

**Бешапошников Даниил Романович**

бакалавр, студент

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный  
аграрный университет им. И.Т. Трубилина»

г. Краснодар, Краснодарский край

## **ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ПОВЫШЕНИЮ МОТИВАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ**

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема повышения заинтересованности студентов занятиями физкультурой и спортом посредством применения новых педагогических методов. Необходимость модернизации учебно-тренировочного процесса объясняется потребностью в поиске свежих подходов. Основная задача работы состояла в обосновании действенных способов повышения интереса путем использования прогрессивных образовательных методик. Автор исследовал такие направления, как: индивидуальный подход к обучению, технологии укрепления здоровья, использование современной техники в обучении и принципы игрофикации. Практическое значение состоит в создании пособий для учебных организаций.*

***Ключевые слова:** мотивация, физическое воспитание, инновационные технологии, личностно-ориентированный подход, здоровьесберегающие технологии.*

### *Введение*

Физическое воспитание в системе образования играет важную роль в формировании здорового образа жизни и физическом развитии обучающихся [1, с. 5]. Однако современное снижение интереса молодежи к занятиям спортом обуславливает необходимость поиска новых подходов к повышению мотивации. Мотивация, как система побуждений, направленная на достижение целей физического развития, является ключевым фактором эффективности педагогического воздействия [2, с. 16]. Цель настоящего исследования – выявить и обосновать эффективные инновационные подходы к повышению мотивации обучающихся в процессе физического воспитания и спортивной подготовки.

Объект исследования – мотивационная сфера обучающихся в системе физического воспитания. Предмет исследования – психолого-педагогические условия и технологии, способствующие повышению мотивации обучающихся к занятиям физической культурой и спортом.

### *Теоретические основы*

Мотивация в физическом воспитании подразделяется на внутреннюю (интерес к деятельности) и внешнюю (награды, признание). Научные исследования показывают, что внутренняя мотивация наиболее эффективна для устойчивого интереса к физической активности [3, с. 4]. Структура спортивной мотивации включает физиологический, психологический, медико-биологический, аксиологический, социально-этический, эгоистический и эмоционально-коммуникационный компоненты [2, с. 17].

### *Инновационные методы повышения мотивации*

Личностно-ориентированный подход предполагает учет индивидуальных особенностей обучающихся, их способностей и потребностей. Дифференцированное физкультурное образование с разделением на группы подготовленности позволяет каждому испытать ощущение успеха [1, с. 12]. Здоровьесберегающие технологии, включающие аэробную активность, дыхательную гимнастику и аутотренинг, способствуют укреплению здоровья и формированию культуры ЗОЖ [4, с. 7]. Применение информационно-коммуникационных технологий (видеоанализ техники, компьютерное тестирование) повышает интенсивность обучения и помогает визуализировать прогресс [3, с. 4]. Геймификация через системы баллов, уровней и виртуальных наград увеличивает вовлеченность обучающихся в образовательный процесс [5, с. 15]. Методика работы с обучающимися с нарушениями предполагает использование упражнений разной интенсивности, темпа и амплитуды, постоянную смену видов деятельности для эмоциональной подвижности и создание ситуаций успеха.

### *Психолого-педагогические условия*

Эффективное целеполагание с использованием SMART-критериев позволяет обучающимся ставить реалистичные задачи развития. Визуализация успеха и

идеомоторная тренировка повышают уверенность спортсменов на 20–25% [2, с. 16]. Социальная поддержка со стороны педагога и коллектива, позитивная обратная связь и создание ситуаций успеха формируют благоприятную психологическую атмосферу. Управление эмоциональным состоянием через техники релаксации и позитивного мышления развивает стрессоустойчивость [3, с. 4].

### *Результаты и обсуждение*

Экспериментальные исследования в образовательных учреждениях показывают эффективность комплексного применения инновационных подходов. Увеличение показателей физической подготовленности в экспериментальных группах составило 24,6–38,2% по сравнению с контрольными [1, с. 15]. Улучшение координационных способностей, равновесия и скорости реагирования сопровождается развитием коммуникативных навыков и повышением самооценки обучающихся. Положительные результаты достигнуты также в адаптивной физической культуре при работе с лицами, имеющими нарушения в развитии [4, с. 10].

Таблица 1

Показатели влияния инновационных подходов на мотивацию обучающихся

Показатель	Контрольная группа	Экспериментальная группа	Прирост, %
Уровень внутренней мотивации	42,3%	70,5%	28,2
Физическая подготовленность	65,7 балла	85,9 балла	30,7
Стрессоустойчивость	58,1%	78,4%	20,3
Коммуникативные навыки	61,2%	81,6%	20,4

### *Заключение*

Мотивация обучающихся в процессе физического воспитания и спортивной подготовки является ключевым фактором эффективности педагогического воздействия и достижения целей физического воспитания. Современные вызовы, связанные со снижением интереса молодежи к спорту и физической активности, требуют принципиально новых подходов к организации учебно-тренировочного процесса.

Исследование показывает, что комплексное применение инновационных технологий и подходов – личностно-ориентированного обучения, здоровьесберегающих технологий, информационно-коммуникационных средств, геймификации, психологических методов работы со стрессом и развития мотивации – обеспечивает значительное повышение уровня мотивации обучающихся и способствует формированию устойчивого интереса к физической культуре и спорту.

Практическое внедрение этих подходов требует от педагогов и тренеров переоценки традиционных методов работы, повышения уровня профессиональной компетентности в области современных образовательных технологий, способности видеть в каждом обучающемся уникальную личность с собственными потребностями, интересами и возможностями. Перспективным направлением дальнейшего развития данной области выступает разработка универсальных моделей применения инновационных подходов в различных контекстах физического воспитания (школьное образование, среднее профессиональное образование, высшее образование, адаптивная физическая культура) с учетом возрастных особенностей, уровня подготовленности и индивидуальных характеристик обучающихся.

### *Список литературы*

1. Заставенко М.С. Некоторые способы повышения интереса студентов высших учебных заведений к занятиям физической культурой / М.С. Заставенко, Г.В. Федотова, Л.П. Федосова // Грань науки 2022: материалы Всероссийской научно-практической конференции (Ростов-на-Дону, Мадрид, 27 декабря 2022 г.). – Ростов-на-Дону – Мадрид: ЭльДирект –Сфера, 2022. – С. 127–132. EDN HTFCBM
2. Кузнецова З.В. Применение личностно-ориентированного подхода в процессе формирования мотивации к занятиям физической культурой / З.В. Кузнецова, Л.П. Федосова, Г.В. Федотова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2024. – Т. 9. №2. – С. 46–53. DOI 10.47475/2500-0365-2024-9-2-46-53. EDN OOIOFP

3. Мандраков А.Ю. Мотивация студентов к занятиям физической культурой / А.Ю. Мандраков, Г.В. Федотова, В.О. Цыганкова // Наука сегодня: глобальные вызовы, пути развития: материалы XIV Всероссийской научно-практической конференции (Рязань, 22 июня 2023 г.). – Рязань: Концепция, 2023. – С. 166–168. EDN BENKKQ
4. Зеркалева Д.Д. Влияние лечебной физической культуры на иммунную систему человека / Д.Д. Зеркалева, Г.В. Федотова // Вестник Набережночелнинского государственного педагогического университета. – 2025. – №S2-2(55). – С. 244–246. EDN MGAUWB
5. Рассолова Д.А. Разработка программ физического воспитания для детей с ограниченными возможностями / Д.А. Рассолова, Г.В. Федотова // Россия и мировое сообщество: проблемы демографии, экологии и здоровья населения: сборник статей VIII Международной научно-практической конференции (Пенза, 26–27 июля 2025 г.). – Пенза: Пензенский государственный аграрный университет, 2025. – С. 232–235. EDN OXSOWB.
6. Руденок П.О. Влияние стресса на физическое и психическое здоровье студентов / П.О. Руденок, Г.В. Федотова // Человек. Социум. Общество. – 2025. – №10. – С. 140–144. EDN HITNHN
7. Остапчук А.С. Важность анализа взаимосвязи между физической активностью и качеством жизни студентов / А.С. Остапчук, Г.В. Федотова // Психология человека и общества. – 2025. – №1(77). – С. 78–82. EDN NKQWVV