

Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 3. С. 235–240

Physical Education and University Sport, 2025, vol. 4, iss. 3, pp. 235–240

<https://sport-journal.sgu.ru>

<https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-3-235-240>, EDN: BTMXVA

Научная статья
УДК 796.325-055.2:373

Развитие спортивных интересов у девушек, занимающихся волейболом, в процессе физического воспитания в общеобразовательных школах

А. Э. Джафарова

Азербайджанская Академия Спорта, Азербайджан, AZ1073, г. Баку, ул. Фатали хана Хойского, д. 98

Джафарова Арзу Элшад, докторант Азербайджанской Академии Спорта, arzu.cafarova2020@sport.edu.az, <https://orcid.org/0009-0009-8328-8495>

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена необходимостью формирования устойчивого интереса к занятиям физической культурой у школьников, особенно среди девушек, занимающихся волейболом. Развитие спортивных интересов в школьном возрасте является важным условием для формирования здорового образа жизни и личностного роста учащихся. Цель статьи заключается в изучении педагогических условий, способствующих развитию спортивных интересов у девушек в процессе физического воспитания в общеобразовательных школах. В исследовании использованы методы анкетирования, наблюдения, анализа педагогической документации, а также методы статистической обработки полученных данных. Полученные результаты позволили определить ключевые факторы, влияющие на формирование устойчивого интереса к занятиям волейболом, такие как индивидуальный подход к ученикам, создание позитивной образовательной среды и применение современных методик физического воспитания. В ходе исследования выявлено, что систематическое использование игровых и соревновательных форм занятий значительно повышает мотивацию девушек к регулярным тренировкам. В заключение подчеркивается важность целенаправленной педагогической работы для развития личностных качеств учащихся и формирования у них позитивного отношения к физической культуре. Представленные рекомендации могут быть использованы в практике физического воспитания в общеобразовательных учреждениях.

Ключевые слова: физическое воспитание, спортивные интересы, волейбол, мотивация учащихся, педагогические условия

Для цитирования: Джафарова А. Э. Развитие спортивных интересов у девушек, занимающихся волейболом, в процессе физического воспитания в общеобразовательных школах // Физическое воспитание и студенческий спорт. 2025. Т. 4, вып. 3. С. 235–240. <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-3-235-240>, EDN: BTMXVA

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

Article

Development of sports interests among girls engaged in volleyball during physical education classes in general education schools

A. E. Jafarova

Azerbaijan Sports Academy, 98 Fatali Khan Khoyski St., Baku AZ1073, Azerbaijan

Arzu E. Jafarova, arzu.cafarova2020@sport.edu.az, <https://orcid.org/0009-0009-8328-8495>

Abstract. The relevance of the research is determined by the need to foster a sustained interest in physical education among schoolchildren, especially among girls engaged in volleyball. Development of sports interests at school age is an important condition for forming a healthy lifestyle and personal growth of students. The purpose of the research is to study pedagogical conditions that contribute to the development of sports interests among girls in the process of physical education in general education schools. The study employed such methods as questionnaires, observation, analysis of pedagogical documentation, as well as methods of statistical data processing. The obtained results made it possible to identify key factors influencing formation of a stable interest in volleyball, such as an individual approach to students,

creation of positive educational environment, and the use of modern methods of physical education. The study revealed that the systematic use of games and competitive forms of classes significantly increases girls' motivation for regular training. In conclusion, importance of targeted pedagogical work for the development of students' personal qualities and formation of a positive attitude toward physical education is emphasized. The presented recommendations can be used in the practice of physical education in general education institutions.

Keywords: physical education, sports interests, volleyball, student motivation, pedagogical conditions

For citation: Jafarova A. E. Development of sports interests among girls engaged in volleyball during physical education classes in general education schools. *Physical Education and University Sport*, 2025, vol. 4, iss. 3, pp. 235-240 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/2782-4594-2025-4-3-235-240>, EDN: BTMXVA

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

В современном обществе проблема формирования интереса к физической культуре и спорту среди школьников приобретает особую актуальность. Ухудшение физического состояния подрастающего поколения, увеличение времени, проводимого за электронными устройствами, рост числа заболеваний, связанных с гиподинамией, и общее снижение уровня двигательной активности требуют от педагогического сообщества поиска новых, более эффективных методов мотивации учащихся к занятиям физической культурой [1]. Особенно остро стоит задача развития устойчивого интереса к спорту у девушек, так как именно в школьные годы закладываются основы здорового образа жизни, формируются привычки, ценностные ориентиры и личностные установки, оказывающие влияние на последующую профессиональную и социальную деятельность [2].

По мнению ряда исследователей, интерес к физической культуре формируется под воздействием комплекса факторов: социальной среды, личностных особенностей, педагогического мастерства учителя, а также содержания и организации учебного процесса. Среди данных факторов одним из наиболее значимых является создание условий, обеспечивающих положительный эмоциональный опыт учащихся во время занятий физической культурой [3, 4].

Одним из перспективных направлений решения поставленной задачи является организация занятий волейболом в рамках уроков физической культуры и внеурочной деятельности. Волейбол как командный, эмоционально насыщенный и доступный для освоения вид спорта способствует не только развитию физических качеств (ловкости, координации, силы, выносливости), но и формированию коммуникативных навыков, ответственности, целеустрем-

ленности, умения работать в коллективе, что особенно важно для гармоничного развития подростков [5, 6]. При этом игровые формы проведения занятий способствуют созданию положительного эмоционального фона, что, согласно исследованиям В. И. Столбова, значительно усиливает внутреннюю мотивацию учащихся к регулярным физическим упражнениям [7, 8].

Анализ научной литературы показывает, что формирование спортивного интереса представляет собой сложный и многогранный педагогический процесс, включающий воздействие на когнитивную, эмоциональную и деятельностную сферы личности. Важнейшим условием успешного развития интереса является переживание учащимися положительных эмоций от занятий спортом, чувство удовлетворения от личных успехов, а также наличие условий для самореализации и самовыражения в спортивной деятельности [9]. Как подчеркивает А. В. Митрофанов, использование элементов самостоятельного планирования тренировочного процесса, вовлечение учащихся в организацию соревнований и судейство существенно повышают их мотивацию и интерес к физической культуре [10].

Кроме того, особое значение имеет системный подход к формированию интереса, предполагающий постепенное усложнение содержания занятий, использование различных педагогических технологий (игровых, соревновательных, рефлексивных методов) и дифференцированный подход к учащимся в зависимости от их индивидуальных особенностей, уровня физической подготовленности и интересов [11, 12].

Таким образом, актуальность настоящего исследования определяется необходимостью выявления педагогических условий, способствующих развитию устойчивого спортивного интереса у девушек в процессе физиче-

ского воспитания на базе общеобразовательных школ.

Цель работы – обоснование и экспериментальная проверка эффективных педагогических подходов к организации занятий волейболом, направленных на формирование положительной мотивации к физической активности и развитие личностных качеств учащихся.

Материалы и методы

Исследование проводилось в течение шести месяцев (сентябрь–февраль) на базе трех общеобразовательных школ. В нем приняли участие 120 девушек в возрасте 13–15 лет, регулярно занимающихся волейболом как в рамках уроков физической культуры, так и в ходе внеурочной спортивной деятельности. Все участницы имели примерно одинаковую физическую подготовленность и опыт занятий волейболом на начальном уровне, что обеспечило однородность выборки и повысило достоверность полученных результатов.

Для решения поставленных задач девушки были случайным образом распределены на две равные группы: экспериментальную (60 человек) и контрольную (60 человек). Экспериментальная группа обучалась по специально разработанной педагогической программе, направленной на формирование и развитие устойчивого интереса к спорту. Контрольная группа продолжала обучение по традиционной программе физического воспитания без целенаправленного педагогического воздействия на мотивационную сферу.

На констатирующем этапе исследования был проведен первичный диагностический замер уровня сформированности спортивного интереса у участниц обеих групп. В рамках этого этапа использовались следующие методы исследования:

- анкетирование, включавшее вопросы, направленные на выявление уровня мотивации к занятиям физической культурой, интереса к волейболу, стремления к спортивному совершенствованию и участию в соревнованиях. Анкеты позволяли получить как количественные, так и качественные характеристики мотивационной сферы школьниц;
- тест мотивационной направленности по методике Л. И. Божович [13], предназначенный для определения доминирующих мотивов в учебной и спортивной деятельности. Данная методика

позволила выделить преобладание внутренних (познавательных и личностных) или внешних (социальных и оценочных) мотивов у учащихся;

- педагогическое наблюдение, осуществляемое в ходе уроков физической культуры и внеурочных мероприятий, позволило дополнить данные анкетирования и тестирования объективной информацией о проявлении интереса девушек к волейболу в реальных условиях занятий (активность на тренировках, стремление участвовать в соревнованиях, инициатива при выполнении заданий).

На основе обработки первичных данных были выделены три уровня сформированности спортивного интереса:

- высокий уровень – устойчивый интерес к волейболу, активное участие в тренировочном процессе и соревнованиях, стремление к совершенствованию спортивных навыков;
- средний уровень – положительное отношение к волейболу при недостаточной активности или эпизодическом участии в соревнованиях;
- низкий уровень – отсутствие выраженного интереса к волейболу, пассивное участие в занятиях, нежелание заниматься спортом вне школьных уроков.

Формирующий этап исследования продолжался четыре месяца (октябрь–январь) и предусматривал разработку и внедрение специальной педагогической программы, направленной на развитие спортивного интереса у девушек экспериментальной группы. В рамках этой программы применялись следующие методы педагогического воздействия:

- игровые и соревновательные формы проведения занятий, обеспечивающие высокий уровень эмоциональной вовлеченности и интереса;
- индивидуальное и групповое поощрение за достижения, направленное на формирование положительного отношения к занятиям;
- привлечение девушек к судейству и организации школьных турниров, способствующее развитию ответственности, инициативности и чувства принадлежности к спортивному сообществу;
- элементы самостоятельного планирования тренировочного процесса, стимулирующие развитие самостоятельности, целеустремленности и внутренней мотивации;

- проведение рефлексивных бесед о важности спорта, физической активности и самореализации, способствующих осмыслению ценности занятий физической культурой.

Контрольная группа занималась по традиционной школьной программе, без применения целенаправленных мероприятий по формированию интереса.

По завершении формирующего этапа был проведен повторный диагностический замер уровня спортивного интереса теми же методами, что и на начальном этапе исследования. Это позволило провести сравнительный анализ изменений, произошедших в каждой группе за время проведения педагогического эксперимента.

Для обработки и анализа полученных результатов использовались методы вариационной статистики: расчет среднего арифметического значения, стандартного отклонения, а также проверка статистической значимости различий между экспериментальной и контрольной группами с использованием критерия Стьюдента при уровне значимости $p < 0,05$.

Результаты и их обсуждение

Анализ результатов констатирующего этапа исследования показал, что на начальном этапе уровень сформированности спортивного интереса у девушек обеих групп был сопоставимым, что подтверждает исходную однородность выборки. В экспериментальной группе 18,3% участниц имели высокий уровень спортивного интереса, 50% – средний уровень и 31,7% – низкий. В контрольной группе показатели были аналогичными: высокий уровень – у 16,7% девушек, средний – у 48,3%, низкий – у 35%. Эти данные свидетельствуют о том, что большинство учащихся проявляли лишь умеренный или недостаточный интерес к занятиям волейболом.

После проведения педагогического эксперимента на формирующем этапе были зафиксированы значительные изменения в экспериментальной группе. Повторная диагностика показала, что доля девушек с высоким уровнем спортивного интереса увеличилась до 43,3%, а средний уровень интереса был отмечен у 46,7% учащихся. Количество девушек с низким уровнем мотивации значительно сократилось – до 10%. Таким образом, наблюдался явный сдвиг в сторону повышения мотивационной вовлеченности.

В контрольной группе изменения были незначительными: высокий уровень интереса наблюдался у 20% девушек, средний – у 50%, а низкий – у 30%. Статистический анализ с использованием критерия Стьюдента подтвердил наличие достоверных различий между экспериментальной и контрольной группами ($p < 0,05$), что позволяет говорить об эффективности примененных педагогических приемов.

Наиболее заметный рост интереса к волейболу в экспериментальной группе был зафиксирован среди тех учащихся, которые активно включались в организацию и проведение школьных турниров, принимали участие в рефлексивных беседах и самостоятельно планировали свои тренировочные задания. Эти элементы программы способствовали развитию не только физической активности, но и личностной вовлеченности в спортивный процесс.

Следует отметить, что использование игровых методов и регулярных соревновательных форм занятий оказалось особенно эффективным для девушек с исходно средним уровнем интереса. Эмоциональная насыщенность уроков, атмосфера сотрудничества и здорового соперничества усиливали внутреннюю мотивацию школьниц и способствовали формированию устойчивого положительного отношения к спорту.

По результатам наблюдений, девушки из экспериментальной группы проявляли большую активность на уроках физической культуры, инициативу при организации спортивных мероприятий, стремились улучшать свои навыки в волейболе и интересовались возможностью участия во внешкольных соревнованиях. В отличие от них, учащиеся контрольной группы в большинстве своем сохраняли пассивное отношение к занятиям и демонстрировали меньшее стремление к развитию своих спортивных умений.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило, что целенаправленная педагогическая работа, включающая игровые формы занятий, индивидуальное поощрение, вовлечение в организационную деятельность и рефлексивные беседы, значительно повышает уровень спортивного интереса у девушек школьного возраста. Полученные данные соответствуют выводам, представленным в научных работах В. И. Столбова и А. В. Митрофанова, подчеркивающих важность эмоциональной вовлеченности и личностной активности в процессе физического воспитания.

Следует также подчеркнуть, что формирование устойчивого интереса к занятиям волейболом у девушек требует систематичности, последовательности и комплексного подхода. Однократные мероприятия или разовые поощрения оказывают краткосрочный эффект, тогда как регулярная поддержка интереса через разнообразные формы активности способствует закреплению положительных мотивационных установок и развитию личностной значимости спортивной деятельности.

Выводы

Проведенное исследование позволило сделать следующие выводы:

- 1) формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой у девушек возможно при условии целенаправленной педагогической работы, включающей игровые методы, соревновательную деятельность, индивидуальное и групповое поощрение, а также элементы самостоятельного планирования тренировочного процесса;
- 2) эмоциональная вовлеченность и личностная активность учащихся являются важнейшими факторами, влияющими на формирование положительного отношения к спорту. Девушки, принимавшие участие в судействе и организации турниров, демонстрировали наибольший рост мотивации;
- 3) игровые и соревновательные формы занятий являются эффективным средством повышения интереса к волейболу, так как создают положительный эмоциональный фон, стимулируют стремление к самореализации и формируют устойчивую потребность в регулярных физических упражнениях;
- 4) программа, ориентированная на развитие интереса к волейболу, может быть рекомендована для внедрения в практику школьного физического воспитания, особенно для работы с подростками, имеющими средний или низкий уровень мотивации к занятиям спортом.

Таким образом, развитие спортивного интереса у девушек школьного возраста требует комплексного, систематического подхода, включающего разнообразные формы организации занятий и создание условий для проявления личностной активности. Реализация данных подходов способствует не только повышению уровня физической подготовленности

учащихся, но и формированию устойчивых ценностных установок, связанных со здоровым образом жизни.

Список литературы

1. Евсеев С. П., Солодков А. С. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов : учебное пособие. СПб. : ПИО СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2014. 96 с.
2. Егоров А. А. Теория и методика физической культуры. М. : Академия, 2022. 320 с.
3. Новикова С. А. Формирование интереса к занятиям спортом у подростков. М. : Академкнига, 2021. 288 с.
4. Зимняя И. А. Психология мотивации. М. : Логос, 2020. 256 с.
5. Карпман Ю. А. Основы физической культуры. СПб. : Питер, 2023. 304 с.
6. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. : Академия, 2022. 464 с.
7. Столбов В. И. Теория и методика физического воспитания школьников. М. : Академия, 2005. 256 с.
8. Вольков Л. В. Теория и методика детско-юношеского спорта. Киев : Олимпийская литература, 2002. 296 с.
9. Матвеев Л. П. Основы общей теории физической культуры. М. : Советский спорт, 2022. 360 с.
10. Митрофанов А. В. Педагогика физической культуры: учебник. М. : Советский спорт, 2006. 312 с.
11. Петрова С. Н. Теоретико-методические основы физического воспитания. М. : Академия, 2023. 290 с.
12. Иванова Т. С. Игровые методы в физическом воспитании школьников. М. : Академия, 2020. 215 с.
13. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М. : Педагогика, 1968. 464 с.

References

1. Evseev S. P., Solodkov A. S. *Adaptivnaya fizicheskaya kultura i funktsionalnoe sostoyanie invalidov: uchebnoe posobie* [Adaptive Physical Culture and Functional Status of Disabled Persons: Textbook]. St. Petersburg, PIO Lesgaft NSU Publ., 2014. 96 p. (in Russian).
2. Egorov A. A. *Teoriya i metodika fizicheskoy kultury* [Theory and Methodology of Physical Culture]. Moscow, Akademiya, 2022. 320 p. (in Russian).
3. Novikova S. A. *Formirovanie interesa k zanyatiyam sportom u podrostkov* [Developing Teenagers' Interest in Sports Activities]. Moscow, Akademkniga, 2021. 288 p. (in Russian).
4. Zimnyaya I. A. *Psikhologiya motivatsii* [Psychology of Motivation]. Moscow, Logos, 2020. 256 p. (in Russian).
5. Karpman Yu. A. *Osnovy fizicheskoy kul'tury* [Fundamentals of Physical Culture]. St. Petersburg, Piter, 2023. 304 p. (in Russian).
6. Kholodov Zh. K., Kuznetsov V. S. *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta* [Theory and Methodology of Physical Education and Sports]. Moscow, Akademiya, 2022. 464 p. (in Russian).
7. Stolbov V. I. *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya shkol'nikov* [Theory and Methodology of Physical Education

- for Schoolchildren]. Moscow, Akademiya, 2005. 256 p. (in Russian).
8. Volkov L. V. *Teoriya i metodika detsko-yunosheskogo sporta* [Theory and Methodology of Youth Sports]. Kyiv, Olympic Literature, 2002. 296 p. (in Russian).
9. Matveev L. P. *Osnovy obshchey teorii fizicheskoy kul'tury* [Fundamentals of the General Theory of Physical Culture]. Moscow, Sovetskiy sport, 2022. 360 p. (in Russian).
10. Mitrofanov A. V. *Pedagogika fizicheskoy kultury: uchebnik* [Pedagogy of Physical Education: Textbook]. Moscow, Sovetskiy sport, 2006. 312 p. (in Russian).
11. Petrova S. N. *Teoretiko-metodicheskie osnovy fizicheskogo vospitaniya* [Theoretical and Methodological Foundations of Physical Education]. Moscow, Akademiya, 2023. 290 p. (in Russian).
12. Ivanova T. S. *Igrovye metody v fizicheskom vospitanii shkol'nikov* [Game Methods in Physical Education of Schoolchildren]. Moscow, Akademiya, 2020. 215 p. (in Russian).
13. Bozhovich L. I. *Lichnost' i yeye formirovanie v det'skom vozraste* [Personality and Its Formation in Childhood]. Moscow, Pedagogika, 1968. 464 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 03.05.2025; одобрена после рецензирования 12.05.2025; принята к публикации 30.05.2025
The article was submitted 03.05.2025; approved after reviewing 12.05.2025; accepted for publication 30.05.2025