

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей  
Детская юношеская спортивная школа

**Использование эффективных методов и приемов развития положительной  
мотивации к занятиям футболом и формированию здорового образа  
жизни.**

Тренер-преподаватель: Королёв Фёдор Геннадьевич

Карпинск 2022 г.

## **Использование эффективных методов и приемов развития положительной мотивации к занятиям футболом и формированию здорового образа жизни.**

На уроках сформировать умение играть в футбол не представляется возможным, поскольку на данную тему отводится небольшое количество часов. Для решения данной проблемы существуют Детские юношеские спортивные школы (ДЮСШ), которые позволяют сформировать у спортсменов необходимые физические качества.

Многие дети приходят в ДЮСШ не учиться футболу, а играть в него. Поэтому тренеру необходимо организовать учебно-тренировочный процесс так, чтобы они, во-первых, навсегда остались в футболе, и, во-вторых, стали хорошими игроками. История футбола знает только один путь решения данных вопросов: занимающимся должно быть интересно. Именно игра и игровые упражнения должны стать для начинающих главными тренировочными средствами. Такова психологическая мотивация детей, особенно младшего школьного возраста, и ее следует учитывать при подборе средств и методов тренировки.

Мотивация, уверенность и талант тесно связаны между собой и особенно важны в юном возрасте. Неуверенные в себе дети теряют мотивацию к тренировочным занятиям. Отсутствие мотивации приводит к нежеланию пробовать выполнить упражнение и приложению недостаточных усилий. Для того, чтобы повысить мотивацию занимающихся футболом, необходимо создать обстановку, в которой дети не боятся допустить ошибку, где присутствует риск, поощрение достижений и происходит постепенное совершенствование навыков. Если мы сформируем мотивацию у детей, то у них появится желание осваивать новые навыки, он не будет бояться трудностей и его мышление выйдет за привычные рамки.

На начальном этапе обучения футболу в условиях ДЮСШ тренеру

необходимо помнить, что мотивация занимающихся находится главным образом на чувственном уровне и, то какие качества он внушит детям о самих себе, отразится на их мотивации, желании, прилагаемых усилиях при освоении новых навыков, а в результате – на их уверенности в себе.

Мотивация в спортивной деятельности – это факторы и процессы, которые побуждают к действию либо бездействию в разнообразных ситуациях.

Мотивация в командных видах спорта – это особое состояние личности спортсмена, которое формируется в процессе соотнесения им своих способностей и возможностей с предметом спортивной деятельности, выступает в качестве основы для постановки и реализации целей, ориентированных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата.

Мотивация в командных видах спорта имеет большое значение:

- во-первых, она способствует коллективизму и формированию ответственности за индивидуальный вклад в достижения команды;
- во-вторых, имеет высокую значимость, так как в очень короткие сроки требуется достичь наилучшего результата в ситуации конкуренции с другими спортсменами и спортивными командами;
- в-третьих, мотивация побуждает к занятиям спортом.

Управление формированием мотивации в командных видах спорта является сложнейшей психолого-педагогической проблемой. Личность тренера выступает одним из важнейших мотивов активности спортсменов, добросовестности, поддержания длительного интереса к занятиям спортом.

Процесс формирования мотивации выражается преимущественно в связи с улучшением организации учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности. Для формирования мотивации в командных видах спорта большое значение имеет удовлетворенность занимающихся достижениями в спортивной деятельности с учетом их соответствия целям и задачам информация, о которых, оперативно поступает к занимающемуся от тренера благодаря обратной связи.

Мотивация юных футболистов выражается во внутреннем побуждении к достижению цели. Стимулом для мотивации юных футболистов являются соревнования. Кроме соревнований хорошей мотивацией для юных футболистов является похвала тренером достижений занимающегося.

Для каждого юного футболиста тренер должен подбирать индивидуальные средства мотивации, так как только при грамотном подборе тренером средств, спортсмен достигает необходимо успеха.

Тренер должен быть вооружен информацией об особенностях мотивации своих воспитанников, только тогда он сможет достичь желаемого результата в занятиях футболом. Учебно-тренировочный процесс, который построен с учетом индивидуальных особенностей юного футболиста, позволяет сформировать мотивацию достижения высоких результатов (как неотъемлемый компонент его готовности) и это, в свою очередь, способствует воспитанию целеустремленности и уверенности в победе.

Методика формирования мотивации у юных футболистов на начальном этапе обучения в ДЮСШ включает в себя следующие компоненты:

1. Формирование благоприятных взаимоотношений в спортивной команде между юными футболистами, а также между спортсменами и тренером.

2. Анализ низкой эффективности соревновательной деятельности юных футболистов и объяснение ее выражением недостаточности усилий на тренировках и соревнованиях проводился при помощи мотивационного тренинга «причинных схем».

3. Формирование у юных футболистов способностей к самоанализу своей деятельности, целеполаганию и планированию своего поведения.

4. Формирование внутренней процессуальной мотивации. Для этого применяется «тренинг внутренней мотивации».

5. Работа с лидером и ведомыми в плане управления игровым взаимодействием и взаимоотношениями в команде.

6. Организация межличностного взаимодействия.

7. Удовлетворение актуальных потребностей в движениях ,одобрении, самосовершенствовании.

## **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Причин нежелания больше заниматься футболом у ребенка может быть много: начиная от отсутствия увлеченности данным видом спорта до поражений на поле, неуверенности в себе. Если через несколько занятий родители отмечают полное равнодушие ребенка к футболу, то стоит попробовать другой вид спорта. В остальных случаях все зависит от поддержки родителей — первых и главных болельщиков игрока.

### **Как мотивировать ребенка заниматься футболом?**

1. Поддерживайте своего ребенка.

Ходите на соревнования, отмечайте его успехи на тренировке, обсуждайте интересные моменты после занятий, подбадривайте после проигрышей, поздравляйте с победами. Вы — главный болельщик и фанат начинающего футболиста. И ваша вера в него — главный мотиватор ребенка.

2. Подавайте пример.

Очень сложно воспитать увлеченного спортом футболиста без личного примера. Если родители предпочитают телевизор спортивным активностям, то и ребенок рано или поздно будет брать пример с них, выбирая вместо тренировки игру в приставку. Папы наших самых активных футболистов сами едва сдерживаются, чтобы не выбежать на поле и не начать играть. Поэтому мы регулярно проводим игры с родителями

3. Не сравнивайте ребенка с другими.

Сравнивать ребенка с другими детьми — прямой путь к демотивации и комплексам. Сравнивайте своего юного футболиста только с ним в прошлом. Его достижения, победы, навыки. Исключение: порадовать

ребенка сравнительным комплиментом с мировой звездой футбола — приятная мотивация.

4. Поощряйте ребенка. У нас на сборах есть турнир FIFA. Это пару часов после трех интенсивных тренировок, когда дети могут поиграть в приставку и весело провести время. Не стоит, конечно, переходить в товарно-денежные отношения, чтобы мотивировать ребенка к спорту. Но приятные мелочи и подарки за достижения станут хорошей мотивацией.

5. Смотрите фильмы о футболе и матчи вместе.

Родители, увлеченные футболом, передают свою любовь детям. Игры профессиональных игроков вдохновляют, мотивируют и создают детям «нужных» кумиров, а фильмы про спорт развивают и расширяют кругозор.

Во времена цифровых технологий, гаджетов и обилия виртуальных развлечений важно мотивировать ребенка заниматься спортом. **Детский футбол** – пожалуй, самое «универсальное» направление. Почему? Перечислять причины можно долго – выделим основные:

- укрепление иммунитета;
- физическое развитие;
- обучение командной игре, взаимодействию с тренерами и другими спортсменами;
- развитие самодисциплины, стремления развиваться, воли к победе.

Чтобы **футбол для ребенка** стал любимым занятием, должно совпасть множество факторов. Интерес, желание заниматься, опытные тренеры, хорошая спортивная школа, разнообразные тренировки. В этом случае мотивировать малыша не придется – он с радостью будет идти на каждое занятие. Но и поддержка родителей для ребенка имеет большое значение.

## **КАК ПОНЯТЬ, ЧТО РЕБЕНКА СТОИТ ОТДАТЬ В ФУТБОЛ**

Мало какой ребенок в 3-4 года может четко сказать, чего хочет на самом деле. Но есть признаки, которые помогут определить, что малыша стоит отвести именно на футбол:

- ребенок проявляет интерес к мячу, любит играть со сверстниками и взрослыми;
- будущий футболист заворуженно смотрит трансляции матчей;
- ваш малыш – тот еще непоседа, для которого даже 30 секунд провести на одном месте – худшее наказание.

## **КАК МОТИВИРОВАТЬ РЕБЕНКА**

Регулярно посещать тренировки сложно даже для взрослого. А что говорить о ребенке! Бывают моменты, когда ничего не хочется, а занятие, на которое нужно идти – настоящая пытка. Но есть советы, применение которых даст результат:

- объясните ребенку, что футбол – командная игра, где он найдет новых друзей по интересам, будет общаться со сверстниками;
- подскажите, что занятия футболом помогут получить всеобщее уважение друзей, одноклассников, знакомых;
- объясните, что начинать будет сложно, но прогресс не заставит себя ждать – ребенок с каждой тренировкой будет становиться сильнее, выносливее, ловчее.

В ходе занятий ребенок научится понимать, что результаты не достигаются мгновенно. Но при правильной организации тренировок это – большой плюс, который научит терпению, стремлению к большему. Да и не обязательно идти в большой спорт – можно просто заниматься в удовольствие. Амбиции и цели у каждого ребенка разные. Главное – чтобы он получал наслаждение от процесса!

## ЛИТЕРАТУРА

1. Бабушкин, Г.Д. Формирование спортивной мотивации [Текст]: учебное пособие / Г.Д. Бабушкин, Е.Г. Бабушкин; Омск СибГАФК. – Омск: Изд-во «Монография», 2000. – 179 с.
2. Гераськин, А.А. Педагогические условия мотивации юных футболистов [Текст] / А.А. Гераськин // Омский научный вестник. – 2015. - № 2. – С. 39-45.
3. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы [Текст] / Е.П. Ильин. – М.: академия, 2004. – 129 с.
4. Севастьянов, Д. А. Мотивация и игровая активность футболистов в зависимости от их предматчевого состояния [Текст] / Д.А. Севастьянов, В.С. Левин // Физическая культура и спорт – наука и практика. – 2012. - № 2. – С. 2-5.
5. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений. 4-е изд., стер / под ред. Ю.Д. Железняка.- М.: Академия, 2010. – 400 с.
6. Яковлева, Т.Д. Мотивация юных футболистов [Текст] / Т.Д. Яковлева // Вестник Омского государственного университета. – 2015. - № 11. – С. 62-65.
7. Яшкина, К.В. Управление формированием мотивации у юных спортсменов [Текст] / К.В. Яшкина // Психология спорта. – 2014. - № 7. – С. 76-80.