Из опыта работы педагога дополнительного образования Гаганова В.Г. по теме «Устойчивая мотивация-залог успеха»

Обучение карате включает в себя физическое, умственное и нравственное развитие учащихся. В достижении высоких спортивных и личностных результатов большую роль играет мотивация учащихся. Мотивация — это внутреннее побуждение спортсмена к достижению цели.

Для развития спортивной мотивации необходимо:

1) положительное отношение к спорту;

2) эмоционально-волевые качества – такие как целеустремленность, решительность, уверенность в своих силах, самообладание;

3) чувства коллективизма.

С одной стороны, мотивация влияет на характер тренировочной деятельности и на соревновательный результат, с другой, повышение результативности соревнований усиливает спортивную мотивацию.

На начальной стадии занятий я сталкиваюсь с проблемой сохранения потребности ребят к тренировкам, приобщения к регулярным занятиям на длительный период времени.

Для изучения мотивации я периодически провожу **диагностику**. Я расскажу о результатах последнего анкетирования, в котором приняло участие 60 человек.

Среди учащихся 6-8 лет, посещающих объединение по каратэ «Верность»,

70% положительно относятся к занятиям, их привлекает внеурочная деятельность,

20% ребят имеют низкую мотивацию посещения занятий, скорее всего связанную с собственной ленью.

И лишь 10% ребят негативно относятся к занятиям, их заставляют посещать занятия родители.

При опросе детей 9-12 летнего возраста на вопрос «Какие потребности, развиваются на занятиях каратэ?» выяснилось, что

19% ребят выделяют подражание уважаемому человеку.

У 31% учащихся на 1-ое место выходит потребность – достижение спортивных результатов,

10% ребят ходят ради удовольствия,

23% учащихся имеют потребности обретения уверенности в себе, повышение уважения со стороны товарищей, близких,

17% ребят делают выбор в пользу самоутверждения, волевых качеств и желания быть современным.

Среди опрошенных учащихся 13-16 летнего возраста на вопрос «Чему способствуют занятия каратэ?»

47% старшеклассников полагают, что занятия способствуют повышению физической подготовленности и работоспособности ,

33% ребят считают, что занятия каратэ способствуют развитию силы воли и спортивного азарта,

15% учащихся сделали выбор в пользу получения максимальной оздоровительной пользы от движений,

5% ребят считают, что улучшают здесь свою физическую форму.

И в 100% случаев на вопрос «Какое влияние на вашу жизнь оказывают занятия в объединении каратэ» все ребята сходятся на мнении, что существенное и большое.

Это анкетирование позволило мне сделать вывод, что самая большая работа по развитию мотивации должна быть на начальном этапе. Я стал анализировать, каковы причины прекращения тренировок детьми? Очень часто юные спортсмены бросают занятия, даже не пройдя начального этапа. Причинами могут быть занятость учебой, семейные неурядицы, «природная лень». Но бывают и специфические причины, которые зависят от педагога, такие как:

-несоблюдение тренером принципов постепенности в наращивании тренировочных нагрузок;

-отсутствие должного внимания к детям;

-отсутствие положительного эмоционального фона на занятиях;

-тренировки без отдыха;

-отчужденность от спортивного коллектива.

Я стремлюсь не допускать эти моменты в работе.

Важно создать предпосылки для регулярных тренировок. Например, учитывать, что в младшем школьном и подростковом возрасте детям важно найти свое место среди товарищей в коллективе. На тренировках и соревнованиях обращаю внимание коллектива на те или иные качества отдельных детей, подчеркивая их самостоятельность, трудолюбие, волю к победе, ставя в пример отлично выполненное задание, тем самым повышая престиж занимающегося в глазах товарищей, укрепляя уверенность в свои силах. В беседах с ребятами подчеркиваю социальную значимость спортивных достижений для группы, города, страны. Тем самым показываю перспективы занятия спортом.

Активность учащихся зависит от многих факторов, основными из них являются: правильная постановка задач занятия, создание положительного эмоционального фона, оптимальная загруженность ребят на занятии.

Периодическое участие в соревнованиях – также сильный метод мотивации. Соревнования влияют на статус спортсмена в обществе, включаются в оценку жизненных достижений. Результаты соревнований лично значимы для спортсменов, служат проверкой правильности или неправильности избранного пути.

Учащиеся детского объединения «Верность» занимают призовые места в соревнованиях по каратэ разных уровней.

Количество победителей в спортивных соревнованиях разного уровня

Учебный год	Уровень соревнования				
	Областной	Межрегиональный	Российский	Международный	Итого
2015-2016	40	27	13	1	81
2016-2017	14	67	16		97
2017-2018	28	24	29	2	81

Среди победителей:

- Кривцов Геннадий в 2015г. занял 1 место на Международном турнире по каратэ (Турция)
- Талдыкин Владислав - победитель на Кубке мира по каратэ среди детей в Албании в 2014 г. В 2016 и 2017 занимал призовые места на Всероссийских соревнованиях и вошел в состав сборной России на Первенство Европы по каратэ.
- Потёмина Анастасия и Галкина Виктория - вошли в состав сборной команды спартакиады школьников (2017, Ростов).
- Талдыкин Владислав и Краснов Максим стали бронзовым и серебряным призерами на Кубке мира в Хорватии летом 2018г.

По итогам 2014-15 учебного года детское объединение «Верность» стало победителем конкурса Центра «Лучшее детское объединение года», что способствовало повышению престижа детского объединения в Центре, а значит и мотивации детей.

В целом, спортивные тренировки и соревнования успешно ведут за собой развитие личности.

Итак, основой успешной деятельности я считаю следующие правила:
- наращивать нагрузки только при уверенности, что дети усвоили пройденный материал и готовы физически к увеличению объема упражнений;
- улучшать эмоциональный фон тренировок, применяя подвижные игры и эстафеты;
- проводить мероприятия по сплочению группы и укреплению дружественных отношений;
- уделять внимание каждому спортсмену в процессе тренировки;
- давать индивидуальные задания и вводить элементы соревновательной деятельности;
- интересоваться самочувствием детей до, вовремя и после тренировки;
- интересоваться школьными и семейными проблемами, оказывать при необходимости педагогическую поддержку.