**НЕСКОЛЬКО СПОСОБОВ ПОВЫСИТЬ МОТИВАЦИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**к занятиям спортом**

 В любой момент времени человек испытывает различные ***потребности.***

 Осознанная потребность становится ***мотивом,*** который побуждает человека к действию ради удовлетворения потребности. Цель всегда ставит вопрос: «Что должно делать?», «Чего надо добиться?» Мотив: ***«Для чего?».***

Заинтересованность начинается с четко сформулированных ожиданий. Если, по какой-либо причине, ребята неясно представляют себе, чего от них ждут, то их усилия, участие или результаты будут далеки от идеала. Поэтому поясняйте цели, как словами, так и письменно.

 Чтобы показать хорошие результаты, обучающиеся должны видеть целое. Помните, основное различие между обучением детей и взрослых в том, что молодежь должна представлять себе общее, чтобы изучать частности. У взрослых – наоборот. Поэтому сначала давайте ребятам общую картину и основную задачу.

 Ощущение стабильности и уверенности. Давайте обучающимся полагаться на вас, верить в вас, рисковать с вами, а также самореализовываться, не чувствуя рядом с вами страха или неуверенности.

 Изо всех сил старайтесь приблизить свое занятие к миру детей, используйте при каждой возможности примеры из реальной жизни, близкие вашим ученикам. Принимайте во внимание их желания и цели, особенно те, которые поддержат их вне школы. Всегда пытайтесь проникнуться сочувствием – и вы сможете незаметно помочь ребенку преодолеть плохое настроение или достичь успеха в момент

душевного подъема

 Изучайте способности, склонности и таланты детей. Научите их видеть свои силы и, сознавая их, ставить собственные цели. например, скажите: «В этот раз ты сделал несколько ошибок. Хочешь, чтобы в следующий раз их не было?» или: «Какой норматив ты хочешь выполнить на контрольно-переводных экзаменах?». Такой подход помогает обойтись без прямых указаний. Помните им и так все постоянно указывают, что делать.

Будьте «путешествующим тренером». Не стойте постоянно на одном месте. Старайтесь двигаться, наблюдайте за тем, как дети работают, помогайте, комментируйте, поддерживайте, поощряйте. Вы поймете, какое значение для них имеют ваши явные и постоянные заинтересованность и поддержка.

***Лучшая мотивация ребенка – дать ему почувствовать себя частью чего-то большего***

 Всегда свободно и открыто признавайте усилия, сделанные ребенком, и его продвижение, не упускайте любую возможность похвалить. Если вы иногда похвалите письменно, ученик будет это помнить особенно долго.

Поощрения должны соответствовать и усилиям и результатам. Если вы не замечаете или принимаете плохие результаты или слабые усилия, это вредно для ученика и даже для всей группы. Помните поговорку: «Каждому свое». Наградой должно быть то, что ценно для данного ребенка.

Всегда показывайте свою уверенность в учениках, в их способностях. Большинство ребят будет показывать лучшие результаты, если знают, что вы верите в их силы. Способствуйте уверенности, а не сомнениям.

Критикуйте тактично, и только тогда, когда это действительно необходимо. Придерживайтесь трех правил:

* начинайте и заканчиваете любое замечание похвалой;
* исправляйте действие, а не ученика;
* избегайте персонального обращения (ты или Вы) в процессе обсуждения ошибок.

***Займите позицию, которая даст возможность обучающимся самим принимать решения***

Ребенок должен видеть, что ему помогают, а не требуют, и знать, что ***ошибается только тот, кто ничего не делает.***