

Дисциплина «Психология физического воспитания и спорта»

Курс 2, семестр 4

Лекция 6 «Мотивационная сфера школьника»

План:

1. Мотивы занятий физической культурой.
2. Самосознание школьника.

1. Мотивы занятий физической культурой.

Мотивы школьника, относящиеся к урокам физической культуры, можно представить в виде некоторой последовательности, основанной на выделении главных причин его учебной деятельности, поскольку реализация любой деятельности, в том числе и учебной, соотносится с предварительным появлением потребностей, целей.

Мотивы занятий физической культурой условно делятся на общие и конкретные.

К общим следует отнести желание школьника заниматься физическими упражнениями вообще, в данном случае ученику безразлично, чем заниматься конкретно.

К конкретным мотивам можно отнести желание выполнять какие-либо определенные упражнения, предпочтение школьника заниматься каким-то видом спорта. Так, почти все младшие школьники отдадут предпочтение играм. Интересы подростков уже более дифференцированы: одним нравится гимнастика, другим - легкая атлетика и т.п. Мотивы посещения уроков физической культуры могут иметь различную основу (причинную обусловленность). Те школьники, которые довольны уроками, посещают их ради своего физического развития и укрепления здоровья. Учащиеся, не удовлетворенные уроками, вынуждены ходить на них ради отметки, чтобы избежать возможных неприятностей из-за прогулов.

Мотивы, связанные с процессом деятельности, - это удовлетворение потребности в двигательной активности и удовольствие, вызываемое получением острых впечатлений от соперничества (азарт, эмоции радости от победы и т.д.).

Мотивы, связанные с результатом деятельности, вызваны удовлетворением потребностей личности в самосовершенствовании, самовыражении и самоутверждении и ее социальных нужд. Формирование мотивов связано с воздействием определенных внешних и внутренних факторов. Внешние факторы - это условия (ситуации), в которых оказывается субъект деятельности. Внутренние факторы - это желания, влечения, интересы и убеждения, которые выражают потребности, связанные с личностью субъекта деятельности. Особую роль играют убеждения. Они характеризуют мировоззрение школьника, придают его поступкам значимость и направленность. Личностные убеждения связаны с социальными побудителями активности человека.

Мотивационная сфера школьника является основным компонентом в процессе организации учебной деятельности. Она отражает интерес ученика к занятиям, его активное и осознанное отношение к осуществляемой деятельности, т.е. к учебе, поэтому так важно с началом обучения формировать у учащегося необходимые для рационализации его учебной деятельности и повышения эффективности педагогических воздействий мотивы, отличающиеся высокой степенью интереса к занятиям физической культурой и убежденностью в целесообразности этих занятий. При этом следует создавать соответствующие внешние условия для деятельности школьников.

2. Самосознание школьника

Самосознание - это осознание человеком себя как личности.

Самосознание - это осознанность своих интересов, стремлений, переживаний индивида, его знания о самом себе, другими словами, это более или менее целостное и адекватное понятие о собственном «я» как субъекте, отличном от других субъектов.

В процессе формирования самосознания у человека появляется определенное отношение к себе (эмоциональный компонент). Сочетаясь с знаниями о себе (содержательный компонент), отношение к себе образует неотъемлемую часть самосознания - самооценку человека, которая является результатом сравнительного познания себя через соотношение знаний о себе с знаниями о других или об идеальном образе личности, существующем в его

представлениях. На основании результатов этого процесса формируется отношение к себе: самоуважение, гордость, тщеславие, презрение, ненависть и др. Самооценка определяет развитие мнения человека о себе как о личности, которое находится у истоков самопознания. Следовательно, самооценка - это основополагающий компонент самосознания. Самооценка имеет ряд функций: познание субъектом себя («чего я стою»); прогностическая («что я могу»); регулятивная («что я должен делать, как себя вести»). Таким образом, формирование устойчивой и адекватной самооценки у школьников - это одна из первостепенных воспитательных задач, которая относится к решению проблем формирования личности развивающегося человека.

Формирование самооценки связано с прохождением ряда стадий, как указывает Е.П.Ильин: первая стадия: формирование самооценки (сравнение себя с другими людьми или эталоном, оценка сходства или расхождения, формирование отношения к себе); вторая стадия: стабилизация или коррекция самооценки (возникновение удовлетворенности или неудовлетворенности самооценкой, включение механизмов защиты личности: изменение уровня притязаний: при неудовлетворенности - снижение самооценки, при удовлетворенности - повышение).

Самооценка может быть адекватной (соответствующей имеющимся у человека качествам и возможностям) и неадекватной (завышенная или заниженная самооценка). Завышенная самооценка школьника приводит к возникновению конфликта с окружающими при объективной оценке его качеств и возможностей. Такой ученик отличается проявлением множества неоправданных притязаний (получение более высоких оценок и т.п.). Заниженная самооценка сковывает активность и инициативу школьника. Все его успехи он сам считает случайными. Адекватная самооценка позволяет человеку максимально использовать имеющиеся у него возможности, полностью раскрыть свои способности и тем самым быть достойным, востребованным членом общества, принося значительную пользу в результате своей деятельности. Формирование адекватной самооценки - процесс сложного, тщательного и объективного изучения способностей и

особенностей школьников и передачи, им полученной информации, чтобы развить у них адекватное отношение к себе.

Литература

Основная литература:

1. Психология физической культуры [Электронный ресурс] : учебник / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. - Москва : Спорт, 2016. - 624 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-11-4. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255>

Дополнительная литература:

2. Багадирова, С. К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. К. Багадирова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 198 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4450. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>

3. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г. Д. Горбунов. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва : Советский спорт, 2012. - 312 с. - ISBN 978-5-9718-0572-4. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210420>

4. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [Электронный ресурс] / Р. М. Загайнов. - Москва : Советский спорт, 2010. - 232 с. - ISBN 978-5-9718-0483-3. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210520>

5. Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / под ред. Г. А. Кузьменко. - Москва : Прометей, 2013. - 560 с. - ISBN 978-5-7042-2507-2. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=437352>

6. Смоленцева, В. Н. О психотехниках, психических состояниях и их регуляции в спорте [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В. Н. Смоленцева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - 2-е изд., доп. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 144 с. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-89353-437-5. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274894>