

STOL TENNIS OMMAVIY MUSOBAQALARIDA ISHTIROKCHILAR MOTIVATSIYASINI BARQARORLASHTIRISHNING PEDAGOGIK SHARTLARI

Meliziyayev Akbarjon Akmaljon o'g'li

mustaqil izlanuvchi

Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni
qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.22117885>

Annotatsiya. Maqolada stol tennisi ommaviy musobaqalarida ishtirokchilar motivatsiyasini uzoq muddat saqlashga xizmat qiluvchi pedagogik shartlar tahlil qilinadi. Ichki qoniqish, ijtimoiy muloqot, individual maqsad, darajalashtirilgan ishtirok va tadbirdan keyingi metodik kuzatuvni uyg'unlashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar asoslanadi.

Kalit so'zlar: stol tennisi, ommaviy musobaqa, ishtirokchi motivatsiyasi, pedagogik shart, individual yondashuv, ichki qoniqish, ijtimoiy muloqot, jismoniy faollik.

PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR SUSTAINING PARTICIPANT MOTIVATION IN MASS TABLE TENNIS COMPETITIONS

Abstract. The article examines pedagogical conditions that support the long-term motivation of participants in mass table tennis competitions. It substantiates practical recommendations for combining intrinsic satisfaction, social interaction, individual goals, differentiated participation, and post-event methodological support to maintain regular physical activity.

Key words: table tennis, mass competition, participant motivation, pedagogical condition, individual approach, intrinsic satisfaction, social interaction, physical activity.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПОДДЕРЖАНИЯ УСТОЙЧИВОЙ МОТИВАЦИИ УЧАСТНИКОВ МАССОВЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ

Аннотация. В статье рассматриваются педагогические условия, способствующие формированию и поддержанию устойчивой мотивации участников массовых соревнований по настольному теннису. Обоснованы практические рекомендации, предусматривающие сочетание внутренней удовлетворённости от спортивной деятельности, социального взаимодействия, учёта индивидуальных целей, дифференцированного подхода к организации участия и методического сопровождения после завершения соревнований. Реализация предложенных условий направлена на сохранение интереса участников к занятиям спортом и их переход к регулярной физической активности.

Ключевые слова: настольный теннис, массовые соревнования, мотивация участников, педагогические условия, индивидуальный подход, внутренняя мотивация, социальное взаимодействие, физическая активность.

Массовые спортивные соревнования обладают значительным потенциалом для повышения двигательной активности населения и формирования устойчивого интереса к здоровому образу жизни. Вместе с тем разовое участие в соревновании далеко не всегда становится основанием для последующей регулярной физической активности. Участник может активно готовиться к предстоящему мероприятию, испытывать выраженный

эмоциональный подъём непосредственно в ходе соревнований, однако после их завершения не получить необходимой педагогической поддержки для продолжения систематических занятий. В связи с этим результативность массового спортивного мероприятия целесообразно оценивать не только по количеству участников или проведённых встреч, но и по тому, насколько возникший в процессе соревнования интерес трансформируется в дальнейшую физкультурно-спортивную деятельность. Настольный теннис является доступным и популярным видом спорта, способным объединять на одной спортивной площадке представителей различных возрастных, социальных групп и лиц с разным уровнем физической подготовленности. Динамичный характер игры, быстро меняющаяся соревновательная ситуация, непосредственное взаимодействие с соперником и возможность практически сразу оценить собственный результат создают яркий эмоциональный отклик у участников. Однако при значительной разнице в уровне подготовленности либо чрезмерной ориентации соревнования исключительно на победу у начинающего участника может снижаться уверенность в собственных возможностях.

Поэтому при проектировании соревнований по настольному теннису наряду со спортивным результатом необходимо учитывать мотивационную безопасность, возможность достижения личного успеха и наличие социальной поддержки.

Цель заключается в теоретическом обосновании педагогических условий, способствующих устойчивости мотивации участников массовых соревнований по настольному теннису, а также в систематизации практических подходов к их реализации.

Для достижения поставленной цели применялись анализ научно-методических источников, сравнительный анализ, группировка мотивационных факторов, моделирование педагогических ситуаций и обобщение практических рекомендаций.

В центре исследования рассматривалась взаимосвязь между первоначальными причинами участия человека в соревновании, приобретаемым им соревновательным опытом и последующим решением продолжать физкультурно-спортивную деятельность.

Педагогическое содержание мотивации участников может быть представлено следующим образом.

Мотивация представляет собой взаимосвязанную систему потребностей, целей, ценностных ориентаций и эмоциональных переживаний, побуждающих личность к определённой деятельности. В условиях массового спорта она не ограничивается исключительно стремлением укрепить здоровье. Человек может принимать участие в соревнованиях ради положительных эмоций, новых знакомств, проверки собственных возможностей, снижения повседневного эмоционального напряжения, ощущения принадлежности к определённой группе либо достижения конкретного спортивного результата. С педагогической точки зрения было бы неправомерно считать одни из перечисленных мотивов «правильными», а другие второстепенными. Основная задача заключается в выявлении уже существующей мотивационной основы участника и её дальнейшем содержательном развитии в направлении регулярной физической активности.

В исследовании В. Berg, S. Warner и В. Das, проведённом на примере сообществ трёх различных территорий, были изучены представления 42 респондентов о физической активности.

Полученные результаты показали, что удовольствие от самой деятельности и возможность социального взаимодействия способны выступать для участников более значимыми стимулами, чем общие призывы, связанные с пользой физических упражнений для здоровья [1; с. 20-31]. Данный вывод свидетельствует о том, что при организации массовых спортивных мероприятий недостаточно ограничиваться информированием участников об их оздоровительной значимости. Не менее важно создать условия для получения положительных эмоций, конструктивного общения и ощущения собственной принадлежности к спортивному сообществу на равноправной основе.

Внутренняя мотивация формируется прежде всего за счёт удовлетворения, которое человек получает непосредственно от выполняемой деятельности. В настольном теннисе удачно выполненный технический элемент, улучшение результата по сравнению с предыдущей встречей или успешное решение сложной игровой ситуации позволяют участнику увидеть собственный прогресс. Внешняя мотивация, напротив, может быть связана с получением награды, диплома, рейтинговых баллов либо общественного признания. Такие стимулы способны повышать активность в краткосрочной перспективе, однако без формирования личностной значимости деятельности их влияние после завершения соревнований может существенно ослабевать. Поэтому система поощрения не должна ограничиваться исключительно награждением победителей и призёров.

Целесообразно также отмечать систематичность участия, личный прогресс, соблюдение принципов спортивной этики и готовность оказывать поддержку другим участникам.

Устойчивость мотивации во многом определяется тем, насколько участник ощущает собственную компетентность, самостоятельность и социальную поддержку. Серия неудач в играх с заведомо более сильными соперниками может снизить чувство собственной компетентности. Чрезмерно регламентированная среда, построенная преимущественно на командах и ограничениях, уменьшает возможности самостоятельного выбора. В свою очередь, холодный либо конфликтный характер взаимодействия способен ослабить ощущение принадлежности к спортивному сообществу. Напротив, соперничество с участниками сопоставимого уровня, наличие возможности выбора, корректное судейство и содержательная обратная связь со стороны тренера создают условия для укрепления внутренних мотивационных ресурсов личности. Масштаб интереса населения к массовому спорту наглядно отражает опыт проведения «Олимпиады пяти инициатив».

Согласно официальным данным, в двух сезонах соревнований, состоявшихся в 2022 году, было обеспечено участие более 6,2 млн молодых людей. В 623 махаллях, где проживали победители и призёры, были построены универсальные спортивные площадки, площадки для стритбола и воркаута, а ещё в 225 махаллях на тот момент продолжались строительные работы [6;с.1]. Представленные показатели позволяют предположить, что взаимосвязь между достижениями участников соревнований и развитием спортивной инфраструктуры махалли способна превращать спортивный успех в социально значимый фактор, дополнительно поддерживающий интерес молодёжи к систематическим занятиям физической культурой и спортом. На основании проведённого теоретического анализа можно выделить следующие педагогические условия, способствующие формированию

устойчивой мотивации участников. Первое педагогическое условие предварительное выявление и признание индивидуальной цели участия в соревновании. Уже на этапе регистрации целесообразно предложить участнику ответить на краткий вопрос: «Почему

Вы решили принять участие в соревновании?». Полученная информация позволяет организаторам лучше понять его мотивационные установки. Очевидно, что человеку, ориентированному преимущественно на укрепление здоровья, и спортсмену, стремящемуся повысить рейтинговые показатели, не всегда подходят одинаковые способы стимулирования. Сведения о цели участия могут использоваться при формировании групп, проведении инструктажа, организации системы поощрений и разработке индивидуальных рекомендаций после завершения мероприятия. Второе педагогическое условие дифференциация участников не только по возрасту и полу, но и с учётом уровня их опыта и подготовленности. Если начинающий игрок уже в первой встрече терпит крупное поражение от значительно более опытного соперника, у него может сформироваться представление о соревновании как о среде, не соответствующей его возможностям.

Использование групп, сформированных с учётом уровня мастерства, проведение дополнительных или утешительных встреч, парных соревнований, а также кратких обучающих сессий позволяют обеспечить каждому участнику необходимый объём игровой практики и возможность ощутить собственный успех. В данном случае принцип равенства следует рассматривать не как предоставление абсолютно одинаковых условий всем участникам, а как создание возможностей для полноценного включения каждого человека в соревновательную деятельность. Практическую значимость данного педагогического условия подтверждает дифференциация соревнований по настольному теннису с учётом возрастных и социальных категорий. В программе «Олимпиады пяти инициатив» соревнования по настольному теннису предусмотрены на отдельных этапах для школьников, молодёжи махаллей, учителей общеобразовательных школ и студентов высших образовательных учреждений. Молодёжь махаллей распределена по возрастным категориям 11–15, 16–21, 22–26 и 27–30 лет, тогда как для студентов высших образовательных учреждений предусмотрены факультетский, вузовский, территориальный и республиканский этапы [7; с. 2–6]. Такая дифференциация создаёт условия для участия человека в соревнованиях в относительно близкой ему возрастной и социальной среде, что способствует укреплению чувства компетентности и стремления перейти на последующий уровень соревновательной деятельности. Третье педагогическое условие создание эмоционально безопасной и поддерживающей атмосферы соревнования. Манера общения судьи, реакция организаторов на ошибки, характер взаимодействия между соперниками и поведение зрителей непосредственно влияют на субъективное восприятие соревнования участником. Насмешки над ошибками, чрезмерно резкие замечания и недостаточно понятные правила способны повышать тревожность. Если же ошибка рассматривается как естественная составляющая процесса обучения, спорные ситуации объясняются объективно и спокойно, а к каждому спортсмену проявляется уважительное отношение, вероятность формирования желания повторно принять участие в соревнованиях возрастает. Четвёртое педагогическое условие дополнение итогового результата критериями личностного и спортивного развития.

Если единственным показателем успешности является занятое место, значительная часть участников не получает возможности объективно увидеть собственные достижения.

Включение таких критериев, как качество игры, выполнение конкретной технической задачи, дисциплинированность, улучшение индивидуального результата по сравнению с предыдущими выступлениями и соблюдение спортивной этики, позволяет сделать личный прогресс более заметным для самого участника. Подобный подход не уменьшает ценности победы, но одновременно формирует перспективу дальнейшего развития для тех, кто не занял призового места. Пятое педагогическое условие организация методического сопровождения участников после завершения соревнования. Z. McVinnie и соавторы провели систематический анализ 39 исследований, отобранных из 2079 научных работ, и установили, что в период подготовки к массовым спортивным мероприятиям уровень физической активности участников повышается, однако у значительной их части в течение 1-4 месяцев после окончания мероприятия наблюдается его последующее снижение [2; с. 3-6]. У отдельных начинающих участников недельный объём физической активности возрастал с 39 до 194 минут, однако сохранение достигнутых показателей во многом зависело от наличия последующей поддержки [2; с. 17-18]. Следовательно, завершение соревнования следует рассматривать не как окончание мотивационно-педагогической работы, а как переход к её следующему этапу. Шестое педагогическое условие достаточный уровень профессиональной компетентности специалиста. Специалист в области физической культуры и спорта поддерживает мотивацию участников не только посредством эмоционального поощрения.

Не менее значимыми являются способность адаптировать упражнения к возможностям занимающегося, доступно объяснять причины ошибок, определять безопасный объём физической нагрузки и своевременно обращать внимание человека даже на небольшие положительные изменения. G. Bo'riyeva и S. Qorayev выделяют развивающую, адаптивную, инновационную и компенсаторную функции педагогической компетентности, подчёркивая, что применение современных педагогических методов способствует повышению интереса обучающихся [3; с. 17-19].

Следовательно, качество мотивационной среды массового соревнования во многом определяется уровнем педагогического мастерства задействованных специалистов.

В таблице 1 представлена последовательность мотивационно-педагогической работы, которая начинается ещё до проведения соревнования и продолжается после его завершения. Такой подход предполагает восприятие человека не просто как зарегистрированного участника мероприятия, а как активного субъекта, обладающего собственными целями, интересами и потребностями.

Педагогические средства, применяемые на каждом этапе, должны обеспечивать основу для последующей деятельности: правильное определение цели позволяет адаптировать соревновательный опыт к особенностям участника; положительный опыт повышает готовность воспринимать рекомендации после завершения мероприятия; конкретные и доступные рекомендации, в свою очередь, увеличивают вероятность перехода от эпизодического участия к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Таблица 1.

Этапы мотивационной поддержки участников

Этап	Педагогическая задача	Практические средства	Ожидаемый результат
Подготовительный этап	Определение цели участия и имеющегося опыта	Краткий опрос, распределение по группам с учётом уровня подготовленности	Соответствие ожиданий участника его возможностям и условиям соревнования
Соревновательный этап	Формирование положительного опыта и создание условий для достижения личного успеха	Соревнование с сопоставимыми по уровню участниками, обучающая обратная связь, доброжелательная и уважительная атмосфера	Внутренняя удовлетворённость и укрепление чувства собственной компетентности
Заключительный этап	Осмысление достигнутого результата и определение последующей цели	Индивидуальная карточка результатов, рекомендации, различные формы признания достижений	Осознание собственного прогресса и перспектив дальнейшего развития
Последующее сопровождение	Предупреждение снижения физической активности после завершения соревнований	Приглашение к дальнейшим тренировкам, группа для поддержания связи, краткие мотивационные сообщения	Переход к регулярной физической активности

Установлено, что индивидуальный подход не противоречит принципу массовости.

Напротив, устойчивость массового спортивного мероприятия во многом определяется тем, насколько люди с различными потребностями и уровнем подготовленности способны найти в нём подходящие условия для полноценного участия.

Разделение участников на небольшие группы, использование заданий различной степени сложности, учёт потребности в дополнительном отдыхе и выбор соответствующей формы обратной связи требуют от организаторов не столько значительных материальных затрат, сколько тщательно продуманного педагогического планирования. При этом нет необходимости собирать избыточный объём персональной информации: достаточно определить наиболее существенные характеристики, необходимые для принятия педагогически обоснованных организационных решений. В рамках инклюзивного подхода самостоятельную ценность приобретает сам процесс участия в спортивной деятельности. А. Adelfinskiy отмечает, что признание индивидуальных достижений всех участников массового спорта и отказ от представления соревновательного соперничества в качестве единственной ценности способствуют более активному вовлечению населения в спортивную деятельность [4; с. 39-60]. В соревнованиях по настольному теннису данный подход может быть реализован посредством введения различных номинаций, организации

парного взаимодействия, разработки отдельных форматов для начинающих игроков, а также поощрения участников, улучшивших собственные результаты. При этом признание достижений должно быть конкретным и обоснованным. Одинаковая формальная похвала, адресованная всем участникам независимо от характера их достижений, способна снижать её педагогическую значимость. Социальная поддержка не должна завершаться вместе с непосредственным соревновательным взаимодействием. Организация после мероприятия небольших тренировочных групп, возможность получения консультации тренера, а также предоставление конкретной информации о дате и условиях следующей встречи позволяют сохранить связь участника со спортивным сообществом. Когда человек заранее знает, где, когда и с кем он сможет продолжить занятия, снижается психологический барьер, связанный с необходимостью самостоятельно организовывать дальнейшую деятельность.

Поэтому вместо общей рекомендации «заниматься регулярно» целесообразно предлагать конкретный маршрут дальнейшего участия с указанием места, времени, уровня тренировочной группы и ответственного специалиста. В процессе мотивационной поддержки возможно умеренное применение цифровых средств. Краткие напоминания после соревнований, видеоматериалы с техническими упражнениями, еженедельные вопросы для самооценки или информация о подготовке к следующему мероприятию помогают поддерживать взаимодействие с участниками. Вместе с тем чрезмерное количество сообщений, обязательная отчётность или постоянное рейтинговое сравнение могут усиливать внешнее давление и снижать самостоятельную заинтересованность человека. Следовательно, цифровые технологии не должны заменять непосредственное человеческое взаимодействие. Их целесообразно рассматривать как вспомогательный инструмент, обеспечивающий удобство и непрерывность педагогической коммуникации между тренером и участником. На наш взгляд, предложенные педагогические условия позволяют рассматривать массовое спортивное мероприятие не как кратковременное эмоционально насыщенное событие, а как своеобразный переходный этап к систематической физкультурно-спортивной деятельности. В данном контексте задача организатора состоит не просто в максимальном эмоциональном стимулировании участника, а в выявлении ведущего источника его мотивации и последующем закреплении этого мотива посредством положительного личного опыта. Информация о пользе физической активности для здоровья, безусловно, имеет важное значение, однако её влияние на реальное поведение становится более выраженным при сочетании с удовольствием от деятельности, социальным взаимодействием и ощущением собственного развития.

Оценка мотивации не должна основываться исключительно на результатах опроса удовлетворённости, проведённого сразу после окончания соревнования. Положительный эмоциональный фон может иметь кратковременный характер и не всегда свидетельствует о готовности человека продолжать систематические занятия. Для определения устойчивости мотивации целесообразно учитывать последующее посещение тренировок, продолжительность самостоятельных занятий, повторное участие в соревнованиях и сохранение поставленных личных целей. Вместе с тем данные показатели не должны превращаться в средство избыточного контроля за участником.

Основное назначение педагогической оценки заключается не в выявлении недостатков для последующего порицания, а в определении тех аспектов, в которых человеку требуется дополнительная поддержка. Исследования, посвящённые проектному управлению мероприятиями, показывают, что взаимосвязанность этапов планирования, реализации и обратной связи оказывает влияние на удовлетворённость участников [5; с. 53-60]. Если рассматривать данный организационный принцип с позиции мотивационной направленности, то на этапе планирования необходимо выявлять потребности участников, в ходе проведения соревнования создавать условия для приобретения положительного опыта, а после его завершения определять доступный индивидуальный маршрут дальнейшей физкультурно-спортивной деятельности.

Таким образом, мотивационную работу следует понимать не как самостоятельное агитационное мероприятие, а как педагогический принцип, интегрированный во все этапы подготовки, проведения и последующего сопровождения массового соревнования.

Настоящая статья имеет теоретико-аналитическую направленность. Предложенные педагогические условия требуют дальнейшей экспериментальной проверки с привлечением участников соревнований по настольному теннису различных возрастных групп и уровней подготовленности.

В рамках педагогического эксперимента представляется целесообразным исследовать динамику внутренней мотивации, готовность к повторному участию в соревнованиях, продолжительность последующих занятий, уверенность в собственных возможностях и чувство социальной принадлежности. Для получения более объективных результатов данные показатели рекомендуется сопоставлять на исходном, итоговом и отсроченном этапах исследования. На основании системного анализа педагогических условий, направленных на обеспечение устойчивости мотивации участников массовых соревнований по настольному теннису, можно сформулировать следующие

Выводы: устойчивая мотивация участников массовых соревнований по настольному теннису формируется при признании индивидуальной цели участия, соответствии содержания соревновательной деятельности уровню подготовленности человека, создании эмоционально безопасной среды и предоставлении возможности увидеть и оценить собственные достижения.

К основным педагогическим условиям устойчивой мотивации относятся дифференциация участников с учётом их целей и опыта, поддержание внутренней удовлетворённости от спортивной деятельности и социального взаимодействия, признание индивидуальной динамики развития, применение адаптированной обратной связи, а также организация методического сопровождения после завершения спортивного мероприятия.

Реализация мотивационно-педагогической работы на этапах подготовки к соревнованию, его непосредственного проведения, подведения итогов и последующего сопровождения позволяет трансформировать массовые соревнования по настольному теннису в педагогически организованную среду, способствующую формированию устойчивой потребности в физической активности и здоровом образе жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Berg B. K., Warner S., Das B. M. What about sport? A public health perspective on leisure-time physical activity // *Sport Management Review*. – 2015. – Vol. 18, No. 1. – P. 20–31. DOI: 10.1016/j.smr.2014.09.005.
2. McVinnie Z., Plateau C. R., Lane A., Murphy N., Stevinson C. Effects of engaging in mass participation sporting events on physical activity behaviour: a systematic review // *Health Promotion International*. – 2023. – Vol. 38. – P. 1–20. DOI: 10.1093/heapro/daad018.
3. Bo‘riyeva G. I., Qorayev S. B. Bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantiruvchi ijtimoiy-pedagogik omillar // *Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-uslubiy asoslari: Respublika ilmiy-amaliy anjumani materiallari*. – Chirchiq, 2024. – B. 17–19.
4. Адельфинский А. С. Чествование инклюзивности: организация и ритуал спорта массового участия // *Антропологический форум*. – 2022. – № 54. – С. 37–67. DOI: 10.31250/1815-8870-2022-18-54-37-67.
5. Witkowski K., Kosa J., Piepiora P. Strategy of managing a project of organising a mass sports event // *Studies in Sport Humanities*. – 2016. – No. 20. – P. 53–60.
6. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasida “Besh tashabbus olimpiadasi”ning 2023-yil mavsumini yuqori saviyada tashkil etish va o‘tkazishga bag‘ishlangan yig‘ilishning 22-son bayoni. – Toshkent, 2023-yil 31-mart. – 15 b.
7. “Besh tashabbus olimpiadasi” doirasida tanlov va musobaqalarni o‘tkazish jadvali. – Toshkent, 2023. – 6 b.