**Развитие положительной мотивации к занятиям физической культурой по средствам игрового метода**

***Кирпичникова Оксана Степановна***

*учитель физической культуры г.Лисаковск*

***E-mail: kuzmenko\_kz@mail.ru***

Не секрет ,что интерес к физической культуре - одно из проявлений сложных процессов мотивационной сферы. По отношению к школьникам мотивацию можно разделить на внутреннюю, и внешнюю. В свою очередь как бы ни была сильна внешняя мотивация, интерес формируется лишь в результате внутренней мотивации. А она может возникнуть только тогда, когда внешние мотивы и цели соответствуют возможностям школьника, когда они являются для него оптимальными (не слишком трудными и не очень лёгкими) и тогда школьник понимает субъективную ответственность за их реализацию. Успешная реализация мотивов и целей вызывает у школьника вдохновение успехом, желание продолжать занятия по собственной инициативе, то есть внутреннюю мотивацию и интерес. Внутренняя мотивация возникает также тогда, когда ученик испытывает удовлетворение от самого процесса и условий занятий, от характера взаимоотношений с педагогом, членами коллектива во время этих занятий.

Поэтому ,большое значение в формировании положительных мотивов к занятиям физической культурой имеют спортивные и подвижные игры. Подвижные игры являлись и являются важнейшим средством подготовки подрастающего поколения к жизни в содружестве с обществом. Растущий ребенок наиболее полно развивается в условиях игры. Одна из главнейших функций игры – педагогическая, она издавна является одним из основных средств и методов воспитания. Поэтому я широко использую игровой подход на своих уроках так как, образовательное значение подвижных игр заключается в широкой возможности комплексного воздействия на формирование интеллектуального потенциала ребенка, его способности к анализу и синтезу ситуационных игровых проявлений, сообразительности, наблюдательности. Понятие игрового метода в сфере воспитания отражает методические особенности игры. В игре почти всегда существуют различные пути выигрыша, допускаемые правилами игры.

Играющим предоставляется простор для творческого решения двигательных задач, внезапное изменение ситуации по ходу игры обязывает решать эти задачи в кратчайшие сроки и с полной мобилизацией двигательных способностей. В большинстве игр воссоздаются довольно сложные и ярко эмоционально окрашенные межчеловеческие отношения типа сотрудничества и взаимопомощи.

Игровой метод, в силу всех присущих ему особенностей, вызывает глубокий эмоциональный отклик и позволяет удовлетворить в полной мере двигательную потребность занимающихся.

Тем самым, способствует созданию положительного эмоционального фона на занятиях и возникновению чувства удовлетворенности, что в свою очередь создает положительное отношение. Соревновательный метод в процессе физического воспитания используется как в относительно элементарных формах, так и в развернутой форме. В первом случае речь идет о нем, как о подчиненном элементе общей организации занятия, во втором - о самостоятельной относительной форме организации занятий. Основная определяющая черта соревновательного метода - сопоставление сил в условиях упорядоченного соперничества, борьбы за первенство или возможно высокое достижение. Фактор соперничества в процессе состязаний, а также условия организации и проведения создают особый эмоциональный и физиологический фон, которые усиливает воздействие физических упражнений и может способствовать максимальному проявлению функциональных возможностей организма. В силу вышеназванных особенностей при правильной организации соревновательный метод способствует проявлению положительных эмоций и дает возможность в полной мере реализовать двигательные потребности занимающихся, что создает удовлетворенность у них данными занятиями [5].

Игры спортивные - подвижные игры, обычно проводимые в виде соревнований. К таким играм относятся: волейбол, баскетбол, ручной мяч, футбол, хоккей и т.д.

Игры преимущественно являются играми командными. Характеризуются большим разнообразием движений, выполняемых в различных сочетаниях, высокой интенсивностью мышечной деятельности игроков, непрерывно меняющимися условиями игры, требующими от участников инициативы и находчивости .Благодаря этим особенностям игры спортивные являются эффективным средством физического воспитания школьников. Большую роль играют они в моральном воспитании, способствуя развитию таких качеств, как коллективизм, стремление к победе, выдержка, настойчивость и т.д. Наряду с развитием таких качеств, как быстрота и сила, гибкость и выносливость, большое место отводится развитию ловкости и координации движений.

Играя в правильно и планомерно подобранные учителем подвижные игры, занимающиеся естественно и непринужденно учатся быстрее бегать, высоко и далеко прыгать, метко попадать в цель, дальше бросать мяч, уверенно передвигаться на лыжах или коньках, ловко и результативно действовать в единоборствах и командных состязаниях.

Если на уроке решается задача развития силы, то в него включаю игры, связанные с кратковременными скоростно-силовыми напряжениями, разнообразными формами преодоления мышечного сопротивления соперника в непосредственном соприкосновении с ним (перетягивания, удержания, выталкивания, элементы борьбы и т.д.), с различными двигательными операциями с доступными отягощениями (бег или прыжки с грузом, метания на дальность, подъемы спортивных снарядов нужного веса, разнообразные способы их перемещения в пространстве, передачи набивных мячей партнерам по команде).

Для развития быстроты подбираю игры, требующие мгновенных ответных реакций на зрительные, звуковые, тактильные сигналы, упражнения с внезапными остановками, стремительными рывками, мгновенными задержками, бегом на короткие дистанции в кратчайший срок и другими двигательными действиями, направленными на сознательное и целеустремленное опережение соперника.

Для развития ловкости использую игры, требующие точной координации движений и быстрого согласования своих действий с действиями партнеров, физической сноровки и тактической изворотливости, умения своевременно и эффективно использовать те редкие благоприятные ситуации, которые неожиданно и непредсказуемо складываются в условиях бескомпромиссного психофизического соперничества.

Для развития выносливости применяю игры, связанные с заведомо большой затратой сил и энергии, с частыми повторами двигательных операций или с продолжительной непрерывной двигательной деятельностью, обусловленной правилами игры.

Можно предложить игры для начальных классов различной интенсивности и направленности.

Например низкой интенсивности:

«Сильный бросок».

Две команды располагаются на разных сторонах площадки, в центре которой на линии лежит мяч. По команде играющие бросают мячи (снежки) в мяч, стараясь перекатить его на сторону соперника. Команда, которой это удается, выигрывает.

«Комбинированная эстафета».

Команды по 6 чел. В каждой строятся в колонны по одному за общей линией старта. Каждый кладет руки на плечи впередистоящему к прыгает на одной ноге по направлению к поворотной стойке, установленной на расстоянии 12-15 м от линии старта. От стойки ребята прыгают в обратном направлении уже на другой ноге. Побеждает команда, первой вернувшаяся за линию старта.

Команды составляются из 5 девочек и 6 мальчиков. Длина каждого этапа 15м.

1 этап. Бег вдвоем в одном обруче (девочки и мальчики отдельно). 2 этап. Бег на трех ногах в паре (мальчики и девочки отдельно).

Разноименные ноги партнеров связываются резиновым жгутом на уровне голеностопных суставов,

3 этап. Прыжки в мешке (участвуют только мальчики),

4 этап. Прыжки на одной ноге со сменой ног у поворотной стойки (сначала девочка, затем мальчик).

В заключении хочу отметить, что игровой метод являются незаменимым в детском возрасте в системе физического воспитания, поскольку влияет на эмоциональную сферу обучающихся.

Я выяснила, что рациональная организация игр, в любом возрасте, и праздников по физической культуре, способствует привлечению большого количества обучающихся, позволяет с детства привить желание заниматься физической культурой и спортом, проявить себя ученику с практически любым уровнем физической подготовки.