

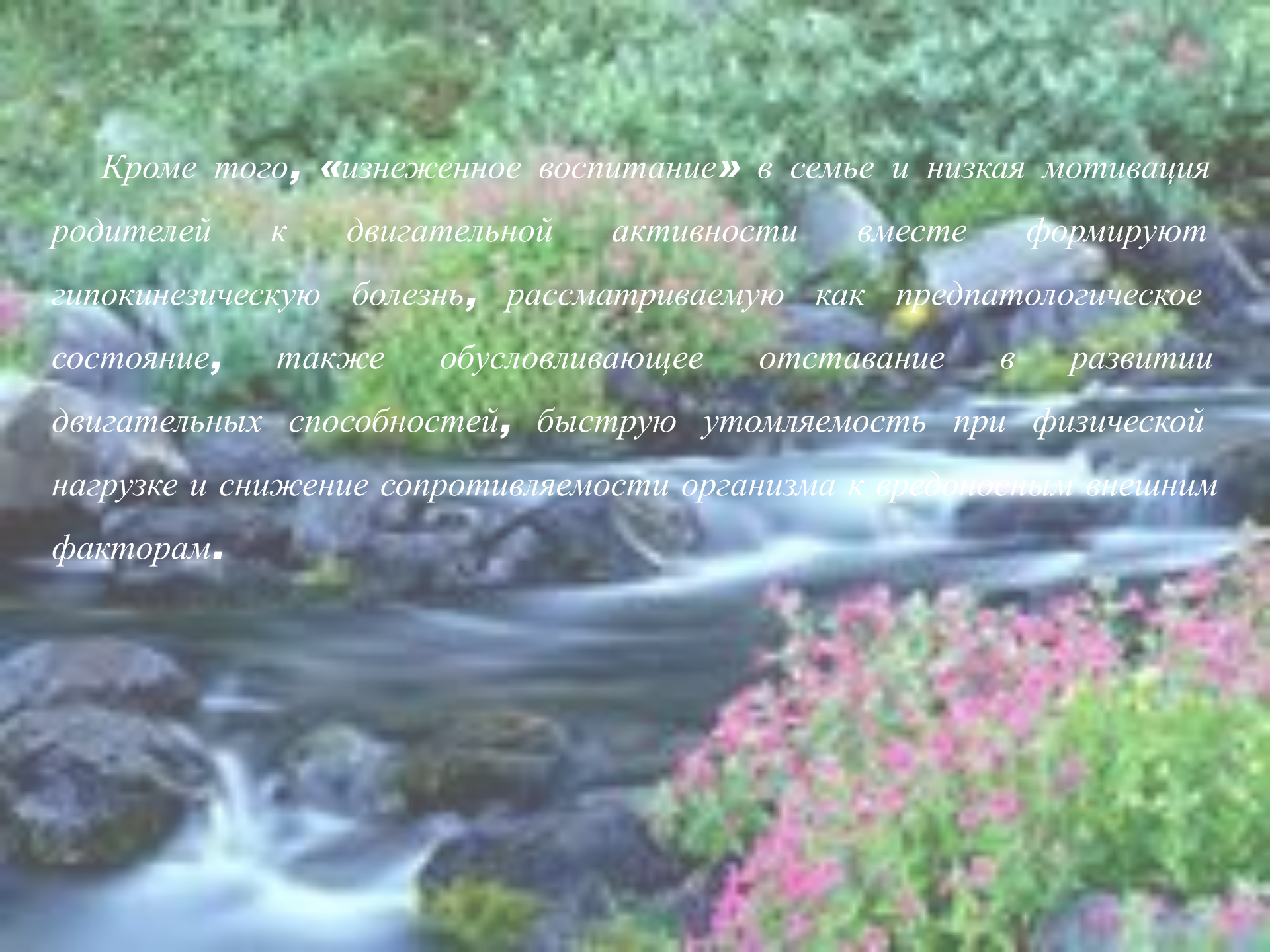


Формирование мотивации к занятию
физической культурой и спортом
у детей
старшего дошкольного возраста

Подготовила
инструктор
по физической культуре
Якупова Назира Нагимулловна

В последние годы становятся привычными данные об ухудшении здоровья, снижение уровня физической двигательной подготовленности детей дошкольного возраста.

Причин называют много: это и снижение общего уровня жизни и социальной защищённости жителей России, ухудшение экологии среды обитания, несовершенство системы медицинского обслуживания и многие другие.



Кроме того, «изнеженное воспитание» в семье и низкая мотивация родителей к двигательной активности вместе формируют гипокинезическую болезнь, рассматриваемую как предпатологическое состояние, также обуславливающее отставание в развитии двигательных способностей, быструю утомляемость при физической нагрузке и снижение сопротивляемости организма к вредоносным внешним факторам.

Ведущая роль в решении проблемы формирования ценностных ориентаций на занятиях физкультурой принадлежит эмоциональному компоненту. В нем есть непосредственный контакт с объектом.



С этой целью я использую на занятиях, например, элементы психогимнастики. Выбор приёмов эмоциональной регуляции определяется структурой занятия физической культурой, видом физических упражнений и этапом развёртывания деятельности.



В понятии «ценностное отношение» выделяются следующие компоненты: эмоциональный, мотивационный, двигательный. При этом ведущим является эмоциональный компонент.



У детей **5 – 6 лет** доминирует игровой (**73,9%**) и позиционный (**70,1%**) мотивы, у **6 – 7 летних** детей возрастает роль учебного (**90,8%**) и позиционного (**86,2%**).



Физическая культура, к сожалению, не занимает значимого места в системе ценностей современных детей старшего дошкольного возраста, поскольку среди всех видов учебной деятельности старшие дошкольники занятиям физкультурой отводят четвёртое ранговое место. Свои желания дети связывают прежде всего с обладанием какими – либо спортивными навыками (34,7%) и, в малой степени, со здоровьем.



В основе методики формирования ценностного отношения к занятиям физкультурой лежат приёмы, усиливающие эмоциональность занятия; приёмы функционального восстановительного характера; приёмы коррекции неблагоприятных эмоций.



Оптимальное сочетание приёмов, обеспечивающих эмоциональное наполнение занятий, современное диагностирование отрицательных эмоциональных состояний и подбор адекватных приёмов их коррекция, разнообразие и игровой характер приёмов восстановления создают атмосферу сотрудничества, способствуют положительные сдвиги в психофизическом развитии.



С целью снижения утомляемости дошкольников, поддержания активности, устранения монотонии, коррекции неблагоприятных эмоций, рекомендуется использовать приём переключения внимания во всех частях занятия в форме смены заданий, видов деятельности, внесения нового оборудования, звуковых сигналов, зрительных ориентиров.



В нашем детском саду мы ведём работу с родителями, проводим семейные Олимпиады, досуги и развлечения «Мама, папа, я – спортивная семья».

