,5)	6 (35,3)

Изучение структуры мотивации учебной деятельности у подростков с помощью методики А.В. Шаболтас (Приложение 5) выявило, что за время проведения педагогического эксперимента у испытуемых обеих групп в целом наблюдается изменение показателей.

Участники экспериментальной группы были разделены в зависимости от соотношения мотивации успеха и избегания неудачи. У испытуемых

экспериментальной группы, мотивированных на успех (табл. 14), значительно все выросли показатели по мотивам достижения успеха, физического и социального самоутверждения. Рост этих показателей демонстрирует, что подростки, которые уже и так ориентированы на успех, стали проявлять еще больше активности и инициативности в учебно-тренировочном процессе, стремиться к достижению поставленной цели. Наряду с этим у них уменьшилась относительная значимость мотивов эмоционального удовольствия, социально-морального и социально-эмоционального мотивов.

Таблица 14

Выраженность мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся спортивным плаванием ДЮСШ в экспериментальной группе, «мотивированных на успех» (до и после проведения эксперимента)

Мотивы спортивной деятельности	Уровень выраженности (баллы)		t	p
	МУ До	МУ После		
Мотив физического самоутверждения	17,2 ± 2,73	20,5 ± 5,38	2,5	< 0,05
Мотив эмоционального удовольствия	16,4 ± 7,33	15,8 ± 5,88	2,0	< 0,05
Социально- эмоциональный мотив	13,4 ± 7,40	12,8 ± 4,08	2,1	< 0,05
Гражданско-патриотический мотив	9,2 ± 1,82	9,4 ± 2,01	1,8	> 0,05
Спортивно-познавательный мотив	8,2 ± 2,13	11,7 ± 5,21	2,5	< 0,05
Мотив социального самоутверждения	8,1 ± 1,34	9,2 ± 2,11	1,8	> 0,05
Социально-моральный мотив	8,6 ± 1,58	8,0 ± 2,44	1,8	> 0,05
Мотив достижения успеха	4,2 ± 1,53	10,3 ± 2,67	3,5	< 0,05
Рационально-волевой мотив	5,8 ± 2,81	7,2 ± 3,08	3,0	< 0,05
Мотив подготовки к профессиональной деятельности	2,4 ± 1,32	2,8 ± 1,01	1,7	> 0,05

Примечание: МУ – мотивация успеха

Из таблицы 15 видно, что у испытуемых экспериментальной группы, мотивированных на избегание неудачи, достоверно увеличились показатели

по спортивно-познавательному и рационально-волевому мотивам. У подростков появилось желание заниматься спортом, они стали проявлять больший интерес к изучению вопросов техники выполнения физических упражнений. Значительный прирост наблюдается по мотиву достижения успеха и физического самоутверждения. Подростки стали стремиться к физическому развитию, движения и физические нагрузки стали доставлять им большее удовольствие. Они стали активнее и с удовольствием участвовать в соревновательной деятельности. Незначительный прирост произошел лишь по мотивам подготовки к профессиональной деятельности и гражданско-патриотическому мотиву.

Таблица 15

Выраженность мотивов учебной деятельности у подростков, занимающихся спортивным плаванием ДЮСШ в экспериментальной группе, «мотивированных на неудачу» (до и после проведения эксперимента)

Мотивы спортивной деятельности	Уровень выраженности (баллы)		t	p
	БН До	БН После		
Мотив физического самоутверждения	13,2±7,82	14,6±8,01	2,0	< 0,05
Мотив эмоционального удовольствия	10,2±6,44	11,2±7,81	2,0	< 0,05
Социально-эмоциональный мотив	7,4±2,01	7,6±3,54	1,5	> 0,05
Гражданско-патриотический мотив	6,1±3,21	6,4±2,88	1,8	< 0,05
Спортивно-познавательный мотив	8,1±2,1	9,2±5,66	2,2	< 0,05
Мотив социального самоутверждения	6±3,58	6,8±4,55	2,1	< 0,05
Социально-моральный мотив	3,8±1,92	4,2±2,13	1,5	> 0,05
Мотив достижения успеха	2,2±2,43	4,6±2,02	2,5	< 0,05
Рационально-волевой мотив	4,3±2,31	5,8±3,42	2,5	< 0,05
Мотив подготовки к профессиональной деятельности	1,8±1,01	2,0±1,53	1,7	> 0,05

Примечание: БН – мотивация боязни неудач

На рисунке 16 представлена структура мотивации подростков в экспериментальной группе до и после проведения педагогического эксперимента.

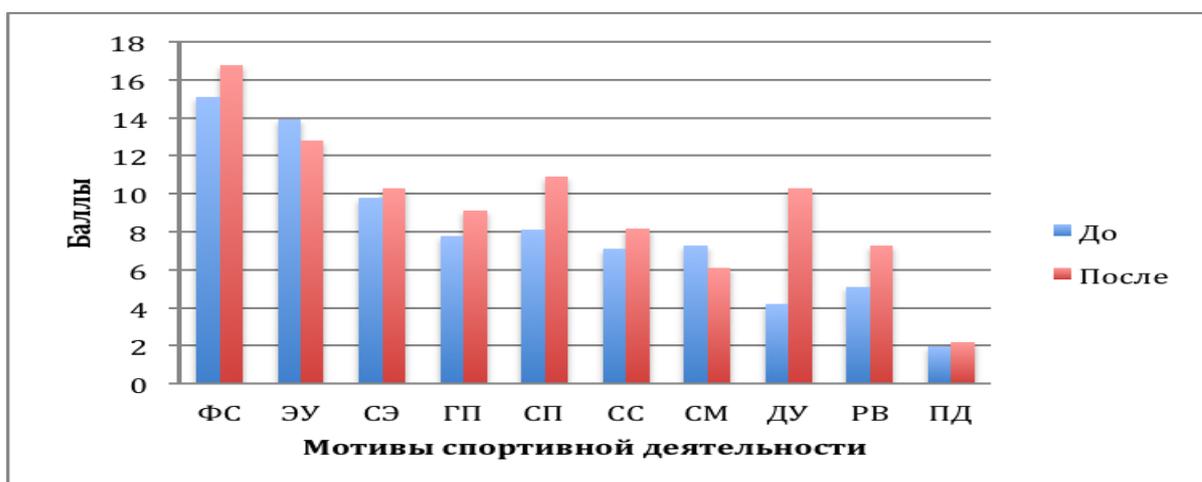


Рис. № 16 Структура мотивации подростков, занимающихся спортивным плаванием в экспериментальной группе до и после проведения эксперимента

Примечания: ФС – мотив физического самоутверждения, ЭУ – мотив эмоционального удовольствия, СЭ – социально-эмоциональный мотив, ГП – гражданско-патриотический мотив, СС – мотив социального самоутверждения, СМ – социально-моральный мотив, ДУ – мотив достижения успеха, РВ – рационально-волевой мотив, ПД – мотив подготовки к профессиональной деятельности

У испытуемых контрольной группы рост показателей менее заметен. При этом статистически значимых изменений в контрольной группе нет (рис.17)

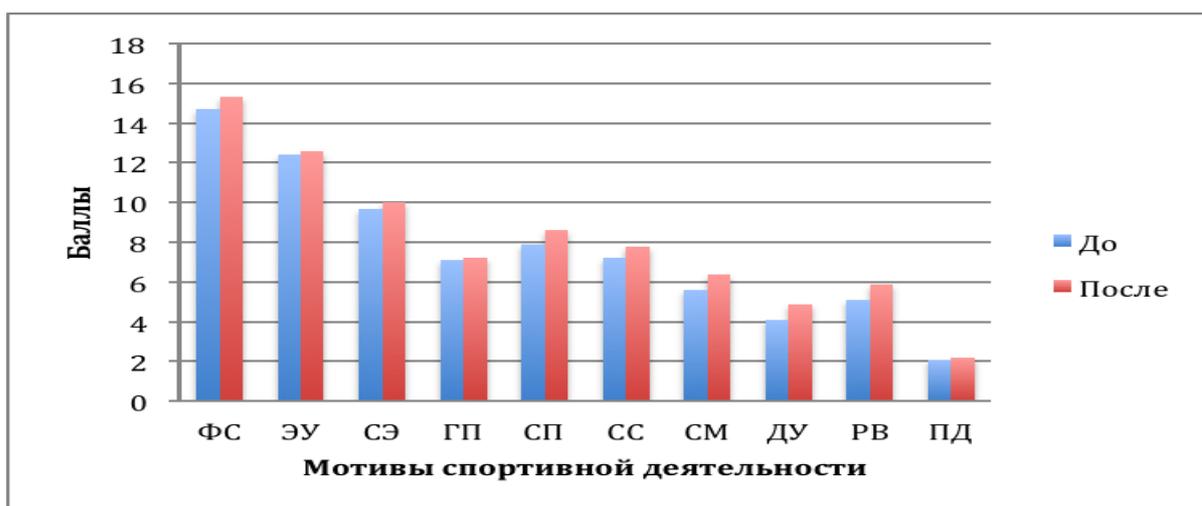


Рис. № 2 Структура мотивации подростков, занимающихся спортивным плаванием в контрольной группе до и после проведения эксперимента

Участники экспериментальной группы имеют значительный прирост в показателе уровня устойчивости интереса к занятиям спортивным

плаванием, он достиг уровня устойчивого (табл. 16). В контрольной группе средний балл остался на уровне недостаточно устойчивого интереса.

Таблица 16

Результаты исследования устойчивости интереса к спортивному плаванию у подростков, занимающихся в ДЮСШ, в ходе педагогического эксперимента

Показатели	Группа			
	Контрольная (n=17)		Экспериментальная (n=17)	
	До	После	До	После
X ср	28,2	29,5	28,3	31,8
m	±0,91	±0,78	±0,72	±0,56
Uэмп	106,5		39	
p	>0,05		<0,01	

Распределение внутри группы по количеству подростков с разным уровнем устойчивости интереса показано на рисунке 18. Здесь мы видим, что в экспериментальной группе не осталось подростков с неустойчивым интересом, преобладает устойчивый.

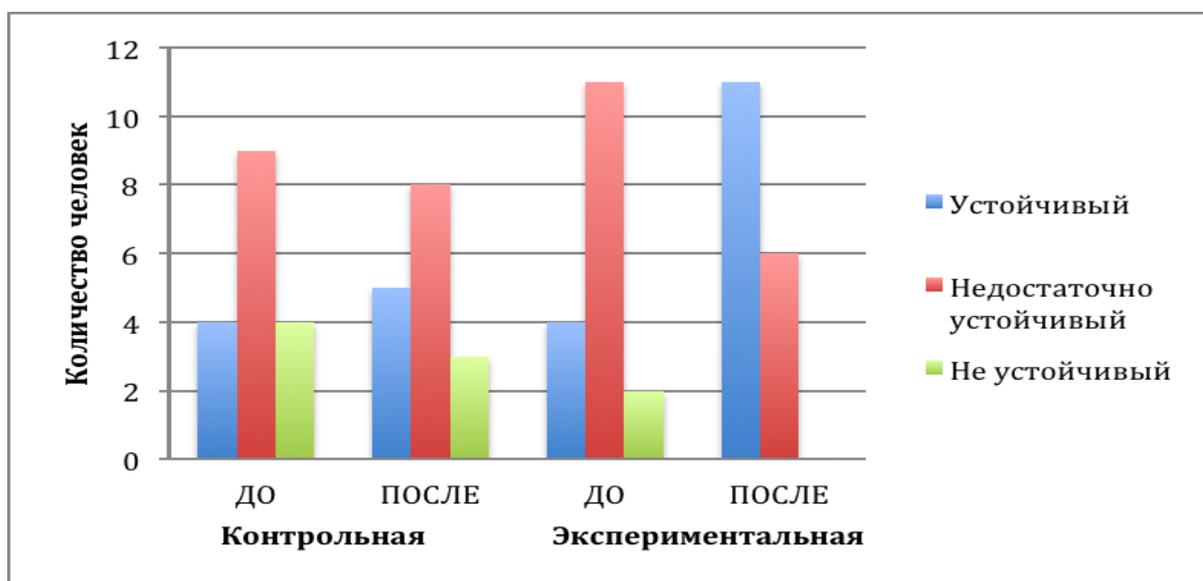


Рис. № 18 Изменение уровня устойчивости интереса к спортивному плаванию у подростков занимающихся в ДЮСШ, в ходе педагогического эксперимента

В таблице 17 приведены результаты изменения показателя уровня направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности. В контрольной группе средний балл отражает средний уровень направленности как до, так и после эксперимента. В экспериментальной группе средний балл вырос на 17 единиц и достиг высокого уровня. Анализ структуры выборки показал, что в контрольной группе преобладает средний уровень, стало меньше подростков с низким уровнем. В экспериментальной группе доминирует высокий уровень направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности (рис. 19).

Таблица № 17

Уровень направленности на достижение результата в соревновательной деятельности у подростков, занимающихся спортивным плаванием в ДЮСШ, в ходе педагогического эксперимента

Показатели	Группа			
	Контрольная (n=17)		Экспериментальная (n=17)	
	До	После	До	После
X ср	41,2	41,8	40,7	57,1
m	±4,32	±3,67	±4,01	±2,88
Uэмп	121,5		51	
p	>0,05		<0,01	

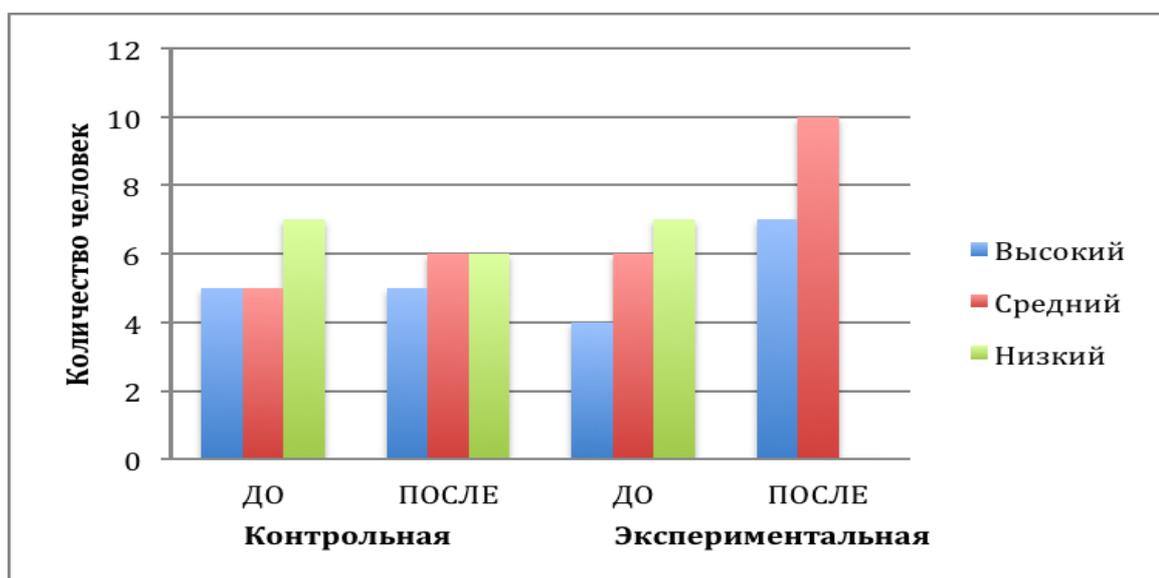


Рис. 19 Динамика уровня направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности у подростков-пловцов в ходе педагогического эксперимента

Кроме этого экспертная оценка показывает, что в учебно-тренировочных группах улучшилась посещаемость занятий. Тренеры отметили, что спортсмены стали меньше пропускать тренировки по неважным причинам, посещают занятия с большим удовольствием. Также необходимо отметить прирост показателей физической подготовленности спортсменов и спортивных результатов соревновательной деятельности.

В таблицах 18 и 19 представлены показатели физической, специально-физической и плавательной подготовленности занимающихся в ходе педагогического эксперимента.

У испытуемых контрольной и экспериментальной групп наблюдается достоверный прирост ($p < 0,05$) результатов по всем показателям физической, специальной и плавательной подготовленности. Исключение составило проплавание 50 м в/с, в контрольной группе прирост оказался недостоверным ($p > 0,05$).

Таблица 18

Динамика показателей плавательной подготовленности у подростков до и после проведения эксперимента

Показатели плавательной подготовленности	Группа					
	Контрольная (n=17)			Экспериментальная (n=17)		
	До	После	Р	До	После	Р
Длина скольжения, м	5,8 ±0,14	6,6 ±0,17	< 0,05	6,1 ±0,16	7,2 ±0,17	< 0,05
Плавание 50 м в/с, с	39,6 ±0,43	38,6 ±0,43	> 0,05	38,9 ±0,43	36,8 ±0,33	< 0,05

Таблица 19

Динамика показателей физической, специально-физической подготовленности у подростков до и после проведения эксперимента

Показатели физической и специально-физической подготовленности	Группа					
	Контрольная (n=17)			Экспериментальная (n=17)		
	До	После	Р	До	После	Р
Прыжок в длину с места, см	139,7 ±0,49	142,3 ±0,56	< 0,05	140,1 ±0,43	143,2 ±0,34	< 0,05
Подтягивание на перекладине, раз	1,4 ±0,12	2,4 ±0,13	< 0,05	1,6 ±0,14	2,6 ±0,15	< 0,05
Бросок набивного мяча 1кг, м	4,2 ±0,04	4,3 ±0,03	< 0,05	4,1 ±0,03	4,4 ±0,03	< 0,05
Челночный бег 3x10м, с	9,1 ±0,03	8,9 ±0,04	< 0,05	9,4 ±0,03	9,1 ±0,03	< 0,05
Пресс за 30 с, кол-во	15,5 ±0,22	16,7 ±0,18	< 0,05	16,1 ±0,21	18,1 ±0,18	< 0,05
Бег 30м, с	6,4 ±0,03	6,1 ±0,02	< 0,05	6,3 ±0,03	5,9 ±0,03	< 0,05
Выкрут прямых рук вперед-назад ширина хвата, см	49,2 ±0,25	48,2 ±0,25	< 0,05	50,6 ±0,24	48,5 ±0,21	< 0,05
Наклон туловища вперед стоя на скамейке, см	2,4 ±0,22	1,7 ±0,16	< 0,05	2,3 ±0,22	1,3 ±0,11	< 0,05

Подводя итоги педагогического эксперимента, следует подчеркнуть, что в контрольной группе, где не внедрялись разработанные нами педагогические условия для успешного формирования мотивов учебной деятельности, наблюдаются статистически недостоверные положительные изменения в показателях устойчивости интереса к занятиям и направленности на максимальный результат в соревновательной деятельности. В связи с этим необходимо отметить, что существует риск потери контингента занимающихся, при этом положительные изменения зависят исключительно от усилий, прикладываемых тренером. Разработанные педагогические условия для формирования мотивов учебной деятельности позволяют более эффективно использовать потенциал физических упражнений и соревновательной деятельности. В экспериментальной группе наблюдается статистически значимый положительный прирост по всем компонентам, рассмотренных нами. Это подтверждает эффективность разработанным нами педагогических условий.

Выводы по третьей главе

В этой главе решена **третья и четвертая** задачи исследования: разработать и экспериментально проверить эффективность педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности у подростков.

На этапе констатирующего эксперимента было установлено, что подростки, занимающиеся в детско-юношеских спортивных школах, находятся на *низком уровне* сформированности мотивации. Выявлено, что на сформированность мотивов у подростков влияют: интерес к учебной деятельности в сфере физической культуры, тренер и взаимоотношения с ним, направленность на достижение высокого результата в соревновательной деятельности.

В *структуре мотивации* подростков преобладают мотивы, связанные с получением удовольствия, положительных эмоций и физического самоутверждения. Несмотря на общую направленность подростков на достижение успеха у них наблюдается *недостаточно устойчивый интерес* к занятиям спортом и *низкий уровень направленности на достижение* максимальных результатов в соревновательной деятельности.

Наиболее оптимальным нам представляется создание на учебно-тренировочных занятиях специально разработанного *комплекса педагогических условий*, способствующего более успешному формированию мотивов учебной деятельности: *обеспечение* готовности педагогов к формированию мотивов учебной деятельности у занимающихся (личность педагога, профессиональная компетентность); *планирование* учебно-тренировочной деятельности и организация подгрупп на основе выявления у подростков особенностей темперамента и ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач; *включение* в учебно-тренировочный процесс теоретические беседы по вопросам мотивации учебной деятельности подростков; *организация* учебно-тренировочного процесса с использованием положительного подкрепления; *создание*

ситуаций успеха (условия, исключаящие снижение самооценки учащихся, ситуаций неудач, отрицательную оценку со стороны товарищей по команде, формирование мотивов избегания неудач); *применение* личностно-ориентированного подхода в планировании учебной деятельности; *организация* внутренировочной деятельности подростков с использованием восстановительных, культурных и досуговых мероприятий.

При решении **четвертой задачи** исследования подтверждена *гипотеза* экспериментального исследования: если соблюдать разработанные *педагогические условия* на учебно-тренировочном занятии, то происходит *переход* подростков с низкого уровня сформированности мотивации учебной деятельности *на более высокий уровень, прирост интереса* к занятиям спортом, *прирост уровня направленности на достижение* высокого спортивного результата в соревновательной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Теоретический анализ и обобщение отечественных и зарубежных источников в рамках разрабатываемой проблемы показал, что мотивация и мотивы учебной деятельности – это сложная личностная структура, имеет определенную направленность и внутреннюю иерархию. Мотивы являются ведущим фактором, определяющим продолжительность и эффективность занятий спортом. Сущность мотива рассматривается как особое состояние личности, психический процесс, который стимулирует к постановке цели и получению удовлетворения вследствие ее достижения. Структура мотивации учебной деятельности включает три основания: *побудительные, базисные, процессуальные*.

2. Наиболее значимая причина нерегулярного посещения тренировок и прекращения занятий спортом – отсутствие мотивации и несформированность мотивов учебной деятельности. В связи с изменениями, происходящими в организме подростков на телесном, социальном и психологическом уровне, формирование мотивов учебной деятельности в этот период является актуальным, но в то же время достаточно сложным процессом. Важнейший аспект в этом возрасте – *становление характера*. Для понимания закономерностей формирования характера у подростков необходимо знать типологические *особенности нервной системы и темперамента*. Определено, что тренеру следует знать индивидуальные особенности темперамента, что позволяет осуществлять индивидуально-дифференцированный подход при решении задач учебно-тренировочного занятия.

3. Установлено, что формирование мотивов - ключевой момент в привлечении человека к систематической деятельности любой направленности, в том числе к занятиям спортом. В связи с этим поиск путей формирования мотивов учебной деятельности у подростков – важный аспект деятельности тренера.

Успешное формирование мотивов зависит от устойчивости интереса к выбранному виду спорта; результативности деятельности; участия в соревнованиях; межличностных отношений с тренером, командой; реалистичного и конструктивного отношения спортсмена к успехам и неудачам; организации учебно-тренировочного процесса на высоком эмоциональном уровне; знаний тренером личностно-индивидуальных особенностей спортсменов.

4. Констатирующее исследование по изучению мотивации и мотивов учебной деятельности у подростков показало, что большинство занимающихся имеют низкий уровень сформированности мотивации к занятиям спортом. Доминирующими мотивами учебной деятельности являются: мотив физического самоутверждения, мотив эмоционального удовольствия, социально-эмоциональный мотив. Анализ результатов анкетирования показал, что у 68,9% респондентов наблюдается преимущественная направленность личности на достижение успеха, но при этом мы отмечаем недостаточно устойчивый интерес к учебной деятельности. У большинства занимающихся степень выраженности направленности на достижение максимального результата в соревновательной деятельности находится на среднем уровне, однако мы видим в группе подростков и с низким уровнем направленности. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости более целенаправленной работы над формированием у подростков мотивов учебной деятельности.

5. В ходе теоретического анализа проблемы, а также на основе данных, полученных в результате анкетирования подростков, занимающихся в детско-юношеских спортивных школах, были разработаны модель (включает: цель, принципы, подходы, этапы, содержательный, оперативно-действенный, оценочно-результативный компоненты) и педагогические условия, которые следует создать на учебно-тренировочном занятии, для успешного формирования мотивов учебной деятельности.

Педагогические условия, способствующие успешному формированию мотивов учебной деятельности у подростков, определяются:

- обеспечением готовности педагогов к формированию мотивов учебной деятельности у занимающихся (личность педагога, профессиональная компетентность);
- планированием учебно-тренировочной деятельности и создание подгрупп на основе выявления у подростков особенностей темперамента и ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач;
- включением в учебно-тренировочный процесс теоретические беседы по вопросам мотивации учебной деятельности подростков;
- организацией учебно-тренировочного процесса с использованием положительного подкрепления;
- созданием ситуаций успеха (условия, исключаящие снижение самооценки учащихся, ситуаций неудач, отрицательную оценку со стороны товарищей по команде, формирование мотивов избегания неудач);
- применением личностно-ориентированного подхода в планировании учебной деятельности;
- организацией внутренировочной деятельности подростков с использованием восстановительных, культурных и досуговых мероприятий.

6. Исследование в рамках педагогического эксперимента эффективности разработанных педагогических условий формирования мотивов учебной деятельности показало их высокую значимость.

Статистически достоверное улучшение уровня сформированности мотивации к учебной деятельности (субъективный показатель) свидетельствует об эффективности разработанной модели и педагогических условий. Количество подростков с высоким уровнем сформированности мотивации в экспериментальной группе достоверно увеличилось с 11,7 до 70,6%, а в контрольной группе – с 23,5 до 35,3% ($p < 0,01$). Количество подростков со средним уровнем в экспериментальной группе достоверно

уменьшилось до 29,4% ($p < 0,01$), в контрольной группе – до 47,1% ($p < 0,01$); число подростков с низким уровнем сформированности мотивации достоверно сократилось с 17,6% до нулевого уровня, в контрольной группе осталось на том же уровне ($p < 0,01$).

Объективными показателями эффективности разработанной модели и педагогических условий стали улучшение следующих показателей: изменения в структуре мотивации учебной деятельности, уровня устойчивости интереса к спорту, уровня направленности на достижение результата в соревновательной деятельности, прирост показателей физической подготовленности подростков и спортивных результатов соревновательной деятельности. Кроме этого экспертная оценка показывает, что в учебно-тренировочных группах улучшилась посещаемость занятий, подростки меньше пропускают тренировки по неважным причинам и стали посещать занятия с большим удовольствием.

У подростков экспериментальной группы наблюдается значительный прирост значимости мотива достижения успеха в спорте, что обеспечило отсутствие оттока пловцов экспериментальной группы из детско-юношеской спортивной школы.

После проведения педагогического эксперимента и в контрольной и в экспериментальной группах повысился уровень устойчивости интереса к занятиям спортом – с недостаточно устойчивого до устойчивого.

Наибольшие изменения в ходе эксперимента наблюдались в экспериментальной группе относительно направленности на максимальные достижения в соревновательной деятельности. Статистически значимый прирост произошел со среднего до высокого уровня.

Подростки экспериментальной группы показали более высокие результаты промежуточного тестирования по физической, специальной и плавательной подготовке.

Положительные результаты формирующего эксперимента дали основания утверждать, что разработанная модель и педагогические условия

формирования мотивов учебной деятельности у подростков являются действенным средством в отношении сохранения контингента занимающихся, повышении эффективности учебно-тренировочного процесса, уровня настойчивости, упорства и целеустремленности, усилению значимости мотива достижения успеха в спорте, обеспечения адаптации подростков к соревновательной деятельности, получения удовлетворения от достигнутого результата.

Перспективные направления дальнейшего научного исследования – изучение педагогических условий формирования мотивации к профессиональной деятельности тренерско-преподавательского состава и студентов высших учебных заведений.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамов В.М., Афонина Л.Е. Роль методов психолого-педагогического воздействия в процессе физкультурно-спортивной подготовки обучающихся // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии. – 2015. – Т. 1. – С. 111-113.
2. Алексеев А.В. Преодолей себя! Психическая подготовка в спорте. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 134 с.
3. Алешков И.А. Опыт психологического анализа спортивной деятельности // Психология спортивной деятельности. – М. : ВНИИФК, 1978. – 235 с.
4. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 1980. – С. 48-50.
5. Андреев В. И. Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности. – Казань : Изд-во КГУ, 1988. – 238 с.
6. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. – М.:1971. – С. 34-36.
7. Антипин В. Б. Формирование спортивной мотивации у боксеров на этапе начальной спортивной специализации посредством удовлетворения их потребностей : автореф. дис...канд. пед. наук / В. Б. Антипин. – Омск, 2006. – 24 с.
8. Артюшенко А.Ф. О подготовке учителей физической культуры / А.Ф. Артюшенко // Теория и практика физической культуры. – 1989. - №10. – С. 45-48.
9. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. – Москва.: Мысль, 1976. – 157 с.
- 10.Аткинсон Дж. В. Теория о развитии мотивации / Дж. В. Аткинсон / М.: Педагогика, - 1996. - 235с.
- 11.Ашмарина А.А. Соревнование как способ формирования у школьников интереса к физической культуре // Ярославский педагогический вестник. - 2014. – Т. 2, № 3 – С. 164-168.
- 12.Бабушкин Е.Г. Формирование спортивной мотивации: Дис. ... канд. пед. наук

- / Е.Г. Бабушкин. - Омск, 2000. - 136 с.
13. Бабушкин Г.Д. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности / Г.Д. Бабушкин, Е.В. Кулагина. – Омск : СибГАФК, 2001. - 109 с.
 14. Бабушкин Г. Д. Общая и спортивная психология: учеб. для вузов. – Омск : СибГУФК, 2004. – 400 с.
 15. Бабушкин Г. Д. Психология физической культуры и спорта : учебник для высших физкультурных учебных заведений /Бабушкина Г. Д., Смоленцева В. Н. – Омск : СибГУФК, 2007. – 270 с.
 16. Бабушкин Е.Г. Формирование спортивной мотивации [Электронный ресурс]: Омск: Омский научный вестник - 2014. - № 1 (125) - Стр. 158 – 160. - URL: <http://www.cyberleninka/article/n/formirovanie-sportivnoy-motivatsii>
 17. Багадирова С.К. Основные задачи психологического сопровождения в спорте по формированию и сохранению мотивов спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки // Приоритетные научные направления: от теории к практике. – 2012. - №1. - С. 79-83.
 18. Бальсевич В. Внутренние и внешние факторы, обуславливающие развития психомоторики детей и подростков, и их учет при спортивной ориентации / В. Бальсевич // Тезисы докладов III Всесоюзной научной конференции по проблемам юношеского спорта. – М.: ВНИИФК, 1973. – С. 37.
 19. Безверхняя Г.В. Возрастная динамика мотивационных приоритетов школьников к занятиям физической культурой и спортом. – М.: Логос, 2004. – С.84.
 20. Беликов В. А. Философия образования личности: деятельностный аспект: монография. - М.: Владос, 2004. – 235 с.
 21. Беликов В. А. Образование. Деятельность. Личность : монография - М.: Академия естествознания, 2010. – 310 с.
 22. Быков С. В. Проблема значения мотива и мотивации в психолого-криминологическом аспекте // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2008. – Вып. № 1. – С. 19-28.
 23. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – М. –

Воронеж, 2001. – 352 с.

24. Бойко И.И. Мотивация достижения у подростков-спортсменов и ее развитие в процессе проведения коррекционно-тренинговых занятий : автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / И.И. Бойко. – Иркутск, 2006. – 161 с.
25. Бороздина Л.В. Исследование уровня притязаний: учебное пособие / Л.В. Бороздина. – М. – Изд-во Московского университета, - 1993. – 142 с.
26. Бостанджиева Т.Н. Психологические особенности отношения к общественно полезному труду подростков 50-80-х гг. // Т. Н. Бостанджиева. – М., 1986. – 24 с.
27. Волков И.П. Практикум по спортивной психологии. – СПб.: Питер, - 2002. – 288 с.
28. Волков Н.К. Исследование психологического и физического развития учащихся 4-8 классов : Автореф. дис....канд. пед. наук, М., 1976.
29. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии / Л.С. Выготский. – М., Союз, 2006. – С. 432.
30. Гальперин П.Я. Лекции по психологии / П.Я. Гальперин. – М., КДУ, - 2002. - С. 148-234.
31. Гарнышев С.Г. К вопросу психолого-педагогической проблемы формирования спортивной мотивации юных волейболистов // Успехи современного естествознания. - 2012. - № 5. – С. 112-113.
32. Гафла Е. С. Психолого-педагогические подходы к сущности понятия «мотивация» в научных исследованиях // Новые технологии. – Майкоп : ФГБОУ ВПО «Майкопский государственный технологический университет», – 2012. - № 1 – С. 4-5.
33. Гераськин А. А. Педагогические условия формирования мотивации юных волейболистов. // А.А. Гераськин, Е.Б. Кузьмин, Ю.П. Денисенко // Омский научный вестник. -2015. – № 2 (136). – С. 181 – 185.
34. Херцберг Ф. Мотивация к работе: учебное пособие / Ф. Херцберг. – М., Вершина, 2007. – 238 с.
35. Гиссен Л.Д. Сквозь смех и слезы чемпионов / Л.Д. Гиссен. - М.: Молодая

- гвардия, 1977. - 176 с.
36. Гиппенрейтер Ю. Б., Романова В. Я. Темперамент, характер, личность: проблемы и решения // Психология индивидуальных различий. – 3-е изд. — М., 2008. — С. 331–354.
37. Глазырина Н. В. Формирование интеллектуального и мотивационного компонентов в физкультурно-спортивной деятельности у учащихся 5-9 классов общеобразовательных школ : автореф. дис....канд. пед. наук: // Н.В. Глазырина. – Краснодар, 2003. – 24 с.
38. Гогунев Е.Н. Психология физического воспитания и спорта/ Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартьянов: учебное пособие для студ. выс. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2002. – 288 с.
39. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта : учебное пособие / Г.Д. Горбунов. – М., Советский спорт, 2012. – 208 с.
40. Горбунов Ю.Я. Современные психолого-педагогические технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / Ю.Я. Горбунов. – Пермь, 2006. – 48 с.
41. Горбунов Ю.Я. Педагогическая техника в физической культуре и спорте : учебно-методическое пособие / Ю.Я. Горбунов. – Пермь : От и до, 2009. – 79 с.
42. Горбунов Ю.Я. Педагогическая техника учителя : учебно-методическое пособие / Ю.Я. Горбунов. – Пермь, 2010. – 50 с.
43. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. Краснодар, 1995. – 182 с.
44. Горская, Г.Б. Особенности структуры мотивации, локуса контроля и личностного смысла успехов в спорте у гребцов-академистов разного пола / Г.Б. Горская, Т.Е. Лапко // Спортсмен как субъект деятельности. – Омск : ОГИФК, 1993.- С. 4-5.
45. Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры/ Гоулд Д., Уэйнберг Р.: БМСИ, 2001. – 326 с. - URL: <http://bmsi.ru/doc/03525c7c-4e8b-479c-9535-7cdbc4a67933>.

46. Гошек В., Ванек М., Свобода Б. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности // Психология и современный спорт. М.: ФиС, 1973. - 186 с.
47. Гримм Г. Основы конституциональной биологии и антропологии / Г. Гримм. – М. – 1967. – 264 с.
48. Гримак Л.П. Общение с собой / Л.П. Гримак. - М.: Политиздат, 1991.- 320 с.
49. Гунажоков И.К. Рекомендации тренерам по формированию и поддержанию у детей устойчивой мотивации к занятиям спортом // Социализация растущего человека в контексте прогрессивных научных идей XXI века: социальное развитие детей дошкольного возраста : Сборник научных трудов I всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Министерство образования Республики Саха (Якутия); ФГБНУ «Институт управления «Образованием российской академии образования»; Педагогический институт ФГАОУ ВПО «Северо-восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова». – 2015. – С. 229-232.
50. Гуренко Ю.В., Зайцев А.А., Пельменев В.К., Муравьева М.Я. Особенности мотивации занятий спортом занимающихся в группах начальной подготовки в условиях ДЮСШ // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Вып. 2. Сер. «Филология, педагогика, психология». – Калининград : Изд-во БФУ им. И. Канта, 2017. – С. 88-93.
51. Дайнеко А.Х. Повышение мотивации к занятиям физической культурой учащихся 5-6 классов // Слобожанский научно-спортивный вестник. - 2014. - № 4 (42). – С. 26-30.
52. Дамадаева А.С. Гендерные аспекты спортивной мотивации // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». 2010г. - №12, - с.58-63.
53. Дашкевич О.В., Зобков В.А. Личностные факторы психической готовности юного спортсмена к спортивной деятельности. М., ГЦОЛИФК, 1982.
54. Дерябина Г.И. Исследование мотивационного компонента личности футболистов // Тамбовская научная психологическая школа: итоги 20-летия ТГУ имени Г.Р. Державина : материалы VII Международного семинара молодых учёных и аспирантов, - 2015. – С. 77-83.

55. Демин В.А. Рецензия на сборник научных трудов / Социально-педагогические проблемы физической культуры и спорта. Малаховка, 1988, - С. 3-11.
56. Дорофеева И.А. Волейбол как способ формирования здорового образа жизни // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. - 2015. – С. 51-52.
57. Джамгаров Т.Т., Румянцева В.И. Лидерство в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - 80 с.
58. Дударева Л.А., Теплова Л.Г. Изучение факторов, влияющих на эффективность технических приемов в волейболе // Успехи современного естествознания. - 2012. - №5 – С. 113.
59. Елфимова Н.В. К проблеме создания мотивационного компонента деятельности у дошкольников // Вопросы психологии. – 1982. - №2. – С. 60-67.
60. Елфимова Н.В. Пути исследования мотивации в когнитивной психологии: сравнительный анализ // Вопросы психологии. – 1985. - №5. – С. 162-168.
61. Емельяненко Т.О. Мотивация детей к занятиям спортом на этапе начальной спортивной подготовки / Т.О. Емельяненко, М.Н. Клейменова // Биологический вестник МГПУ им. Богдана Хмельницкого. - 2015. - № (1а) - С. 51-54.
62. Евстафьев Б. В. Анализ основных понятий в теории физической культуры. - Л.: ВИФК, 1985. – С. 34.
63. Журавлев А.Л. Социальная психология : учебное пособие для вузов // под редакцией А.Л. Журавлева. – М.: 2002. – С. 46-49.
64. Журавская Н.В. Психолого-педагогические условия реализации индивидуально-дифференцированного подхода к процессу подготовки специалистов пожарной безопасности в вузах нефтегазовой отрасли // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011, - №10 (80). – С. 83-88.
65. Журкина И.Л. Формирование нравственных отношений подростков в спортивной деятельности : Дисс....канд. пед. наук: 13.00.01 / И.Л. Журкина. - Магнитогорск, 2000. - 160 с.

66. Загайнов Р.М. Поражение / Р. М. Загайнов. - М.: Компьютер-Пресс, 1993.- 192 с.
67. Зимняя И.А. Педагогическая психология : учебник / И.А. Зимняя. – Изд. 2-е. – М.: Логос, 2002. – 384 с.
68. Ильин Е.П., Киселев Ю.Я., Сафонов В.К. Психология спорта (современные направления в психологии). - Л.: Изд-во ЛГУ, 1989. - С. 96.
69. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб. : Питер, 2008. – 352 с.
70. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы - СПб. : Питер, 2011. – 512 с.
71. Ипполитова Н. В. Теория и практика подготовки будущих учителей к патриотическому воспитанию учащихся : дис....д-ра пед. наук. - Челябинск, 2000. – 383 с.
72. Ипполитова Н. В. Анализ понятия «педагогические условия»: сущность, классификация // General and Professional Education. - 2012. - №1. С. 8-14.
73. Канатов А.В. Формирование спортивной мотивации у юных баскетболистов на этапе углубленной специализации : Автореф. дис....канд. пед. наук: 13.00.04 / А.В. Канатов. - Тюмень, 2005. - 26 с.
74. Ковалев В.И., Дружинин В.Н. Мотивационная сфера личности и ее динамика в процессе профессиональной подготовки // Психологический журнал., - 1982, - Т.2, № 6, М.. С. 35-44.
75. Ковалев В.И. К проблеме мотивов // Психологический журнал - Т. 2, № 1. М., 1981. - С. 29-44.
76. Ковалев В.И. Мотивы поведения и деятельности. - М., Наука, 1988. – 193 с.
77. Козырева Е. И. Школа педагога-исследователя как условие развития педагогической культуры // Методология и методика естественных наук : сб. науч. тр. Вып. 4. – Омск : Изд-во ОмГПУ, 1999. - С. 4-9.
78. Колесникова И.С. Особенности мотивации школьников к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью [Электронный ресурс]: СибАК. Научно-практические конференции ученых и студентов. Публикации Scopus/ Авторские и коллективные монографии. – Екатеринбург : РГППУ, 2014. – URL: <http://sibac.info/13645>.

79. Крайг Г. Психология развития. – 9-изд. – СПб: Питер, - 2005. – 940 с.
80. Кретти Д.Б. Психология в современном спорте / Д.Б. Кретти. - М.: Физкультура и спорт, 1978. – 223 с.
81. Круглий А.В. Модель профессиональной подготовки специалистов пожарной безопасности с использованием индивидуально-дифференцированного подхода в вузах нефтегазовой отрасли // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 4 (74). – С. 101-105.
82. Кузьменко Г.А. Психолого-педагогические основы спортивной подготовки детей 9-12 лет / Г.А. Кузьменко. – М.: Советский спорт, 2008. – 268 с.
83. Кузьменко Г.А. Развитие индивидуально и социально значимых способностей личности ребенка в спортивной деятельности. М.: МИФКиС, 2009. – С. 236.
84. Кузьменко Г.А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности: теоретико-методологические и организационные предпосылки / Г.А. Кузьменко. – М.: Прометей, 2013. – 532 с.
85. Кузьменко Г.А., Луговских Т.Н. Исследование мотивов спортивной и учебной деятельности подростков-спортсменов в условиях интеграции образовательных программ СДЮСШОР и общеобразовательной школы // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 6(124). – С. 219-231.
86. Кузьмин Е.Б. Педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов 15-16 лет : Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е.Б.Кузьмин. – Набережные Челны, 2009. – 22 с.
87. Куприянов Б. В. Современные подходы к определению сущности категории «педагогические условия» // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. - 2001. - №2. – С. 101-104.
88. Кушагина В.Н., Кушагин А.А. Изучение мотивов занятия спортом у спортсменов командных и индивидуальных видов спорта // Наука и образование: новое время. - 2015. - № 5 (10). – С. 708-711.
89. Левин К. Динамическая психология: избранные труды. – М. – 2001. – 572 с.
90. Леднёв В.С. Содержание образования: сущность, структура, перспективы /

- В.С. Леднёв. – М.: Высшая школа, 1991. – 224 с.
91. Леонгард К. Акцентуированные личности / пер. В. М. Лещинская. Ростов н/Д. : Феникс, 2000. — 541 с.
92. Леонтьев В.Г. О природе, структуре и функциях мотива // Психолого-педагогические проблемы мотивации учебной и трудовой деятельности : Тезисы докладов научно-практической конференции. - Новосибирск, 1985. С.29-30.
93. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Смысл ; Академия, 2005. — 352 с.
94. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков: патохарактерологический диагностический опросник для подростков (ПДО). — СПб. : Речь, 2013. — 251 с.
95. Лысенко А.В. Оценка влияния физической нагрузки на выраженность тревожно-депрессивных состояний // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. - №11 (117). – С. 134-137.
96. Магомед-Эминов М.Ш. Трехфакторная модель когнитивной структуры мотивации достижения // Вестник МГУ. - Сер. 14. Психология. - 1984. № 1. - С. 57—59.
97. Магомед-Эминов М.Ш. Мотивация и мотив // Психолого-педагогические проблемы мотивации учебно-трудовой деятельности: Тез. докл. научно-практ. конф. - Новосибирск. - 1985. - С. 33–35.
98. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 1997 - 688с.
99. Маккелланд Д. Мотивация человека. СПб.: Питер. - 2007. – 665 с.
100. Маклаков А.Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. - СПб.: Питер, 2000. – 346 с.
101. Марков К.К. Педагогические и психологические условия деятельности тренера по волейболу в тренировочном и соревновательном процессе : автореф. дис....д-ра пед. наук: 13.00.04 / К.К. Марков. - М., 1999. – 52 с.
102. Маркова А. К. Формирование мотивации учения / А.К. Маркова, Т.А. Матис, Б. А. Орлов. - М.: Просвещение, 1990. – 192 с.

103. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности / под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, А.А.Пузыря, - Москва : Изд-во МГУ, 1982. - С.108-117.
104. Матвеев В. С. Формирование и развитие мотивации подростков к физкультурно-спортивной деятельности с использованием интерактивной связи: автореферат дис....канд. пед. наук. – Краснодар, 2010. – 23 с.
105. Мерлин В.С. Лекции по психологии мотивов человека. – Пермь: Кн. изд-во, 1971. - С. 174.
106. Мешков Н. И. Мотивация личности как ключевая проблема психологии/ Н.И. Мешков, Д.Н. Мешков // Интеграция образования. - 2015. – Т. 19, № 1. - С. 37 – 43.
107. Мясищев В.Н. Личность и неврозы. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1960. – 426 с.
108. Мясищев В.Н. Проблема потребностей в системе психологии // Уч. зап. ЛГУ. - 1957. - Вып. 11, № 224. – С. 3-23.
109. Найдиффер Р. Мысленная тренировка // Психология спорта : хрестоматия. – М.: АСТ, 2007. – 234 с.
110. Нечипоренко Л.А. Педагогические условия обеспечения личностных достижений школьников в процессе физического воспитания / Л.А. Нечипоренко, А.Ф. Артюшенко, Е.В. Нечипоренко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 3. – С. 59-64.
111. Неверкович С.Д. Психолого-педагогические основы игровых методов подготовки кадров : Автореф. дис....д-ра. пед. наук. М., 1988. - 31с.
112. Новиков В.И. Система ценностей и мотивов как условие формирования физкультуры личности // Психолого - педагогические проблемы мотивации учебной и трудовой деятельности : тезисы докладов научно-практической конференции. Новосибирск, 1985. – С.203-204.
113. Обухова Л.Ф. Возрастная психология : учебное пособие для студентов вузов / Л.Ф. Обухова – Изд. 4-е. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 442 с.
114. Озолин Э. С. Пути привлечения детей к тренировкам и сохранение их в спортивных секциях // Физическая культура: воспитание, образование, тре-

- нировка. – 2004. – №3. – С. 32–37.
115. Осипова С.И., Приходько О.В. Педагогические условия развития речевой культуры студентов в образовательном процессе технического ВУЗа // *Фундаментальные исследования*. – 2015. – № 2-23. – С. 5196-5201; URL: <https://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=38181> (дата обращения: 13.02.2017).
116. Ожегов С. И. Словарь русского языка [Электронный ресурс]: URL: <http://www.ozhegov.org/words/16384.shtml>
117. Павлов И. П. Физиологическое учение о типах нервной системы, темпераментах // Полн. собр. соч. Т. 3, кн. 2. М.; Л., 1951.
118. Пайгина Л.Р., Бареева Д.Р. Мотивация – одна из составляющих успеха в спорте // *Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов : материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием*. 2015. – С. 124-125.
119. Палайма Ю.Ю Опыт исследования относительной силы мотива и формирование соревновательной установки у спортсменов // *Психология и современный спорт*. - М., ФиС, 1973. - С.86-99.
120. Пиаже Ж. Психология интеллекта. – Питер. – 2002. – С. 131-132.
121. Пилюян Р. А. Мотивация спортивной деятельности / Р. А. Пилюян. – М. : Физкультура и спорт, 1984.– 112с.
122. Пилюян Р.А. Многолетняя подготовка спортсменов-единоборцев : учеб. пособие / Р.А. Пилюян, А.Д. Суханов. – Малаховка : МГАФК, 1999. – С. 55.
123. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов / К.Н. Поливанова. - М.: Академия - 2000. - 362 с.
124. Польшина Г.И. Мотивация детей к занятиям спортом на этапе начальной спортивной подготовки / Г.И. Польшина // *Вестник Адыгейского государственного университета*. Серия 3: Педагогика и психология. 2007. – С. 294-299.
125. Пономарев Н.И., Наталов П.П. О престижной роли спорта как одной из предпосылок к теории мотивации поведения спортсмена // *Тезисы докла-*

- дов к 7 Всесоюзной конференции по психологии физического воспитания и спорта (Ленинград 14-17 марта 1973 года). Л., 1973. С. 109-111.
126. Попов А.Л. Спортивная психология: учебное пособие для физкультурных вузов. – М. - 2013. – 320 с.
127. Порозов Д.Л. Педагогические условия формирования самосознания у подростков в процессе спортивной деятельности : автореф. дис....канд. пед. наук: 13.00.04 / Д.Л. Порозов. – Чебоксары, 2010. – 24 с.
128. Пуни А.Ц. Процесс и система звеньев психологической подготовки к соревнованиям в спорте: избранные лекции. - Л., ГДОИФК, 1979. – 51с.
129. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб. : Питер, - 2000. – С. 24-28.
130. Реан А.А. Социальная педагогическая психология : учебное пособие / А.А. Реан, Я.Л. Коломинский. – СПб.: Питер, 2000. – 152 с.
131. Родионов А.В. Психология физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. уч. зав. – М. – Академия. – 2010. – 368 с.
132. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2000. – 712 с.
133. Рудик П.А. Психологические аспекты спортивной деятельности. // Психология и современный спорт. - М.: ФиС, 1973. – С. 14-40.
134. Рутковская М.В. Формирование мотивов выбора педагогической профессии: дис. ... канд. пед. наук / М.В. Рутковская. – М. – 1995. – 135 с.
135. Саванько Е.И. Возрастные особенности соотношения ориентации на самооценку и на оценку другими людьми. //Изучение мотивации поведения детей и подростков. - М., 1972. – С. 81-111.
136. Сальников В.А. Возрастные и индивидуальные особенности физического развития на различных этапах спортивного совершенствования : дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / В.А. Сальников. - СПб., 1994. – 406 с.
137. Сафоненко С.В. Формирование стремления учащихся к личностным достижениям в физкультурно-спортивной деятельности : автореф. дис....канд. пед. наук. – Самара, 2006. – 23 с.

138. Семичева И.Н. Формирование мотивов спортивной деятельности у занимающихся бодибилдингом : автореф. дис....канд. псих. наук / И.Н. Семичева. – СПб., 2006. – 23с.
139. Серова Л.К. Психология личности спортсмена : учебное пособие / Л.К. Серова. – М.: Советский спорт, 2007. – 116 с.
140. Симонов П.В. Мотивированный мозг: ВНД и естественнонаучные основы общей психологии. - М., Наука, 1987. – 269 с.
141. Суханов А.Д. Системная организация и управление многолетней подготовкой спортсменов в единоборствах: автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Суханов А.Д. – М., 2005. – 23 с.
142. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры: автореф. дис....док-ра психол. наук. – СПб., - 1999. – С. 23.
143. Талай В.А., Баталко Н.В. Основы формирования мотивации у детей в группах начальной подготовки // Вестник Витебского государственного университета. - 2014. - № 5 (83). – С. 91-96.
144. Теплов Б.М. Избранные труды : В 2 т., Т. 1. – М.: Педагогика, 1985. – С. 25-27.
145. Тилиндене И. Особенности педагогического управления мотивацией достижений подростков, занимающихся спортом / И. Тилиндене // Актуальные вопросы безопасности, здоровья при занятиях спортом и физической культурой : материалы 4-й междунар. науч.-практ. конф. – Томск: ТГПУ, 2001.- С. 213-215.
146. Тютюков В.Г. Основы теории совершенствования профессионально-образовательной подготовки преподавателя-тренера: учебное пособие для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений Госкомспорта России / В.Г. Тютюков. – Хабаровск : Дальневосточная государственная академия физической культуры, 2002. - 172 с.
147. Уэйнберг Р. Основы психологии спорта и физической культуры/ Уэйнберг Р., Гоулд Д. [Электронный ресурс]: БМСИ – 2001. – 326 с. - URL: <http://bmsi.ru/doc/03525c7c-4e8b-479c-9535-7cdb4a67933>.

148. Уколов А.В. Педагогические условия формирования спортивной мотивации // Молодой ученый. – 2012. - № 9.- С. 318-320.
149. Уколов А.В. Формирование спортивной мотивации у младших школьников // Молодой ученый. – 2012. - № 9.- С. 320-323.
150. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология. - М., 2002. – С. 25.
151. Фельдштейн Д.И. Психология развития человека как личности. – М., 2005. – С. 54-56
152. Фирсин С.А. Мотивационная сфера школьников в процессе занятий физическими упражнениями // Учёные записи университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2015. - № 10. - С. 208-211.
153. Фирсов М.Н. Развитие мотивации достижения в спортивной деятельности на примере баскетболистов : автореф. дис....канд. психол. наук: 19.00.13 / М.Н. Фирсов. – Астрахань, 2006. – 131с.
154. Ханин Ю.Л. Проблемы мотивации в спорте // Спорт в современном обществе / под ред. В.М. Выдрина, - М., ФиС, 1980. - С. 124-184.
155. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. СПб.: Речь. – 2001. – 240 с.
156. Шаболтас А.В. Мотивы занятий спортом высших достижений в юношеском возрасте : автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01 / А.В. Шаболтас. - СПб., 1998. - 21с.
157. Шайхутдинов Р. З. Личность и волевая готовность в спорте: Наука и спорт. Психология / Р.З. Шайхутдинов. – М.: ФиС, 2007. – 112 с.
158. Шестакова О.А. Формирование основ здорового образа жизни дошкольников и повышения их заинтересованности в занятиях физической культурой и спортом посредством реализации социально-педагогического проекта «От физкультуры к спорту»// Проблемы устойчивого развития человеческого потенциала в глобальном информационном обществе : материалы Второй Российской научно-практической конференции с международным участием / Пермский государственный гуманитарный университет. – Пермь,

- 2014. – С. 352-356.
159. Шумилин А.П. Формирование мотивации результативности соревновательной деятельности юных дзюдоистов : Дис. канд....пед. наук: 13.00.04 / А.П. Шумилин. - Красноярск, 2003. - 144 с.
160. Чернилевский Д.В. Креативная педагогика и психология: учебное пособие для вузов / Д.В. Чернилевский. – М. – МГТА. – 2001. – 301 с.
161. Чернышенко Ю.К., Баландин В.А. Возрастная динамика мотивов и потребностей детей 6-10 лет в различных видах физкультурно-спортивной деятельности // Теория и практика физической культуры. - 2004. - № 8. - С. 45-46.
162. Эльконин Д.Б. Психология игры. - М., Педагогика, 1978. – 304 с.
163. Яковлева Б. П. Особенности мотивационного процесса в спорте // Вестник спортивной науки. – М.: ФГБУ «Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта», 2010. - № 3 - С. 15-18.
164. Ястребов В.В. Ситуация успеха как средство формирования мотивации достижения у подростков : автореф. дис....канд. пед. наук: 13.00.04 / В.В. Ястребов. - Волгоград, 2004. – 21 с.
165. Birren J.E. Research on the psychology of aging: Principles, concepts and theory // Handbook of aging and psychology / Ed. by J.E. Birren N.Y.: Van Nostrand Rienhold Company, Inc. 1985.
166. Bußmann, H. Lexikon der Sprachwissenschaft / H. Bußmann. Stuttgart: Kröner, 2002. - 783S.
167. Robert M. Y., John D. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation //Journal of comparative neurology and psychology. – 1908. – T. 18. – P. 459-482.
168. De Charms R. Motivation enhancement in education settings. - In: Amesr. R. Eds. Research on motivation in education / R. De Charms. - N.Y. : Academic Press, 1984. - V. 1. - P. 275-310.
169. De Charms R. Personal causation training in the schools / R. De Charms. -1. Of Applied Soc. Psychology. - 1972. - V. 2.2. - P. 95-113.

170. Spence J T & Helmreich R L. Masculinity & femininity: their psychological dimensions, Austin, TX: University of Texas Press, 1978. – P. 297.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Таблица 1

*Процесс формирования мотивов учебной деятельности у подростков
в учреждениях дополнительного образования в сфере физической культуры*

Создание педагогических условий, повышающих эффективность формирования мотивов учебной деятельности

Содержание	Организационные формы, методы, средства, рекомендации
Готовность педагогов к формированию мотивов у занимающихся	Методические занятия (в объеме 36 часов) Знакомство с опытом квалифицированных отечественных и зарубежных специалистов Привлечение к конференциям, семинарам, повышению квалификации Лекции, опрос, беседа
Оценка тренером личностных особенностей занимающихся (характер, ВНД, темперамент)	Предоставлены анкеты изучения характера, высшей нервной деятельности (ВНД), темперамента Проведен инструктаж для самостоятельного использования материала при планировании учебно-тренировочных занятий Опрос, беседа
Планирование учебно-тренировочной деятельности и формирование подгрупп на основе выявления у спортсменов особенностей темперамента и ведущих мотивов, соотношения мотивации к достижению успеха и избеганию неудач	Применялось четыре способа объединения: - по типологическим особенностям нервной системы и ВНД (использовалось положительное подкрепление спортсменов в зависимости от преобладающего типа темперамента); - по сходному мотиву (мотив эмоционального удовольствия, мотив физического самоутверждения, социально-эмоциональный мотив); - по отличающимся мотивам (чтобы в подгруппе были спортсмены с разными преобладающими мотивами, и их количество было оди-

	<p>наковым во всех трех подгруппах).</p> <p>- разделять на экстравертов (сангвиник, холерик) – реакция и деятельность, которых зависит от внешних впечатлений, возникающих в данный момент и на интровертов (флегматик, меланхолик) – от внутренних психических процессов и состояний человека</p>
<p>Включение в учебно-тренировочный процесс теоретических бесед по вопросам мотивации спортивной деятельности спортсменов</p>	<p>Беседы (в объеме 10-15 мин. перед занятием) на темы: о выдающихся спортсменах (их достижениях, выступлениях на соревнованиях), особенностях мотивационной сферы спортсменов, особенностях предстартовых состояний, подготовке к соревнованиям, психологических средствах регуляции и саморегуляции и тд.). Привлечение спортсменов высокой квалификации для проведения бесед, проведение олимпийских уроков, просмотры видеозаписей соревнований высокого уровня</p>
<p>Повышение эмоциональности учебно-тренировочного процесса</p>	<p>Путем подбора упражнений с выполнением конкретных заданий, проведения подвижных игр, эстафет, игровых и соревновательных заданий. При комплектовании подгрупп во время проведения подвижных игр и соревнований учитывались различия темпераментов и ведущих мотивов занимающихся. Среди игр и эстафет, проводимых в учебно-тренировочном занятии, подбирались игры направленные на развитие физических качеств, психической разгрузки, освоения навыков взаимодействия в команде, а также специфические игры и эстафеты с элементами техники плавания</p>
<p>Организация учебно-тренировочного процесса с использованием положительного подкрепления</p>	<p>Подкрепление должно происходить в момент совершения действия, либо сразу же после него. При положительном подкреплении поощряются действия имеющие позитивную направленность. Тренеру необходимо говорить добрые слова, оказывать внимание, показывать хорошие эмоции спортсменам, в качестве похвалы за удачно выполненное упражнение или выступление на соревнованиях использовать выражения: «Ты молодец», «Ты такой силь-</p>

	ный», «Я горжусь тобой», «Я очень рад (а)» и тд.
Создание ситуаций успеха	Использовать разные виды поощрений (одобрительное слово тренера, благодарность, высказанная в присутствии товарищей по команде, грамота, подарок, помещение на доске почета), применять задания, которые в последствии усложняются с каждой тренировкой (преодоление трудностей способствует укреплению у спортсменов веры в свои силы, воспитанию настойчивости и упорства), организовывать мини-соревнования с выполнением конкретной цели (проплыть длинную дистанцию, проплыть дистанцию за установленное время, проплыть дистанцию с утяжелителями, проплыть дистанцию с соперником другой возрастной группы, другого спортивного разряда), после каждого учебно-тренировочного занятия спортсмен должен получить оценку за выполнение упражнений (для этого у каждого спортсмена должен быть собственный дневник, где он отмечает выполненные задания, положительные, отрицательные эмоции, впечатления, настроение полученные за день).
Использование личностно-ориентированного подхода в планировании спортивной деятельности	Составление индивидуальных планов. В процессе составлений индивидуальных планов (недельных, месячных, годовых), каждый спортсмен совместно с тренером прописывает реальную, конкретную цель которую он ставит перед собой, занимаясь спортивным плаванием, которая будет зависеть только от него, без вмешательства других лиц. При этом необходимо проводить еженедельный контроль за его исполнением, с последующим несением соответствующих корректировок. Оценивание, информирование о динамике подготовки, анализ результатов
Организация внутренировочной деятельности спортсменов с использованием восстановительных, культурных и досуговых мероприятий	Акцентировать внимание на создании благоприятного микроклимата в коллективе, формировании хороших взаимоотношений с тренером, отношений в семье, с друзьями и окружающими, обеспе-

	<p>чении интересного, разнообразного досуга. Для этого проводить беседы на интересные, отвлеченные от спорта темы (о любимых увлечениях, фильмах, книгах, музыке и тд.); организовывать празднования дней рождений подопечных, коллективных праздников; проводить семейный «День спорта»; выезжать на природу, в летние спортивные лагеря; организовывать экскурсии в городе, в другие страны; найти каждому спортсмену дополнительное хобби (занятие помогающее восстановиться, ответить хорошим настроением, позитивным настроем на тренировку); посещать соревнования по другим видам спорта в целях демонстрации примеров трудолюбия и настойчивости спортсменов, поведения и внимательного отношения к указаниям тренера (перед и после соревнований проводить беседы о результатах выступления ведущих спортсменов, обсуждать вопросы тактической подготовки и психологических состояний, приемы самоконтроля, управление предстартовым состоянием)</p>
--	---

АНКЕТА
для исследования отношения детей к их учебно-соревновательной деятельности

Дорогие ребята!

Факультет ФК и С проводит исследование с целью изучения мотивации к спортивной деятельности у детей. Ваши ответы позволят наметить практические меры по повышению интереса у детей к спорту. От вашей доброжелательности, искренности ответов будет зависеть успех исследования.

Как заполнить анкету:

1. Внимательно прочитайте вопрос и возможные варианты ответов на него.
2. Выберите из возможных вариантов тот, который соответствует вашему мнению, и обведите его кружочком.
3. Если ваше мнение не совпадает с предложенным ответом или ответ отсутствует и оставлено место, напишите его сами.
4. Анкета анонимна.

1. Пол _____

2. Возраст _____

3. Вид спорта _____

4. Сколько лет занимаетесь _____

5. Для чего люди занимаются спортом?

- a) спорт дает человеку силу, выносливость
- b) спорт дает человеку здоровье
- c) для своего удовольствия
- d) это интересно
- e) чтобы хорошо выглядеть
- f) быть знаменитым, богатым
- g) проводить свободное время
- h) стать мастером спорта
- i) стать олимпийский чемпионом
- j) др. вариант _____

6. Как вы интересуетесь спортивными событиями?

- a) читаю газеты, спортивные журналы
- b) постоянно смотрю спортивные каналы
- c) интересуюсь только любимым видом спорта
- d) рассказывают родители, друзья
- e) в школе на уроках физкультуры
- f) не интересуюсь вообще
- g) др. вариант _____

7. Смотрели ли вы Олимпиаду?

- a) да, смотрел всю Олимпиаду
- b) смотрел выборочно некоторые виды спорта
- c) иногда, раз в день
- d) смотрел пару раз за две недели
- e) смотрел только любимый вид спорта
- f) не смотрел вообще

8. У вас много свободного времени за день?

- a) да
- b) нет
- c) не знаю
- d) бывает иногда
- e) др. вариант _____

9. Сколько раз в неделю Вы тренируетесь?

- a) 1 раз
- b) 2 раза
- c) 3 раза
- d) каждый день
- e) 2 раза в день
- f) др. вариант _____

10. Какие виды деятельности Вы используете в свободное время?

- a) играю во дворе в футбол
- b) играю в подвижные игры с друзьями
- c) бегаю по вечерам на стадионе
- d) гуляю по улице
- e) играю дома в компьютер
- f) хожу в кино
- g) слушаю музыку лежа на диване
- h) ничего не делаю
- i) др. вариант _____

11. По каким причинам вы пропускаете занятия?

- a) нет желания
- b) отсутствие свободного времени
- c) боязнь утомления
- d) быстро надоедает
- e) далеко ездить
- f) однообразие тренировок
- g) болезнь, слабость
- h) убеждение родителей
- i) проблемы в школе
- j) конфликт с тренером
- k) конфликт в группе
- l) др. вариант _____

12. Для чего вы занимаетесь спортом?

- a) чтобы быть здоровым
- b) чтобы быть сильным, спортивным
- c) иметь красивую фигуру
- d) стать чемпионом, рекордсменом
- e) по желанию родителей
- f) нравится заниматься
- g) получаю удовольствие от занятий
- h) пришел за компанию с друзьями
- i) др. вариант _____

13. Что повлияло на выбор Вами данного вида спорта?

- a) пример друзей или друга
- b) советы родителей
- c) передачи по радио и телевидению
- d) достижения спортсменов в этом виде спорта

- e) хочу быть похожим на _____
- f) нравится этот вид спорта
- g) интересно ходить на занятия
- h) др. вариант _____

14. Что побуждает Вас к занятиям спортом?

- a) спорт позволяет мне поддерживать фигуру и внешность в хорошем состоянии
- b) спорт полезен для моего здоровья
- c) я испытываю удовольствие от занятий спортом
- d) занятие спортом это престижно, это позволяет занять особое положение и приобрести уважение друзей
- e) спорт позволяет снять напряжение и стресс
- f) занимаются мои друзья, нравится с ними общаться
- g) из-за скуки, нечего делать
- h) занятия спортом позволяют мне быть сильнее, увереннее в себе
- i) занятия спортом позволяет мне показать свое превосходство над другими, самоутвердиться за счет силы
- j) меня заставляют родители
- k) хочу стать профессиональным (-ой) спортсменом (спортсменкой)
- l) желание стать богатым и знаменитым
- m) желание стать Олимпийским чемпионом
- n) нравится выезжать на соревнования в другие города и страны
- o) др. вариант _____

15. Что, на ваш взгляд, влияет на интерес к постоянным занятиям спортом?

- a) чтение спортивных газет, журналов
- b) передачи на радио, телевидении
- c) просмотры художественных и документальных фильмов на спортивную тематику
- d) чтение литературы о выдающихся спортсменах
- e) средства наглядной агитации
- f) хорошо поставленная работа в школе
- g) взаимоотношения с тренером
- h) разнообразие тренировок
- i) др. вариант _____

16. Каких результатов хотели бы Вы достичь, занимаясь этим видом спорта?

- a) занимаюсь для здоровья
- b) выполнить норматив мастера спорта
- c) выступать в составе сборной команде страны
- d) выступать на Олимпийских играх
- e) в дальнейшем стать тренером
- f) занимаюсь пока интересно
- g) др. вариант _____

17. Любите ли Вы принимать участие в соревнованиях?

- a) да очень
- b) нет
- c) не знаю
- d) не всегда
- e) др. вариант _____

18. Участие в соревнованиях для вас, это:

- a) победа любой ценой, я должен быть лучшим
- b) показать на что я способен

- c) выступить по мере возможностей
- d) участвую только потому что тренер говорит
- e) главное не победа, а участие
- f) опять проигрывать
- h) др. вариант _____

19. Что Вам нравится в вашем тренере?

- a) доброта
- b) в трудную минуту всегда поможет
- c) общительность
- d) требовательность
- e) строгость
- f) хороший специалист
- g) энергичность
- h) доброжелательность
- i) др. вариант _____

20. Что Вам не нравится в Вашем тренере?

- a) много ругается
- b) бывает излишне нервным
- c) уделяет мне мало внимания на тренировках
- d) не общается со мной вне тренировок
- e) проводит однообразные тренировки
- f) не доброжелателен
- g) не помогает в трудную минуту
- h) не оказывает поддержку

21. Проявляют ли родители интерес к вашим занятиям спортом?

- a) приходят на все соревнования
- b) посещают тренировки
- c) беседует с тренером
- d) интересуются моими успехами дома
- e) не интересуются вообще
- f) др. вариант _____

22. Общается ли с Вами тренер вне тренировок?

- a) да
- b) нет
- c) редко
- d) др. вариант _____

23. Как тренер общается с Вами вне тренировок?

- a) отмечаем дни рождения
- b) интересуется моей учебой
- c) интересуется моими увлечениями
- d) выезжаем на природу
- e) ходим вместе на различные мероприятия
- f) устраивает праздники
- g) др. вариант _____

24. Были ли у Вас перерывы в занятиях спортом?

- a) да
- b) нет
- c) др. вариант _____

25. С чем были связаны перерывы в занятиях?

- a) с болезнью

- b) с травмой
- c) с нежеланием идти на тренировку
- d) с усталостью
- e) с неуспеваемостью в школе
- f) с ленью
- g) с конфликтом с тренером
- h) с конфликтом в группе
- i) др. вариант _____

26. Проводит ли тренер воспитательные работы на тренировках?

- a) да, перед каждым занятием
- b) раз в неделю
- c) очень редко
- d) только когда нам интересно
- e) не проводит никогда
- f) др. вариант _____

27. Проводит ли тренер воспитательную работу перед соревнованиями?

- a) да, всегда беседует со мной до и после старта
- b) разговаривает со мной когда я интересуюсь
- c) практически не вижу тренера перед стартом
- d) всегда слышу только что делаю не так
- e) тренер только и может что ругать
- f) вообще не вижу тренера во время соревнований
- g) др. вариант _____

28. Разнообразны ли ваши занятия?

- a) да, тренер всегда старается придумать что-то интересное
- b) по настроению тренера
- c) бывает, но редко
- d) задания все однообразные
- e) по праздникам устраивает игры
- f) др. вариант _____

29. Были ли у вас моменты когда вы хотели бросить занятия?

- a) да
- b) нет
- c) не знаю
- d) затрудняюсь ответить
- e) др. вариант _____

30. В связи с чем были связаны эти моменты?

- a) надоели однообразные тренировки
- b) не получается
- c) не хватает времени на учебу
- d) часто болею
- e) убеждения родителей
- f) хочу попробовать себя в другом виде спорта (другой деятельности)
- g) не могу показать высокий результат
- h) конфликт с тренером
- i) не могу общаться в коллективе
- j) др. вариант _____

31. Занимались ли вы до этого какими-то видами спорта?

- a) если да, то какими _____
- b) нет

32. Почему бросили занятия этим видом спорта?

- a) пропал интерес к этому виду спорта
- b) не получилось
- c) конфликт с тренером
- d) конфликт в группе
- e) не перспективный вид спорта
- f) не могу заниматься долгое время одним видом спорта
- g) не смог совмещать занятия спортом с учебой
- h) травма
- i) др. вариант _____

АНКЕТА

для исследования отношения тренеров к учебно-соревновательной деятельности

Уважаемые тренеры!

Факультет ФК и С проводит исследование с целью изучения интереса к спортивной деятельности у детей. Ваши ответы позволят наметить практические меры по повышению интереса у детей к спорту. От вашей доброжелательности, искренности ответов будет зависеть успех исследования.

Как заполнить анкету:

1. Внимательно прочтите вопрос и возможные варианты ответов на него.
2. Выберите из возможных вариантов тот, который соответствует вашему мнению, и обведите кружком.
3. Если ваше мнение не совпадает с предложенным ответом или ответ отсутствует и оставлено место, напишите его сами.

4. Анкета анонимна.

1. Пол _____
2. Возраст _____
3. Образование _____
4. Стаж работы _____
5. Каким видом спорта занимались _____
6. Каких результатов добились, занимаясь этим видом спорта _____
7. Какова численность вашей группы: в начале года _____ в конце года _____?
8. Сколько ребят в течение года бросают занятия _____
9. Возникают ли у Вас конфликты с командой (спортсменом)?
 - a. да
 - b. часто
 - c. редко
 - d. не возникает
10. По каким причинам возникает конфликт?
 - a. не выполняет требования
 - b. пропускает тренировки
 - c. плохое поведение
 - d. др. вариант _____
11. Во время тренировки Вы уделяете внимание каждому ученику?
 - a. да, стараюсь уделить внимание всем
 - b. да, но иногда про некоторых забываю
 - c. выделяю учеников, у которых есть способности
 - d. не уделяю внимание никому
 - e. др. вариант _____
12. Какие способы повышения интереса у детей к занятиям Вы используете?
 - a. включаю новые упражнения
 - b. использую игры
 - c. использую нетрадиционные методы проведения занятия
 - d. др. вариант _____
13. Общаетесь ли Вы с детьми вне тренировок?
 - a. да

b. редко

c. нет

14. Как Вы общаетесь с детьми во внутренировочное время?

a. устраиваю дни рождения детей

b. организую туристические походы, выезды на природу

c. интересуюсь учебой

d. интересуюсь увлечениями

e. хожу с ними на различные мероприятия

f. др. вариант _____

15. Готовитесь ли к тренировочным занятиям заранее?

a. да

b. редко

c. нет

16. Какие источники информации Вы используете для подготовки к занятиям?

a. телевизионные передачи

b. кинофильмы

c. научно-методические издания

d. книги, журналы, газеты

e. мнения специалистов (собrania, беседы, лекции)

f. мнение коллег

g. др. вариант _____

17. Знаете ли Вы психологические особенности своих подопечных?

a. да, знаю подход к каждому ребенку

b. знаю, но не всех

c. не знаю

d. др. вариант _____

18. Используете ли Вы интересные, нетрадиционные формы проведения занятий?

a. да

b. очень редко

c. нет, не имею представления о них

d. др. вариант _____

19. Какие способы саморазвития Вы используете?

a. читаю современную научную литературу

b. посещаю лекции, семинары специалистов

c. общаюсь с коллегами более высокой профессиональной категории

d. др. вариант _____

20. Пытаетесь ли Вы вернуть ребенка, ушедшего из группы?

a. да

b. не всегда

c. нет

21. Какие способы для возвращения ребенка используете?

a. объясняю ребенку о необходимости его дальнейших занятий

b. разговариваю с родителями

c. прошу поговорить с ним его товарищей

d. др. вариант _____

спасибо!

Реан А.А. «Оценка мотивации успеха и боязни неудачи»

Инструкция. Отвечая на нижеприведенные вопросы, необходимо выбрать ответ «да» или «нет». Если Вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» объединяет как явное «да», так и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет»: он объединяет явное «нет» и «скорее нет, чем да». Отвечать на вопросы следует быстро, не задумываясь надолго. Ответ, который первый приходит в голову, как правило, является и наиболее точным.

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

1. Включаясь в работу, как правило, оптимистично надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативности.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо занижено легкие задания, либо нереалистично высокие по трудности.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий, в условиях ограничения времени, результативность деятельности ухудшается.
10. Склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если рискую, то, скорее с умом, а не бесшабашно.
13. Не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, чем нереально высокие.
15. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания, его притягательность, как правило, снижается.
16. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих неудач.
17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
18. При работе в условиях ограничения времени результативность деятельности улучшается, даже если задание достаточно трудное.
19. В случае неудачи при выполнении чего-либо, от поставленной цели, как правило, не отказываюсь.
20. Если задание выбрал себе сам, то в случае неудачи его притягательность еще более возрастает.

КЛЮЧ К ОПРОСНИКУ

Ответ «ДА»: 1,2,3,6,8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19,20.

Ответ «НЕТ»: 4, 5, 7,9, 13, 15, 17.

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

За каждое совпадение ответа с ключом испытуемому дается 1 балл. Подсчитывается общее количество набранных баллов.

Если количество набранных баллов от 1 до 7, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи).

Если количество набранных баллов от 14 до 20, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех).

Если количество набранных баллов от 8 до 13; то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно иметь в виду, что если количество баллов 8,9, есть определенная тенденция метизации на неудачу, а если количество баллов 12,13, имеется определенная тенденция мотивации на успех.

Мотивация на успех относится к позитивной мотивации. При такой мотивации человек, начиная дело, имеет в виду достижение чего-то конструктивного, положительного. В основе активности человека лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Такие люди обычно уверены в себе, в своих силах, ответственны, инициативны и активны. Их отличает настойчивость в достижении цели и целеустремленность.

Мотивации на неудачу относится к негативной мотивации. При данном типе мотивации активность человека связана с потребностью избежать срыва, порицания, наказания, неудачи. Вообще в основе этой мотивации лежит идея избегания и идея негативных ожиданий. Начиная дело, человек уже заранее боится возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха.

Люди, мотивированные на неудачу, обычно отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах. Стараются избегать ответственных заданий, а при необходимости решения сверхответственных задач могут впасть в состояние близкое к паническому. По крайней мере ситуативная тревожность у них в этих случаях становится чрезвычайно высокой. Все это, вместе с тем, может сочетаться с весьма ответственным отношением к делу.

Личностный опросник Г. Айзенка

ИНСТРУКЦИЯ

Вам предлагается ответить на вопросы, касающиеся особенностей вашего поведения. Оцените себя мысленно, согласны или не согласны вы с предлагаемым суждением. Над ответами долго не задумывайтесь, но обязательно отвечайте.

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы "встряхнуться", испытать возбуждение?
2. Часто ли вы нуждаетесь в друзьях, которые могут вас ободрить или утешить?
3. Вы считаете себя человеком беззаботным?
4. Трудно ли вам отказаться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша, предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Обычно вы поступаете и говорите быстро, не раздумывая?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастливы, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор вы готовы решиться на очень многое?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало бы делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы обычно книги встречам с людьми?
16. Легко ли вас обидеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас иногда мысли, которые вы хотели бы скрыть от других?
19. Верно ли, что вы иногда полны энергии, так, что все горит в руках, а иногда совсем вялы?
20. Предпочитаете ли вы иметь поменьше друзей, но зато близких вам?
21. Часто ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, вы отвечаете тем же?
23. Часто ли вас беспокоит чувство вины?
24. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли вы дать волю своим чувствам и всю повеселиться в компании?
26. Можете ли вы сказать, что у вас часто нервы бывают натянуты до предела?
27. Считают ли вас человеком живым и веселым?
28. Часто ли, сделав какое-нибудь важное дело, вы испытываете чувство, что могли бы сделать его лучше?
29. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других людей?
30. Вы иногда сплетничаете?

31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?
32. Если вы хотите узнать о чем-нибудь, то предпочитаете прочесть об этом в книге, нежели спросить у людей?
33. Бываете ли вы иногда так возбуждены, что не можете усидеть на месте?
34. Нравится ли вам работа, которая требует от вас постоянного внимания?
35. Бывают ли у вас слабость и головокружения?
36. Всегда ли вы платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?
37. Вам неприятно находиться в обществе, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Верно ли, что нередко вам не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Вы неторопливы в движениях?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или в школу (на работу)?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что никогда не упустите случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Бывают ли у вас сильные головные боли?
46. Вы бы чувствовали себя несчастным, если бы длительное время были лишены общения с людьми?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые Вам явно не нравятся?
49. Можете ли вы сказать, что вы весьма уверенный в себе человек?
50. Легко ли вы обижаетесь, когда люди указывают на ваши ошибки в работе или на ваши личные промахи?
51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Легко ли вам внести оживление в довольно скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшучивать над другими?
57. Страдаете ли вы от длительной бессонницы?

ОБРАБОТКА ПОЛУЧЕННЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

При совпадении ответов с ключом начисляется один балл. Подсчитайте сумму баллов по трем показателям (А, Б, В) в отдельности.

- Показатель А (искренность ответов) Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 6, 24, 36. Присвойте балл каждому ответу "Нет", если вы дали его на вопросы №№ 12, 18, 30, 42, 48, 54.
- Показатель Б (экстраверсия, степень общительности, зависимости поведения от мнения окружающих, умение приспосабливаться к новым условиям) Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56. Присвойте балл каждому ответу "Нет", если вы дали его на вопросы №№ 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.
- Показатель В (нейротизм, степень эмоциональной чувствительности, возбудимости) Присвойте балл каждому ответу "Да", если вы дали его на вопросы №№ 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

«Мотивы занятий спортом»

(Автор А.В. Шаболтас, опубликована в работе Е.П. Ильина Практические занятия по психологии: Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2004. – 509 с.)

Методика предназначена для выявления доминирующих целей (личностных смыслов) занятий спортом и включают в себя 10 мотивов-категорий, соответствующих определенным высказываниям (суждениям), приведенным в опроснике.

- Мотив эмоционального удовольствия (ЭУ);
- Мотив социального самоутверждения (СС);
- Мотив физического самоутверждения (ФС);
- Социально-эмоциональный мотив (СЭ);
- Социально - моральный мотив (СМ);
- Мотив достижения успеха в спорте (ДУ);
- Спортивно - познавательный мотив (СП);
- Рационально-волевой (рекреационный) мотив (РВ);
- Мотив подготовки к профессиональной деятельности (ПД);
- Гражданско – патриотический мотив (ГП);

Методика, как измерительный инструмент, основана на выборе одного из попарно предлагаемых суждений. Главное из условий – каждое суждение сопоставляется со всеми другими; всего для 10 мотивов – категорий имеется 45 пар суждений для сопоставления. Таким образом, оценка каждого мотива-суждения выполняется 9 раз и появляется возможность ранжировать мотивы по степени их выраженности в баллах.

Инструкция

Перед Вами 45 пар суждений, которые отражают различные причины занятий спортом. Сначала выберите из пары то высказывание, которое более всего подходит Вам. Затем уточните, в какой степени оно Вам больше подходит. В соответствующих графах бланка для ответов поставьте знак «+». Долго задумываться не надо, отмечайте первое подходящее суждение.

Обработка результатов

Каждый выбор оценивается от 1 до 3 баллов в зависимости от степени преобладания одного суждения над другим: «немного» - 1 балл, «достаточно» - 2 балла, «значительно» - 3 балла. За ответ «не знаю» баллы не начисляются. Подсчитывается сумма баллов по каждому мотиву. Максимальная сумма для одного мотива не превышает 27 баллов.

Ключ к расшифровке полученных данных

Мотив ЭУ – 1а, 9б, 13б, 19б, 25а, 31а, 36б, 40а, 45а;
 Мотив СС – 2а, 8б, 10б, 14б, 18б, 25б, 30а, 35а, 41б;
 Мотив ФС – 3а, 7б, 11а, 16а, 21б, 26а, 31б, 41а, 44б;
 Мотив СЭ – 4а, 6б, 12а, 16б, 20б, 28а, 30б, 34а, 40б;
 Мотив СМ – 5а, 12б, 19а, 23а, 26б, 32а, 35б, 38а, 43б;
 Мотив ДУ – 5б, 6а, 11б, 18а, 22б, 24а, 29б, 36а, 42а;
 Мотив СП – 4б, 7а, 14а, 17б, 27а, 32б, 37а, 42б, 45б;
 Мотив РВ – 3б, 8а, 13а, 17а, 22а, 28б, 33б, 39а, 43а;
 Мотив ПД – 2б, 9а, 15а, 21а, 23б, 29б, 34б, 37б, 39б;
 Мотив ГП – 1б, 10а, 15б, 20а, 24б, 27б, 33а, 38б, 44а;

Выводы: Наиболее предпочтительны для опрашиваемого те мотивы, по которым он набрал наибольшее количество баллов.

Текст опросника

1. а) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение, Это меня воодушевляет и поднимает настроение.

б) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны.

2. а) Я занимаюсь, спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж,

б) Достичь, хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.

3. а) Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу толстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.

б) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.

4. а) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.

б) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильнее тренироваться.

5. а) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.

б) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели.

6. а) Я регулярно тренируюсь, чтобы обязательно поддерживать достигнутые спортивные результаты, чтобы повышать дотижения и добиться поставленной передо мной (мною) цели,

б) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.

7. а) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильнее тренироваться.

б) Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу толстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.

8. а) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.

б) Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж.

9. а) Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.

б) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряже-

<p>ние. Это меня воодушевляет и поднимает настроение.</p>
<p>10. а) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны.</p> <p>б) Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж.</p>
<p>11. а) Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу толстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.</p> <p>б) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели.</p>
<p>12. а) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.</p> <p>б) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.</p>
<p>13. а) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил. Поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.</p> <p>б) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение. Это меня воодушевляет и поднимает настроение.</p>
<p>14. а) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильнее тренироваться.</p> <p>б) Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж.</p>
<p>15. а) Достичь хороших результатов в учебе и профессии возможно только, если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.</p> <p>б) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие результаты, защищать честь своего коллектива, общества, нашей страны.</p>
<p>16. а) Я активно занимаюсь, спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Я не хочу потолстеть и стать, ленивым, хочу быть здоровым.</p> <p>б) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.</p>
<p>17. а) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.</p> <p>б) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильнее тренироваться.</p>
<p>18. а) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели.</p> <p>б) Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно</p>

<p>быть в центре внимания, повышать свой престиж.</p>
<p>19. а) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.</p> <p>б) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение. Это меня воодушевляет и поднимает настроение.</p>
<p>20. а) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива спортивного общества, нашей страны.</p> <p>б) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.</p>
<p>21. а) Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.</p> <p>б) Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу потолстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.</p>
<p>22. а) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.</p> <p>б) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели.</p>
<p>23. а) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад, в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.</p> <p>б) Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.</p>
<p>24. а) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели.</p> <p>б) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь, своего коллектива, спортивного общества, нашей страны.</p>
<p>25. а) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение. Это меня воодушевляет и поднимает настроение.</p> <p>б) Я занимаюсь спортом так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж.</p>
<p>26. а) Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу толстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.</p> <p>б) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.</p>
<p>27. а) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильнее тренироваться.</p> <p>б) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны.</p>

<p>28. а) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований</p> <p>б) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.</p>
<p>29. а) Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.</p> <p>б) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы, добиваться поставленной передо мной (мною) цели.</p>
<p>30. а) Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж</p> <p>б) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.</p>
<p>31. а) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение. Это меня воодушевляет и поднимает настроение</p> <p>б) Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу толстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.</p>
<p>32. а) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет, меня больше тренироваться.</p> <p>б) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильнее тренироваться.</p>
<p>33. а) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны.</p> <p>б) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.</p>
<p>34. а) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.</p> <p>б) Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.</p>
<p>35. а) Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свой престиж.</p> <p>б) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.</p>
<p>36. а) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели.</p> <p>б) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение. Это меня воодушевляет и поднимает настроение.</p>

<p>37. а) Я хочу разбираться а вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильное тренироваться.</p> <p>б) Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.</p>
<p>38. а) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.</p> <p>б) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны.</p>
<p>39. а) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.</p> <p>б) Достичь хорошие результаты в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт.</p>
<p>40. а) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение. Это меня воодушевляет и поднимает настроение.</p> <p>б) Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований.</p>
<p>41. а) Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалять свой характер. Не хочу потолстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.</p> <p>б) Я занимаюсь спортом, так как добиваюсь успехов. Мои товарищи по школе и спортивной команде, так же как и зрители, уважают меня за это. Во время соревнований приятно быть в центре внимания, повышать свои престиж.</p>
<p>42. а) Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели.</p> <p>б) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать, как правильное тренироваться.</p>
<p>43. а) Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от умственной (сидячей) работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени.</p> <p>б) Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Не могу подводить своего тренера и товарищей. Это заставляет меня больше тренироваться.</p>
<p>44. а) Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны.</p> <p>б) Я активно занимаюсь спортом, поэтому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу толстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым.</p>
<p>45. а) Я получаю радость от занятий спортом, так как могу двигаться и испытывать напряжение. Это меня воодушевляет и поднимает настроение.</p> <p>б) Я хочу разбираться в вопросах спортивной техники и тактики, принципах тренировочного процесса, знать как правильно тренироваться.</p>

Обработка результатов: Каждый выбор оценивается от 1 до 3 баллов в зависимости от степени преобладания одного суждения над другим «немного» 1 балл, «достаточно» 2 балла, «значительно» 3 балла, За ответ «не знаю» баллы не начисляются. Подсчитывается сумма баллов по каждому мотиву. Максимальная сумма для одного мотива не превышает 27 баллов.

Приложение 6

Изучение интереса к спорту (анкета Бабушкина Е.Г., 2001)

ИНСТРУКЦИЯ: Ответьте, пожалуйста, на вопросы анкеты, выбрав один из ответов, который соответствует действительности. Напротив номера вопроса поставьте номер ответа.

1. Нравится ли вам ваш вид спорта?
1) очень нравится; 2) скорее всего, нравится; 3) не могу сказать
2. Если бы вам заново пришлось выбирать вид спорта, выбрали бы вы вновь этот вид ?
1) да; 2) не знаю; 3) нет, наверное
3. Возникало ли у вас чувство разочарования в занятиях спортом?
1) нет; 2) редко и не надолго; 3) часто и подолгу
4. Что в большей мере повлияло на вас при выборе этого вида спорта?
1) интерес к этому виду спорта; 2) подражание другим людям, спортсменам, хотел стать таким же; 3) совет друзей, учителей, родителей
5. Что в большей мере нравится вам в вашем виде спорта?
1) выступать на соревнованиях и побеждать противников; 2) тренироваться и овладевать новыми приемами и тактикой; 3) занимаюсь спортом ради самозащиты, для себя
6. Что является для вас побудительной силой, заставляющей тренироваться и преодолевать трудности?
1) любовь к этому спорту и желание достичь высоких результатов; 2) самолюбие, энтузиазм ребят по группе; 3) желание научиться новым приемам, чтобы быть сильным и ловким
7. От чего зависит достижение высоких результатов в вашем виде спорта?
1) от соответствия способностей этому виду спорта 2) от работы над собой, способности можно развить 3) от хорошей физической подготовки и от тренера
8. Может ли каждый, выбравший ваш вид спорта, стать в будущем ведущим спортсменом?
1) нет; 2) не знаю; 3) может
9. Интересуетесь ли вы литературой по вашему виду спорта?
1) да; 2) иногда; 3) нет
10. В какой степени вы проявляете волевую активность в тренировках?
1) возникшие трудности преодолеваю; 2) не всегда так; 3) редко
11. Как часто вы добиваетесь выполнения своих планов?
1) всегда; 2) иногда; 3) редко
12. Как вы относитесь к посещению тренировок?
1) посещаю всегда; 2) иногда пропускаю; 3) пропускаю часто

КЛЮЧ К АНКЕТЕ:

Каждый ответ имеет свою мотивационную нагрузку, выражающуюся в баллах: первый ответ - 3 балла, второй ответ - 2 балла, третий ответ - 1 балл. Затем находится общая сумма баллов, характеризующая степень устойчивости интереса к занятиям боксом по шкале: устойчивый интерес 31-36 баллов; недостаточно устойчивый 27-30 баллов; неустойчивый интерес 26 баллов и менее.

Изучение уровня стремления у спортсменов к достижению высоких спортивных результатов (Г. Д. Бабушкин, Ю. Ф. Назаренко, 1996)

Данная методика разработана применительно к тяжелой атлетике, но, изменяя содержание отдельных вопросов на тот или иной вид спорта, она может быть универсальной. (Далее в опроснике содержание изменено на содержание соревновательной деятельности в волейболе)

ИНСТРУКЦИЯ: Прочитайте каждое суждение и выберите один из предложенных ответов, помеченных буквой «А», «Б», «В», «Г», «Д». Поставьте напротив суждения букву, соответствующую вашему состоянию до или во время соревнований. Варианты ответов следующие: «да, так и есть» ~ «А»; «пожалуй так» - «Б»; «иногда» - «В»; «не совсем так» - «Г»; «это совсем не так» - «Д».

1. На разминке перед соревнованиями у меня возникает чувство неуверенности в успешности выступления.
2. Сильные соперники вызывают во мне желание выиграть у них.
3. Постоянно хочется улучшать свои спортивные результаты на соревнованиях.
4. В соперничестве я всегда стараюсь выиграть.
5. Неудачное выступление в первой партии меня только раззадоривает и я стремлюсь показать максимальный результат в следующей.
6. На тренировочных занятиях перед соревнованиями я люблю выполнять наиболее трудные игровые приемы с максимальной силой и точностью.
7. На соревнованиях я стремлюсь выполнить подачи и удары лучше, чем на тренировках.
8. На соревнованиях, выходя на площадку, имею одну установку - «выиграть, во что бы то ни стало».
9. Ради победы я могу рискнуть выполнить подачу или удар, который на тренировках еще не получается выполнить надежно.
10. Я люблю тренироваться, а выступать на соревнованиях мне не нравится.
11. Физическая подготовка утомляет меня, и я не стремлюсь показать лучшие тренировочные результаты.
12. Даже, если я не в лучшей форме, я стремлюсь показать лучший результат на данный момент.
13. С нетерпением жду соревнований, чтобы встретиться со своими соперниками.
14. Если случается, что во время соревнований я получаю легкую травму, то не стремлюсь продолжить свое выступление.
15. На последних минутах, когда результат игры уже практически решен, когда он уже не зависит от моего действия, стремлюсь улучшить свой результат.

КЛЮЧ К ОПРОСНИКУ:

Вопросы: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 15 имеют следующую оценку в баллах: А - 5, Б - 4, В - 3, Г - 2, Д - 1;

Вопросы: 1, 10, 11, 14 имеют оценку: А-1, Б-2, В-3, Г-4, Д-5.

Суммарный показатель показывает уровень выраженности стремления спортсмена показать высокий спортивный результат на соревнованиях.

Градации уровня стремления:

- 1) высокий - 56-75 баллов;
- 2) средний - 35-55 баллов;
- 3) низкий - 15-34 балла.

Приложение 8

Оценка школьной мотивации (по Лускановой Н.Г.)

Цель: выявить отношение учащихся к школе, учебному процессу, эмоциональное реагирование на школьную ситуацию.

Предлагаемая анкета может быть использована при индивидуальном обследовании ребёнка, а также применяться для групповой диагностики. При этом допустимы два варианта предъявления:

- 1) Вопросы читаются вслух, предлагаются варианты ответов, а учащиеся (ребёнок) должны написать ответы, которые им подходят.
- 2) Анкеты в напечатанном виде раздаются всем ученикам и учитель просит их отметить все подходящие ответы¹.

Инструкция для ребёнка: я буду задавать тебе вопросы, а ты на листе в пустых клетках отмечай подходящие тебе ответы.

Вопросы анкеты:

- 1) Тебе нравится в школе или не очень?
- не очень; - нравится; - не нравится;
- 2) Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идёшь в школу или тебе часто хочется остаться дома?
- чаще хочется остаться дома; - бывает по-разному; - иду с радостью;
- 3) Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходиться всем ученикам, желающим можно остаться дома, ты пошёл (пошла) бы в школу или остался (осталась) бы дома?
- не знаю; - остался (осталась) бы дома; - пошёл (пошла) бы в школу;
- 4) Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?
- не нравится; - бывает по-разному; - нравится;
- 5) Ты хотел (а) бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?
- хотел (а) бы; - не хотел (а) бы; - не знаю;
- 6) Ты хотел (а) бы, чтобы в школе остались одни перемены?
- не знаю; - не хотел (а) бы; - хотел (а) бы;
- 7) Ты часто рассказываешь о школе родителям?
- часто; - редко; - не рассказываю;
- 8) Ты хотел (а) бы, чтобы у тебя был менее строгий учитель?
- точно не знаю; - хотел (а) бы; - не хотел (а) бы;
- 9) У тебя в классе много друзей?
- мало; - много; - нет друзей;
- 10) Тебе нравятся твои одноклассники?
- нравятся; - не очень; - не нравятся.

Обработка результатов:

Подсчитайте количество баллов по следующему ключу и определите уровень развития мотивации.

№ вопроса	Оценка		
	За первый ответ	За второй ответ	За третий ответ
1	1	3	0
2	0	1	3

¹ Второй вариант предъявления позволяет получить более искренние ответы детей на вопросы анкеты, однако такой способ анкетирования затруднён в первом классе, так как дети ещё плохо читают.

3	1	0	3
4	3	1	0
5	0	3	1
6	1	3	0
7	3	1	0
8	1	0	3
9	1	3	0
10	3	1	0

Уровни школьной мотивации:

- 25-30 баллов – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности.
Такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования. Они очень чётко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога.
- 20-24 балла – хорошая школьная мотивация.
Наиболее типичный уровень для младших школьников, успешно справляющихся с учебной деятельностью. При ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жёстких требований и норм.
- 15-19 баллов – положительное отношение к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами.
Такие учащиеся достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени и учебный процесс их мало привлекает.
- 10-14 баллов – низкая школьная мотивация.
Подобные школьники посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьёзные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации в школе.
- ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.
Такие дети испытывают серьёзные трудности в школе: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. В других случаях ученики могут проявлять агрессивные реакции, отказываясь выполнять те или иные задания, следовать тем или иным нормам и правилам.

Результаты учащихся могут быть представлены по уровням:

1		2		3		4		5	
Чел.	%								