***Формирование мотивации к урокам плавания у учащихся***

***группы начального обучения.***

Одной из самых важных проблем обучения является формирование мотивации к учению. Эта проблема рассматривается многими известными психологами и педагогами, которых интересовал вопрос: «Как сформировать мотивацию к учебным занятиям?» (Маркова А.К, Л.И Божович, Левин К). Но наряду с вопросами формирования мотивации к учению, также решаются вопросы формирования потребности у учащихся к самостоятельным и систематическим занятиям физической культурой. Это связано с тем, что здоровье – одна из главных ценностей человека, а сохранение и укрепление здоровья учеников– приоритетное направление нашего государства. Поэтому занятия физической культурой и спортом в спортивных секциях училища должны укреплять физическое развитие суворовцев, а задача педагога - развивать у подростков потребность самостоятельно заниматься физической культурой, способствовать изменению отношения к занятиям через представления о здоровом образе

жизни.

Теоретическая и практическая значимость вопросов физического воспитания учащихся, которая нашла отражение в трудах ученых: А.Н. Варламова, В.Х. Иванова, М.С. Мартыновой, Д.Н.Платонова, Н.К. Шамаева, а также недостаточное раскрытие проблемы формирования у суворовцев мотивации к занятиям физической культурой способствовали моему выбору темы самообразования: *«Формирование у суворовцев мотивации к занятиям спортом и здоровому образу жизни»* в рамках этой темы моё сегодняшнее выступление посвящено вопросу *«Формирование мотивации к урокам плавания у учащихся группы начального обучения».*

Цель моей деятельности: научно обосновать и определить эффективные средства формирования мотивации к урокам плавания уучащихся группы начального обучения.

Основными задачами своей деятельности считаю:

1. Изучить научно-методическую литературу по формированию мотивации.

2. Определить мотивы, вызывающие интерес к урокам плавания у учащихся группы начального обучения.

3. Экспериментально обосновать эффективность форм и средств, способствующих формированию мотиваций.

4. Разработать практические рекомендации по формированию мотиваций к урокам плавания.

Были использованы в моей деятельности следующие методы:

* анализ научно-методической литературы;
* анкетирование;
* наблюдение;
* контрольные испытания (мониторинг физической подготовленности);
* педагогический эксперимент;
* методы статистики.

Физическое развитие очень важно, так же как и умственное, психическое, нравственное, поэтому работу по данной теме самообразования я начал с изучения научно-методической литературы, с постановки вопросов:

* что такое мотивация?
* каковы условия возникновения мотивов к учебным занятиям?
* как объяснить школьнику, какое значение имеют занятия физической культурой в его жизни?

По мнению ученых, например, Н.К. Шамаева, М.С. Мартыновой, мотивация – это побуждение человека к действию; динамический процесс, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности. Мотивы занятий физической культурой условно делятся на общие и конкретные. К общим мотивам следует отнести желание суворовца заниматься физическими упражнениями

вообще, т.е. ему пока безразлично, чем именно заниматься.

К конкретным мотивам — относится желание выполнять какие-либо определенные упражнения, желание заниматься каким-то определенным видом спорта. Интересы подростков уже более дифференцированы: одним нравится гимнастика, другим — плавание, третьим – футбол и т.д.

Мотивы, связанные с процессом деятельности, — это удовлетворение потребности в двигательной активности и удовольствие, вызываемое получением острых впечатлений от соперничества (азарт, эмоции радости от победы и т.д.).

Мотивы, связанные с результатом деятельности, вызваны удовлетворением потребностей личности в самосовершенствовании, самовыражении и самоутверждении. Мотивы этой группы могут быть направлены на:

1) самосовершенствование, то есть на укрепление здоровья, улучшение телосложения, устранение дефектов в фигуре, развитие физических и волевых качеств;

2) самовыражение и самоутверждение - это стремление стать ловким и сильным, быть не хуже других, выступать в спортивных соревнованиях.

Формирование мотивов, направленных на результат деятельности, возникает под влиянием внешних и внутренних факторов. Внешние факторы — это условия, в которых оказывается субъект деятельности – подросток. В качестве внешних воздействий могут выступать:

1) привлекательность конкретных физических упражнений, поэтому одних ребят привлекают упражнения на гимнастических снарядах, других – упражнения игрового характера (футбол, волейбол, баскетбол и др.), третьих – силовые упражнения;

2) высокая активность занятий физическими упражнениями товарищей по взводу, по роте, в семейном кругу;

3) разнообразие и доступность спортивной базы в училище (спортивные площадки, бассейны, стадионы и т. д.);

4) высоко развитая пропаганда физической культуры и спорта;

5) и, конечно же, умело организованные занятия физической культурой во время спорт – массовой работы в училище, способные увлечь ребят заниматься ею не только в учебное, но и в свободное время.

Все эти факторы, воздействующие на суворовцев, создают благоприятные условия для возникновения у них мотивов к занятиям физической культурой. Внутренние факторы — это желания, увлечения, интересы и убеждения, которые выражают потребности личности. Особую роль играют убеждения. Они характеризуют мировоззрение подростка, придают его поступкам значимость и направленность.

Замечательный врач Н.М. Амосов писал: «В большинстве болезней виновата не природа, ни общество, а только сам человек. Чаще всего он болеет от лени и жадности, а иногда от неразумности». Для большинства детей руководитель спортивной секции, преподаватель физической культуры - это человек, способный грамотно способствовать их физическому развитию.

Только при положительном отношении суворовцев к занятиям физкультурой и спортом, возможно соблюдение и выполнение требований дополнительной образовательной программы. И я убежден, что максимально успешная реализация обучающей, воспитывающей и развивающей целей занятия во многом зависит от того, насколько педагог сможет заинтересовать воспитанников, какие методы и средства будут использованы при этом.

Создание мотивационной среды для повышения интереса суворовцев к занятиям плаванием проходит через ряд этапов, каждый из которых должен быть организационно обеспечен педагогом.

*Первый этап* формирование положительного отношения к физической культуре. В соответствии с ФГОС НОО уже с первого класса учитель должен подчеркивать положительную роль занятий физическими упражнениями в развитии учащихся и укреплении их здоровья.

*Второй этап* - формирование потребности у учащихся заниматься физической культурой. Сформировав у учащихся это желание, только тогда можно переходить к следующему этапу.

*Третий этап* - осуществление подростком намерения целенаправленно заниматься спортом. Этот этап связан с выбором спортивного направления, созданием условий для самостоятельного выполнения набора специальных физических упражнений.

По моим наблюдениям, мотивы посещения уроков плавания у суворовцев начальной группы тоже разные: те, кто доволен занятиями, ходят на них ради своего физического развития и укрепления здоровья, а те, кто не

удовлетворен уроками (а такие находятся в каждой возрастной группе), посещают их избежать занятий в других спортивных секциях. В данном случае, я в этом убедился, большая роль в формировании мотивации к занятиям физической культурой, в том числе к урокам плавания, принадлежит родителям.

В 2012-2013 учебном году я провел опрос воспитателей и частично родителей своих воспитанников в начальной группе обучения. Результаты данного опроса показали, что 75% воспитанников охотно выполняют утреннюю зарядку и с удовольствием посещают бассейн (отмечается высокий уровень понимания воспитателями и родителями значения уроков плавания для их ребенка); 15% воспитанников их родителей и воспитателей относятся нейтрально к урокам плавания; 10% - вообще не хотят делать зарядку, без удовольствия ходят на уроки плавания (в данном случае отмечается низкий уровень понимания, как воспитателями, так и родителями значения уроков плавания).

Мотивация родителей, в основном заключается в оздоровлении ребёнка, в закаливании и уменьшении заболеваний верхних дыхательных путей. Некоторые воспитанники с детского сада, самостоятельно или с родителями посещали бассейн, но делали это эпизодически, лишь в выходные дни, во время каникул или во время родительского отпуска, поэтому моя главная цель как педагога обучающего плаванию - сделать эти занятия регулярными, сохраняя и укрепляя здоровье суворовцев. А это может осуществиться только в случае выполнения следующих задач:

1) развивать положительную мотивацию к занятиям плаванием;

2) формировать потребность в самостоятельных систематических занятиях плаванием или, иными словами, формировать мотив, привычку к физической нагрузке, к активной двигательной деятельности;

3) улучшать самочувствие учащихся;

4) формировать потребности к ведению здорового образа жизни.

Все это я реализую с помощью следующих методов:

***Словесные методы.*** *Объяснение.* В начале занятия объясняю значение выполняемых упражнений.

*Беседа.* В диалоге с суворовцами выясняю, кто уже умеет плавать, нырять с вышки; кто знает наших олимпийских чемпионов и т.д.

*Практические методы обучения.* Двигательный опыт суворовцев обогащается разнообразными упражнениями. Например, старт из различных исходных положений, упражнения в парах, с различным мелким и нестандартным инвентарем и т.д.

*Наглядные методы обучения.* Рассказывая ребятам о работе дыхательной, сердечно-сосудистой и других системах, о влиянии занятий физическими упражнениями на работу этих систем, показываю красочные таблицы из кабинета биологии. Использую различные презентации по ознакомительным темам. При работе в группах использую карточки с изображениями данных упражнений.

*Метод наблюдения*. Известно, что ребята в процессе любых занятий внимательно наблюдают друг за другом, сравнивая себя с другими, отмечая «плюсы» и «минусы» поведения и характера, при этом ученик начинает осознавать и познавать себя. Например: одна группа учащихся проплывает полосу препятствий, а другая подсчитывает ошибки в выполнении заданий.

*Методы самостоятельной работы*. На этапе закрепления изученного материала, привлекаю учеников, которые, имея опыт в выполнении упражнений по текущей теме, сами предлагают комплекс упражнений.

*Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности.* Одним из действенных приемов стимулирования интереса к учению является создание в учебном процессе ситуаций успеха у суворовцев, испытывающих определенные затруднения. Ситуации успеха создаются путем дифференцированной помощи воспитанникам в выполнении учебных заданий одной и той же сложности. Например: сильные ученики - отжимаются в упоре лежа от пола, слабые - в упоре от скамьи. Ситуации успеха организую и путем поощрения промежуточных действий, то есть путем специального подбадривания их на новые усилия. Важную роль в создании ситуации успеха играет благоприятная психологическая атмосфера, которая снижает

чувство неуверенности, боязни.

*Методы контроля и самоконтроля*. Очень важно развивать у учащихся начальной группы умение самостоятельно находить допущенные ошибки, неточности, намечать способы устранения этих проблем. Для этого обучаю воспитанников различным способам самостраховки.

*Метод мини-проектов.* В прошлом учебном году с учащимися начальной группы обучения применил проектную работу во время предметной недели дополнительного образования. Ребята подготовили презентации на различные темы («Герои олимпиады»; «Комплекс утренней зарядки»), подбирая самостоятельно или с помощью воспитателей материал, который они на занятии защищали. Лучшие из ребят получили дипломы, но работа каждого - получила одобрение.

Чем активнее методы обучения, тем легче заинтересовать ими воспитанников, поэтому мы много проводим соревнований среди групп обучения, в виде спортивных состязаний, турниров. Результаты отражаем на сайте училища, на информационных стендах. Такая работа очень мотивирует на дополнительную самостоятельную физическую подготовку, повышает интерес к занятиям плаванием. Повышает интерес к занятиям и проведение таких соревнований, как «Папа, мама и я – спортивная семья», «Самый спортивный взвод»…. и т.д. Большую роль играет привлечение суворовцев старших групп, воспитателей, родителей в качестве судей или организаторов спортивных мероприятий. Это дает положительные результаты в формировании потребности к здоровому образу жизни, а также приобщение учащихся к регулярным занятиям плаванием, опираясь на поддержку взрослых.

Активность учащихся зависит от многих факторов, основными из них являются: правильная постановка задач занятия; оптимальная загруженность учащихся на занятии; создание благоприятной эмоциональной атмосферы. Эмоциональный фон у учащихся формируется, как правило, до начала занятия и должен сохраняться в течение всего урока, но он может меняться. Это зависит от самочувствия суворовца, его интереса к занятиям плаванием, к физическим упражнениям, к личности педагога, от полученных результатов, оценивания, от настроя и поведения педагога.

Существует несколько факторов, способствующих повышению эмоциональности занятия и вызывающих положительную мотивацию у суворовцев, выполняющих задания в бассейне. Один из них - использование игровых методов. Игра – привычная форма занятия. Для учащихся начальной группы обучения это не только развлечение, но и способ развития. С помощью игр суворовцы усваивают правила и нормы рациональных форм движения, развивают психические и физические качества, коммуникативные способности. Учитывая всю важность влияния физических упражнений на организм человека, необходимо рекомендовать:

1) пропагандировать физическую культуру всем преподавательским коллективом;

2) повышать престиж уроков физической культуры, в том числе и занятий в спортивных секциях и на уроках плавания, превращая их в праздничное, радостное, эмоциональное занятие;

3) содержание уроков сделать динамичным, отдавая предпочтение различным видам спорта, полагаясь на инициативу учащихся.

Таким образом, для формирования мотивации у учащихся начальной группы обучения к занятиям плаванием необходимо учитывать:

- дифференцированное отношение к заданиям и их оценке применительно к учащимся определенной медицинской группы;

- использование в обучении ситуации успеха;

- воспитание потребности у учащихся к систематическим занятиям плаванием и повышением мастерства;

- включение в работу игр, упражнений и конкурсов соревновательного

характера, и, подготовку к соревнованиям;

- преподавание теоретического материала по плаванию и здоровому образу жизни с использованием ИКТ;

- вовлечение учащихся в проектно-исследовательскую деятельность;

- освещение достижений учащихся в соревнованиях и конкурсах по плаванию публично.

С целью оценки результативности своей работы по теме самообразования, проведения мониторинга физической подготовленности учащихся к урокам плавания, выявления уровня мотивации учащихся мною были проведены микроисследования:

1. *Для выявления эмоционального отношения к урокам плавания* была использована методика «Веселый – грустный» (10% ребят отметили свое настроение как «грустное»; 85% отметили позитивное настроение, указав, что им нравится проектная деятельность; проведение спортивно-оздоровительных состязаний; привлечение к проведению спортивных мероприятий своих мам и пап, воспитателей, и старших суворовцев, хотя в начале 2011 – 2012 учебного года ребят с грустным настроением было 30%).

2. Были собраны *сведения о систематическом посещении других спортивных секций и спортивно-массовой работе.* Результаты показали, что учащиеся группы начального обучения 100% задействованы в спортивно-массовой и секционной работе, а это дополнительная двигательная деятельность, которая прибавляет положительные эмоции, улучшает спортивные результаты, укрепляет здоровье, повышает интерес к занятиям спортом.

*3. Для определения уровня мотивации к урокам плавания* было проведено анкетирование среди учащихся группы начального обучения (всего 25 чел.). Результаты показали, что для большинства суворовцев (75%) понятие «здоровый человек» означает человека с отсутствием болезней и вредных привычек, рационально питающегося полезной пищей, и регулярно занимающегося физической подготовкой. На вопрос о количестве уроков плавания, 15% - пожелали увеличить количество до 4-5 занятий в неделю. Меня особо насторожил вопрос о самочувствии, так как многие ребята (64%) отметили слово - «усталость». Для поддержания здорового образа жизни воспитанники советуют не употреблять алкоголь, не курить, делать утреннюю зарядку, бегать, участвовать в соревнованиях.

Перспективу дальнейших исследований в 2012-2013 учебном году я вижу в продолжение работы по данной теме самообразования, так как предполагаю внедрить в учебно-воспитательный процесс работу с индивидуальными «паспортами» физического развития, физической подготовленности и спортивных достижений воспитанников секции, что будет являться наглядным «портфолио» успехов и мотивацией к занятиям спортом (в том числе и плаванием).

В заключении хочу сказать, что практическая значимость моей работы заключается в том, что были определены мотивы, вызывающие интерес к урокам плавания у учащихся группы начального обучения; разработаны программы соревновательных игр; разработаны программы теоретических занятий; подготовлены практические рекомендации для педагогов дополнительного образования по плаванию по формированию мотивации к урокам плавания. Жан Жак Руссо писал: «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым»

**Практические рекомендации для формирования у суворовцев мотивации к занятиям физической культурой и спортом**

1. Обращать внимание на правильное выполнение деталей задания и часто хвалить за заслуги, поощрять. Использовать словесные подбадривания и поощрения и такие как, похлопывание по плечу и дружеская улыбка.

2. Хвалить ребят искренне. Неискренняя похвала или поощрение – не эффективны. Если говорить, что воспитанник сделал все правильно, когда он сам знает, что это не так, это «говорит» ему о том, что педагог просто хочет его успокоить. Неискренность уничтожает доверие к педагогу.

3. Признавать неудачное выступление своего подопечного. Например, обнимите его и скажите: «Да, это действительно трудная ситуация», вместе с тем, подбадривая его: «В следующий раз у тебя все получится».

4. Вырабатывать реальное планирование результатов (достижений), соответствующих возрасту ребенка и уровню его способностей, позволяют педагогу обеспечить искреннее подбадривание. Нельзя ожидать от 12 -летнего ученика того, что можно ожидать от 16-летнего.

5. Поощрять усилия в такой же степени, как и результат. Легко демонстрировать хорошее отношение, когда все идет хорошо. К сожалению, ученики не всегда выигрывают и не всегда демонстрируют хорошую игру. Однако, если воспитанник полностью выложился, то чего еще от него можно требовать.

6. Обращать внимание на усвоение и отработку умений и навыков. Ученики должны видеть улучшение своих физических качеств. Использовать

разнообразные виды физической активности и разнообразные упражнения.

Инструкции должны быть простыми и лаконичными. Широко использовать

демонстрацию различных элементов под разными углами. Обеспечивать

максимальное использование средств обучения.

7. Видоизменять виды деятельности. Главная цель состоит в том, чтобы ребята испытывали успех. Приводить физическую активность в соответствии с потребностями ученика, а не наоборот.

8. Поощрять правильное выполнение действий, а не просто результат. Типичная ошибка педагогов состоит в том, что они поощряют результат выполнения действия, даже если само действие было выполнено учеником неправильно. Очень важно поощрять и стимулировать правильные технические действия, независимо от результата.

9. Обеспечивать окружающие условия и страховку, которые бы снижали страх перед изучением новых элементов. Ошибки – естественная составная часть процесса усвоения.

10.Вдохновлять детей личным примером в гимнастическом зале, плавательном бассейне, на игровой площадке.