**ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

**FORMATION OF MOTIVATION FOR A HEALTHY LIFESTYLE OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN**

Науковий керівник ст. викладач, к.п.н. Прокоф’єва Лілія Анатоліївна

Здобувач бакалаврату Недочитайло Вікторія Олександрівна.

Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д.Ушинського

Supervisor: Ph.D., Senior Lecturer Prokofievа Lilia Anatoliivna

Bachelor's candidate Nedochitaylo Victorіia Alexandrovna.

South Ukrainian National Pedagogical University named after KD Ushinsky

**Анотація.** У роботі розкривається важливість формування у молодших школярів мотивації до здорового способу життя, а також основні засоби та прийоми формування стійкого інтересу до занять фізичною культурою, розвитку творчого потенціалу школярів.

**Ключові слова:** мотивація, інтерес, фізичне виховання, ігрові технології.

**Abstract.** The article reveals the importance of forming motivation in younger students for a healthy lifestyle, as well as the main means and methods of forming a lasting interest in physical education, the development of creative potential of students.

**Keywords:** motivation, interest, physical education, game technologies.

Сьогоднішній вчитель має бути майстром зі своїм особистим і неповторним стилем та майстерністю, здійснювати процес фізичного виховання в інтересах учнів, реалізовуючи програмовий навчальний матеріал з фізичної культури сучасними інтерактивними засобами [2].

Значне поліпшення здоров’я учнів неможливе без їх захоплення фізичною культурою. І тут головна роль належить учителю. Які б не були досконалі навчальні програми і методичні розробки, самі по собі вони не здійснюють педагогічного процесу. Незалежно від їх якості один педагог забезпечить стійку мотивацію до занять, а інший зруйнує і ту, що була.

Неодноразово у дослідженнях вчених (серед них Г.Л. Апанасенко, В.К. Бальсевич, О.Д. Дубогай) доводиться думка, що існуюча система навчання дітей на уроках фізичної культури не відповідає за змістом та об’ємом, інтенсивністю навантажень організму що росте, а головне, не враховує індивідуальних особливостей школярів.

Як зазначають Франків Є.Є. та Григус І.М., присутність вмотивованого залучення до рухової активності дітей всіх вікових категорій є недостатньою, щоб до завершення шкіл вони усвідомлено займались оздоровленням власного організму та вели здоровий спосіб життя [1]. Найкращим же, на нашу думку, мотиватором рухової активності школярів є її ігрова форма, оскільки у грі присутні змагальні елементи, що покращують емоційний стан і дозволяють залучити максимальну кількість учнів до неї.

Високо мотивовані та талановиті школярі сьогодні як ніколи потребують нових підходів у навчанні фундаментальних та професійних дисциплін, що підтверджують дослідження багатьох учених у цій галузі, фізична культура не є виключенням.

Заняття фізичними вправами, активний руховий режим мають велике значення у формуванні здорового способу життя молодших школярів їх духовного та фізичного розвитку. Вони зміцнюють здоров’я, підвищують нервово психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують фізичну і розумову працездатність [3].

Першим важливим компонентом навчання, що дозволить ефективно розвивати і гартувати організм, вдало виконувати завдання вчителя є мотивація. Залучаючи школярів до фізичної культури, потрібно застосовувати активні і нові ігрові методи та технології, котрі спроможні нести інтерес і зацікавленість виконання для дітей, адже саме це і є головною складовою мотивації.

Основою виховання у молодших школярів інтересу до занять є складна діяльність осмислення і вправляння. Тренди сучасних освітніх досліджень вказують на те, що зацікавленість до вивчення впливу ігор на навчання зростає. Як зазначає Вареніна Л.П., значення ігрової технології не вичерпується лише їх розважально-реактивними можливостями, а її феномен полягає саме у тому, що будучи розрядкою та розвагою, вона водночас здатна перерости у навчання, у творчість, у моделювання людських стосунків.

Навички 21 століття відносяться до широкого спектру навичок – таких як уміння навчатися та мислити як інноватор (зокрема, критичне мислення, креативність, співпраця та комунікація), а також навички у сфері інформації, медіа та технологій.

Багато дослідників гри відзначають мобілізацію та активізацію можливостей особистості, реалізацію її творчого потенціалу, оскільки грі притаманні такі характеристики, як імпровізація, дух суперництва, емоційна складова та задоволення. Значення ігрової технології неможливо вичерпати та оцінити розважально-рекреативними можливостями. У тому і полягає її феномен, що, будучи розвагою, розрядкою, вона здатна перерости в навчання, творчість, в моделювання людських відносин [1,3].

На основі вивчених публікацій ми зазначаємо, що у сучасній системі освіти, яка впроваджує активізацію та інтенсифікацію навчального процесу, формування необхідних компетенцій, можна рекомендувати використання ігрових технологій при викладанні будь-яких предметів та дисциплін.

Мотивація учня, насамперед, пов’язана з тим, що для здійснення діяльності необхідна організація активності самого учня. Зовнішня мотивація проявляється через мотиви й стимули з боку батьків, учителя фізичної культури, засобів масової інформації тощо, а внутрішня – через потребу, інтерес, звичку.

Отже, з метою підвищення інтересу до занять фізичною культурою та формування мотивації до здорового способу життя молодших школярів, ми рекомендуємо впроваджувати в уроки фізичної культури обов’язкове пояснення до кожної виконуваної вправи, та рухової діяльності, використовували новітні ігрові технології, сюжетні уроки, змагання, конкурси. формувати у школярів навички прийняття самостійних рішень щодо підтримання і зміцнення свого здоров’я.

**Список використаної літератури:**

1. Франків Є. Є., Григус І. М. Мотивація рухової активності школярів. // Теорія та методика фізичного виховання. - №6. – 2012. – С. 15 – 17.
2. Державний стандарт початкової освіти: затв. Постановою Каб. Міністрів України, від 21 лютого. 2018 р. № 87 / [Електронний ресурс] – Режим доступу до вид. : https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/pro-zatverdzhennya-derzhavnogo-standartu-pochatkovoyi-osviti
3. Карпова І. Б., Корчинський В. Л., Зотов А. В. Фізична культура та формування здорового способу життя: Навч. посіб. К. : КНЕУ, 2005. - С. 4-6.