Выступление из опыта работы

учителя физической культуры и здоровья

Езерского Н.В.

**Формирование позитивной мотивации к занятиям физической**

**культурой с учётом личностно-ориентированного подхода к обучению**

Мотивация обучающихся к занятиям физической культурой занимает важное место в организации учебного процесса. Имея внутреннее желание, интерес к занятиям, школьник будет более продуктивно участвовать в учебном процессе. Поэтому, от преподавателя физической культуры зависит, насколько он понимает мотивации учения в своей сущности, факторы и методы ее формирования. Мотивы учащихся старших классов по сравнению с другими возрастными группами, более уравновешены, стабильны, социально значимы, но они все-таки нуждаются в подкреплении. Чем старше становится школьник, тем заметнее у него понижается интерес к занятиям физической культурой, либо полностью сменяется пассивным отношением, если этот интерес не закреплен в устойчивый мотив. А мотивы, связанные с пониманием воздействия физических упражнений на укрепление здоровья, воспитание физических качеств, хотя и являются для общества социально важными, школьниками таковыми не осознаются.

         Задача учителя физической культуры заключается в том, чтобы грамотно использовать методы поощрения (наряду с другими методами), чтобы они повышали восприятие успеха, а также способствовали повышению внутренней мотивации школьников. В этой связи можно дать следующие рекомендации по повышению внутренней мотивации:

 - обеспечение условий для успеха. Осознаваемый успех повышает у детей любого возраста ощущение собственной значимости и компетентности;

 - обеспечение соответствия вида поощрения и выполняемой деятельности. Необходимо таким образом связать поощрение с определенным поведением, чтобы для школьника повысилась информационная значимость поощрения (занимающийся должен быть уверенным, что его поощряют за верное выполнение какого-либо элемента). Делать акцент именно на информационный аспект поощрений;

 - использование не только вербальных, но и других видов поощрения. Словесно подбадривая, педагог обеспечивает положительную обратную связь и стимулирует их к продолжению совершенствования. Это особенно важно для детей, которые имеют слабые физические данные для занятий спортом и физической культурой;

 - разнообразие содержания и последовательности выполнения упражнений. Занятие может быть скучным, однообразным, поэтому необходимо нарушать монотонность занятия, меняя последовательность выполнения упражнений, ритм, а также и сами упражнения. Кроме того, подобное разнообразие дает возможность обучающимся попробовать себя в различных позициях;

 - привлечение школьников к принятию решения. Обучающиеся воспринимают себя наиболее компетентными, когда они являются активными участниками в процессе обучения;

 - определение реальной цели. Проблема педагогов заключается не в том, чтобы научиться формулировать цели, а в том, чтобы ставить цели, обеспечивающие направление действий и повышение мотивации, а также в том, чтобы научить обучающихся двигаться к поставленным целям и достигать их. Проще поставить цель, чем следовать ей.

Факторы, влияющие на мотивацию каждого человека разнообразны, следовательно, и ее методы также различны:

1. убеждение (информационные, поисковые, дискуссионные, взаимного просвещения);
2. стимулирующие (внушение, поощрение, порицание);
3. личный пример преподавателя;
4. проблемное изложение;
5. самопознание;
6. совместная рефлексия деятельности и взаимодействия.

Основным методом формирования мотивационного компонента является метод убеждения, который связан с процессами понимания и восприятия ценностной информации, обращением к собственному критическому суждению обучающегося. Чтобы убедить старшеклассника в чем-либо, необходимо раскрыть смысл явления в том контексте, который будет для него наиболее значимым, так как каждый реагирует, прежде всего, на то, что имеет личностный смысл.

Для формирования мотивации к физической активности необходимо оказать помощь обучающимся в применении различных методов, форм и средств физической культуры, раскрыть, как она помогает определиться в жизни. Следует разъяснить обучающихся ценности физической культуры, выбрать эффективные пути самосовершенствования, способы управления своим здоровьем и работоспособностью в соответствии с личностными возможностями и индивидуальными способностями. Занятия физической культурой, вне зависимости от того, в какой форме они проводятся (теория, практика), должны иметь мотивационную направленность. Важна мотивация каждого этапа урока. В начале роль играет готовность к занятию и включенность ученика, по завершению урока – удовлетворенность или неудовлетворенность результатами. Педагогическая стратегия формирования мотивации должна быть направлена:

- на актуализацию восприятия, осознания, понимания обучающихся ценностей физической культуры с позиций норм, идеалов, морали, нравственности, жизненной необходимости (формирование представлений о них);

- на побуждение обучающихся к положительной внутренней оценке ценностей физической культуры, их внутреннему принятию, убежденности в их истинности (осознанию для себя их долженствования);

- на стимулирование мотивов, желаний, переживаний, чувств обучающихся к саморазвитию физической культуры, обогащению ее ценностями.

Таким образом, успешно сформировать положительную мотивацию обучающихся старших классов к занятиям физической культурой можно с соблюдением некоторых психолого-педагогических условий, которые  будут способствовать направлению образовательного процесса на формирование саморазвития физической культуры; позволят сориентировать содержание учебного процесса по физической культуре на потребности и интересы обучающихся; актуализируют мотивы физкультурной деятельности, самопознание физической культуры;  позволят создать на занятиях комфортную психологическую атмосферу межсубъектного общения и взаимодействия; дифференцируют педагогические формы, средства, методы.