

*Разимова Хошгадам Асиф кызы*

преподаватель

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»

г. Хабаровск, Хабаровский край

## **ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация:* в статье рассматриваются формы мотивации во время занятий физической культурой с детьми дошкольного возраста. Автором представлены основные приемы работы педагогов в практической деятельности.

*Ключевые слова:* физическая культура, мотивация, физическая активность, дошкольный возраст.

Дошкольный возраст является ответственным периодом в жизни каждого человека, в котором закладываются основы здоровья и правильного физического развития. В этом возрасте формируется интерес к физической культуре и спорту, а также личностные и морально-волевые качества. Согласно дошкольной педагогике, детям легче и быстрее усваивать то, что интересно им. Поэтому внимание и качественное выполнение заданий повышаются, когда они интересуются содержанием физических упражнений.

Мотивационные аспекты восприятия физической культуры и спорта до сих пор остаются недостаточно изученными. Важные вопросы, такие как структурные элементы сознательного отношения детей к физической культуре и здоровому образу жизни, требуют научного обоснования. Для успешной практики педагогики и физического воспитания необходимо разработать методики формирования положительной мотивации у детей. Здоровье является основным ресурсом для повседневной жизни и показателем качества жизни.

Ученые говорят о важности формирования и развития интереса к окружающему миру и самому себе уже в дошкольном детстве. Благоприятное воздействие на организм оказывает только умеренная двигательная активность, поэтому правильно организованные занятия физическими упражнениями способ-

ствуют развитию положительных черт характера, нравственных качеств и волевых способностей. Важно уже в этом возрасте пробудить у детей понимание роли физической культуры и вызвать интерес к ней [1].

Например, исследования показывают, что для умственного развития детей дошкольного возраста необходимо формировать устойчивый интерес к двигательной деятельности. В старшем дошкольном возрасте можно сформировать у детей устойчивый интерес к деятельности, который направляет их поведение. Этот интерес поддерживает мотивацию и способствует более легкому и плодотворному обучению.

Осуществление любой деятельности зависит от ее мотивации. При наличии интереса к деятельности мотив совпадает с целью, что способствует легкому освоению. Устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом формируется благодаря игровым и соревновательным приемам, примеру воспитателя и товарищей, а также педагогическим ситуациям для осознанного изучения двигательных действий. Положительное отношение к физической культуре является дополнительными факторами, влияющими на поддержание интереса и целеустремленности дошкольников.

Самостоятельные занятия детей на игровых площадках физического саморазвития, где они имеют свободу выбора средств для удовлетворения своих двигательных потребностей, способствуют созданию положительной мотивации к движению. Одной из таких игровых площадок является «трек», на котором дети могут использовать самокаты, роликовые коньки, доски, велосипеды и другие средства передвижения. Также существуют игровые площадки под названием «джунгли», где структура состоит из сетей, шестов, веревочных лестниц и трапещей, сочетающихся взаимосвязью [2].

Занятия физической культурой на игровых площадках должны быть организованы по принципу «делай как я». Предоставив полную свободу, ребенок способен самостоятельно определить свою игровую деятельность, а физическая нагрузка будет регулироваться в зависимости от его самочувствия. В данном случае регулировщиком выступает биологическая потребность организма в

экономии сил, которая защищает ребенка от физических перегрузок. При этом его двигательная активность преимущественно осуществляется в аэробном режиме, обеспеченном кислородом, что благоприятно влияет на развитие основных двигательных способностей и всеобщее развитие организма ребенка. Для детей дошкольного возраста, кроме игровых площадок физического саморазвития, также необходим доступ к бассейну, тренажерному комплексу, танцевальному залу и площадкам для подвижных и спортивных игр. Количество регламентированных и командно-строевых упражнений следует свести к минимуму, так как они могут стать причиной деформации двигательных потребностей детей.

В мотивационной сфере детей старшего дошкольного возраста может обнаруживаться спортивная мотивация, связанная с желанием стать лучше и побеждать. Однако следует учесть, что такая мотивация является более характерной для взрослых людей или подростков. Необходимо подчеркнуть, что формирование и удовлетворение данной потребности в раннем возрасте может привести к преждевременному изнашиванию организма, ослаблению иммунной системы и форсированному физическому развитию детей [3].

Таким образом, одной из форм мотивации двигательной активности, способствующей развитию движений детей, являются физкультурно-познавательные занятия. Это оригинальная методика работы с детьми старшего дошкольного возраста по физическому воспитанию, которая направлена на передачу ребенку двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, любознательности, самостоятельности, представлений о пользе физических упражнений и игр, а также воспитание интереса к активной двигательной деятельности. Главной целью физкультурно-познавательных занятий является формирование здорового образа жизни детей дошкольного возраста и их потребности в самостоятельной двигательной активности. Содержание таких занятий включает интеграцию познавательной и двигательной активности, а методика работы педагога строится на подборе индивидуальных и групповых заданий поискового характера и использовании соответствующих творческих методических приемов.

### ***Список литературы***

1. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, быстроту / Е.Н. Вавилова. – М.: Академия, 2011. – 215 с.
2. Виноградова Н.А. Физическое развитие дошкольников: учебное пособие / Н.А. Виноградова. – Ч. 1. Охрана и укрепление здоровья. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 144 с.
3. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания: учебное пособие / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 368 с.