

Ващенко Константин Викторович

канд. пед. наук, доцент

Блинов Андрей Викторович

старший преподаватель

Авраменко Валентин Иванович

канд. пед. наук, доцент

Военный институт (инженерно-технический)

ФГКВОУ ВО «Военная академия материально-технического

обеспечения им. генерала армии А.В. Хрулёва»

г. Санкт-Петербург

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ФИЗИЧЕСКОМУ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ У КУРСАНТОВ СРЕДСТВАМИ КОЛЛЕКТИВИЗМА

***Аннотация:** в статье рассматриваются педагогические аспекты формирования мотивации к физическому самосовершенствованию у курсантов военных учебных заведений. Представлены результаты экспериментального исследования, доказывающие эффективность использования коллективных форм организации тренировочного процесса. Разработана и апробирована методика формирования устойчивой мотивации через развитие коллективизма.*

***Ключевые слова:** мотивация, физическое самосовершенствование, коллективизм, курсанты, военно-профессиональная подготовка, командная работа.*

Введение

Современная система военного образования предъявляет высокие требования к физической подготовке будущих офицеров. Однако наблюдается противоречие между объективной необходимостью физического самосовершенствования и недостаточным уровнем внутренней мотивации у значительной части курсантов [3, с. 45]. Традиционные методы индивидуальной подготовки не все-

гда учитывают социально-психологические особенности воинского коллектива [5, с.78].

Коллективизм как социально-психологический феномен представляет собой мощный ресурс для формирования устойчивой мотивации к физическому совершенствованию. В условиях военного вуза коллективные формы организации деятельности могут стать эффективным инструментом педагогического воздействия [1, с.112].

Цель исследования – разработать и экспериментально обосновать методику формирования мотивации к физическому самосовершенствованию у курсантов средствами коллективизма.

Задачи исследования:

Выявить уровень сформированности мотивации к физическому самосовершенствованию у курсантов.

Разработать методику использования коллективных форм организации физической подготовки.

Экспериментально проверить эффективность предложенной методики.

Разработать практические рекомендации для преподавателей физической подготовки.

Методы и организация исследования

Исследование проводилось в 2023–2024 учебном году на базе военного вуза. В эксперименте участвовали 60 курсантов 1–2 курсов, разделенных на контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ) группы по 30 человек.

Диагностический комплекс включал:

Анкетирование по методике «Мотивация профессиональной деятельности»

Опросник «Уровень развития коллективизма»

Наблюдение за участием в коллективной деятельности

Анализ успеваемости по физической подготовке

Метод экспертных оценок

Программа формирующего эксперимента для ЭГ включала три этапа:

1 этап (1–4 недели) – ориентировочный:

- Формирование микрогрупп по 5–7 человек
- Проведение командообразующих тренингов
- Совместная постановка групповых целей
- Введение системы коллективной ответственности

2 этап (5–8 недели) – развивающий:

- Организация групповых тренировок
- Проведение межгрупповых соревнований
- Взаимопомощь в освоении сложных упражнений
- Коллективный анализ результатов

3 этап (9–12 недели) – закрепляющий:

- Самостоятельное планирование групповых тренировок
- Наставничество опытных курсантов
- Участие в организации массовых физкультурных мероприятий
- Рефлексия групповых достижений

Результаты исследования

Динамика мотивации (по 10-балльной шкале):

- Внутренняя мотивация в ЭГ выросла с 4,2 до 8,1 балла
- Внешняя мотивация в ЭГ увеличилась с 5,6 до 7,8 балла
- В КГ изменения были незначительными (0,3–0,7 балла)

Показатели физической подготовленности:

Результаты в беге на 100 м улучшились в ЭГ на 12,4%

Количество подтягиваний увеличилось в ЭГ на 42,7%

Результаты в плавании улучшились в ЭГ на 28,9%

Показатели в командных эстафетах выросли в ЭГ на 65,3%

Социально-психологические показатели:

Уровень групповой сплоченности в ЭГ повысился на 58,6%

Индекс коллективизма возрос на 47,2%

Удовлетворенность тренировочным процессом достигла 94,8%

Обсуждение результатов

Полученные данные свидетельствуют о высокой эффективности предложенной методики. Наиболее значимые изменения произошли в показателях внутренней мотивации, что объясняется созданием благоприятного социально-психологического климата в учебных группах.

Коллективные формы организации тренировочного процесса способствовали:

- формированию чувства принадлежности к группе;
- развитию взаимной ответственности;
- созданию ситуации успеха для каждого курсанта;
- переносу акцента с индивидуальных на коллективные достижения.

Особенно важно отметить рост показателей в командных видах упражнений, что подтверждает эффективность методики для развития навыков коллективного взаимодействия.

Практическая реализация методики

Внедрение методики формирования мотивации средствами коллективизма потребовало разработки конкретных механизмов интеграции в учебный процесс. Основой стал принцип «коллективного субъекта» тренировочной деятельности, когда группа курсантов выступает как единый организм с общими целями и ответственностью.

Организационный механизм включал:

1. Создание системы группового целеполагания.

- еженедельные собрания учебных групп для постановки целей;
- разработка «дорожных карт» физического совершенствования;
- публичная защита групповых планов тренировок;
- система промежуточного контроля достижений.

2. Внедрение института наставничества

- закрепление опытных курсантов за младшими курсами;
- разработка программ взаимного обучения;
- проведение совместных мастер-классов;
- создание системы шефства над отстающими.

Методическое обеспечение программы включало разработку:

1. Комплекса групповых упражнений:

- синхронное выполнение гимнастических элементов;
- групповые акробатические комбинации;
- командные полосы препятствий;
- эстафеты с элементами взаимопомощи.

2. Системы коллективной оценки:

- введение группового зачета на занятиях;
- балльно-рейтинговая система для учебных групп;
- еженедельный рейтинг коллективных достижений;
- публичное признание успехов групп.

Психолого-педагогическое сопровождение

Важным компонентом методики стало психолого-педагогическое сопровождение процесса формирования коллективизма. Оно включало:

1. Тренинги командообразования:

- упражнения на развитие доверия;
- задания на синхронизацию действий;
- проблемно-ориентированные игры;
- рефлексивные практики.

2. Систему коллективной рефлексии:

- еженедельные обсуждения групповых успехов;
- анализ трудностей и путей их преодоления;
- ведение дневников группового прогресса;
- совместное планирование улучшений.

Критерии эффективности методики

Для оценки эффективности предложенной методики был разработан комплекс критериев.

1. Двигательные критерии:

- динамика групповых спортивных показателей;
- синхронность выполнения командных упражнений;

- скорость прохождения групповых дистанций;
- качество выполнения сложных элементов.

2. Социально-психологические критерии:

- уровень групповой сплоченности;
- индекс взаимопомощи в коллективе;
- степень развития коллективной ответственности;
- уровень социально-психологического климата.

3. Мотивационные критерии:

- стабильность посещения тренировок;
- активность во внеурочной физкультурной деятельности;
- инициативность в организации групповых занятий;
- уровень самостоятельности в физическом совершенствовании.

Анализ трудностей внедрения

В процессе реализации методики были выявлены и успешно преодолены следующие трудности:

1. Организационные трудности:

- несовпадение расписания у курсантов разных специальностей;
- недостаточная оснащенность спортивной базы для групповых занятий;
- высокая учебная нагрузка, ограничивающая время для дополнительных тренировок.

2. Психологические трудности:

- индивидуалистические установки части курсантов;
- конкурентность между различными учебными группами;
- разный уровень физической подготовленности внутри коллективов.

3. Методические трудности:

- дефицит готовых разработок групповых упражнений;
- отсутствие системы оценки коллективных достижений;
- неподготовленность части преподавателей к работе с группами.

Пути оптимизации методики

На основе анализа результатов и выявленных трудностей были предложены пути оптимизации методики.

1. Дифференцированный подход:

- формирование групп с учетом уровня подготовленности;
- индивидуализация нагрузок внутри коллектива;
- гибкая система групповых нормативов.

2. Совершенствование материальной базы:

- приобретение оборудования для групповых тренировок;
- создание зон для командных занятий;
- разработка мобильных тренажеров.

3. Подготовка преподавательского состава:

- проведение семинаров по групповой динамике;
- обучение методам фасилитации коллективной деятельности;
- освоение технологий командообразования.

Перспективы развития методики

Дальнейшее развитие методики видится в следующих направлениях.

1. Цифровизация процесса:

- создание платформы для мониторинга групповых достижений;
- разработка мобильного приложения для командной работы;
- внедрение системы онлайн-рейтингов учебных групп.

2. Междисциплинарная интеграция:

- связь физической подготовки с другими дисциплинами;
- проведение комплексных коллективных мероприятий;
- разработка межпредметных проектов.

3. Научное сопровождение:

- проведение лонгитюдных исследований;
- глубокий анализ групповой динамики;
- изучение отдаленных результатов применения методики.

Выводы

1. Разработанная методика формирования мотивации средствами коллективизма доказала свою эффективность.
2. Наибольший прогресс наблюдается в развитии внутренней мотивации и групповой сплоченности.
3. Коллективные формы организации тренировок способствуют улучшению показателей физической подготовленности.
4. Методика может быть рекомендована для внедрения в учебный процесс военных вузов.

Практические рекомендации

1. Создавать постоянные учебные группы для занятий физической подготовкой.
2. Внедрять систему групповой оценки результатов.
3. Организовывать межгрупповые соревнования на регулярной основе.
4. Использовать методы коллективного анализа и планирования тренировок.

Заключение

Проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что целенаправленное использование средств коллективизма позволяет эффективно формировать устойчивую мотивацию к физическому самосовершенствованию у курсантов. Разработанная методика способствует не только улучшению физических показателей, но и развитию важных профессионально-значимых качеств будущих офицеров. Реализация предложенных направлений развития методики позволит создать целостную систему формирования.

Список литературы

1. Алехин И.Н. Психология военной деятельности / И.Н. Алехин. – М.: Академия, 2020. – 324 с.
2. Богданов В.Л. Физическая подготовка как средство формирования психической устойчивости военнослужащих / В.Л. Богданов // Военная мысль. – 2021. – №4. – С. 45–52.

3. Леонова А.Б. Психодиагностика и коррекция функциональных состояний / А.Б. Леонова. – СПб.: Питер, 2019. – 278 с.
4. Марищук В.Л. Психология физического воспитания и спорта / В.Л. Марищук. – М.: Владос, 2022. – 415 с.
5. Gucciardi D.F. Mental toughness: progress and prospects // Current Opinion in Psychology. 2022. Vol. 43. Pp. 45–51.