«Формирование интереса к двигательной деятельности у детей старшего дошкольного возраста а детском саду».

Российское общество ныне переживает период сущностного обновления всех сфер. Жизнь меняется настолько быстро, что людям непросто отследить происходящие изменения и легко и естественно приспособиться к ним. В особенно сложном положении оказываются дети дошкольного возраста, которым приходится постоянно адаптироваться к новым жизненным условиям. Это обусловливает необходимость поиска путей совершенствования дошкольного образования, в том числе создания благоприятных условий для формирования гармоничной и всесторонне развитой личности.

В связи с этим современные родители активно ищут различные способы воспитания интеллектуально развитого ребенка. Большинство родителей ориентированы на интеллектуальное развитие своих детей, при чем иногда это происходит в ущерб физическому развитию. А ведь именно в дошкольном возрасте, в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, интеллект, память, внимание. Особенно важно интеллектуальное развитие дошкольника, которое идет параллельно с физическим.

Успешность получения и усвоения любых знаний, умений и навыков зависит от желания получить их, то есть от мотивации.

Формирование положительной мотивации к двигательной деятельности в значительной степени зависит от взрослых, от умения создать все необходимые условия для своевременного усвоения детьми движений, без которых невозможно их правильное физическое развитие.

С целью укрепления здоровья детей, формирования у них устойчивой потребности в регулярной физкультурной деятельности особую актуальность приобретает поиск средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы с детьми в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития ребёнка. Необходимы новые формы работы с дошкольниками, способствующие стимуляции активности и самостоятельности в двигательной деятельности ребёнка, которые, действуя на мотивационно-эмоциональную сферу, создадут стойкий интерес к физкультурной деятельности и положительно повлияют на оптимальное развитие ребёнка, улучшат его физическую подготовку.

 В своей работе я выделяю следующие этапы:

1. подготовительный

На данном этапе работы была проведена диагностика по мотивам двигательной активности (методика Д.Б.Эльмонин, А.Л. Вемлер) по результатам которой, я выявила, что большинство детей подготовительной группы имеют игровую мотивацию двигательной активности (42,3% (11 чел.))

Данные диагностики по мотивам двигательной активности, показали, что у детей преобладает внешняя мотивация, хотя для усвоения двигательных умений и навыков необходимо преобладание внутренней мотивации и осознанного отношения к занятиям.

Диагностика физической подготовленности показала, что 50% детей (13 чел.) находятся на высоком уровне физической подготовленности и 50% детей (13 чел.) на среднем уровне физической подготовленности.

2. основной

Мотив (лат. moveo — двигаю) — это материальный или идеальный предмет, достижение которого выступает смыслом деятельности. Мотив представлен субъекту в виде специфических переживаний, характеризующихся либо положительными эмоциями от ожидания достижения данного предмета, либо отрицательными, связанными с неполнотой настоящего положения. Для осознания мотива требуется внутренняя работа. Впервые термин "мотивация" употребил в своей статье А. Шопенгауер. Сегодня этот термин понимается разными учеными по-своему. Например, мотивация по В.К. Вилюнасу это совокупная система процессов, отвечающих за побуждение и деятельность. А К.К. Платонов считает, что мотивация, как явление психическое есть совокупность мотивов.

Различают следующие виды мотивации:

1. Внешняя мотивация (экстринсивная) — мотивация, не связанная с содержанием определенной деятельности, но обусловленная внешними по отношению к субъекту обстоятельствами.

2. Внутренняя мотивация (интринсивная) — мотивация, связанная не с внешними обстоятельствами, а с самим содержанием деятельности.

3. Мотивация, основанная на положительных стимулах называется положительной.

4. Мотивация основанная на отрицательных стимулах называется отрицательной.

Если вспомнить детство, то мотивация к самостоятельному действию проявляется тогда, когда ребенок хочет что-либо сделать и произносит заветную фразу «Я САМ!».

Одним из важных условий успешного усвоения детьми поставленных задач по физическому развитию является формирование положительной мотивации к двигательной деятельности. Формирование положительной мотивации решается в комплексе с задачами физического развития и осуществляется через следующие формы работы: физкультурные занятия, самостоятельная двигательная деятельность, индивидуальная работа с детьми, физкультурно-массовые мероприятия.

Проанализировав методическую литературу, я выделила следующие задачи формирования положительной мотивации:

* формирование знаний в области физической культуры и здоровья
* формирование осознанного отношения к приобретению необходимых двигательных умений и навыков

Данные задачи решались через следующие средства физического развития:

* физкультурные занятия;
* совместную деятельность инструктора и воспитателя;
* самостоятельную двигательную деятельность;
* спортивные развлечения.

В подготовительной части занятия, формируя эмоционально-положительное отношение и интерес детей к двигательной активности, я использую внешнюю мотивацию, предложив детям, например, идти в поход или быть туристами, волейболистами.

В основной части занятия, в процессе выполнения общеразвивающих упражнений, рассказывала детям о значении данных упражнений, и какие группы мышц оно развивает (так, например упражнение «лодочка» - развивает гибкость и укрепляет мышцы спины, что благоприятно влияет на развитие правильной осанки). Тем самым дети понимают значение упражнения и формируют представление о теле человека.

При планировании занятий в подготовительной группе использовала следующие варианты физкультурных занятий:

 традиционная структура занятия

 занятия с элементами аэробики

 занятия соревновательно-эстафетного или игрового типа.

На традиционном занятии проходит ознакомление детей с новым программным материалом (обучение спортивным играм и упражнениями, знакомство с правилами, содержанием и техникой выполнения упражнений). Эффективность формирования двигательных навыков во многом зависит от правильного подбора методов и приемов обучения. При знакомстве детей с новыми упражнениями я применяю следующие методы и приёмы: показ физических упражнений, использование голограмм, имитацию, зрительные ориентиры, звуковые сигналы. К показу физических упражнений я привлекаю детей, в процессе этого возникает интерес к разучиваемому движению, появляется уверенность, желание самим выполнить упражнение как можно лучше.

Формирование положительных мотивов ребёнка зависит от успехов и неуспехов в двигательной деятельности. Если ребёнок не успешен, он испытывает чувство тревоги, поэтому при обучении новым сложным видам движений, таким как метание, прыжки в длину с разбега, чётко объясняется техника выполнения движения, использовала голограммы (карточка с изображением техники выполнения движения), с детьми проговаривалось данное движение, выполнялись имитационные действия, так как если дети знают, как выполнять, то и не бояться это делать и более уверенно чувствуют себя на занятии.

На занятии по углублённому разучиванию двигательного навыка, учитывая уровень усвоения детьми двигательных умений и навыков, а также уровень двигательной активности, планировала занятия с различными вариантами выполнения движения. Например, после обучения метанию в цель, учитывая уровень усвоения, предлагалось выполнять упражнения с разного расстояния.

Анализируя выполнение детьми основных движений, составляю план индивидуальной работы с детьми для воспитателя, в который включаю те упражнения, с которыми ребёнок плохо справляется.

На занятиях по закреплению и совершенствованию изученного, планирую упражнения на основные виды движений так, чтобы дети постоянно были в движении. Например, закрепляя умение лазить по гимнастической стенке детям после выполнения задания, предлагалось упражнение на совершенствование в подлезании под дуги, или, закрепляя бросок мяча в кольцо, выполнить прыжки с мячом «пингвины». Это значительно повышает моторную плотность занятия и поддерживает интерес ребёнка к данному занятию.

Большое значение для поддержания интереса к двигательной деятельности приобретают занятия в тренажёрном центре. Занятия на спортивных тренажёрах способствуют стимуляции активности и самостоятельности в двигательной деятельности ребёнка, которые, действуя на мотивационно-эмоциональную сферу, создают стойкий интерес к физкультурной деятельности и положительно влияют на оптимальное развитие ребёнка, улучшат его физическую подготовку.

Старший дошкольный возраст благоприятный период для развития у детей координационных и скоростно-силовых качеств: силы, выносливости, гибкости и дети в этом возрасте стараются проявить эти физические качества, а применение детских спортивных тренажеров им в этом помогают. Дети сами могут контролировать свои действия и следить за своим самочувствием, поэтому перенагрузки на тренажерах можно не бояться.

Обучение детей упражнениям на спортивных тренажёрах проходило по следующим этапам:

На первом этапе обучения дети знакомились с имеющимися тренажёрами, с его названием, предназначением, создавалось целостное представление о двигательном акте на каждом тренажере, и начинали разучивать движение.

На втором этапе задача заключаются в том, чтобы уточнить правильность выполнения действий, постепенно исправить имеющиеся ошибки и добиться правильного выполнения действия в целом.

На третьем этапе закрепления и совершенствования данных действий на тренажёрах, стимулировала детей к самостоятельному выполнению движений и созданию возможностей применение его в жизни (например езда на велосипеде, гребли на лодке). На данном этапе работы детям предлагаются индивидуальные карточки со схематичным изображением одного или нескольких тренажёров, по которым они начинают заниматься индивидуально.

Для развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости и т.д.) и профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, на занятии по совершенствованию двигательных навыков, используя метод «круговой тренировки» (по станциям) или занятии по интересам, на которых детям предоставляется возможность самостоятельного выбора движений с предлагаемыми пособиями, я применяю упражнения на спортивных тренажёрах по сигнальным карточкам.

Кроме того, если ребёнок после болезни или имеет какие либо противопоказания в беге, прыжках или других упражнениях, он не выполняя данное упражнения индивидуально занимается на тренажёре.

В свободное от занятий время, дети с воспитателем также посещают тренажёрный центр, закрепляя свои умения, самостоятельно и осознано занимаются физическими упражнениям.

В дошкольном возрасте начинает складываться самооценка - наиболее сложный продукт развития сознательности ребенка, проявляющейся в оценке личности самой себя. Основными факторами формирования самооценки признаются: собственная активность личности, оценка окружающих людей, умение правильно оценивать действия других. На ранних этапах формирования самооценка дошкольника является отражением оценочных суждений окружающих, прежде всего взрослых. Формирование самооценки в процессе двигательной деятельности предполагает: привлечения внимания ребенка к художественному образу, «картине мира» окружающей его природы; к способности создавать собственный художественный образ - «образ красивого тела»; красивому двигательному поведению окружающих взрослых.

В большей мере этому способствует увлекательная двигательная деятельность, связанная с четкой установкой на результат (игры-драматизации, спортивные и подвижные игры, спортивные упражнения, игры-эстафеты).

Ребенок оценивает свое «Я» по непосредственным усилиям, которые он приложил для достижения поставленной цели. В связи с развитием самооценки развиваются такие личностные качества, как самоуважение, совесть, гордость.

Следующим этапом моей работы было введение самооценочной системы занятия. Мы с детьми обговорили, что в конце занятия они будут проводить самоанализ собственной деятельности. Договорились, что жёлтая звездочка – будет означать, что мне всё понравилось и у меня всё получилось; зеленая – мне всё понравилось, но некоторые движения не получились; синяя – мне занятие не понравилось (и объясняли почему).

Детям данная система очень понравилась, но на первых занятиях они оценивали свои движения в целом. Например, у меня не получилось спрыгнуть с куба, я не смог далеко метнуть мешочек. После использование данной системы дети более тщательно стали анализировать движение.

Это способствует сознательному выполнению упражнений, обучению самоанализу или анализу собственной деятельности, снижает чувства тревоги, страха, беспокойства внешней оценки взрослых.

С детьми в свободное от занятий время совместно с воспитателем проводились беседы о влиянии физических упражнений и спорта на здоровье человека.

Задавала им вопросы: «Какими видами спорта они занимаются?», «Какими бы хотели заниматься?».

Интересовалась, смотрят ли они спортивные передачи.

С целью закрепления знаний о видах спорта, дети приносили из дома фотографии родителей, братьев, сестер, на которых они занимаются спортом и рассказывали про эти фотографии, придумывают рассказы о своих спортивных увлечениях.

В работе с детьми по формированию знаний в области физической культуры, я использовала наглядные пособия с изображением олимпийской символики, кубки-награды победителей, фотографии спортсменов. Детям также предлагалось отгадывать загадки, охарактеризовать смысл пословиц о спорте и здоровье, заучивались небольшие стихи о спорте, просматривали отдельные эпизоды соревнований, состязаний по телевидению.

Данными беседами, я подводила детей к мысли, что занятие физической культурой необходимы для того, чтобы быть здоровыми, сильными, ловкими и красивыми.

Чтобы повысить интерес к занятиям, детям показывала размещение оборудования в спортивном зале, обговаривались действия с тем или иным инвентарём, просила придумать новые упражнения с ними, использовала метод творческих заданий (« Придумай упражнение», «Найди предметы, которые можно катить», «Придумай название движению» и т.д.).

Кроме основных физкультурных занятий проводилась и индивидуальная работа. Индивидуальные занятия с детьми являются действенным средством реализации личностно-ориентированного подхода в физическом воспитании. Воспитатель при планировании индивидуальной работы основывается на индивидуальном плане работы с детьми, и в свободное от занятий время, на прогулке или в вечернее время закрепляет умения в данных упражнениях.

Для совершенствования двигательных умений и навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группе создан физкультурно-оздоровительные центр, который учитывает возрастные особенности детей и их интересы. Для обеспечения страховки, предотвращения травматизма имеются гимнастические маты. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, косички, змейки, дуги для подлезания. Во всех группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Воспитатель проявляет творчество и изобретательность в изготовлении пособий из бросового материала для пополнения центра. Мелкое физкультурное оборудование размещено так, что оно доступно для детей.

Невозможно представить себе жизнь ребёнка в детском саду без весёлых досугов и развлечений, шумных праздников и соревнований, интересных игр и увлекательных аттракционов. Одни развивают сообразительность, другие – смекалку, третьи – воображение и творчество, но объединяет их общее – воспитание у ребёнка потребности в движении и эмоциональном восприятии жизни.

К спортивным праздникам серьезно готовимся. Активное участие в их подготовке и проведении принимают родители. Вместе с детьми они бегают, преодолевают различные препятствия, участвуют в играх. После проведения праздника детям предлагается нарисовать рисунок или сделать с родителями поделку о прошедшем празднике. Проведение спортивных праздников положительно влияет на совершенствование двигательных навыков, воспитание физических и морально-волевых качеств детей, интереса к физкультуре.

 Каждый год проводятся такие спортивные праздники с родителями как «Малые Олимпийские игры», «Праздник, посвященный 23 февраля», «Русские богатыри». В данной ситуации взрослые не только болельщики, но и партнёры по игре, пример быстроты, силы и ловкости.

3. заключительный

После проведения данной работы была проведена повторная диагностика по мотивам двигательной активности, которая показала следующие результаты. У детей стал преобладать мотив здоровья, силы, красоты (38,4% (10 чел.)), а также повысился процент детей, которые считают, что физкультурные занятия это не только игра, но и получение знаний, умений и навыков (19,2% (5 чел.)).

Диагностика физической подготовленности показала, что 57,6% детей (15 чел.) находятся на высоком уровне физической подготовленности и 42,3% детей (11 чел.) на среднем уровне физической подготовленности.

Вывод

Ведение данной работы по формированию положительной мотивации к двигательной активности на занятиях физической культурой даёт положительный результат. Движения детей стали более мотивированными, упорядоченными, дети научились понимать связь между характером движений и их целью – выполнению определённых задач. У детей отмечается высокая работоспособность.

Положительная мотивация - является одним из важнейших показателей усвоения детьми физических знаний, приобретением умений и навыков. Сформированная положительная мотивация, позволяет углублять и применять знания на практике. Знания, полученные на занятиях, позволяют воспитывать у дошкольников трудолюбие, настойчивость, формировать чувство ответственности за порученное дело.