

# Понятие «мотивации», факторы и методы, влияющие на формировании МОТИВАЦИИ

Все способности человека развиваются в процессе деятельности. Нет другого пути развития познавательных и физических способностей учащихся, кроме организации их активной деятельности. Умелое применение приемов и методов, обеспечивающих высокую активность в учебном познании, является средством развития способностей обучаемых. Развитие познавательных творческих, физических способностей учащихся — цель деятельности педагога, а применение различных приемов активизации является средством достижения цели. Понимание этого важно для работы педагога. Заботясь о развитии учащихся, необходимо чаще использовать активные методы обучения. Но одновременно необходимо отдавать себе отчет в том, являются ли используемые приемы и методы оптимальными, отвечающими имеющемуся развитию учащихся и задаче дальнейшего совершенствования их умения.

Применяя те или иные методы и приемы активизации, необходимо всегда учитывать имеющийся уровень развития способностей учащихся. Сложные задачи можно предъявлять лишь ученикам, обладающим высоким уровнем развития физических способностей. Задачи, не соотнесенные с уровнем развития сил учащегося, превышающие возможности ученика, предъявляющие к нему требования, значительно опережающие уровень имеющегося у него развития, не могут сыграть положительную роль в обучении. Они подрывают у ученика веру в свои силы и способности.

**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 у детей младшего и среднего школьного возраста, условно делятся на *общие* и *конкретные*. К *общим* мотивам следует отнести желание учащихся 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 удовольствии, вызываемое получением острых впечатлений от соперничества (азарт, эмоции радости от победы).

Мотивы, связанные с *результатом деятельности*, вызваны удовлетворением потребностей личности в самосовершенствовании, самовыражении и самоутверждении. Мотивы этой группы 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 одноклассников и членов семьи;

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

4) высоко развитая пропаганда физической культуры и спорта;

5) и умело организованные занятия физической культурой в течение спортивно – массовой работы в школе и учреждения дополнительного образования способные увлечь ребят заниматься ею не только в учебное, но и в свободное время.

Все эти факторы, воздействующие на учащихся, 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.

Для большинства детей руководитель спортивной секции — это человек, способный грамотно способствовать их физическому развитию. Только при положительном отношении учащихся, возможно соблюдение и выполнение требований дополнительных образовательных программ. А 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 учащихся к занятиям плаванием проходит через ряд этапов, каждый из которых должен быть организационно обеспечен педагогом.

Первый этап — формирование положительного отношения к физической культуре.

Второй этап — формирование потребности у учащихся заниматься физической культурой. Сформировав у учащихся это желание можно переходить к следующему этапу.

Третий этап — осуществление подростком намерения целенаправленно заниматься определенным видом спорта.

Мотивы посещения уроков плавания у учащихся начальной школы разные: те, кто доволен занятиями, ходят на них ради своего физического развития и укрепления здоровья, и те, кто не удовлетворен уроками (а такие находятся в каждой возрастной группе), посещают их избежать занятий в других спортивных секциях.

Необходимо сделать эти занятия регулярными, сохраняя и укрепляя здоровье учащихся. 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 формировать мотив, привычку к физической нагрузке, к активной двигательной деятельности;
- 3) улучшать самочувствие учащихся;
- 4) формировать потребности к ведению здорового образа жизни.

Все это реализуется с помощью следующих методов:

Словесные методы. Объяснение. В начале занятия объясняется значение выполняемых упражнений.

Беседа. В диалоге нужно выяснить, кто уже умеет плавать, нырять с тумбы; кто знает наших олимпийских чемпионов и т.д.

Практические методы обучения. Двигательный опыт детей 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, применять различные иллюстрации.

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, привлечь 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 пловцов, испытывающих определенные затруднения. Ситуации успеха создаются путем дифференцированной помощи воспитанникам в выполнении учебных заданий одной и той же сложности. Ситуации успеха организуются 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 их устранения.

Чем активнее методы обучения, тем легче заинтересовать ими воспитанников, поэтому проводятся соревнования среди групп обучения, в виде спортивных состязаний, турниров. Такая работа очень мотивирует на дополнительную самостоятельную физическую подготовку, повышает интерес к занятиям плаванием. Большую роль играет привлечение учащихся старших групп, 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, основные из них:

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 пловца, его интереса к занятиям плаванием, к физическим упражнениям, к личности педагога, от полученных результатов, оценки, от настроения и поведения педагога.

Один из факторов, способствующий повышению эмоциональности занятия и вызывающий положительную мотивацию у учащихся, выполняющих задания в бассейне – это использование игровых методов. Игра – привычная форма занятия. Для учащихся начальной группы обучения это не только развлечение, но и способ развития. С помощью игр дети 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.

Для формирования мотивации у учащихся начальной группы обучения 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 повышению мастерства;

- включение в работу игр, упражнений и конкурсов соревновательного характера, и, подготовку к соревнованиям;
- освещение достижений учащихся в соревнованиях и конкурсах по плаванию публично.

Практическая значимость работы тренера: определить мотивы, вызывающие интерес к урокам плавания у учащихся группы начального обучения; разработать программы соревновательных игр и теоретических занятий; подготовить практические рекомендации по формированию мотивации к урокам плавания.

Практические рекомендации для формирования у учащихся мотивации к занятиям плаванием:

- Обращать внимание на правильное выполнение деталей задания и часто хвалить за заслуги, поощрять. Использовать словесные подбадривания и поощрения.
- 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.
- 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».
- Вырабатывать реальное планирование результатов (достижений), соответствующих возрасту ребенка и уровню его способностей. Нельзя ожидать от 12-летнего ученика того, что можно ожидать от 16-летнего.
- 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 хороший результат. Однако, если воспитанник полностью выложился, то чего еще от него можно требовать.
- 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.

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

— Поощрять правильное выполнение действий, а не просто результат. Типичная ошибка тренера 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.

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

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