

**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.