

МОТИВАЦІЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ

Полякова О.О., Поляков І.О.

Національний технічний університет

«Харківський політехнічний інститут»,

Україна, м. Харків, skylion_86@ukr.net, Ihor.Poliakov@khpі.edu.ua

Анотація. У статті розглянуто специфіку і можливості формування мотивації дітей молодшого шкільного віку (від 6 до 10 років) до занять фізичною культурою та спортом. Враховано аналіз вікових потреб дітей та можливість їх задоволення у секціях та гуртках як базу для формування мотивації на етапі початкової підготовки та переходу до етапу базової підготовки.

Ключові слова: мотивація, діти, спорт, фізичне виховання, тренування, фізичні вправи, рухова активність.

Вступ. Мотивація є однією з основних рушійних сил, які впливають на активність і поведінку дітей, зокрема в контексті занять спортом. Особливо важливо досліджувати мотивацію дітей молодшого шкільного віку (6–10 років), оскільки саме в цей період формуються основи їхнього ставлення до фізичної активності та здорового способу життя.

У сучасному суспільстві спостерігається чимала проблема низької фізичної активності серед дітей, що спричиняє різноманітні негативні наслідки для їхнього здоров'я, зокрема ожиріння, порушення постави, зниження фізичної витривалості та розвитку основних фізичних якостей. Враховуючи ці фактори, важливо зрозуміти, чому діти обирають чи відмовляються від занять спортом, що може сприяти їхньому зацікавленню в регулярних фізичних навантаженнях і як підтримати позитивну мотивацію до активності.

Мета дослідження – схарактеризувати методи та підходи до мотивації дітей віком від 6 до 10 років до занять фізичною культурою та спортом та надати рекомендації тренерам, керівникам секцій та шкільним психологам щодо підвищення зацікавленості до тренувань.

Результати дослідження та їх обговорення. Початковий етап занять спортом і пов'язана з ним мотивація описані у роботах багатьох дослідників (Є.А. Захаріна [1], Б.В. Шиян [2], О.О. Біліченко [3] та ін.). Вони визначали в ній провідні мотиви, що обумовлювалися потребою в руховій активності, емоційною привабливістю фізичних вправ та відчуттям задоволення, що виникає після них. Не останнє місце займають також бажанням реалізації потреби у суперництві, самоствердженні, бажанням знайти та бути в референтній групі, знайти однодумців та нові відчуття. Таким чином, цей етап формування мотивації має здебільшого емоційний характер, а тому надзвичайно нестійким та піддається впливу зовнішніх факторів, здатних змінювати попередні емоційні установки досить радикально. На думку автора, саме цим пояснюється тенденція до значного відсіву спортсменів зі спортивних секцій впродовж першого року занять. Попри незрілість та нестабільність цих мотивів їх виявлення та порозуміння тим не менш є надзвичайно важливим. Саме їх визначення та подальша якісна модифікація досвідченими педагогами дозволить зберегти та підвищити інтерес до обраного виду спорту.

Отже, початковий етап занять фізичною культурою та спортом визначається диффузністю інтересів: юний спортсмен має досить загальні і фрагментарні уявлення про вид спорту і здебільшого романтизовані установки відносно власних можливостей у ньому. Часто, дитина може відвідувати одночасно декілька спортивних секцій, не маючи змоги обрати ту, що подобається найбільше, а обирає ту, де не так складно та боляче; безпосередністю ставлення до фізичної активності і спеціальної підготовки зокрема: просто робить це, бо йому весело, подобається бути у групі; значним впливом зовнішнього середовища: секція знаходиться біля дому, туди ходять друзі юного спортсмена; особистими симпатіями (подобається

тренер та старші хлопці, яких усі бояться). Але з «втягуванням» до спортивного процесу ця мотивація значно модифікується. На етапі спеціалізації в обраному виді спорту переважають спонукання, пов'язані з розвитком та зміцненням інтересу до певного виду спорту, удосконаленням техніки, набуттям більш високого ступеня тренуваності та ін.

У роботі зі спортсменами тренеру важливо знати, що спортивну мотивацію легше і необхідно формувати на етапі початкової спортивної спеціалізації. Проте у спеціальній літературі не приділяється належної уваги цьому питанню. Цю тенденцію можливо пояснити високим рівнем відсіву і значною мобільністю контингенту спортивних секцій початкового рівня підготовки. Досить частим є явище, коли спортсмени відвідують по дві і більше спортивних секцій і в кожній із них має лише окремі фактори мотивації. Здебільшого всі вони є зовнішніми та емоційними.

Саме емоційністю та несталістю мотивації пояснюється невисокий успіх на ранньому етапі «входження» в спорт і наступне її зниження аж до повного зникнення та підміни негативним досвідом. Не менш невдалою є і мотивація, пов'язана з отриманням швидкого результату. Найменший неуспіх трактується як повне фіаско. У ситуації з дітьми раннього та середнього шкільного віку це може стати травмуючим досвідом і назавжди позбавити бажання до занять будь-яким видом спорту.

Однією з розповсюджених причин відсіву із секції та втрати мотивації до занять спортом є недоліки і помилки в навчально-тренувальній діяльності. Серед таких можна назвати: форсовані темпи підготовки, передчасна участь у змаганнях при недостатності підготовки, неправильний підбір рівня змагань, занадто часта участь у змаганнях, коли вони перетворюються на самоціль, а час, необхідний для техніко-тактичної підготовки витрачається на постійні курсування від одного турніру до іншого.

На думку Біліченко О.О., одним із найпростіших і ефективних способів формування початкової мотивації є залучення спортсмена до

виконання тих вправ, які йому найбільше до вподоби [3]. Така фізична діяльність проходить більш ефективно, коли вона більш вмотивована, є цікавою і привабливою. А також позитивні зміни і перші спортивні досягнення підбадьорюють до ще більш наполегливої праці.

Висновки. З методичної точки зору тренер не зможе досягти високого рівня взаємодії із спортсменами без урахування мотивів дітей на кожному етапі їх спортивного шляху. Завдання тренера – це не лише пошук та відбір того чи іншого окремо взятого мотиву з метою його формування, а визначення оптимальної структури мотивації юного спортсмена в цілому. Найскладніше цей процес протікає на початковому рівні підготовки. Найкращим способом зацікавити дітей раннього шкільного віку до занять спортом можна двома шляхами цілеспрямованого впливу – на окремі мотиви і на мотиваційну сферу в цілому. Це означає необхідність комплексного підходу тренера до дитини, яка тільки-но робить свої перші кроки у світ спорту. При чому ця комплексність включає цілеспрямований вплив не тільки на особистість дитини, а й на його найближче оточення в якому відбувається його соціалізація та формування персональних ролей.

Список джерел інформації:

1 Захаріна, Є.А. (2008). Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів (автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення»). Київ.

2 Шиян, О., Шиян, В., & Сладковська, Є. (2016). Мотиваційне ставлення студентів вищих навчальних закладів до фізичного виховання і спорт. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №3. 253-257.

3 Біліченко, О. О. (2011). Особливості мотивації до занять з фізичного виховання студентів. *Проблеми фізичного виховання і спорту*. №5. 1-5.