

Формирование мотивации детей к занятию спортом на уроках физической культуры в начальной школе

Ташлыкова Ирина Валерьевна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Целью данной статьи является рассмотрение основных аспектов, на которые необходимо обратить внимание в процессе формирования мотивации у детей младшего школьного возраста к занятию спортом. В работе проведен анализ проблем, которые могут возникнуть в процессе обучения, и синтез возможного решения выявленных проблем. В итоге работы выявлено главное, что нужно рассмотреть учителю, для оптимизации процесса обучения школьников физической культуре и приобщения их к занятию спортом.

Ключевые слова: физическая культура, начальные классы, младший школьный возраст, мотивация, спорт.

The formation of children's motivation to engage in sports in the physical education classes in elementary school

Tashykova Irina Valer'evna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

The purpose of this article is to consider the main aspects that need to be paid attention to in the process of forming motivation in primary school children to engage in sports. The paper analyzes the problems that may arise in the learning process and synthesis of possible solutions to the identified problems. As a result of the work revealed the main thing that needs to be considered by the teacher, to optimize the process of teaching schoolchildren physical education and their involvement in sports.

Keywords: physical education, elementary school, primary school age, motivation, sports.

За последние несколько десятилетий было замечено ухудшение здоровья детей. Все чаще дети рождаются с физическими недостатками, патологиями или хроническими заболеваниями. Абсолютно здоровых детей уже практически нет, вследствие чего, возникает необходимость в организации уроков физической культуры с учетом индивидуальных

особенностей школьников. Однако, несмотря на эти особенности, учителям необходимо выполнить определенные требования в отношении физической формы, воспитания, уровня развития физических качеств детей младшего школьного возраста.

В своей работе И.Н. Ернет, В.Н. Пушкина, Е.Ю. Федорова выявляют функциональные особенности, которые нужно учитывать при планировании нагрузок в процессе обучения физической культуре [1]. Т.А. Восканян и В.Б. Пагиев рассмотрели цели, задачи и значение физической культуры для младшего школьного возраста [2]. В работе Е.А. Якимова и Г.В. Бобылев представили результаты экспериментального исследования эффективности интегративной методики формирования мотивации к занятиям спортом в процессе физического воспитания младших школьников [3]. В своей статье А.С. Касмалиева и Л.И. Губанова рассматривают анатомо-физиологические возрастные особенности детей младшего школьного возраста и значение игровой деятельности в адаптации ребенка к новым условиям [4]. Н.С. Лапаев рассмотрел влияние спортивно-подвижных игр на развитие физических качеств детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры [5].

Целью исследования является рассмотрение основных аспектов, на которые необходимо обратить внимание учителю в процессе обучения младших школьников физической культуре, а также в процессе формирования мотивации к занятию спортом.

Каждый год, в соответствии с законодательством, школьники должны проходить медицинские осмотры и получать допуск к занятиям спортом и физической культурой.

В период обучения в начальной школе организм ребенка находится в процессе роста и развития. Халатное отношение учащихся к занятию спортом приводит к изменениям функционального состояния центральной нервной системы, проблемам в сердечно - сосудистой системе, снижению иммунитета, снижению сопротивляемости к различным заболеваниям, повышается склонность к набору массы тела.

Проблемой для учителя становится организация урока, так, в составлении упражнений для предстоящего занятия, нужно учесть индивидуальные особенности каждого ученика. Необходимо организовать урок не только так, чтобы каждый школьник был вовлечен в упражнения, но и, чтобы каждый мог справиться с нагрузкой. По итогу обучения, курсу физической культуры в начальной школе, учителю необходимо вывести всех учеников класса на определенный уровень функциональной подготовленности.

С периода начальной школы закладываются основы в физическом воспитании детей. Дети младшего школьного возраста чрезвычайно подвержены влиянию и с самого первого дня занятий физической культурой, необходимо привить желания: заниматься спортом, улучшать свое физическое состояние, заботиться о своем здоровье.

Учителю необходимо не только практически обучить определенным упражнениям, но и теоретически объяснить для чего они нужны, какие группы мышц развивают и какие проблемы с физическим состоянием может вызвать пренебрежение спортом. Это необходимо чтобы дети не просто выполняли заданные упражнения, но и понимали, для чего они это делают.

Большую значимость в деятельности детей имеет мотивация к этой самой деятельности. Особенно сложным в работе учителя остается формирование интереса касаясь занятий физической культурой и спортом.

Иными словами, мотивация к физической деятельности стоит в фундаменте становления спортивного интереса детей младшего школьного возраста.

Чтобы определить мотивы детей к занятию спортом необходимо рассмотреть потребности школьников, то есть нужды, желания, стремления.

Потребности могут быть:

- социальные;
- духовные;
- в двигательной деятельности.

Итак, учитывая потребности, мотивы занятий физической культурой и спортом могут быть такими:

1. удовлетворение потребностей в двигательной активности;
2. самосовершенствование;
3. самовыражение, самоутверждение;
4. удовлетворение духовных потребностей;
5. получение впечатлений от соперничества.

Таким образом, у каждого ребенка может быть свой мотив, задача учителя физической культуры интерпретировать его в пользу занятия спортом, еще на стадии начального обучения дисциплине. Учителю требуется задавать себе вопросы касающиеся повышения уровня замотивированности обучающихся.

В задачи учителя входит: формирование у обучающихся представлений о здоровом образе жизни, побуждение к самостоятельным занятиям физической культурой. Необходимо побудить школьников к регулярным занятиям спортом, выработать у детей привычку к активной двигательной деятельности.

Для формирования мотивации к занятию спортом необходимо:

1. Сформировать положительное отношение к физической культуре с начала обучения в школе. Необходимо постоянно напоминать школьникам о пользе выполняемых упражнений, роли этих упражнений в укреплении здоровья и улучшении состояния тела.

2. Побудить у детей желание регулярно заниматься спортом. Учителю нужно научить детей: самостоятельно ставить себе цели в плане улучшения своего физического состояния, самостоятельно подбирать необходимые именно самому ученику упражнения, адекватно оценивать свое состояние

здоровья и физическую форму. Начать можно с малого, с предложения выполнять утреннюю зарядку, легкие упражнения перед сном.

3. Создать условия для самостоятельного выполнения обучающимися определенных физических упражнений. Учитель может рассказать об организации режима дня, таким образом, чтобы оставалось время для выполнения упражнений, также может посоветовать необходимый спортивный инвентарь.

4. Преобразовать в привычку, желание детей самостоятельно заниматься спортом.

Дети младшего школьного возраста очень активны и сидение за партой сильно их выматывает. После нескольких часов умственного труда и сидячего положения им необходима разгрузка. Именно уроки по физической культуре и становятся периодом этой разгрузки, когда дети могут активно побегать, попрыгать и именно в это время нужно начать формирование интереса к занятию спортом.

На физической культуре в начальных классах можно проводить:

- игры с мячом для привлечения детей к определенным видам спорта: футболу, волейболу, баскетболу;
- различные парные упражнения, как с инвентарем, так и без;
- прыжки в длину и в высоту;
- упражнения и игры со скакалкой, обручем;
- игры в бадминтон, настольный теннис;
- эстафеты, соревновательного характера, для повышения интереса к легкоатлетическим видам спорта.

Начинать знакомство с физической культурой стоит с малого, постепенно повышая сложность упражнений (игр, эстафет и т.д.), чтобы к концу обучения детей в начальной школе достичь нужных показателей и подготовить к увеличению нагрузки в среднем звене.

Во всем своем многообразии двигательная деятельность способствует совершенствованию координационных способностей школьников. На всей протяженности урока физической культуры деятельность обучающихся должна быть насыщенной, подвижной.

С течением времени все больше снижается активность в играх в связи с эрой технологий, дети уже меньше играют в так называемые «дворовые игры» и увлечь их во время урока может стать сложнее, чем это было десять лет назад. Но все же наиболее эффективной, по вовлеченности детей в процесс, является игровая деятельность. Дети более заинтересованы играть, чем делать скучные упражнения. Принимая участие в подвижных играх, дети учатся: быстрее бегать, выше прыгать, работать в команде, развивают меткость.

Посредством совместных игр можно привить детям желание заниматься командными видами спорта вне уроков в школе. Знакомство детей с видами спорта, их особенностями, выдающимися спортсменами могут инициировать в обучающихся желание посещать различные секции

Весь процесс прохождения урока обязательно требуется тщательно контролировать, особенно, если это подвижная игра соревновательного характера. В связи с накалом эмоций дети могут выйти из-под контроля, пострадать сами или навредить одноклассникам, например, случайно толкнув. Обязательно устанавливать жесткие правила игры, для предотвращения возможных последствий, связанных с травмами.

Важно не забывать о технике безопасности и правилах поведения на уроках физической культуры, так как дети младшего школьного возраста рассеянные и недостаточно хорошо владеют своим телом и легко могут получить травмы.

Таким образом обобщая все приведенное выше, можно сделать определенные выводы:

- Необходимо тщательно изучить индивидуальные особенности учеников и спрогнозировать варианты достижения результатов по итогам обучения предмету физическая культура в начальной школе;

- Кроме практической реализации обучения предмету, нужно не забывать и про теоретические аспекты. Обучающимся необходимо дать информацию о влиянии упражнений на развитие их способностей и ознакомить с терминами, относящимися к самому предмету и спорту в целом.

- Стоит определить фундаментальные проблемы формирования мотивации у школьников. Начать преобразование потребностей и мотивов в нечто большее, способное пробудить в детях интерес к занятию спортом.

- Чтобы реализовать все задуманные учителем аспекты приобщения детей к спорту, стоит организовывать активную деятельность на каждом занятии физической культурой. Наиболее эффективно частично познакомить детей с различными видами спорта посредством игр.

- Желательно стараться сохранять высокий уровень мотивации детей на протяжении всего обучения.

- Чрезвычайно важно не забывать о безопасности на уроках физической культуры. Особенно на начальном этапе, когда детские тела недостаточно развиты в плане устойчивости движений и учащиеся подвержены эмоциональным всплескам, которые могут привести к получению ими травм.

Библиографический список

1. Ернет И.Н, Пушкина В.Н., Федорова Е.Ю. Функциональная готовность к занятиям физической культурой и спортом у детей младшего школьного возраста. Московский городской педагогический университет; Институт возрастной физиологии РАО, 2021. С. 27-33. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46245188>
2. Восканян Т.А., Пагиев В.Б. Значение физической культуры для детей младшего школьного возраста. Ставропольский государственный

- педагогический институт, филиал в г. Ессентуки, 2020. С. 49-51. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44674729>
3. Якимова Е.А., Бобылев Г.В. Формирование мотивации к занятиям спортом в процессе физического воспитания младших школьников. Мордовский государственный педагогический институт имени М.Е. Евсевьева, г. Саранск, 2018. С. 475-480. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32548643>
 4. Касмалиева А.С., Губанова Л.И. Особенности формирования интереса к занятиям физической культуры детей младшего школьного возраста. Кыргызско-Турецкий университет "Манас", 2016. С. 179-181. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26193294>
 5. Лапаев Н.С. Влияние спортивно-подвижных игр на развитие физических качеств детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры. ТИ (ф) ФГАОУ ВО «СВФУ им. М.К. Аммосова», 2021. С. 442-445. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45699549>