

Васильева Надежда Николаевна

учитель

МБОУ «Байгильдинская СОШ»

Канашского м.о. Чувашской Республики

д. Байгильдино, Чувашская Республика

МЕТОДИКИ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Аннотация: в статье исследуются актуальные вопросы формирования устойчивой мотивации школьников к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом. Рассматриваются ключевые факторы, влияющие на интерес учащихся к двигательной активности, и предлагаются эффективные методики, направленные на повышение вовлечённости школьников в спортивные тренировки.

Ключевые слова: мотивация, учащиеся, спорт, физическая активность, формирование привычки, игра, соревнование, наставничество.

Введение.

Формирование активной жизненной позиции современного подростка невозможно представить без систематического участия в занятиях физической культурой и спортом. Однако часто педагоги сталкиваются с низкой заинтересованностью подростков в активном образе жизни. Повышение внутренней мотивации школьников к занятиям спортом является важной задачей современной школы, обеспечивающей физическое и психоэмоциональное благополучие подрастающего поколения.

Факторы, влияющие на снижение мотивации школьников к физическим нагрузкам.

Прежде всего, отметим ряд факторов, негативно сказывающихся на желании заниматься спортом:

– недостаточная информированность родителей и самих школьников о значимости регулярных физических нагрузок;

- низкий уровень удовлетворенности организацией школьных уроков физкультуры;
- негативное отношение сверстников к активным видам отдыха;
- устаревшие методы подачи учебного материала и отсутствие игровой составляющей на уроках.

Методы повышения мотивации школьников к занятиям спортом.

Повышению мотивации способствуют разнообразные методики, каждая из которых направлена на решение конкретных проблем и достижение устойчивого результата.

1. Формирование позитивного отношения к физической культуре.

Регулярное проведение бесед и классных часов о пользе активного образа жизни позволяет сформировать понимание важности поддержания физической формы. Практическими действиями могут стать организация экскурсий на стадионы и участие в городских спортивных мероприятиях.

2. Игра как инструмент мотивации.

Игра остаётся эффективным способом вовлечения школьников в активные занятия. Организуя командные состязания, эстафеты и турниры, учитель повышает интерес ребят к движению и сотрудничеству друг с другом. Примером успешной практики являются ежегодные «Весёлые старты», ставшие традиционным мероприятием многих школ.

3. Создание благоприятных условий для занятий спортом.

Создание комфортных условий для занятий спортом также положительно влияет на мотивацию учащихся. Проведение занятий на свежем воздухе, наличие необходимого спортивного инвентаря и грамотная подготовка площадки играют важную роль в привлечении внимания школьников.

4. Привлечение родительского сообщества.

Родители активно влияют на выбор ребёнка относительно спортивной деятельности. Регулярные встречи с родителями позволяют обсудить необходимость регулярного посещения секций и важность семейного примера. К приме-

ру, организация совместных пробежек и велопоходов укрепляет семейные связи и формирует привычку регулярно заниматься спортом.

5. Индивидуальный подход к каждому учащемуся.

Каждый ученик уникален, и индивидуальный подход способен значительно повысить желание заниматься спортом. Оценивая индивидуальные особенности каждого школьника, учитель может подобрать оптимальную программу занятий, соответствующую интересам и возможностям конкретного ученика.

Выводы и заключение.

Эффективные методики повышения мотивации учащихся к занятиям спортом включают игровые элементы, создание комфортной среды, привлечение родителей и индивидуальный подход. Комплексное использование данных методов обеспечивает положительную динамику изменения восприятия детьми роли спорта в повседневной жизни, улучшает самочувствие и укрепляет характер молодого поколения россиян.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика-Пресс, 2020.
2. Колеченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий / А.К. Колеченко. – СПб.: Каро, 2022.
3. Кудрявцев Т.В. Психология физического воспитания: учебное пособие / Т.В. Кудрявцев, О.Г. Ермолаева. – М.: Просвещение, 2021.