

ВЛИЯНИЕ ДВОРОВЫХ ФУТБОЛЬНЫХ ТУРНИРОВ НА МОТИВАЦИЮ ПОДРОСТКОВ К СИСТЕМАТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ

Жамолитдинов Озодбек, студент 3 курса,

Наманганский государственный педагогический институт

Костикова Оксана Валентиновна,

научный руководитель, и. о. профессора кафедры физической культуры и спорта,

Наманганский государственный педагогический институт

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.21133019>

Аннотация. В статье рассматривается проблема повышения мотивации подростков к систематическим занятиям спортом в условиях общеобразовательной школы. Актуальность исследования обусловлена необходимостью поиска доступных, эмоционально привлекательных и педагогически эффективных форм спортивно-воспитательной работы, способных вовлекать подростков в регулярную двигательную активность. Цель исследования — определить влияние дворовых футбольных турниров на мотивацию подростков к систематическим занятиям спортом. В исследовании использовались анализ научно-методической литературы и нормативных документов, педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, а также методы количественного и качественного анализа данных. Экспериментальная работа проводилась на базе общеобразовательной школы № 60 Нового Наманганского района. В исследовании приняли участие 28 подростков, распределённых на экспериментальную и контрольную группы по 14 человек. Установлено, что систематическое включение подростков в дворовые футбольные турниры способствует росту интереса к занятиям спортом, повышению эмоциональной вовлечённости, инициативности и готовности к командному взаимодействию. В экспериментальной группе доля подростков с высоким уровнем мотивации увеличилась с 14,3 % до 42,9 %, а с низким уровнем снизилась с 50,0 % до 14,2 %. Полученные результаты свидетельствуют о положительном влиянии дворовых футбольных турниров на мотивацию подростков и позволяют рассматривать данную форму работы как эффективное средство вовлечения подростков в систематическую спортивную деятельность.

Ключевые слова: подростки, мотивация, занятия спортом, дворовый футбол, футбольные турниры, внеурочная деятельность, общеобразовательная школа, массовый спорт.

Введение

Формирование устойчивой мотивации подростков к систематическим занятиям спортом остаётся одной из актуальных задач современной педагогики, школьного физического воспитания и системы воспитательной работы с молодёжью. В подростковом возрасте особенно активно складывается отношение к двигательной активности, соревнованию, дисциплине, коллективному взаимодействию и собственному здоровью. Именно в этот период становится наиболее заметно, какие формы физкультурно-спортивной работы действительно вовлекают школьников в активную деятельность, а какие воспринимаются формально и не вызывают устойчивого внутреннего интереса [5, 6].

В современных условиях вопрос приобщения подростков к регулярной физической активности приобретает особую значимость не только с позиции укрепления здоровья, но и с точки зрения воспитания, социализации и организации

содержательного досуга. Недостаточная двигательная активность детей и подростков рассматривается как серьёзная педагогическая и социальная проблема, поскольку она связана не только с ухудшением физического состояния, но и с ослаблением интереса к спортивной деятельности, снижением уровня организованности, уменьшением включённости в коллективные формы полезной занятости. Всемирная организация здравоохранения указывает, что дети и подростки 5–17 лет должны ежедневно получать не менее 60 минут физической активности, умеренной или высокой интенсивности [5, 6]. Эти ориентиры подчёркивают важность поиска таких форм спортивной работы, которые были бы не только полезными, но и действительно привлекательными для самих подростков.

Для Республики Узбекистан данная тема имеет не только педагогическое, но и государственное значение. В последние годы в стране последовательно реализуется курс на развитие массового спорта, расширение спортивной инфраструктуры по месту жительства, усиление работы с молодёжью в махаллях, поддержку детского и юношеского спорта, а также дальнейшую популяризацию футбола как одного из наиболее массовых и доступных видов спорта [1–4]. Серьёзную нормативную основу для актуализации темы составляют государственные документы, принятые в последние годы. Указ Президента Республики Узбекистан от 4 декабря 2019 года № УП-5887 «О мерах по поднятию на совершенно новый этап развития футбола в Узбекистане» закрепил концептуальные направления развития футбола до 2030 года и обозначил необходимость его системной популяризации [1]. Постановление Президента Республики Узбекистан от 11 апреля 2022 года № ПП-201 определило меры по поднятию на новый этап привлечения молодёжи к массовому спорту в махаллях [2]. Особое значение для настоящего исследования имеет Постановление Президента Республики Узбекистан от 20 марта 2024 года № ПП-136 «О мерах по развитию и расширению сети футбольной инфраструктуры в махаллях», в котором предусмотрены расширение футбольной среды по месту жительства, организация соревнований «Лига махалли», поддержка системного отбора талантливой молодёжи и создание дополнительных условий для популяризации футбола среди детей и подростков [3]. Кроме того, Постановление Президента Республики Узбекистан от 3 ноября 2023 года № ПП-355 направлено на расширение сети футбольных образовательных учреждений и развитие футбольной инфраструктуры, соответствующей международным стандартам [4]. Эти документы показывают, что развитие футбола в стране рассматривается как часть более широкой государственной политики, связанной с воспитанием молодёжи, организацией содержательного досуга, расширением доступности спорта и укреплением здорового образа жизни [1–4].

Особое место футбол занимает ещё и потому, что в условиях Узбекистана он остаётся одним из наиболее доступных, понятных и эмоционально привлекательных видов спорта. Он не требует сложной материальной базы, хорошо воспринимается подростками, создаёт естественные условия для соревновательного взаимодействия, командной сплочённости, проявления личной инициативы и переживания успеха. В отличие от форм спортивной работы, которые воспринимаются школьниками как внешняя обязанность, дворовой футбол нередко включается в сферу их собственных интересов. При грамотной педагогической организации дворовые футбольные турниры способны выполнять не только развлекательную, но и выраженную воспитательную функцию, способствуя росту интереса подростков к регулярным занятиям спортом,

расширению двигательной активности и формированию более устойчивой спортивной мотивации [7–10].

Практика показывает, что традиционные формы школьной физкультурной деятельности не всегда обеспечивают устойчивую мотивацию подростков к систематическим занятиям спортом. Для школьников данного возраста особенно важны эмоциональная насыщенность, соревновательный интерес, возможность проявить себя, почувствовать поддержку команды, ощутить личную значимость и занять определённое место в группе сверстников [7–10]. Если подросток включается в деятельность с желанием, видит собственный прогресс, получает положительный эмоциональный опыт и ощущает себя полноценным участником общего дела, интерес к спортивной активности становится более устойчивым. Если же спорт воспринимается только как требование или формальная обязанность, мотивация быстро ослабевает.

Анализ научной литературы показывает, что мотивация подростков к занятиям спортом зависит от совокупности внутренних и внешних факторов: интереса к самой деятельности, эмоционального опыта, поддержки со стороны сверстников и взрослых, чувства собственной значимости, переживания успеха и условий, в которых осуществляется спортивное взаимодействие [7–10]. Однако вопрос о влиянии именно дворовых футбольных турниров на мотивацию подростков в условиях общеобразовательной школы освещён недостаточно полно. Особенно мало исследований, в которых данная форма работы рассматривается как специальное педагогическое средство формирования устойчивого интереса подростков к систематическим занятиям спортом.

Это и определило выбор темы настоящего исследования.

Цель исследования — определить влияние дворовых футбольных турниров на мотивацию подростков к систематическим занятиям спортом.

Объект исследования — процесс формирования мотивации подростков к занятиям спортом.

Предмет исследования — дворовые футбольные турниры как форма спортивно-воспитательной работы, влияющая на мотивацию подростков к систематическим занятиям спортом.

Гипотеза исследования заключалась в предположении о том, что систематическое включение подростков в дворовые футбольные турниры будет способствовать более выраженному росту мотивации к занятиям спортом по сравнению с традиционными формами школьной физкультурной деятельности.

Материалы и методы исследования

Исследование проводилось на базе общеобразовательной школы № 60 Нового Наманганского района. В педагогическом эксперименте приняли участие 28 подростков. Для сопоставления результатов были сформированы две группы: экспериментальная и контрольная, по 14 человек в каждой. Экспериментальная группа была включена в систему специально организованных дворовых футбольных турниров, тогда как контрольная группа продолжала заниматься в обычном режиме школьной физкультурной деятельности.

В исследовании использовались следующие методы: анализ научной и учебно-методической литературы, изучение нормативных документов, педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, методы количественного и качественного анализа полученных данных. Такой набор методов

позволил рассмотреть проблему как с теоретической, так и с практической стороны, а также сопоставить исходное и итоговое состояние мотивационной сферы подростков.

Оценка мотивации подростков к занятиям спортом осуществлялась на основе анкетирования, педагогического наблюдения и бесед. При определении уровня мотивации учитывались интерес к занятиям спортом, желание участвовать в футбольных турнирах, регулярность включения в спортивную деятельность, эмоциональное отношение к соревнованиям, готовность к командному взаимодействию и проявлению инициативы. На основе совокупности этих признаков были выделены высокий, средний и низкий уровни мотивации.

Обработка результатов осуществлялась с использованием методов описательной статистики и сравнительного анализа процентного распределения показателей на констатирующем и контрольном этапах исследования.

Результаты исследования

На начальном этапе исследования в обеих группах преобладали подростки со средним и низким уровнями мотивации к занятиям спортом. В экспериментальной группе высокий уровень мотивации был выявлен у 14,3 % участников, средний — у 35,7 %, низкий — у 50,0 %. В контрольной группе эти показатели составили соответственно 14,3 %, 42,9 % и 42,9 %. Такие данные указывали на необходимость поиска более привлекательных и действенных форм вовлечения подростков в спортивную деятельность.

После завершения педагогического эксперимента в экспериментальной группе были зафиксированы более выраженные положительные изменения по сравнению с контрольной. **Динамика уровней мотивации подростков в экспериментальной и контрольной группах представлена в табл. 1.**

В экспериментальной группе доля подростков с высоким уровнем мотивации увеличилась до 42,9 %, а с низким уровнем снизилась до 14,2 %. В контрольной группе изменения также имели положительный характер, однако были менее выраженными: высокий уровень мотивации составил 21,4 %, низкий — 28,6 %. Эти результаты показывают, что участие в дворовых футбольных турнирах оказало более заметное влияние на мотивационную сферу подростков, чем обычные формы школьной физкультурной деятельности.

Таблица 1

Динамика уровня мотивации подростков к занятиям спортом, %

Уровень мотивации	Экспериментальная группа (до эксперимента)	Экспериментальная группа (после эксперимента)	Контрольная группа (до эксперимента)	Контрольная группа (после эксперимента)
Высокий	14,3	42,9	14,3	21,4
Средний	35,7	42,9	42,9	50,0
Низкий	50,0	14,2	42,9	28,6

Наряду с количественными изменениями были выявлены и качественные сдвиги. По данным наблюдения и бесед, подростки экспериментальной группы стали активнее включаться в командное взаимодействие, охотнее участвовали в обсуждении игр, чаще проявляли инициативу и выражали готовность к повторному участию в соревнованиях.

Для части подростков участие в турнирах стало первым положительным опытом включения в регулярную спортивную деятельность. Это позволяет говорить не только о количественном изменении распределения уровней мотивации, но и о более глубокой положительной динамике отношения подростков к спортивной деятельности в целом.

Обсуждение

Полученные результаты позволяют говорить о положительном влиянии дворовых футбольных турниров на мотивацию подростков к систематическим занятиям спортом. Это можно объяснить тем, что такая форма работы сочетает несколько значимых для подросткового возраста факторов: доступность, соревновательный интерес, эмоциональную вовлечённость, возможность проявить себя и почувствовать свою значимость в коллективе [7–10].

В отличие от более формализованных форм физкультурной работы, дворовой турнир воспринимается подростками как более близкая и понятная деятельность. Здесь подросток не просто выполняет задание, а становится участником живого игрового взаимодействия, в котором важны личный вклад, инициатива, поддержка товарищей и общий результат команды. Именно это делает дворовые футбольные турниры особенно перспективными как средство повышения интереса к занятиям спортом.

Особенно важно, что турнирная форма работы позволяет включать в спортивную деятельность не только уже активных подростков, но и тех школьников, чья мотивация на начальном этапе была недостаточно выраженной. Подобный эффект объясняется тем, что дворовый футбол воспринимается подростками не как абстрактная физическая нагрузка, а как содержательная, эмоционально насыщенная и социально значимая деятельность. В ней подросток получает возможность не только двигаться, но и общаться, соревноваться, проявлять характер, чувствовать себя частью команды и переживать успех в понятной для него форме.

Результаты исследования согласуются с современными научными представлениями о том, что устойчивость спортивной мотивации подростков зависит не только от внешнего контроля, но и от удовольствия от самой деятельности, чувства принадлежности к группе, опыта успеха и положительного эмоционального фона [7–10]. В данном случае турнирная форма позволила создать условия, при которых спортивная активность воспринималась подростками не как обязанность, а как значимая и интересная часть школьной и внеурочной жизни.

Вместе с тем следует учитывать, что исследование проводилось на ограниченной выборке и в условиях одной общеобразовательной школы. Кроме того, оценка мотивации строилась на педагогической диагностике по совокупности признаков, а не на применении стандартизированного психометрического инструментария. Поэтому полученные результаты целесообразно рассматривать как убедительное педагогическое подтверждение эффективности данной формы работы в конкретных условиях школьной практики. Однако даже в этих рамках выявленная положительная динамика позволяет рассматривать дворовые футбольные турниры как перспективное средство повышения интереса подростков к систематическим занятиям спортом.

Заключение

Проведённое исследование показало, что систематическая организация дворовых футбольных турниров положительно влияет на мотивацию подростков к занятиям спортом в условиях общеобразовательной школы. Наиболее заметные изменения проявились в росте доли подростков с высоким уровнем мотивации, снижении

количества участников с низким уровнем мотивации, усилении эмоциональной вовлечённости, инициативности и готовности к командному взаимодействию.

Практическая значимость исследования заключается в том, что дворовые футбольные турниры могут использоваться как доступная и педагогически оправданная форма работы с подростками в общеобразовательной школе, во внеурочной деятельности и в системе массового спорта. Такая форма спортивной активности соответствует современным задачам развития массового спорта, поддержки двигательной активности детей, усиления работы в махаллях и создания условий для содержательного досуга школьников [1–6].

Перспективы дальнейших исследований связаны с расширением выборки, уточнением диагностических критериев мотивации, а также с изучением возможностей применения аналогичной модели в других командных видах спорта.

Список литературы

1. О мерах по поднятию на совершенно новый этап развития футбола в Узбекистане: Указ Президента Республики Узбекистан от 4 дек. 2019 г. № УП-5887.
2. О мерах по поднятию на новый этап привлечения молодежи к массовому спорту в махаллях: Постановление Президента Республики Узбекистан от 11 апр. 2022 г. № ПП-201.
3. О мерах по развитию и расширению сети футбольной инфраструктуры в махаллях: Постановление Президента Республики Узбекистан от 20 марта 2024 г. № ПП-136.
4. О мерах по расширению сети футбольных образовательных учреждений и развитию футбольной инфраструктуры, соответствующей международным стандартам: Постановление Президента Республики Узбекистан от 3 нояб. 2023 г. № ПП-355.
5. World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization, 2020.
6. Physical activity: fact sheet // World Health Organization. 2024.
7. Hopkins C. S. et al. A systematic review of factors associated with sport participation among adolescents. 2022.
8. Liu T. et al. Associations of sport participation with subjective well-being among children and adolescents. 2023.
9. Sullivan N. et al. Sport-based adolescent mental health interventions: a systematic review. 2025.
10. Visek A. J. et al. The fun integration theory: toward sustaining children and adolescents sport participation. 2015.