ТЕОРИИ МОТИВАЦИИ КАК ИНСТРУМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВОВ К ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

Ю.А. Доценко, Т.Г. Похильчук
Донецкий национальный университет, Институт физической культуры и спорта, г. Донецк, e-mail: science_ifks@donnu.ru

В статье «Теории мотивации как инструмент формированиямотивов к двигательной активности у учащихся старших классов» авторами Доценко Ю.А и Похильчук Т.Г. рассматриваются теоретические основы мотивации, проводится сравнительный анализ существующих в литературе теорий мотивации, являющихся базисом для построения системы мотивирования к двигательной активности. Изучены общие положения и различия содержательных и процессуальных теорий мотивации, принципы которых ложатся в основу построения оптимальных моделей формирования потребностей к двигательной активности у детей старшего школьного возраста.

Ключевые слова: *мотивация, теории мотивации, двигательная активность.*

В современном мире невозможно представить своей жизни без высокотехнологичных гаджетов: компьютеров, телефонов, планшетов и др. С расширением технологических возможностей и их доступностью, подрастающее поколение все чаще склоняется к альтернативным, современным способам время препровождения [1].

Вовлеченность подростков в социальную деятельность все больше несет виртуальный характер, теперь для приобретения новых знакомств не нужно посещать кружки, секции по интересам, а для совершения покупок не обязательно ходить по магазинам [11].

В связи с этим неуклонно снижается двигательная активность, падает уровень физической подготовки, стремительно ухудшаются показатели состояние здоровья молодежи [1]. Это дает повод глубоко задуматься и серьезно взглянуть на проблему физического здоровья детей школьного возраста.

Но, несмотря на технический прогресс, важнейшей задачей любого общества оста ется обязанность вырастить и воспитать здоровое, образованное, социально активное поколение граждан [10].

Трудно переоценить значение физической культуры в решении задач по формированию здоровой и успешной личности. Рассмотренные выше положения, позволили сформулировать цель работы.

Цель исследования – проанализировать теорий мотивации для формирования мотивов к двигательной активности у учащихся старших классов.

Материал и методы. Для написания данной работы были использованы теоретические методы исследования, такие как анализ данных специальной и научной литературы.

Результаты и их обсуждение. Существует большое количество определений мотивации, но, по мнению авторов [7; 8], независимо от того, какое определение дать мотивации, ее изучение предполагает обоснование поведения определенного индивида, то есть тех внутренних и внешних факторов, которые заставляют, побуждают, убеждают его действовать именно так, а не иначе.

Мотивация – это совокупность побудительных факторов, вызывающих активность организма и определяют его направленность.

«Мотивация – это некоторое абстрактное понятие, о котором можно судить только по результатам конкретного поведения» [7]. В классическом понимании - это тенденция к выполнению определенных действий. Если тенденции носят достаточно интенсивный и устойчивый характер, можно говорить о высоком уровне мотивации [7; 8].

Репозиторий ВГУ

Мотивация - это общий термин, который обозначает состояния, побуждающих человека начать какой-либо вид активности и продолжать его, проявляя мужество и упорство. Мотивация объясняет, почему человек поступил так, а не иначе [10; 12].

Мотивация, направленная в сторону уменьшения напряжения, создается определенной потребности. Цель поведения удовлетворяет определенные базовые потребности индивида.

В литературе имеется ряд классификаций потребностей, но нет ни одной всеохватывающей. Например, в классификации потребностей человека по Маслоу выделяют пять уровней [4,7]:

1 уровень – физические потребности (голод, жажда, отдых, дыхание, упражнения).

2 уровень – безопасность (защита от природных явлений, социальной агрессии, несправедливости, тирании, нападения).

3 уровень – аффилиация (принадлежность к определенной группе, любовь, дружба, внимание, принятие со стороны людей).

4 уровень – потребности Эго (самоутверждение, статус, автономия, уважение, признание).

5 уровень – самореализация (самореализация, реализация индивидуального потенциала).

Иначе говоря, потребность – это нехватка чего-то, оказывается в состоянии напряжения в психике, и отражается в сознании человека в виде желаний, наклонностей.

В сфере физического воспитания целесообразно выделить следующие группы устойчивых потребностей: биологические, социальные, идеальные [2].

Биологические – потребности тела (потребность в двигательной активности, смене деятельности (отдых), восстановлении после усталости, пополнении биологических ресурсов и тому подобное.

Социальные – те, что удовлетворяются в процессе общения с другими людьми: самоутверждение, лидерства, подчинения, сочувствие, подражание (мода).

Идеальные – духовные, личностные потребности самовыражения: познание, творчества, развлечений, получения положительных эмоций, целеустремленности (рефлекс цели).

Доминирование в определенный период жизни той или иной потребности, мотивация и выбор средств достижения цели определяется природными задатками человека, возрастными особенностями, социальными условиями (мораль, законы) и главным образом воспитанием.

Правильно сформированный процесс мотивирования школьников к развитию их двигательной активности, может стать залогом успешного и качественного их развития [6].

Мотивация – это процесс внутреннего побуждения индивида к активной деятельности, достижения поставленных целей, и процесс сознательного выбора человеком определенной линии поведения, основанной на влиянии внутренних и внешних факторах, или, другими словами, на мотивах и стимулах [3].

Внутренние факторы (мотивы) связаны с формированием личности индивида, его образованием, культурой, ценностными ориентациями, а также условиями жизни. Внутренние мотивы заставляют человека прилагать все усилия и умения. Внешние факторы связаны с влиянием окружающей социальной среды. Внешнее стимулирование человека – это необходимое условие для получения высокого результата [3; 5].

В содержательных теориях можно отметить ряд различий и общих положений. Общим для них является то, что в основе мотивации лежат потребности конкретных людей, их в интересы или мотивы, которые побуждают к определенным целевым действиям. Например, в теории Маслоу потребности построены иерархически, а порядок удовлетворения потребностей направлен снизу-вверх. Поведение человека определяет самая низкая неудовлетворенная потребность такой структуры [4].

Репозиторий ВГУ

В теории Альдерфера также имеет место определенная иерархия потребностей. Однако принципиальным положением его теории является утверждение о том, что удовлетворение потребностей может начинаться, как снизу вверх, так и сверху вниз, при условии, когда удовлетворение потребностей высшего уровня невозможно по объективным причинам. Наличие двух направлений движения удовлетворения потребностей, по мнению Альдерферу, открывает дополнительные возможности для мотивации движения [5].

Мак-Клелланд предложил свою классификацию потребностей человека, в которой приоритет отдается потребностям высшего порядка, поскольку низшие потребности в современном мире практически удовлетворены. Отличительной особенностью этой теории является то, что влияние потребностей на поведение людей рассматривается не изолированно, а как результат их комплексного взаимодействия [5].

Теория Герцберга исходит из того, что поведение людей формируется под влиянием мотивационных факторов и факторов здоровья. Сильное мотивационное влияние на поведение человека оказывают внутренние факторы, связанные с его успешной трудовой деятельностью, что порождает удовлетворение. Внешние факторы, которые касаются в основном условий жизни и труда, влияют на активность и поведение человека, достаточно своеобразно. Недостаток благоприятных условий порождает недовольство человека и снижает активность поведения. В то же время наличие благоприятных условий не играет мотивационной роли, поскольку воспринимается как должная норма. Особенность этой теории является в том, что она основывается не столько на теоретических постулатах, сколько на материалах опросов и экспериментальных исследованиях [5].

Итак, каждая из содержательных теорий мотивации имеет свои особенности, определенные преимущества и недостатки. А потому, чтобы лучше понимать поведение людей и воздействовать на них должным образом, надо знать их «уязвимые места». Проблемой содержательных теорий является то, что они мало внимания уделяют индивидуальным особенностям людей и их влиянию на побуждение индивидуума к действию.

Различие теорий лишь в том, какому фактору отдается преимущественное предпочтение: вознаграждению, отношениям людей или содержанию деятельности. При этом индивидуальные различия не учитываются: человек рассматривается как «автомат», который однозначно реагирует на воздействие внешних факторов.

При анализе существующих теорий был сделан следующий вывод, что содержательные теории недостаточно уделяют внимание анализу процесса формирования мотивации, побуждающей к деятельности, что для нас очень важно. Но при этом эти проблемы подробно исследуется в процессуальных теориях мотивации деятельности, и подробный анализ данных теорий лежит в перспективе наших исследований.

В отличие от содержательных теорий, процессуальные основанные на потребностях и факторах, связанных с ними. Такие потребности и определяют поведение людей [3; 9].

В процессуальных теориях анализируется процесс распределения усилий человеком для достижения им различных целей, а также процесс выбора им типа поведения. Иными словами, поведение личности определяется ощущением конкретной ситуации, его ожиданиями, связанными с ней, оценкой своих возможностей и последствий выбранного типа поведения [2; 4].

Другими словами, принцип данных теорий мотивации заключается в том, что индивид, осознав задачи и возможное вознаграждение за их выполнение, сопоставляет эту информацию со своими личными потребностями, возможностями и готовностью сделать необходимые усилия.

Индивид выбирает для себя определенный вид поведения и вид двигательной активности, после чего стремится достичь определенных целей. Согласно данным теориям, поведение личности является результатом субъективного восприятия ситуации и возможных последствий выбранного типа поведения и форм двигательной активности.

Репозиторий ВГУ

Заключение. Рассмотренные теории признают существования потребностей, и предполагают, что поведение людей определяется не только ими, а и личной реакцией каждого индивида на воздействие внутренних и внешних факторов при достижении им целей, что в свою очередь, побуждает человека к действию и выбору стратегии поведения. Данное «превращение», является основой при выборе форм двигательной активности для конкретно взятой личности. Другими словами, при определенных обстоятельствах поведение человека связано с анализом имеющихся перед ним возможностей, от того, чему человек отдаст предпочтение и, будет зависеть его действия и достигнутые результаты, а наличие потребности не является единственным условием мотивации человека.

Таким образом, анализ литературы по данному вопросу помогает педагогу физической культуры понять сущность теорий мотивации и открывает возможности построения оптимальных моделей формирования потребностей к двигательной активности у детей старшего школьного возраста.

Литература

1. Козловская Н.В. Ценностные ориентации молодежи как субъективный регулятор жизнедеятельности в условиях современного информационного общества / Н.В. Козловская // Вестник Ставропольского государственного университета. – 2010. – № 6. – С. 196–202.
2. Круцевич Т.Ю. Концепция системы физического воспитания в общеобразовательных школах / Т.Ю. Круцевич // Теорія і методика фізичноговиховання і спорту – 2015. – № 2. – С. 72–80.
3. Леонтьев Д.А. Методика изучения ценностных ориентаций / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1992. – С. 117.
4. Мармаза А.И. Основы теории менеджмента: научно-методическое пособие / А.И. Мармаза – Х.: 2015. – 140 с.
5. Мартын И.А. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодежи / И.А. Мартын // Психология и образование: электрон. научн. журн. 2017. – № 6 (36).
6. Марченко О.Ю. Гендерный аспект формирования ценностного потенциала физической культуры школьников / О.Ю. Марченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 11. – С. 38-44.
7. Маслоу А. Мотивация и личность / А.Маслоу. – СПб.: Питер, 2003. – 352 с.
8. Отпущенникова К.В. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом: научно-методический журнал / К.В. Отпущенникова, Г.А. Фалалеева // «Педразвитие». – 2017. – № 3. – С. 34–39.
9. Полукаров В.Л. Психология менеджмента: учеб. пособ / В.Л. Полукаров, В.И. Петрушин. // КноРус, 2016 – 280с.
10. Слепченко А.Л. Мотивация как компонент занятий физической культурой / А.Л. Слепченко, Р.К. Краснов, В.В. Вольский. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2019. – № 19 (257). – С. 388–390.
11. Степкина С.Л. Модель формирования личностной физической культуры подростков в общеобразовательной школе / С.Л. Степкина // Культура физическая и здоровье. – 2012. – №2. – С. 65-68.
12. Столяров В.И Теория и методология современного физического воспитания : состояние разработки и авторская концепция : монография / В.И Столяров. – К.: Олимпийская литература, 2015. – 704 с.

Репозиторий ВГУ