

UDK 159.9

**А.А. Горелов**

*Белгородски Национални истраживачки универзитет «БелГУ», Белгород, Русија (НИУ «БелГУ»),*

**Е.В. Гавришова**

*Белгородски Национални истраживачки универзитет «БелГУ», Белгород, Русија (НИУ «БелГУ»)»*

## **МОТИВАЦИЈА ИСПИТАНИКА КОЈИ ИСПУЊАВАЈУ ЗАДАТКЕ ТЕСТОВА ПОВЕЗАНИХ СА ПОЈАВОМ (НЕ) СТРПЉЕЊА**

---

**Апстракт:** Дати рад разматра проблем фомирања мотивације код студената, који су подвргнути тестирању физичких и психичких параметара у циљу утврђивања мотивације студената у односу на тестирање. Представљени су и интерпретирани подаци, који откривају однос студената према мотивацији за достизање успеха и мотивацији за избегавање неприлика за време тестирања. Створене су методе за формирање позитивних мотива за тестирање код студената.

*Кључне речи:* физички развој, тестирање, мотивација достизање успеха, мотивација избегавања неприлика, самосвесност, самоусавршавање.

---

## **К ВОПРОСУ О МОТИВИРОВАНИИ ИССЛЕДУЕМЫХ, ВЫПОЛНЯЮЩИХ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С ПРОЯВЛЕНИЕМ ТЕРПЕНИЯ**

---

**Анотација:** В данной статье рассматривается проблема формирования мотивации студентов, выполняющих тестирование физических и психических качеств. Приведен тест-опросник для определения уровня мотивации студентов к тестированию. Представлены и интерпретированы собственные данные, раскрывающие отношение студентов с мотивацией достижения успеха и мотивацией избегания неудач к прохождению тестирования. Раскрыты методы формирования положительных мотивов к тестированию у студентов с разными типами мотивации достижения.

*Кључеве слова:* физическое развитие, тестирование, тест-опросник, мотивация достижения успеха, мотивация избегания неудач, самопознание, самосовершенствование.

---

## TO THE QUESTION OF STUDENTS' MOTIVATION CARRYING OUT TESTS WHICH ARE CONNECTED WITH PATIENCE

---

**Abstract:** This article is devoted to the formation of students' motivation who are carrying out testing of physical and mental qualities with an aim of identification of students' motivation level. Findings covered students' motivation to success achievement and failures avoiding during test passing. Methods of positive motivation formation to tests among students with different types of achievement motivation are described.

**Key words:** *physical development, testing, questionnaire, motivation to success achievement, motivation to failures avoiding, self-discovery, self-improvement.*

---

Зависимость продуктивности физического воспитания студентов от количества, качества, полноты, оперативности и объективности контролирования физических и психофизиологических качеств – общая закономерность учебного процесса. Для её полного и практического воплощения необходимо использовать тестирование, при помощи которого учитываются как качественные, так и количественные показатели физического, физиологического и психического развития студентов. Многие тестовые задания и пробы связаны с проявлением такого волевого качества как терпение. В практике тестирования различных, в том числе физических, качеств человека исследователь часто встречается с таким явлением, как необходимость создания у испытуемого мотивационных установок на максимальный результат в упражнениях и пробах, которые характеризуются необходимостью длительно претерпевать: максимальные физические нагрузки (бег и плавание на время); воздействие экстремальных факторов профессиональной деятельности (пилотажные перегрузки, гипоксия, гиперкапния) и природной среды (высокие и низкие температуры); проявлять волевые усилия (задержка дыхания на вдохе и выдохе). Наши собственные исследования, проведенные на студентах факультета физической культуры Белгородского государственного национального исследовательского университета (БелГУ) показали, что даже пробы с задержкой дыхания на вдохе (проба Штанге) и выдохе (проба Генча) требует высокого уровня мотивации испытуемых для того, чтобы объективно оценить физиологические резервы организма. Суть проведенного нами лабораторного эксперимента заключалась в следующем. На одном из лабораторных практикумов учебной дисциплины «Основы научно-методической деятельности» студенты делились на две подгруппы. В течение первого часа занятий после подробного инструктажа испытуемым предлагалось определить объективный уровень своих физиологических резервов с помощью задержки дыхания на вдохе и выдохе.

Тестиrowание проводилось попарно. В начале первые номера задерживали дыхание, а вторые с помощью секундомера фиксировали время задержки, а затем роли менялись. Результаты фиксировались в специальных бланках. В процессе второй половины учебной пары занятия всем испытуемым давалась новая мотивационная установка: кто из студентов покажет наивысший результат в каждой пробе, получает оценку по итоговому экзамену на один балл выше. Данный эксперимент проводился в течение четырех лет. В общей сложности в нем приняло участие 189 человек (116 юношей и 73 девушки). Результаты превзошли все ожидания. После второй установки в 96% случаев, как среди студентов, так и среди студенток время задержки дыхания увеличилось и в некоторых случаях это увеличение достигало 14 секунд. В среднем достоверность различий по t-критерию Стьюдента между исходными и конечными результатами достигала 99,9% уровня ( $p < 0,001$ ). Данное обстоятельство позволяет утверждать, что при тестировании индивидуума и, в особенности с помощью упражнений или проб, предполагающих проявление волевых усилий, необходимо формировать такие мотивационные установки у испытуемых, которые бы нивелировали случаи искусственного улучшения результатов экспериментальных исследований. Следующий шаг наших исследований заключался в поиске возможности объективной оценки отношения студентов к тестированию своих физических и психофизиологических качеств, показателей функционального состояния организма. С этой целью нами был разработан приведенный ниже специальный «Тест-опросник» прошедший проверку на надежность, валидность и дифференцированность с помощью общепринятых методов и позволяющий определить уровень мотивации студентов к прохождению процедуры тестирования.

#### Тест-опросник

Мотивация студентов к тестированию физических и психофизиологических качеств

*Инструкция.* Оцените в баллах каждое высказывание по отношению к себе, где

- 3 балла – «совершенно не согласен»;
- 2 балла – «не согласен»;
- 1 балла – «не совсем согласен»;
- 0 баллов – «не знаю»;
- +1 балл – «практически согласен»;
- +2 балла – «согласен»
- +3 балла – «совершенно согласен».

В ответе на 18 вопрос подчеркните нужное.

№	Вопросы теста	Баллы
1	Я думаю, что тестирование поможет мне узнать резервы собственного организма	-3 -2 -1 0 1 2 3
2	Я с удовольствием прохожу тестирование, чтобы утвердить свой статус в коллективе	-3 -2 -1 0 1 2 3
3	Тестирование вводит меня в стрессовую ситуацию	-3 -2 -1 0 1 2 3
4	Я избегаю тестирования из-за боязни не справиться со своим	-3 -2 -1 0

	эмоциональным возбуждением	1 2 3
5	Мне жаль тратить свое время на тестирование	-3 -2 -1 0 1 2 3
6	Тестирование помогает мне выявить личные перспективы в занятиях физической культурой	-3 -2 -1 0 1 2 3
7	Я не люблю проходить тесты, потому что боюсь быть хуже других	-3 -2 -1 0 1 2 3
8	Тестирование обогащает мой опыт самопознания	-3 -2 -1 0 1 2 3
9	Тестирование укрепляет мою уверенность в себе	-3 -2 -1 0 1 2 3
10	Тестирование помогает адекватно оценить свои притязания в области физической культуры	-3 -2 -1 0 1 2 3
11	Тестирование помогает мне узнать причины своих успехов и неудач в физической культуре	-3 -2 -1 0 1 2 3
12	Тестирование помогает мне акцентировать внимание на актуальных проблемах собственного физического развития	-3 -2 -1 0 1 2 3
13	Тестирование помогает изменить отношение к занятиям физической культурой	-3 -2 -1 0 1 2 3
14	Я избегаю тестирования из-за боязни насмешек со стороны однокурсников	-3 -2 -1 0 1 2 3
15	Я стараюсь проходить тестирование регулярно, чтобы контролировать рост собственных достижений	-3 -2 -1 0 1 2 3
16	Я опасаясь проходить тестирование из-за боязни неправильно выполнить задание	-3 -2 -1 0 1 2 3
17	Проведение тестирования на занятиях физической культурой делает их эмоционально насыщенными и результативными	-3 -2 -1 0 1 2 3
18	Тестирование необходимо проводить систематически: <ul style="list-style-type: none"> <li>• один раз в год</li> <li>• два раза в семестр</li> <li>• чаще</li> </ul>	

*Ключ к опроснику.* Ответы на вопросы под номером: 1,2,6,8,9,10,11,12,13,15,17 пересчитываются в баллы по следующей таблице:

ответ	-3	-2	-1	0	1	2	3
баллы	1	2	3	4	5	6	7

Набранные баллы за вопросы под номером: 3, 4, 5, 7, 14, 16 определяются по представленной ниже таблице: (18 вопрос не включен в общую сумму баллов)

ответ	-3	-2	-1	0	1	2	3
баллы	7	6	5	4	3	2	1

*Интерпретация теста.* Если испытуемый набрал от 119-107 баллов (100%-90%) его мотивация к тестированию физических и психофизиологических

качеств оценивается как высокая. Сумма баллов 106-89 (89%-75%) соответствует среднему (достаточному) уровню мотивации. Сумма баллов 88-59 (74%-50%) – допустимый уровень мотивации. Менее 58 баллов (менее 50%) – низкий уровень. По данной методике в начале учебного года было протестировано 572 студента БелГУ нефизкультурных специальностей. Результаты его представлены на рисунке 1.

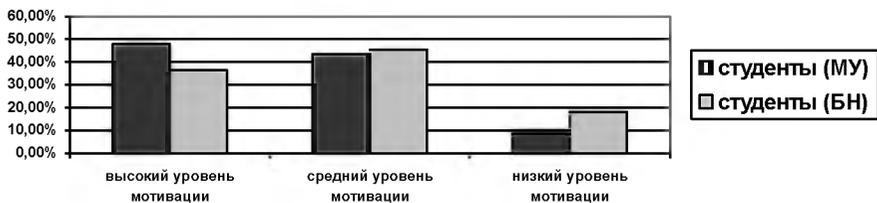


Рис. 1. Отношение студентов, мотивированных на успех (МУ) и студентов, мотивированных на избегание неудач (БН) к тестированию физических и психофизиологических качеств на начальном этапе эксперимента.

Полученные данные свидетельствуют о том, что студенты с мотивацией успеха (МУ) и студенты, избегающие неудач (БН) по-разному относятся к процедуре тестирования. Как видно из диаграммы, студенты с мотивацией успеха с большим интересом включаются в процесс тестирования, им интересны результаты, они обращаются к преподавателю за разъяснениями, ищут пути улучшения результатов. Половина респондентов из этой подгруппы понимает ценность тестирования как метода изучения личных физических и психических возможностей для повышения собственных результатов в области физического культуры; понимает значение тестирования для улучшения качества занятий физической культурой. Показатели в группе студентов, мотивированных на избегание неудач, заметно ниже. Только треть из них считают тестирование значимым для себя. Очень часто в ответах этих студентов повторялись фразы: «Я опасюсь проходить тестирование из-за боязни неправильно выполнить задание» или «Я избегаю тестирования из-за боязни насмешек со стороны однокурсников». Далее наши исследования показали, что для студентов, мотивированных на успех, эффективными оказались методы, учитывающие их познавательную активность, коммуникабельность, достаточно сильную волю. Это – беседа, дискуссия, работа с книгой, упражнения, тестирование при помощи специального оборудования, педагогическое требование. Соревнование, как метод мотивации при проведении тестирования, строилось с учетом особенностей студентов, ориентированных на достижение успеха. Для них свойственно стремление к здоровому соперничеству, приоритету, первенству, самоутверждению. Вовлечение студентов в борьбу за получение наивысших результатов в процессе тестирования стимулировало развитие их активности, ответственности. Соревнование связано с ситуацией переживания успеха, положительными эмоциями, поэтому способствует повышению мотивации к тестированию физических и психофизиологических качеств.

Поощрение - важный метод в формировании положительной мотивации студентов в тестировании. Студенты, ориентированные на успех, нуждаются в поощрении, как и всякий талант, нуждается в аплодисментах.

Для студентов, мотивированных на избегание неудач, использовались другие методы формирования мотивационных установок при тестировании физических и психофизиологических качеств.

Наиболее значимы для них - объяснение и показ, метод примера, упражнения. Как и в первой подгруппе, использовалось тестирование при помощи специального оборудования, педагогическое требование, соревнование, поощрение.

Тестированию посвящались учебные занятия в первые и последние две недели эксперимента. В ходе учебных занятий в течение учебного года периодически тестировались отдельные показатели.

Указанная работа дала положительные результаты. Уровень физической подготовленности, функциональной тренированности и физического развития за учебный год улучшился. Положительная динамика прослеживается по всем параметрам. Заметно изменилось отношение к тестированию. Данные контрольного тестирования представлены на рис.2.

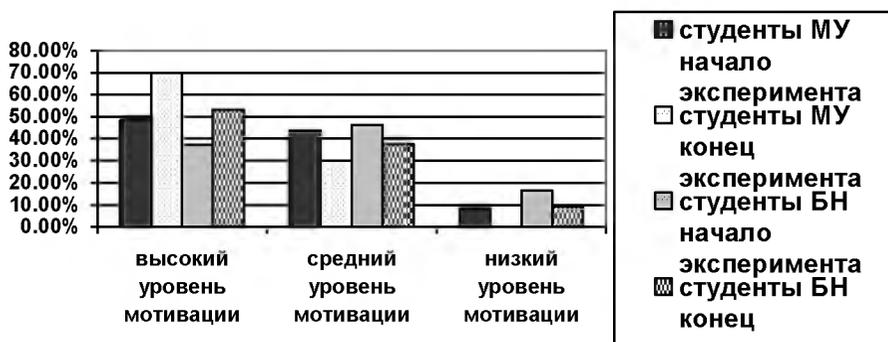


Рис.2. Отношение студентов, мотивированных на успех (МУ) и студентов, мотивированных на избегание неудачи (БН) к тестированию физических и психофизиологических качеств в конце эксперимента.

Достижения студентов, мотивированных на успех, выше, чем у студентов из подгруппы с мотивацией избегания неудач: в первом случае в категорию с высокими показателями перешли почти 12% студентов, тогда как во втором случае их только 8%.

Таким образом, можно констатировать, что специальная работа по разъяснению значимости тестирования физических и психических качеств для самопознания и совершенствования физического развития с использованием адекватных задач методов, способствует повышению интереса студентов к данной работе.

### **ЛИТЕРАТУРА**

Горелов, А.А. (2011). Интеллектуальная деятельность, физическая работоспособность, двигательная активность и здоровье студенческой молодёжи: Монография / А.А. Горелов, В.Л. Кондаков, А.Н. Усатов. – Белгород: ИПЦ «ПОЛИТЕРРА», р. 101.

Горелов, А.А. (2009). Теоретические основы физической культуры: Курс лекций / А.А. Горелов, О.Г. Румба, В.Л. Кондаков. – Белгород: ЛитКараВан, р. 124.