

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ОРДЫНСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ОРДЫНСКАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом  
средствами вида спорта «Гиревой спорт»

Зяблицкий Н.Н.,  
тренер-преподаватель  
МБОУ ДО «Ордынская ДЮСШ»

р.п.Ордынское  
2025 г.

Проблема формирования у детей осознанного отношения и мотивации к занятиям физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни актуальна, государство уделяет решению этой проблемы большое внимание.

Задачами стратегия развития физической культуры и спорта до 2030 года (утверждена распоряжением правительства Российской Федерации № 3081-р от 24.11.2020 года «Об утверждении стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года») является формирование системы мотивации различных категорий населения, включая лиц старшего возраста, социально незащищенных слоев населения, к физическому развитию и спортивному образу жизни.

В ст. 84. ч.3 Закона Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29.12.2012 говорится о том, что «дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта направлены на вовлечение лиц в систематические занятия физической культурой и спортом, на физическое воспитание, физическое развитие личности, формирование культуры здорового образа жизни».

В Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года (утверждена Распоряжением правительства Российской Федерации № 3894-р от 28 декабря 2021 года) одной из целей развития детско-юношеского спорта являются создание у детей мотивации к ведению здорового образа жизни и обеспечение вовлечения в систематические занятия спортом.

В Федеральном стандарте спортивной подготовки по видам спорта подчеркивается, что «результатом реализации программ спортивной подготовки на начальном этапе выступает формирование устойчивого интереса к занятиям спортом».

Одной из задач, сформулированных в образовательной программе МБОУ ДО «Ордынская ДЮСШ» (утверждена приказом директора № 320 от 27.12.2024 года), от решения которой зависит эффективность образовательного процесса в школе, является вовлечение максимального количества детей в систематические занятия спортом, выявление их склонности и готовности к дальнейшим занятиям избранным видом спорта, воспитание устойчивого интереса; формирование у детей потребности в здоровом образе жизни.

То есть государство и общество заинтересовано в людях, психически и физически здоровых, в развитии здоровой личности гражданина. Современные программы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности ориентированы на поиск новых путей совершенствования системы педагогической деятельности по формированию мотивации к занятиям спортом и здоровому образу жизни.

Вид спорта «гиревой спорт» дает возможность формирования мотивации к занятиям спортом и здоровому образу жизни.

Эффективность гиревого спорта в формировании мотивации обучающихся к занятиям спортом и здоровому образу жизни, гармоничному развитию личности объясняется спецификой этого вида спорта, разносторонним воздействием на организм занимающихся по развитию физических качеств и освоением жизненно важных двигательных навыков; доступностью для людей различного возраста и подготовленности.

Занятия гиревым спортом способствуют укреплению здоровья, развитию физических качеств и формированию правильной осанки.

Также гиревой спорт требует терпения и настойчивости, развивает целеустремленность, формирует дисциплину, укрепляет самооценку, развивает командный дух.

Организуя работу по формированию у обучающихся мотивации к занятиям спортом и физической культурой на занятиях по гиревому спорту, применяю современные педагогические методы и технологии. Стараюсь разнообразить занятия. Чтобы поддержать интерес обучающихся, в занятия включаю различные упражнения, методики, тренировки, проведение соревнований, спортивных игр.

Считаю, что обучающиеся должны четко понимать цель, зачем они занимаются гиревым спортом. Объясняю им, какие преимущества они получают от занятий (улучшение физической формы, укрепление здоровья, развитие силы и выносливости).

Каждый ребенок уникален, поэтому важно найти индивидуальный подход, учитывать его интересы, способности, потребности, уровень подготовки. Можно предложить индивидуальный план работы, различные варианты занятий, чтобы каждый мог найти то, что ему нравится.

На учебно тренировочных занятиях очень важна поддержка и обратная связь. Необходимо помогать детям преодолевать трудности и давать обратную связь по результатам занятий и соревнований, чтобы у них было представление о том, какой у них уровень подготовки, что мешает достичь более высоких результатов, что нужно сделать, чтобы достичь результатов.

Привожу обучающимся примеры успеха. Рассказываю о великих гиревиках-спортсменах, которые добились успеха в гиревом спорте. Например, о «Короле гирь», «рыцаре железной игры» - так называют именитого бурятского атлета Сергея Трофимовича Леонова. В то же время все отмечают его исключительные человеческие качества: открытость, скромность, простоту, готовность всегда прийти на помощь. Леонов считает, что если по жизни заниматься спортом, то эти навыки позволят добиться чего угодно, что и доказывает постоянно на собственном примере. За время своей спортивной деятельности Сергей Трофимович Леонов стал многократным Чемпионом России, СССР и мира по гиревому спорту. Установил около 30 рекордов России, СССР и мира. В качестве тренера воспитал мастера спорта международного класса, 22 мастера спорта, около 80 кандидатов в мастера спорта и около 800 спортсменов разрядников. В числе учеников победители и призёры международных и всероссийских соревнований, чемпионы

России, Европы и мира. Такой человек может стать примером для обучающихся и вдохновить их на достижение своих целей.

На учебно-тренировочных занятиях стараюсь создавать позитивную атмосферу, поддерживаю хорошее настроение и положительные эмоции. Это будет способствовать формированию мотивации у обучающихся.

Чтобы ребенок мог почувствовать себя частью команды, занятия иногда провожу в формате командных соревнований или тренировок. Это также будет способствовать формированию мотивации.

Использую игровые элементы на занятиях гиревым спортом, чтобы сделать их более интересными и увлекательными. Это могут быть соревнования, эстафеты или игры.

Вовлекаю родителей обучающихся в занятия гиревым спортом. Это могут быть совместные тренировки, соревнования или другие мероприятия.

Помогаю обучающимся развивать свои навыки в гиревом спорте, обучаю новым упражнениям, техникам или методикам тренировок, что также способствует формированию интереса.

Формирование мотивации — это длительный процесс, который требует терпения и усилий. Однако, если в ходе учебно-тренировочных занятий обучающиеся смогут заинтересоваться гиревым спортом, это будет способствовать их физическому развитию и укреплению здоровья.

Формирование мотивации у обучающихся требует индивидуального подхода, разнообразия занятий и создания позитивной атмосферы. Важно учитывать интересы и способности каждого обучающегося, а также поддерживать их в достижении целей.

То есть, гиревой спорт обладает очень большим потенциалом не только по решению задач по укреплению здоровья обучающихся, но и формированию у них мотивации к занятиям спортом, ведению здорового образа жизни.

#### Литература:

1. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. - М.: Мысль, 1976 – 106 с.
2. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2000. – 415-476 с.
3. Маркова А.К., Формирование мотивации учения: книга для учителя/ А.К.Маркова, Т.А.Матис, А.Б. Орлов-Москва: Просвещение, 1990.-192 м.
4. Пилоян Р.А. Мотивация спортивной деятельности.– М.: Наука, 1984. – 198 с.