

Ежедневно проводится гимнастика после дневного сна, которая включает в себя босохождение в сочетании с контрастными воздушными ваннами, с корригирующими упражнениями, массаж для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.

Условия формирования положительной мотивации к здоровому образу жизни:

- создание вокруг ребенка среды, наполненной терминами, символами, атрибутами, традициями культуры здорового образа жизни;
- создание положительного эмоционального фона на занятиях оздоровительно – педагогической направленности;
- формирование активной позиции ребенка в освоении знаний, умений и навыков валеологического характера;
- учет индивидуальных психофизиологических и типологических особенностей детей при организации занятий оздоровительной направленности;

Принципы реализации здоровьесберегающих технологий:

- “Не навреди!”
- Принцип сознательности и активности.
- Принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса.
- Принцип всестороннего и гармонического развития личности.
- Принцип доступности и индивидуальности.
- Принцип систематичности и последовательности.
- Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.
- Принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий, адекватности.

Основной причиной успешной работы в данном направлении может являться только наличие системности.

Применение в работе здоровьесберегающих технологий позволило повысить результативность образовательного процесса, сформировать у родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей. Если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов и родителей.

**Зиятова С. М., Кузнецова Е. В.**

Димитровградский инженерно-технологический институт, филиал НИЯУ МИФИ,  
Димитровград, Россия

### **К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

*Аннотация.* В статье рассматриваются теоретические подходы к изучению мотивации обучения студентов в вузе, а также особенности ее формирования в процессе подготовки специалистов. Обозначается проблематика положительного мотивирования студентов в процессе университетского образования. Выделяется направление решения актуальной задачи, связанной с положительной мотивацией студентов и осмысления ими профессиональной направленности в процессе обучения. Целью данного исследования является выявление эффективных путей формирования положительной мотивации студентов технических вузов к занятиям физической культурой. Актуальность работы – рациональное объединение физкультурно-спортивной мотивации с широкими профессиональными мотивами обеспечит согласованность внешних и внутренних факторов, которые и будут оказывать содействие формированию у студентов технических вузов потребности физического совершенствования.

*Ключевые слова:* мотивация, физическая культура, формирование, спорт, спортивное мастерство, профессионализм.

**Ziatova S. M., Kuznetsova E. V.**  
Dimitrovgrad Institute of engineering and technology, Branch NRNU MEPHI,  
Dimitrovgrad, Russia

### **THE FORMATION OF THE POSITIVE MOTIVATION OF STUDENTS OF TECHNICAL UNIVERSITIES IN PHYSICAL CULTURE**

*Abstract.* The article deals with theoretical approaches to the study of learning motivation of students in high school, and also features her formation in the process of training specialists. Is indicated by the issue of a positive motivation of students in university education. Selects the direction of solving urgent problems related to the positive motivation of students and reflect on their professional focus in training. The purpose of this study is to identify effective ways to generate positive motivation of students of technical universities to physical culture. The relevance of the work of the –rational unification of physical training and sports motivation with broad professional motives will ensure consistency of the external and internal factors, and will assist the students of technical universities needs physical perfection.

*Keywords:* motivation, physical culture, formation, sport, sportsmanship, professionalism.

Обновление всех сторон социальной жизни выдвигает повышенные требования к личности выпускников высших образовательных учреждений. Общество заинтересовано в конкурентно способных специалистах.

Будущая профессия требует от выпускников технических вузов крепкого здоровья, высокого уровня физической подготовленности. Однако анализ физкультурно-оздоровительной работы технических вузов страны показывает, что она не отличается особой спецификой и профессионально-прикладной направленностью.

Особое место в психологическом обеспечении спортивной деятельности занимает мотивация, побуждающая студента заниматься физической культурой и спортом [1; 34].

Основной целью данного исследования является выявление эффективных путей формирования положительной мотивации студентов технических вузов к занятиям физической культурой.

Проведенные научные исследования показывают, что для студентов младших курсов спорт и физическая культура не являются ничем, кроме как учебной дисциплиной в университете. Студенты - старшекурсники начинают оценивать спорт и понимать его нравственные, эмоциональные аспекты, наблюдается большая мотивация к занятиям физической культурой и спортом. Само понятие "спорт" девушки и юноши рассматривают по-разному. Для большинства девушек занятия спортом - это одно из средств, направленных на обладание красивой фигурой, правильной осанкой. Для юношей более характерно стремление максимально совершенствоваться в данном виде спорта для достижения наивысших результатов [2; 45]. Они больше склонны к подражанию выдающимся спортсменам из "большого" спорта.

Мотивы спортивной деятельности отличаются динамичностью проявлений [4; 63].

*Начальная стадия занятия спортом.* В этот период предпринимаются первые попытки включиться в спортивную деятельность. Студенты 1-2 курса начинают обычно заниматься не одним, а несколькими видами спорта. Занятия спортом нравятся, главная движущая сила – любовь к физической культуре. Обязанность посещать уроки физической культуры, секции.

*Стадия специализации в избранном виде спорта.* На этой стадии мотивами являются: развитие интереса к определенному виду спорта; стремление развить об-

наруженные способности к определенному виду спорта; появляется стремление к установлению личных рекордов.

Кроме того, спортивная деятельность становится потребностью (на фоне привыкания к физическим нагрузкам необходимость испытывать их входит в привычку) [3; 75].

*Стадия спортивного мастерства.* Здесь основные мотивы выражаются в стремлении: поддержать свое спортивное мастерство на высоком уровне и добиться еще больших успехов.

Наибольшее внимание должно отводиться образовательной направленности учебных занятий по физическому воспитанию. В частности студентам необходимо предоставлять необходимые знания по основным профилактическим средствам предупреждения отрицательного влияния на организм разнообразных неблагоприятных факторов, которые будут встречаться в процессе будущей профессиональной деятельности [5; 124]. Полученные знания будут также основой для формирования интереса к занятиям физическими упражнениями и убеждений в необходимости вести здоровый образ жизни в процессе будущей профессиональной.

Организуемая учебную работу на кафедре «Физическая культура и спорт», процесс формирования у студентов потребности физического совершенствования можно разбить на 4 этапа. Так, на первом этапе нужно определить отношения студентов к занятиям физическими упражнениями; выяснить уровень знаний, умений и навыков по физической культуре и спорту.

Основными задачами второго этапа являются развитие положительных эмоций и интереса к физической культуре и спорту; создание положительной мотивации к занятиям физическими упражнениями; выработка привычки самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Задачей третьего этапа являются повышение уровня знаний по физической культуре и спорту, содействие пониманию студентами цели занятий физическими упражнениями; привлечение студентов к организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, судейства соревнований, инструкторской работы; повышение активности студентов на занятиях физическими упражнениями.

На заключительном – четвертом этапе необходимо решать задачи передачи руководства учебной группой ее активу, формирование умения использовать на практике приобретенные знания для развития профессионально-прикладных физических качеств, необходимой будущей профессии

Таким образом, в процессе обязательных занятий физическими упражнениями применение методов и приемов воспитания потребности физического совершенствования позволит сформировать у студентов технических вузов положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, усовершенствовать содержание учебных занятий, составить зачетные требования и учебные нормативы. Кроме того, будет оказывать содействие организации такой жизнедеятельности студентов, за которой они постепенно приобретают специальные знания, сформируют двигательные умения и навыки, физические и профессиональные качества, необходимые для будущей деятельности.

Для того чтобы исключить отрицательные эмоции у студентов на занятиях физическая культура, необходимо совершенствование содержания учебных занятий. У них появятся мотивы строить их на принципах обязательности и добровольности, за которые административное давление преподавателя уступит место внутренним требованиям каждого студента. Но все же это не исключает осуществление педагогического контроля и самоконтроля за своей физической подготовленностью.

Рациональное объединение физкультурно-спортивной мотивации с широкими профессиональными мотивами обеспечит согласованность внешних и внутренних

факторов, которые и будут оказывать содействие формированию у студентов технических вузов потребности физического совершенствования.

*Литература*

1. Бальсевич, В. К. Онтокинезиология человека / В. К. Бальсевич. – Москва: Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.

2. Педагогика: учеб. пособие для студентов педагогических учебных заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. – Москва: Школьная пресса, 1997. – 512 с.

3. Сластенин, В. А. Педагогика: Инновационная деятельность / В. А. Сластенин, Л. С. Подымова. – Москва: Магистр, 1997. – 224 с.

4. Теория и методика физического воспитания / под ред. Б. А. Ашмарина. – Москва: Просвещение, 1990. – 287 с.

5. Уткин, В. Л. Биомеханика физических упражнений: учеб. пособие / В. Л. Уткин. – Москва, 1980. – 519 с.

**Зуева О. В.**

Дошкольное образовательное учреждение детский сад «Маячок»,  
детский сад № 205,  
Нижний Тагил, Россия

**ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕМАТИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА»  
В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА**

*Аннотация.* Представлен опыт формирования двигательных действий в условиях детского сада. Показаны особенности двигательного режима детей дошкольного возраста.

*Ключевые слова:* движение, физические упражнения, формирование движений, двигательный режим.

**Zueva O. V.**

Preschool educational institution kindergarten «Tracker» kindergarten No. 205,  
Nizhny Tagil, Russia

**THE CHARACTERISTICS OF THE IMPLEMENTATION  
OF THE THEMATIC DIRECTIONS OF "PHYSICAL CULTURE  
AND HEALTH" IN KINDERGARTEN**

*Аннотация.* Experience of motor action in a kindergarten. Showing features of the system of pre-school children.

*Keywords:* movement, exercise, building movements, impellent mode.

Каждый родитель хочет видеть своего ребёнка здоровым, весёлым, хорошо физически развитым. С момента рождения нормально развивающийся ребёнок стремится к движениям. Вначале эти движения беспорядочны. Однако постепенно они начинают приобретать более координированный и целенаправленный характер: хочет достать игрушку, поднять рукой свою ногу.

Интенсивная работа большого количества мышц при выполнении движений предъявляет высокие требования к основным функциональным системам организма и в то же время оказывает на них тренирующее влияние. Под воздействием движений улучшается функция сердечно-сосудистой и дыхательных систем, укрепляется опорно-двигательный аппарат, регулируется деятельность нервной системы и ряд других физиологических процессов.

Активные движения повышают устойчивость ребёнка к заболеваниям, вызывают мобилизацию защитных сил организма, повышает деятельность лейкоцитов.