

ПРИМЕНЕНИЕ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

З. В. Кузнецова, Л. П. Федосова, Г. В. Федотова

Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина, Краснодар, Россия

Рассматривается применение личностно-ориентированного подхода в процессе формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом в вузах. Предлагаются алгоритмы формирования такой программы на основе оценки удовлетворённости студентов, их типа личности и уровня физической подготовки.

Ключевые слова: *личностно-ориентированный подход, индивидуальные особенности, физическая культура, удовлетворённость занятиями, тип темперамента, физическая подготовленность, мотивация.*

Актуальность. В настоящее время очень важно в процессе обучения выбирать такую стратегию, которая учитывала бы личность обучающегося, его индивидуальные особенности и возможности [9]. Это связано не только с принципами современного мира, но и с выбранным государством подходом к преподаванию в разных областях, в рамках которого учебные программы должны разрабатываться с учётом особенностей обучающихся. Личностно-ориентированный подход необходимо реализовывать и в сфере физической культуры и спорта (ФКиС), которые также оказывают влияние на развитие личности и возможностей обучающихся вузов. В рамках ФКиС уделяется внимание не только физическим способностям, состоянию здоровья занимающегося, но и его индивидуальным особенностям, личности [3].

Проблема преподавания ФКиС в вузах состоит именно в том, что зачастую программы образования направлены на спортивную деятельность, достижение каких-либо спортивных результатов. Однако необходимо определиться с балансом между различными направлениями ФКиС, ведь занятия ими должны также помогать студенту развиваться всесторонне, не только физически, но и духовно, личностно, помогать формировать их систему ценностей и потребностей.

По мнению студентов, почти в каждой образовательной деятельности главное — это успешно сдать зачёт/экзамен, а вовсе не получить новые знания и умения, встать на путь самосовершенствования. Здесь появляется проблема недостаточной мотивации студентов к занятиям [5]. Для привлечения обучающихся к регулярности в занятиях ФКиС

как раз и необходим личностно-ориентированный подход, с помощью которого будут учтены мотивы и интересы каждого отдельного студента, их физические и психологические особенности, на базе которых подбираются индивидуальные средства и методы физического воспитания [7]. Под личностно-ориентированным подходом понимается целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей.

Взаимосвязь личностно-ориентированного подхода с мотивацией студентов можно проследить в удовлетворении их потребностей, формируемых мотивами. Каждый из студентов имеет свои побуждающие мотивы к занятиям физической культурой и спортом, поэтому каждому из них необходимо индивидуально уделять внимание, чтобы выявить их интересы [8]. Именно личностно-ориентированный подход направлен на индивидуальную работу со студентами, где на начальном этапе его применения выявляются мотивы студентов, а затем на их основе формируется план занятий по группам интересов студентов. В ходе применения данного подхода работа со студентами начинается по утверждённому учебному плану и программе дисциплины, однако в занятия внедряются часы общения со студентами и корректируется план занятия в соответствии с их выявленными особенностями. Корректировка плана занятия в результате не противоречит утверждённому учебному плану и программе дисциплины.

Цели и задачи. В рамках данной работы целью исследования является применение нового алгоритма личностно-ориентированного подхода

и оценка его эффективности различными методами для выявления путей повышения мотивации к занятиям ФКиС. Задачами работы для достижения цели стали: разработка нового алгоритма личностно-ориентированного подхода, изучение мотивации студентов, применение трёх методов исследования (исследование типа темперамента студентов, удовлетворённости занятиями ФКиС, оценка уровня физической подготовленности).

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина» в течение 2022/23 учебного года. Участниками исследования стали 140 студентов 1-го курса экономического факультета. Из общей выборки было выделено две группы: контрольная (74 человек, КГ) и экспериментальная (66 человек, ЭГ). Для объективности полученных данных участниками групп стали юноши со средними физическими данными, чтобы исключить влияние разности полов и высокой разницы в результатах сдачи нормативов. Данные исследования оценивались на начало и окончание учебного года.

На первом этапе исследования была разработана программа обучения, основанная на личностно-ориентированном подходе с использованием нового алгоритма, которая применена в работе с экспериментальной группой. В контрольной группе проводились обычные занятия по ФКиС — не использовался личностно-ориентированный подход, не было личного общения со студентами и не применялись описанные далее методы, которые могли бы помочь усовершенствовать занятия. В обеих группах занятия по ФКиС проводились два раза в неделю и включали в себя все этапы занятия по программе дисциплины: подготовительную часть занятия — постепенное повышение функциональной работоспособности организма (разминка); основную — решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, предусмотренных программой и планом занятия; заключительную — постепенное снижение функциональной активности организма и приведение его в спокойное состояние. С каждой группой работал один и тот же преподаватель, чтобы более точно оценить различия методов обучения.

Основой формирования алгоритма, используемого с экспериментальной группой, стала беседа со студентами — применение личностно-ориентированного подхода для выявления узких мест в их физическом воспитании. В беседе с ними

было выявлено, что повышения мотивации к занятиям ФКиС можно достичь, если соблюдать следующие принципы при формировании нового алгоритма эффективной личностно-ориентированной программы:

1. Принцип контроля психологического здоровья занимающегося. В рамках данного принципа студенту даётся возможность раскрыть его потенциал — способности, нравственные качества, развиваться социально и др., в ходе чего оценивается его психологическое здоровье, по необходимости оказывается поддержка.

2. Принцип использования культурной составляющей ФКиС. Здесь рассматривается ценность физической культуры в социальной жизни студентов и в культуре общества. Благодаря этому направлению развивается духовность студентов, их нравственное здоровье, а физическая культура становится способом гармонизации физической и духовной составляющей каждого человека.

3. Принцип изучения личности. Это путь выявления социально-положительного или негативного поведения студентов для дальнейшего определения проблемных мест и пути развития их личности.

4. Принцип совершенствования занятия по ФКиС. Постоянная корректировка плана занятий с учётом индивидуальных психологических и физических способностей, текущего уровня их развития, состояния здоровья. Изначально план занятия должен основываться на выделенном уровне психологического здоровья, социальной активности (1-й принцип) и типе личности (3-й принцип), в соответствии с чем студенты делятся на подгруппы.

Так, в предложенной программе обучения по ФКиС применяется новый алгоритм личностно-ориентированного подхода, основанный на перечисленных принципах, что позволяет учесть особенности личности и физического развития студента, выбрать путь их культурного развития, вид подходящей физкультурно-спортивной деятельности и оптимальный режим нагрузки [6]. Как основная причина потери мотивации к занятию выделяется неудовлетворённость процессом занятия по ФКиС, это зачастую связано с высокими требованиями к физической подготовке, равными для всех. Личностно-ориентированный подход позволит решить и эту проблему.

Выделенные принципы становятся основой организации занятия по ФКиС экспериментальной группы, которыми руководствуется преподаватель.

Методы, описанные далее, помогут скорректировать план занятия в соответствии с индивидуальными потребностями каждого студента — изменить содержание занятия в зависимости от личностных качеств и уровня физической подготовки.

Первым способом исследования, который позволит скорректировать план занятия с учётом личностных качеств студентов, выступает использование опросника Б. Н. Смирнова на изучение типа темперамента. Этот опросник позволит определить уровень общительности и эмоциональной устойчивости студентов, которые являются значимыми чертами личности студентов в рамках занятий и непосредственно влияют на удовлетворённость занятием и мотивацию. Суть личностного опросника заключается в определении типа темперамента с помощью множества шкал, из которых были выделены две полезные для исследования шкалы: «экстраверсия — интроверсия», «эмоциональная возбудимость — уравновешенность» [1, с. 344]. Данный способ исследования применялся только на его начальном этапе.

Далее на начальном и конечном этапе исследования оценивался уровень удовлетворённости студентов по пяти параметрам по десятибалльной шкале: удовлетворённость условиями занятий, содержанием занятий, результатами занятий, взаимоотношениями с одноклассниками, взаимоотношениями с преподавателем [4]. Данные вопросы позволили лучше понять студентов и их предпочтения, благодаря чему на начальном этапе был скорректирован план занятия с учётом личностных потребностей студентов в рамках занятий. Итоговый балл был рассчитан посредством усреднения всех полученных оценок в каждой из групп на начало и окончание учебного года.

Ещё одним способом исследования стали замеры показателей физической подготовленности студентов по пяти видам нормативов. Исследование физической подготовленности позволит на начальном этапе учесть особенности организма студентов и скорректировать их индивидуальный план тренировки, а на конечном этапе покажет эффективность применения предложенной программы с точки зрения физического совершенствования. Замеры происходили по следующим нормативам: бег 30 м, 3 км, челночный бег 4×9, подтягивания, наклон из положения сидя [4]. Именно эти виды нормативов позволяют разносторонне оценить физическую подготовленность студентов в разрезе основных физических качеств: силы, скорости,

ловкости, выносливости и гибкости. На начальном этапе студенты контрольной и экспериментальной групп были равны, так как избирались студенты с примерно одинаковым уровнем физической подготовленности, на конечном этапе можно будет увидеть результат применения обычной и предложенной программы.

Для повышения удовлетворённости студентов и соответственно мотивации к занятиям по ФКиС необходимо скорректировать программу занятий по предложенному ранее алгоритму, что и было сделано для экспериментальной группы. Наиболее значимыми факторами удовлетворённости в ходе исследования были выделены взаимоотношения студентов между собой, с преподавателем, на что обращается внимание при корректировке занятия после общения со студентами и выявления типа их темперамента; атмосфера занятия, его содержание, подход к занятию, что корректировалось после исследования удовлетворённости и физической подготовки студентов; личность преподавателя, который проявляет больше или меньше внимания студентам, который изучает их потребности или игнорирует (в данной работе большее внимание преподавателя подразумевается только в экспериментальной группе) [4]. При формировании программы с новым алгоритмом необходимо учитывать различия психологических и физических способностей и возможностей студентов, что имеет прямую связь с его удовлетворённостью и мотивацией, что как раз и было описано в четырёх принципах работы ранее.

Ключевые отличия нового алгоритма занятия от старого: 1) общение со студентами на первом этапе; 2) применение описанных принципов в работе; 3) применение трёх методов исследования (опрос по Б. Н. Смирнову, оценка уровня удовлетворённости, оценка физической подготовленности); 4) корректировка плана занятия; 5) оценка влияния корректировок на результаты занятия.

С помощью опросника Б. Н. Смирнова по шкале «экстраверсия — интроверсия» был выявлен уровень общительности студентов [1, с. 344]. Если выявлено, что студент более склонен к интроверсии, то в занятиях с ним значительно уменьшался объём использования средств игровой или соревновательной деятельности, то есть уменьшалось количество взаимодействий с людьми, что позволило нормализовать его психоэмоциональное состояние и повысить удовлетворённость занятием [2]. Доля таких студентов составила 32,1 %. Для

экстравертных студентов план занятия наоборот включал больше командной и соревновательной физкультурно-спортивной деятельности, доля таких студентов 67,9 %. Когда особенности студентов уже определены, каждая из групп разбивается на подгруппы по интересам.

С помощью шкалы «эмоциональная возбудимость — уравновешенность» были определены доли студентов, относящихся к более или менее эмоциональной группе [1, с. 344]. У 56,4 % студентов (79 человек) выявлен повышенный нейротизм — эмоциональная возбудимость, которая может быть связана с нестабильностью нервной системы, а также является показателем повышенной эмоциональности студента. Такие студенты больше подвержены изменчивости настроения и могут быть более впечатлительны, эти студенты чаще относятся к группе неудовлетворённых процессом занятия [10]. К эмоционально-устойчивой группе относится меньшая половина студентов — это 43,6 % студентов (61 человек). Эти данные помогли оценить, насколько объективными были ответы студентов при оценке удовлетворённости, а также в работе с более эмоциональными студентами применялось больше психологических методов, чтобы нормализовать их психологическое состояние.

Полученные результаты оценки удовлетворённости студентов и показателей физической подготовленности проходили статистическую обработку путём оценки достоверности различий средних несвязных выборок по *t*-критерию (Стьюдента) в четыре этапа: вычисление стандартного отклонения в обеих группах (σ), стандартной ошибки среднего арифметического значения (m), средней ошибки разности (t) и определение достоверности

различий по *t*-критерию (Стьюдента) для 5%-ного уровня значимости (p).

Результаты и их обсуждение. Результаты оценки удовлетворённости студентами занятий по ФКиС в вузе по пяти параметрам представлены в табл. 1, где в экспериментальной группе использовалась предложенная программа с применением личностно-ориентированного подхода по новому алгоритму, а в контрольной группе обычная традиционная программа.

По результатам балльной оценки по пяти параметрам становится понятно, что даже в начале исследования эффективность предложенной программы выше традиционной. В данном случае начальный этап — это первое занятие, где мы можем увидеть в контрольной группе результаты до внедрения программы, а в экспериментальной группе только эффективность применения четырёх принципов без учёта корректировок с помощью всех описанных способов и общения со студентами. В конце исследования, по окончании года удовлетворённость каждым из параметров в экспериментальной группе в среднем увеличилась на 3,9 балла, а в контрольной группе всего на 2,3 балла.

После начальной оценки личности и удовлетворённости студентов была разработана система мотивации для каждой группы студентов. Для одних на первом месте здоровье, для других — спортивные результаты, для третьих — взаимодействие с одноклассниками, по этим предпочтениям с учётом индивидуальных возможностей студенты были разбиты на подгруппы для занятий ФКиС в вузе.

Статистическая обработка результатов удовлетворённости студентов путём оценки достоверности различий средних несвязных выборок

Таблица 1

Динамика изменения удовлетворённости студентов

Параметр (в баллах)	Начало учебного года		Окончание учебного года		Изменение	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Условия занятий	5,1	4,6	8,1	6,0	+3,0	+1,4
Содержание занятий	4,2	3,7	8,5	5,5	+4,3	+1,8
Результаты занятий	3,5	3,7	8,2	7,0	+4,7	+3,3
Взаимоотношения с одноклассниками	5,0	4,8	9,1	7,2	+4,1	+2,4
Взаимоотношения с преподавателем	5,4	4,5	9,2	7,1	+3,8	+2,6

по t -критерию (Стьюдента) на конец исследования представлена в табл. 2.

Так как расчётное t больше значения t -критерия (Стьюдента) для данной выборки, то различия между контрольной и экспериментальной группами считаются достоверными при 5%-ном уровне значимости. Поэтому можно говорить о том, что предложенный алгоритм обучения с использованием личностно-ориентированного подхода оказался более эффективным, чем обычная программа.

Эффективность личностно-ориентированного подхода с применением мотивационной системы можно увидеть в табл. 3 на примере динамики изменения физических показателей студентов.

По результатам динамики изменения физических показателей мы видим, что в экспериментальной группе они стали значительно лучше после применения нового алгоритма, несмотря на то, что мотивация студентов к занятиям и их физическая подготовленность были примерно одинаковые на начальном этапе исследования в обеих группах. Более успешной оказалась экспериментальная группа даже тогда, когда начальные значения в контрольной группе лучше. Это происходит благодаря тому, что студенты имеют большую

мотивацию к занятиям ФКиС, более развитые личностные качества, когда в процессе занятия учитываются их потребности, желания и индивидуальные способности.

Так, например, можно оценить результаты табл. 2, если сравнить их с установленными для студентов 1-х курсов нормативами. Чтобы получить оценку «5» по бегу на 30 м, нужно пробежать данную дистанцию за 4,4 с, чего смогли достичь студенты экспериментальной группы. Студенты контрольной группы улучшили свои результаты до оценки «4», норматив — 4,7 с. Бег на 3 км для студентов считается более сложным нормативом с точки зрения выносливости, однако студенты экспериментальной группы выполнили его на оценку «5» (740 с), а студенты контрольной группы на оценку «4» (780 с). По выполнению челночного бега 4×9 студенты экспериментальной группы занимают среднее положение между оценкой «5» (9,2) и «4» (9,6), когда студенты контрольной группы не смогли достичь даже оценки «3» (10,1), это связано с тем, что при челночном беге нужно использовать целый комплекс физических навыков и умений. По количеству подтягиваний, показывающих развитость силы студентов, эксперимен-

Таблица 2

Статистическая обработка результатов удовлетворённости студентов

Параметр (в баллах)	σ		m		t	$t_{0,05}$
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	$p = 0,05$	
Условия занятий	1,06	1,04	0,13	0,12	11,88	> 1,98
Содержание занятий	1,06	1,04	0,13	0,12	16,74	
Результаты занятий	1,06	1,25	0,13	0,15	6,10	
Взаимоотношения с одногруппниками	0,64	1,04	0,08	0,12	13,16	
Взаимоотношения с преподавателем	0,64	1,25	0,08	0,15	12,31	

Таблица 3

Динамика изменения физических показателей студентов

Норматив	Начало учебного года		Окончание учебного года		Изменение	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Бег 30 м, с	5,58	5,54	4,38	4,79	-1,2	-0,75
Бег 3 км, с	860,61	858,72	732,23	783,76	-128,38	-74,96
Челночный бег 4×9, с	10,46	10,50	9,42	10,21	-1,04	-0,29
Подтягивания, количество раз	7,21	7,29	14,56	11,32	+7,35	+4,03
Наклон из положения сидя, см	9,92	9,86	14,87	12,81	+4,95	+2,95

Таблица 4

Статистическая обработка результатов изменения физических показателей

Параметр (в баллах)	σ		m		t	$t_{0,05}$
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	$p = 0,05$	
Условия занятий	0,19	0,18	0,02	0,02	12,93	> 1,98
Содержание занятий	11,26	7,85	1,39	0,91	31,04	
Результаты занятий	0,21	0,43	0,03	0,05	13,82	
Взаимоотношения с одноклассниками	2,12	1,67	0,26	0,19	9,95	
Взаимоотношения с преподавателем	2,06	1,45	0,25	0,17	6,77	

тальная группа достигла оценки «5» (14 подтягиваний), контрольная — оценки «4» (11 подтягиваний). По нормативу наклона из положения сидя студенты экспериментальной группы улучшили свои результаты до оценки «5» (15 см), контрольной — оценки «4» (13 см). Таким образом, было выявлено, что и обычная программа влияет на результаты физической подготовки студентов, однако экспериментальная оказалась более эффективной.

Статистическая обработка результатов изменения физических показателей студентов на конец исследования представлена в табл. 4.

Расчётное t больше значения t -критерия (Стьюдента) для данной выборки, поэтому различия между контрольной и экспериментальной группами считаются достоверными при 5%-ном уровне значимости в разрезе оценки физических показателей, новый алгоритм учебной программы оказался более эффективным.

Заключение. Применение личностно-ориентированного подхода в занятиях по ФКиС в вузах позволило значительно повысить мотивацию студентов к занятиям. Сформированная нами личностно-ориентированная программа занятий по новому алгоритму — с использованием четырёх принципов и нового содержания занятий оценивается достаточно эффективной в повышении заинтересованности студентов, их мотивации и уровня удовлетворённости занятиями ФКиС.

Разработка алгоритма программы стала возможна благодаря исследованию темперамента студентов и их удовлетворённости занятием, что в конце эксперимента в совокупности с замерами физических показателей даёт возможность судить о качестве и результативности предложенной программы. Именно удовлетворённость занятием становится основным показателем мотивации, так как

чем она выше, тем больше своего времени и вне учёбы студент посвящает ФКиС и тем больших результатов он достигает.

Список литературы

- Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология / Е. П. Ильин. — СПб. : Питер, 2001. — 464 с.
- Исупов, М. А. Влияние спорта на физическое и психологическое состояние человека / М. А. Исупов, Л. У. Удовицкая // Актуальные проблемы физического воспитания студентов : материалы Международной студенческой научно-практической конференции, Чебоксары, 17 февраля 2023 года. — Чебоксары, 2023. — С. 337–340.
- Качалова, С. В. Психологические особенности здорового образа жизни / С. В. Качалова, А. А. Соболев, А. В. Яни // Современные проблемы физического воспитания и спорта в системе высшего образования : материалы Международной научно-практической конференции, посвящённой 90-летию юбилею кандидата педагогических наук, профессора Николая Алексеевича Соловьева, Ижевск, 16–17 мая 2023 года. — Ижевск, 2023. — С. 69–72.
- Павлова, А. С. Стимулирование мотивационно-ценностного отношения к физкультурно-спортивной деятельности на основе личностно-ориентированного содержания учебного процесса / А. С. Павлова, А. Д. Лифанов, И. А. Зенуков // Вестник Казанского технологического университета. — 2013. — Т. 16, № 6. — С. 323–325.
- Стогова, Е. А. О проблемах преподавания физической культуры для студентов технических и творческих специальностей / Е. А. Стогова // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. — 2014. — № 2 (108). — С. 155–159.
- Чуркин, Н. А. Уровень функциональных возможностей обучающихся вузов, подготавливаемых по различным программам физической культуры / Н. А. Чуркин, А. В. Яни, М. М. Омельченко // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. — 2021. — № 3 (193). — С. 481–484.

7. Козулько, А. Н. Формирование мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям / А. Н. Козулько // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — 2019. — Т. 14, № 1. — С. 99–104.

8. Распопова, Е. А. Сравнительный анализ доминирующих мотивов, побуждающих студентов разных вузов заниматься занятиями физической культурой / Е. А. Распопова, Ю. А. Постольник // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — 2018. — Т. 13, № 1. — С. 93–98.

9. Шинкаренко, О. В. Методическое обоснование основных направлений совершенствования физического воспитания студентов вузов / О. В. Шинкаренко, В. Н. Трофимов, Е. Н. Чеканушкина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — 2016. — № 4. — С. 109–115.

10. Яковлев, Б. П. Взаимозависимость мотивации и эмоций в физкультурно-спортивной деятельности / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин, Н. Р. Усаева // Теория и практика физической культуры. — 2014. — № 2. — С. 25–28.

Поступила в редакцию 09 января 2024 г.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: 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.

Сведения об авторах

Кузнецова Зинаида Васильевна — кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания, Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина. Краснодар, Россия. **ORCID:** 0000-0002-9862-7148. **SPIN-код:** 3509-3286. **E-mail:** zinaidakuznecova@mail.ru

Федосова Людмила Павловна — старший преподаватель кафедры физического воспитания, Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина. Краснодар, Россия. **ORCID:** 0000-0002-5966-0391. **SPIN-код:** 5619-9969. **E-mail:** luda_fedosova@mail.ru

Федотова Галина Викторовна — старший преподаватель кафедры физического воспитания, Кубанский государственный аграрный университет имени И. Т. Трубилина. Краснодар, Россия. **ORCID:** 0000-0002-0794-2637. **SPIN-код:** 5059-1446. **E-mail:** galusa67@inbox.ru

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION

2024, vol. 9, no. 2, pp. 46–53.

Application of a Person-Oriented Approach in the Process of Developing Motivation for Physical Education

Kuznetsova Z.V.¹, Fedosova L.P.², Fedotova G.V.³

Kuban State Agrarian University named after I. T. Trubilin, Krasnodar, Russia

¹zinaidakuznecova@mail.ru, ²luda_fedosova@mail.ru, ³galusa67@inbox.ru

The article discusses the use of a person-oriented approach in the process of developing motivation for physical education and sports in universities. Algorithms for forming such a program are proposed based on assessing the satisfaction of students, their personality type and level of physical fitness. **Relevance.** In the modern world, it is necessary to pay great attention to the individual's personality in the educational process. One of these ways is the use of a person-oriented approach to physical education and sports. **Problem, goal, tasks.** The problem is the low motivation of university students to engage in physical education and sports, which is highlighted by many authors who have studied this issue [5]. A solution to the problem may be to achieve the research goal of this work — the use of a new algorithm of a person-centered approach and evaluation of its effectiveness using various methods to identify ways to increase motivation for classes. **Research materials and methods.** During the study, a person-centered training program was used according to the algorithm we proposed — using 4 principles and new lesson content. The research methods were: 1) a survey to identify the type of temperament according to B. N. Smirnov [1. P. 344]; 2) assessment of student satisfaction; 3) assessment of

the level of physical fitness according to 5 standards: running 30 m, 3 km, shuttle run 4×9, pull-ups, bending from a sitting position. **Results and discussion.** The use of a personality-oriented program according to a new algorithm turned out to be effective in increasing students' motivation to engage in physical education and sports, which has been proven by research. The results of the scoring of satisfaction with classes indicate that the algorithm we developed on average increases student satisfaction by 3.9 points by the end of the academic year. Thanks to this, students become motivated and, accordingly, regular in their studies, and as a result, their physical fitness indicators significantly improve. **Results and conclusion.** The use of a person-oriented approach when practicing physical culture and sports in universities helps to take into account the characteristics and needs of students, thereby increasing their motivation, satisfaction with classes and, as a result, harmoniously developing not only their physical, but also personal qualities.

Keywords: *person-oriented approach, individual characteristics, physical culture, satisfaction with activities, type of temperament, physical fitness, motivation.*

References

1. Ilin E.P. *Differencial'naya psihofiziologiya*. Izdatel'skij dom Piter [Differential psychophysiology. Peter publishing house]. Sankt-Peterburg, 2001. 464 p. (In Russ.).
2. Isupov M.A. *Vliyanie sporta na fizicheskoe i psihologicheskoe sostoyanie cheloveka. Aktual'nye problemy fizicheskogo vospitaniya studentov: Materialy Mezhdunarodnoj studencheskoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [State of health on the stable and psychological state of a person. Current problems of physical education of students: Materials of the International Student Scientific and Practical Conference]. Cheboksary, 2023. Pp. 337–340. (In Russ.).
3. Kachalova S.V. *Psihologicheskie osobennosti zdorovogo obraza zhizni. Sovremennye problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta v sisteme vysshego obrazovaniya: materialy Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii, posvyashchennoj 90-letnemu yubileyu kandidata pedagogicheskikh nauk, professora Nikolaya Alekseevicha Solov'eva* [Psychological features of a healthy lifestyle. Modern problems of physical education and the sports system in higher education: materials of the International scientific and practical conference, dedicated to the 90th anniversary of the candidate of pedagogical sciences, professor Nikolai Alekseevich Solovyov]. Izhevsk, 2023. Pp. 69–72. (In Russ.).
4. Pavlova A.S. *Stimulirovanie motivacionno-cennostnogo otnosheniya k fizkul'turno-sportivnoj deyatel'nosti na osnove lichnostno-orientirovannogo sodержaniya uchebnogo processa* [Stimulating a motivational-value attitude towards physical culture and sports activities based on the personality-oriented content of the educational process]. *Vestnik Kazanskogo tekhnologicheskogo universiteta* [Bulletin of the Kazan Technological University]. 2013, vol. 16, no. 6, pp. 323–325. (In Russ.).
5. Stogova E.A. *O problemah prepodavaniya fizicheskoy kultury dlya studentov tekhnicheskikh i tvorcheskikh special'nostej* [On the problems of teaching physical culture for students of technical and creative specialties]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific notes of the University named after P. F. Lesgafta]. 2014, no. 2 (108), pp. 155–159. (In Russ.).
6. Churkin N.A. *Uroven' funkcional'nyh vozmozhnostej obuchayushchihsvya vuzov, podgotavlivaemyh po razlichnym programmam fizicheskoy kul'tury* [Level of development of capabilities of university students trained in various physical education programs]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta* [Scientific notes of the University named after P. F. Lesgafta]. 2021, no. 3 (193), pp. 481–484. (In Russ.).
7. Kozulko A.N. *Motivation formation for physical-health-improving lessons. Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical culture and sports*. 2019, vol. 14, no. 1, pp. 99–104. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/motivation-formation-for-physical-health-improving-lessons-1>. (In Russ.).
8. Raspopova E.A. *Comparative analysis of dominant motives inducing students from different higher educational establishments to go in for physical culture lessons. Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical culture and sports*. 2018, vol. 13, no. 1, pp. 93–98. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/comparative-analysis-of-dominant-motives-inducing-students-from-different-higher-educational-establishments-to-go-in-for-physical-culture>. (In Russ.).
9. Shinkarenko O.V. *Methodological substantiation of the higher educational establishments students main directions of physical upbringing improvement. Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical culture and sports*. 2016, no. 4, pp. 109–115. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/methodological-substantiation-of-the-higher-educational-establishments-students-main-directions-of-physical-upbringing-improvement>. (In Russ.).
10. Yakovlev B.P. *The interdependence of motivation and emotions in physical education and sports activity. Theory and Practice of Physical Culture*, 2014, no. 2, pp. 25–28. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/the-interdependence-of-motivation-and-emotions-in-physical-education-and-sports-activity>. (In Russ.).



Это произведение доступно по лицензии Creative Commons «Attribution-NonCommercial» («Атрибуция — Некоммерческое использование») 4.0 Всемирная — <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>