

Вузовское обучение определяет направления развития будущего учителя ОБЖ, способствующие его продуктивной самоактуализации и, как следствие формирования уровня профессиональной подготовки будущего учителя ОБЖ.

Библиографический список:

1. Абаскалова Н.П. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности в школе: учебное пособие для студентов пед. вузов / Н.П. Абаскалова, Л.А. Акимова, С.В. Петров. – Новосибирск: АРТА. 2011. – 304с.
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., Хабнер М.И. Основы безопасности жизнедеятельности: Методика преподавания предмета: 5-11 классы. – М.: ВАКО, 2010. -176 с.
3. Чуктурова Н.И. Формирование уровня профессиональной готовности будущих учителей ОБЖ: теоретические основы. Учебное пособие [Текст]. – Бирск: ГУП РБ Бирская городская типография, 2014. – 88с.

Шагиева А. А.
Российский государственный профессионально-педагогический
университет, г. Екатеринбург

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Аннотация. Основная цель данной статьи - на основе исследования определить мотивационный компонент занятиями физической культурой старшеклассниками.

Ключевые слова: мотивация, экспериментальная методика, мотивы, потребность, саморегуляция, самопознание, саморазвитие.

Цель нашей работы - на основе исследования изучить мотивационный компонент занятиями физической культурой обучающимися в старших классах общеобразовательной школы. Основная задача: изучить теоретические основы формирования мотивации к занятиям физической культурой у старшеклассников.

Экспериментальная методика по формированию мотивации к физической культуре у старшеклассников.

В исследовании применялся комплекс исследовательских методов, адекватных цели, задачам, объекту и предмету данного исследования: анкетирование, тестирование физической подготовленности, определение успеваемости по предмету "Физическая культура".

В ходе исследования проведено изучение мотивов, которые, по мнению старшеклассников, препятствуют занятиям физической культурой (табл. 1).

Таблица 1

Мотивы, препятствующие занятиям физической культурой

Наименование мотивов	Ученики %
Нет интересов к занятиям физической культурой	12
Мало свободного времени	20
Не вижу в этом пользы	12
Нет физических данных, способностей	16
Желание есть, но все как, то не до физкультуры	12
В виду большой загруженностью учебной программы	20
Не могу побороть себя, хотя понимаю, что нужно заниматься	8

В содержании образовательной программы по физической культуре 10-11-х классов предусмотрено освоение учащимися основ знаний, связанных с данным учебным предметом. Теоретические знания включают социокультурные основы, психолого-педагогические основы, медико-биологические основы, приемы саморегуляции, баскетбол, волейбол, мини-футбол, гимнастика с элементами акробатики, легкая атлетика.

Школьникам должна предоставляться определенная самостоятельность в выполнении общественной работы. Например, ребята сами могут разработать программу спортивного вечера, подготовить стенную газету на спортивную тему и т.д.

Цель, поставленная учителем, должна стать целью ученика, между мотивами и целями существуют весьма сложные отношения. Наилучший путь движения - от мотивов к цели, т.е. когда ученик уже имеет мотив, побуждающий его стремиться к заданной учителем цели. А суть изменения заключается в том, что у учащегося будет не только мотив - потребность быть субъектом, но и появится потребность - мотив изменить себя, быть другим завтра, чем сегодня. У него формируется внутренний мотив, и формирование мотивации ученика должно основываться на трёх следующих способностях:

- хочу, т.е. это моя потребность - мотив;
- хочу, т.е. это я умею делать;
- надо, т.е. это мне нужно знать.

Опытно-экспериментальная работа по определению особенностей мотивации школьников к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью проводилось в МКОУ СОШ № 13 р.п. Дружинино. В исследовании приняло участие 25 школьников, средний возраст которых 15-17 лет.

В анкете респондентам предлагалось на каждый вопрос выбрать один из предлагаемых вариантов ответов.

Результаты исследования: (в % от общего числа опрошенных):

Вопрос 1. Любите ли вы заниматься физкультурно-спортивной деятельностью?

- 75% - с удовольствием занимаются физической культурой и спортом;
- 25% - негативно относятся к физической активности.

Вопрос 2. Какова цель ваших занятий физкультурой и спортом?

- 10% - пообщаться с друзьями, отдохнуть, развлечься;
- 23% - развить физические качества;
- 15% - желание стать здоровым;
- 21% - достичь совершенного телосложения;
- 12% - развить "чувство прекрасного";
- 10% - воспитать волевые качества;
- 8% - выработать потребность к регулярным занятиям физическими

упражнениями;

1% - не посещают занятия по состоянию здоровья.

Вопрос 3. Что вас побуждает заниматься физкультурой и спортом?

18 % - желание получить хорошую оценку;

10% - общение со сверстниками;

18% - нежелание отставать от сверстников;

7% - стремление показать свои способности;

23% - улучшить физическую подготовку;

3% - удовлетворение потребности в движении;

8% - желание выполнять физические упражнения;

9% - улучшить свою фигуру;

3% - стремление улучшить состояние здоровья и самочувствие;

1% - к занятием физической культурой ничего не мотивирует.

Вопрос 4. Что мешает вам заниматься физической культурой?

8 % - лень, т. е. нежелание преодолевать трудности и совершать волевое усилие;

20% - нехватка свободного времени;

20% - большая загруженность другими предметами школьной программы;

12% - нет интереса к занятиям;

28% - отсутствие спортивного инвентаря в школе;

12% - не видят смысла в занятиях физической культурой и спортом.

Вопрос 5. Что в деятельности преподавателя по физической культуре побуждает вас к занятиям?

27% - хвалит, подбадривает, убеждает в дальнейших успехах и победах;

34% - отпускает раньше с уроков;

17% - приводит примеры из собственной жизни;

2% - во время занятия просит выполнить другую работу (полить цветы в классе, прибраться в спортзале и прочее)

8% -предоставляет возможность самим выбирать направление уроков;

10% - проявляет индивидуальный интерес к спортивным достижениям;

2% - преподаватель не побуждает нас заниматься физической культурой.

Выводы: Основной целью занятий физической культурой и спортом школьников 15-17 лет является развитие физических качеств и достижение совершенного телосложения. Такие результаты вполне объясняются возрастными особенностями учащихся (подростковый период) и ведущим видом деятельности на данном этапе жизни. Ярко выражена направленность на свои собственные уже сформировавшиеся интересы. Проведенное исследование показало, что на мотивацию к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью влияют условия, в которых она проходит и в большей мере эти условия зависят от профессиональной деятельности преподавателя физической культуры.

Мотивационная сфера личности представляет интерес в связи с проникновением в процессе исследования во внутренний план действий развивающегося человека, его приобщения к пониманию своего внутреннего мира и отработки умений в саморегуляции, самовоспитании и самоуправлении своим поведением. Формирование мотивационной сферы зависит от особенностей целенаправленной деятельности и различных социально-психологических контактов самопознания и самосовершенствования.

В ходе эксперимента, выяснилось, что большинство учащихся с интересом ходят на уроки физической культурой. В данном случае можно рассматривать много факторов, от которых зависит интерес к занятиям. Такими факторами могут быть: личность самого учителя; желание получить хорошую оценку; общение со сверстниками; нежелание отставать от сверстников; стремление показать свои способности; улучшить физическую подготовку; удовлетворение потребности в движении; желание выполнять физические упражнения; улучшить свою фигуру; стремление улучшить состояние здоровья и самочувствие.

Таким образом, проведенное наше исследование подтвердило выдвинутую гипотезу: мотивация к занятиям физической культурой зависит от возрастных особенностей учащихся и организационно-педагогических условий образовательного процесса по физической культуре.

Библиографический список

1. Бахарева К.С. Психология. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 255 с.
2. Джидарьян И.А. О месте потребностей, эмоций и чувств в мотивации личности. // Теоретические проблемы психологии личности. - М. "Наука", 2012.-143 с., с. 148
3. Здравомыслов А.Г. Потребности, интересы, ценности. - М., 2006. - 221 с., с.75
4. Зимняя И. А. Педагогическая психология. - М., 2009.
5. Ильин В.П. «Мотивация и мотивы» -СПб: Питер,2000 – 512 с: м.- (серия «Мастера психологии»).
6. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. - СПб.: Питер, 2012. - 508 с., с. 182.
7. Манукян С.П." Стимулы, мотивы и цели субъектов целепорождающего обучения.- "Зангак-97".,2005., 359с.

Шек Е.Е., Веденина О.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В УНИВЕРСИТЕТЕ

Аннотация. Статья посвящена исследованию отношения студентов Российского государственного профессионально-педагогического университета к здоровому питанию, а также к питанию в стенах университета.

Ключевые слова: студенты, питание, столовая, здоровый образ жизни.

Рациональное питание является неотъемлемой частью здорового образа жизни. Следует отметить, что проблемы, связанные с организацией питания, особенно касаются молодежи. Именно в период с 17 до 23 лет многие молодые люди обучаются в университетах. Учеба – это напряженный труд, который сопровождается нервными перегрузками, стрессовыми ситуациями, недосыпанием, усталостью, тревогой. Для того, чтобы организм нормально развивался, необходимо поддерживать должный запас энергии, который мы получаем через питание.