# Тюльков Евгений Юрьевич

# ФГКОУ «Омский кадетский военный корпус»

# Старший воспитатель (начальник курса)

**Повышение мотивации кадет к занятиям в спортивных секциях корпуса**

**Цель:** Исследование структуры мотивации кадет к занятиям в спортивных секциях корпуса, поиск и анализ методов ее повышения.

**Задачи**: Изучить мотивы, которыми руководствуются кадеты при выборе спортивной деятельности, определить задачи, которые решают кадеты, посещая занятия по избранным видам спорта.

# Введение

Спорт и физические упражнения – это прежде всего здоровое тело и дух, красота во всех ее проявлениях. Спорт учит человека быть дисциплинированным, ответственным, целеустремленным. Спорт формирует в человеке самые лучшие качества, помогая в дальнейшем самореализации, становлении как личности.

Актуальной проблемой на сегодняшний день является здоровый образ жизни будущего поколения. В каждой стране от своего нового поколения ждут великого будущего. В каждой стране уверены, что новое поколение будет более здоровым, будет больше работать во благо страны, защищать свою Родину, а также жить согласно требованиям общества и своей индивидуальности. Это означает, что основное направление внимания должно быть направлено в сторону детей, подростков и молодежи, то есть именно на тот возраст, когда ребенок стоит перед выбором того, что ему интереснее и доступнее. А это, в свою очередь, означает, что занятия спортом и физической культурой должны стать интересными и доступными каждому.

На сегодняшний день значительный интерес представляет именно сфера спорта и физической культуры, поскольку молодежь – это фундамент, на который опирается спорт в наше время. Именно молодые люди славятся своими высокими спортивными успехами и достижениями. Другая сторона показывает, что спорт и физическая культура – это сфера, обеспечивающая физическое здоровье всего населения страны. Исходя из этого, можно сделать вывод, что решение проблемы вовлеченности молодого поколения в спорт и физическую культуру состоит в организации эффективной кропотливой физкультурно-оздоровительной работы.

Общество должно осознавать важность профилактики в укреплении и сохранении своего здоровья. Поэтому важно повысить социальную значимость спорта и физической культуры, повысить важность физической активности, а также сформировать взгляд на физическую культуру как на фактор ЗОЖ (здорового образа жизни).

Говоря о формировании мотивации к спорту и физической культуре у подростков, стоит упомянуть тот факт, что школьный возраст является переломным, т.к. определяется именно моментом, когда ребенок поступает в школу. Здесь у ребенка начинается новая деятельность – деятельность учения. Быть «новым» человеком, формировать в себе отношение к семье, взрослым и сверстникам определяется тем, как дети справляются со своими новыми обязанностями. Всё это ведет к тем проблемам, которые связаны напрямую с семьей и учебой. Здесь и должны помогать спорт и физическая культура. Чтобы ребенок начал заниматься спортом, у него должен появиться мотив. Мотивом называется динамический процесс психологического и физиологического плана, который управляет поведением человека, определяет направленность поведения человека, активность, устойчивость и организованность.

Основными мотивами занятий спортом и физической культурой у детей до 11 лет является, во-первых, получение удовольствия; во-вторых, повышение уровня своего мастерства в том или ином виде спорта; в-третьих, выполнение того, в чем я силен или сильна; в-четвертых, приятное чувство того, что я участвую в соревнованиях – возбуждение; в-пятых, желание научиться новому (умения и навыки); в-шестых, обрести новых друзей и товарищей. Именно на эти пункты необходимо обратить внимание учителей и тренеров для более успешного мотивирования детей к занятиям физической культурой и спортом.

Но первый пункт все-таки гласит о том, что подростки от занятий спортом и физической культурой получают удовольствие. Они не стремятся сразу достигать «спортивных высот». Когда дети занимаются физической культурой на уроках, то они лишь поддерживают свое нормальное физическое состояние, но не улучшают свое физическое состояние. Для его улучшения необходима регулярность и увеличение нагрузки. Сделать это можно двумя способами: привлекая подростков к занятиям в спортивных секциях либо путем самостоятельного обучения учащимися спортом в свое свободное время.

Учащиеся на уроках физической культуры должны получать от учителя информацию о том, что здоровый образ жизни есть наиважнейшая составляющая жизнедеятельности человека. Учитель должен помочь создать потребность у учащихся в том, что необходимо заниматься спортом и физической культурой, что ЗОЖ – основа здоровья, что быть сильным и здоровым – это модно.

Условно мотивы занятий физической культурой можно разделить на конкретные и общие. Но они так же могут и сосуществовать. К конкретным мотивам можно отнести желание ребенка заниматься спортом и физической культурой в принципе. Чем – неважно. А вот потом уже возникает отнесение себя к конкретному виду спорта – кому-то нравится легкая атлетика, кому-то вольная борьба, а кому-то гимнастика.

У подростков мотивация отличается от мотивации детей младшего школьного возраста. В целом мотивация спортсменов-подростков разделяется на две составляющие: непосредственные мотивы и опосредованные мотивы деятельности.

Непосредственные мотивы – это потребность в удовлетворении от того, что проявляется мышечная активность; потребность в наслаждении своими физическими качествами и красотой с точки зрения эстетики; стремления показать себя в опасных/экстремальных ситуациях; стремление быть лучше остальных в том или ином виде спорта, показать свое спортивное мастерство и быть победителем; потребность в самоутверждении и самовыражении, стремление к признанию общества, славе.

Опосредованные мотивы – стремление стать здоровым и сильным; стремлению подготовить себя к практической жизни через спорт; чувство долга; потребность заниматься спортом через осознание того, что должна быть социальная ответственность (пример для детей, пропаганда ЗОЖ).

Бороться, чтобы преодолеть препятствия, подвергать себя воздействию стресса, изменять обстоятельства и добиваться успеха представляется, по-видимому, одним из мощных мотивов в спортивной деятельности. Многие подростки получают большое удовлетворение от занятий спортом и победы над соперником или при преодолении препятствий, возникающих на их пути. Психологи рекомендуют прямо рассказывать начинающим спортсменам о привлекательности победы над собой и соперниками.

Мотивация к преодолению препятствия и получаемое от этого удовлетворение действительно являются мощными стимулами. Спортивный опыт является наиболее простым и ранним из стрессоров, с которыми может встретиться юноша.

Всё это говорит о том, что необходимо создавать комплексы мероприятий, направленных на формирование мотивации к спорту у подростков. Речь идет о том, чтобы создать огромную информационно-пропагандистскую кампанию, которая использует огромный спектр различных средств, и проводить с целью сформировать престижный имидж спортивного стиля жизни, ценности здоровья своего и окружающих.

Пропагандировать ЗОЖ необходимо адресно каждому человеку, убеждать в том, что физическая культура и спорт имеют приоритетное значение в воспитании населения, профилактике различных болезней, в борьбе с вредными привычками и другими негативными явлениями.

Пропаганда ЗОЖ и физической культуры должна повышать у людей интерес к физическому совершенствованию и раскрытию ценности физической культуры; популяризировать самостоятельные занятия с широким использованием природных факторов; формировать в массовом сознании понимание того, что физкультура жизненно необходима каждому человеку.

**Основная часть**

В Омском кадетском военном корпусе в рамках дополнительной образовательной программы по физкультурно-спортивному направлению представлено 12 спортивных секций: армейский рукопашный бой, плавание, самбо, лыжи, легкая атлетика, мини-футбол, гиревой спорт, спортивное ориентирование, гандбол, пулевая стрельба, хоккей, шахматы.

Кадеты участвуют в спартакиадах Министерства обороны РФ и спортивных соревнованиях различного уровня. Кадетам, показавшим высокие результаты, присваиваются спортивные разряды.

Также следует отметить, что при поступлении в высшие военные образовательные заведения кроме состояния здоровья и физической подготовленности абитуриентов учитывается наличие спортивного разряда и знака отличия норм «Готов к труду и обороне». В то же время при поступлении в высшие учебные заведения Министерства обороны одним из основополагающих критериев отбора является состояние здоровья, психологическая и физическая подготовленность абитуриентов. Поэтому в образовательном процессе учащихся довузовских образовательных учреждений Министерства обороны РФ физическое воспитание занимает одно из приоритетных направлений подготовки.

В военных довузовских образовательных учреждениях отмечается дефицит времени, отведенного для занятий в спортивных секциях. Следовательно, результативность педагогического процесса зависит не только от содержания и методики преподнесения той или иной системы спортивных упражнений и технико-тактических приемов, но и от физиологической предрасположенности к тому или иному виду спортивной деятельности, а также от желания воспитанников заниматься избранным видом спорта.

В этой связи важную роль применительно к кадетам играет исследование структуры мотивации, поиск и анализ методов ее повышения, потому что мотивация – это немаловажный элемент по укреплению и сохранению индивидуального и группового здоровья.

Главным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе физкультурно-спортивной, является мотивация.

Мотивации и мотивам подростков посвящено большое количество исследований. Ученые отмечают, что благоприятными особенностями мотивации в младшем подростковом возрасте являются: «потребность во взрослости» - нежелание считать себя ребенком, стремление занять новую жизненную позицию по отношению к миру, к другим людям, к себе.

Особенно важно уделять внимание формированию устойчивых мотивов к занятию спортом на начальном этапе, поскольку в этот период основными особенностями мотивации являются недостаточная осознанность потребностей, которые в свою очередь лежат в основе мотивов, таких как неопределенность и взаимозаменяемость различных способов их удовлетворения.

Характерными для начального обучения в спортивных секциях, является меньшая разборчивость при выборе спортивной деятельности, распыленность спортивных интересов, непосредственность и эмоциональная окраска, значительная текучесть состава спортивных секций и сильное влияние внешних факторов.

Важным мотивом для выбора спортивной секции является желание научиться плавать, кататься на коньках, боксировать и т.д.

Мотивация представляет собой побуждение к действию, то есть это некий процесс, направленный на управление сознанием и поведением человека. Как правило, мотивация возникает при взаимодействии различного рода факторов, ими могут быть:

- стремление (потребность);

- ценность вознаграждения;

- ожидание индивида;

- процесс реализации задуманного.

Мотивация является предвестником успеха, это говорит о том, что люди, обладающие высоким уровнем мотивации, лучше подготовлены и имеют максимальную производительность, что приводит к достижению наилучшего результата.

Виды мотивации.

1. Стимул (вид мотивации, который предполагает вознаграждение как денежные, так и нематериальные; стимул является самым простым видом мотивации, который действует на сознание людей и формирует в них побуждение к действию).
2. Страх (вид мотивации, который направлен на сознание человека путем его наказания за бездействие или наступление неблагоприятных последствий; данный вид мотивации используется тогда, когда не срабатывает мотивация стимулов).
3. Достижение (вид мотивации, направленный на достижение цели, решение сложных задач, улучшение своих навыков и доказательство своей компетенции другим и самому себе; данный вид мотивации заложен природой, ведь каждый из нас старается доказать всем окружающим, на что способен).
4. Саморазвитие (вид мотивации, направленный, в первую очередь, на самореализацию, на свое развитие как умственного, так и физического характера; данный вид мотивации склоняет к тому, чтобы делать себя лучшим, развиваться, читать книги, посещать социально-культурные заведения, заниматься спортом и делать все то, что по- нашему мнению, является самореализацией).
5. Власть (вид мотивации, направленный на стремление к управлению собственной жизнью и зачастую жизнью окружающих; данный вид мотивации основан на оказании влияния на других людей, на контроле за действиями, но иногда случается так, что данный контроль выходит за рамки дозволенного и превращается в аморальный, негативный, а также противозаконный).
6. Социум (вид мотивации, обеспеченный социальными факторами: возможность принадлежать определенной социальной группе, совершать действительно важные действия, необходимые как людям, так и обществу в целом).

Таким образом, занятие спортом для кадет является весьма важной составной частью процесса образования и воспитания в кадетском корпусе.

**Список используемой литературы:**

1. Бахарева Е.В. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у школьников.
2. Боброва Г. В. Обоснование выбора вида физкультурно-спортивной деятельности в контексте профильно-ориентированного воспитания личности кадет.
3. Бурыхина Ю.А. Проявление учебной мотивации у подростков.
4. Емельяненко Т.О. Мотивация детей к занятиям спортом на этапе начальной спортивной подготовки.

5. Лубышева Л.И Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности // Теория и практика физической культуры. - 2018. №4. – 124 с.

6. Любимова Ю.В. Мотивация и ценностные ориентации в педагогическом общении на занятиях по физической культуре.