**Аннотация методической разработки к программе**

**Факторы повышения эффективности формирования мотивации детей, к занятиям спортом**

Здоровье – ценность не только для каждого человека, но и для общества в целом. Однако далеко не все обучающиеся считают свое здоровье ценностью. Причины этого – и незнание реальных угроз здоровью, и излишняя уверенность в неистощимости ресурсов организма, и надежда лишь на возможности медицины. А главное – просто неумение осознать состояние своего организма в ситуациях каждого дня.

Таким образом, налицо проблема: изменить ориентацию обучающихся на здоровье и здоровый образ жизни. В настоящее время решение этой проблемы – задача и обязанность спортивных и общеобразовательных школ.

На современном этапе развития и реорганизации спортивных детско-юношеских школ важное значение приобретают проблемы совершенствования системы физического воспитания и спорта школьников. При этом неоспоримым признается факт наиболее эффективного и целенаправленного воздействия тренировочной деятельности на состояние и функциональные возможности организма человека. Особенно ярко это выражено в детском и юношеском возрасте, когда благотворное влияние занятий спортом на развивающийся и формирующийся организм наиболее эффективно.

В моей работе обосновывается значение формирования устойчивой мотивации детей к занятиям спортом на базовом уровне обучения спортсменов, приводится выявленная структура мотивации и причины начала регулярных занятий спортом, характеризуются поведение и деятельность тренера-преподавателя как важные факторы поддержания у детей желания продолжать занятия физической культурой и спортом.

По сути, все мотивы этой стадии направлены на определение того, является ли тренировочная деятельность необходимой и желаемой для данного человека. Результаты практического опыта современных детских тренеров свидетельствуют о том, что, в среднем, впервые 2 года тренировочной деятельности по собственному желанию («расхотелось», «перестало нравиться» и т.п.) прекращают занятия около 40% воспитанников не зависимо от уровня их подготовленности и пригодности к конкретному виду спорта. Дальнейшее развитие мотивов связано с устойчивостью занятий избранным видом спорта, достижением определённых успехов в нём, расширением специальных знаний и навыков. Это определяет необходимость в особенном внимании тренеров-преподавателей к формированию мотивации занятий спортом у обучающихся, прежде всего на базовом уровне сложности программы, поскольку именно в этот период наблюдается наибольшее количество случаев прекращения детьми регулярных тренировок.

**Рассмотрим основные причины прекращения тренировочной деятельности детьми.**

Всем известна система спортивного отбора, задача которого заключается в определении предрасположенности (одаренности) ребенка к тренировочной деятельности и выявлении наиболее перспективных занимающихся исходя из требований вида спорта. Однако зачастую многие способные в двигательном и психологическом отношении юные спортсмены бросают занятия, даже не пройдя этапа начального отбора.

Причины могут быть **специфическими** (несоблюдение тренером-преподавателем принципов постепенности в наращивании тренировочных нагрузок и возрастной адекватности тренировок («форсирование результатов»); отсутствие должного внимания к некоторым спортсменам («не перспективен»); отсутствие положительного эмоционального фона на занятиях; постоянные боли в мышцах («тренировки без отдыха»); отчужденность от спортивного коллектива и натянутые отношения с тренером-преподавателем и т. д.) и **неспецифическими** (занятость учебой, работой по дому, семейные неурядицы, «природная лень» и т. д.).

**Как же поступить тренеру-преподавателю или педагогу**, чтобы сохранить набранную группу с наименьшими потерями и привлечь начинающих спортсменов к систематическим занятиям спортом? Прежде всего, необходимо изучить психологические и физиологические особенности каждого ребенка и предотвратить появление причин, по которым юные спортсмены могут прервать тренировки.

***В практике моей работы тренера-преподавателя сформированы следующие рекомендации:***

**- строго соблюдать принцип возрастной адекватности тренировочных нагрузок, учитывать их доступность и реакцию организма юных спортсменов сразу после выполнения упражнений и к концу тренировки;**

**- наращивать нагрузки только при уверенности, что дети усвоили пройденный материал и готовы физически к увеличению объема и интенсивности упражнений или изменению содержания занятий;**

**- улучшать эмоциональный фон тренировок, применяя подвижные игры и эстафеты, вводить игровые задания (см. в приложениях планы-конспекты занятий), стремиться к разнообразию содержания тренировок, активно используя методы поощрения;**

**- осуществлять мероприятия по сплочению группы и укреплению дружественных отношений (см. приложения);**

**- необходимо стремиться уделять внимание каждому спортсмену в процессе тренировки, корректируя правильность его движений;**

**- давать индивидуальные задания (в том числе дополнительные на дом) и вводить элементы соревновательной деятельности (полезно завести на каждого ребенка «карту роста», в которой бы фиксировались результаты контрольных тренировок, тестов и т.д.);**

**- интересоваться состоянием опорно-двигательного аппарата детей на занятиях («Не болят ли мышцы?», «Как настроение?») и выяснять последствия проведенной накануне тренировки;**

**- интересоваться школьными и семейными проблемами детей, оказывать психолого-педагогическую поддержку (при необходимости в рекомендательной форме давать советы).**

Все эти постулаты были использованы мною в тренерской и методической работе с группой акробатов спортивно-оздоровительной группы и углубленного уровня сложности обучения.

В рамках этой деятельности были разработаны и проведены следующие воспитательные и спортивно-оздоровительные мероприятия и праздники: «Мама, папа, я – спортивная семья», «Моя дружная спортивная семья», «Рождественские забавы», «День здоровья», «Посвящение в спортсмены», «Соревнования с листа» и др. Мои воспитанники с удовольствием принимали в них участие и проигравших здесь нет.

Все эти мероприятия предоставляли возможность для соревновательной деятельности ребятам групп базового уровня обучения, т.к. официальных соревнований по видам спорта для начинающих спортсменов проводится немного. Присутствие родителей на наших праздниках, а тем более их участие придает определенную значимость занятиям спортом в сознании детей, повышает мотивационную составляющую.

Для обучающихся на углубленном уровне сложности организуются тренировочные сборы в г. Ставрополь в Спортивную школу олимпийского резерва В.А. Скакуна. Принимаем участие в показательных выступлениях на различных спортивно-массовых мероприятиях. Вся эта работа, безусловно, сплачивает детский коллектив и формирует устойчивую мотивацию к занятиям спортом.

Таким образом, предупреждая и выявляя препятствия для занятий, следует тщательно анализировать ситуацию и предпринимать адекватные действия по их устранению. При этом немаловажную роль играет сдержанность, рассудительность и способность к эмпатии (сопереживанию) тренера-преподавателя. Насыщенность и информативность общения влияет на характер взаимоотношений педагога и обучающегося и, в конечном счете, на силу и устойчивость мотивации детей к занятиям спортом.