

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина
Кафедра теоретических основ физического воспитания

Коновалова Лилия Анатольевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ 8 КЛАССОВ ПОСРЕДСТВОМ УРОКОВ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Направление подготовки – 44.03.01 – «Педагогическое образование»

Направленность (профиль) образовательной программы
«Физическая культура»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой



Сидоров Л.К.

Научный руководитель

К.п.н. доцент



Рябинин С.П.

Дата защиты

Обучающаяся



Коновалова Л.А.

Оценка _____

Красноярск 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|-----|
| ВВЕДЕНИЕ | 2 |
| 1. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ | 5 |
| 1.1. Морфо-функциональные и психологические особенности юношей и девушек подросткового возраста. | 5 |
| 1.2. Мотивы и формирование мотивации в подростковом возрасте..... | 10 |
| 1.3. Взаимосвязь физического и трудового воспитания на уроках физической культуры. | 16 |
| 1.4. Программа трудового воспитания в рамках предмета «Технология» в основной школе (межпредметные связи) | 21 |
| 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ..... | 32 |
| 2.1. Методы исследования..... | 32 |
| 2.2. Организация исследования. | 34 |
| 2.3. Этапы исследования. | 36 |
| 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ АНАЛИЗ..... | 37 |
| 3.1. Экспериментальная методика..... | 37 |
| 3.2. Оценка эффективности методики..... | 40 |
| ВЫВОДЫ..... | 50 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... | 51 |
| ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ..... | 52 |
| СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ..... | 523 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ..... | 58 |

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Социально-экономическая ситуация в стране десятилетиями характеризуется разрывом между спросом и предложением на рынке труда и рынке образовательных услуг, требованиями работодателей и уровнем подготовки специалистов, неразборчивостью в средствах достижения своих целей значительной части молодых людей, выросших в условиях противоречивого, разнонаправленного воздействия семьи, школы и социума [47].

Формирование трудовой мотивации в учебно-воспитательном процессе с целью успешной профессионализации выпускников в их будущей сфере трудовой деятельности – это достаточно сложная и многоаспектная педагогическая проблема, связанная со способностью к проектированию и прогнозированию своего дальнейшего профессионального развития, которая со временем становится личностной характеристикой и переносится на решение профессионально важных задач.

Речь идет о том, что на первом плане перед педагогом может быть не только воспитание позитивного ценностного отношения воспитуемого к занятиям физкультурой, а решение посредством этих занятий других педагогических задач, которые выходят за рамки этих занятий, затрагивают различные направления личностного развития, помощь в определении сферы деятельности [32].

Успешностью выбора профессиональной деятельности после окончания школы выступает, прежде всего, расширение внутренних психологических и личностных ресурсов, предоставляющих подростку относительную свободу от действия окружающей внешней среды и обеспечивающих оптимальные возможности к самоактуализации и самосовершенствованию для поступательного повышения качества жизни.

Высокое качество жизни, в свою очередь, способствует расширению психологического и социокультурного потенциалов будущих специалистов в любой сфере профессиональной деятельности, сохранению и укреплению здоровья, а также формированию устойчивой профессиональной мобильности человека в условиях нестабильного развития рынка труда.

Игнорирование задач трудового воспитания и профессионального самоопределения молодежи привело к тому, что выросло целое поколение молодых людей с завышенным уровнем притязаний, эгоистической направленностью личности, отсутствием трудовой мотивации [48].

Изменить ситуацию, на наш взгляд, поможет целенаправленное воспитание будущих профессионалов совместными усилиями семьи, школы и общества при продуманной образовательной политике цель которой - воспитание граждан, заинтересованных в своем профессиональном и личностном росте, способных к самообразованию и саморазвитию, нравственных, самостоятельно мыслящих, обладающих реалистичным уровнем притязаний, настроенных на самореализацию в социально одобряемых видах деятельности, направленных на благо общества путем создания педагогических, психологических и социальных условий [5]. Большинство выпускников общеобразовательной школы до поступления в вуз не задумывается о соответствии его физических, психических и физиологических качеств выбранной профессиональной деятельности. Всесторонне развивая физические способности и создавая богатый запас разнообразных двигательных навыков и умений, физическое воспитание гарантирует общую физическую подготовленность как предпосылку высокой производительности в любом виде труда [27].

Проблема личностного отношения выпускников общеобразовательной школы к своей учебной и трудовой деятельности в будущем, заключается в недостаточном понимании учителями к формированию мотивации будущих специалистов к выбранной

самостоятельно сфере деятельности соответствующей им интересам и способностям, и как следствие, недооценки средств физического воспитания способствующих профессиональной ориентации обучающихся [12, 15].

Цель исследования: научное обоснование формирования трудовой мотивации посредством уроков физического воспитания обучающихся 8-х классов.

Объект исследования: учебно-воспитательный процесс.

Предмет исследования: методика формирования мотивации к трудовой деятельности посредством уроков физического воспитания обучающихся 8-х классов.

Гипотеза исследования: мы предположили, что разработанная нами экспериментальная методика по формированию трудовой мотивации позволит обучающимся 8-х классов в будущем сделать правильный выбор области своей трудовой деятельности, если в образовательный процесс физического воспитания будут включены теоретические знания с учетом межпредметных связей общеобразовательных предметов.

Задачи:

1. Проанализировать научно-методическую и специальную литературу по формированию трудовой мотивации обучающихся 8-х классов.

2. Разработать экспериментальную методику по формированию трудовой мотивации посредством уроков физического воспитания обучающихся 8-х классов .

3. Провести педагогический эксперимент и проверить эффективность экспериментальной методики по формированию трудовой мотивации посредством уроков физического воспитания обучающихся 8-х классов.

ГЛАВА 1. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ

1.1. Морфо-функциональные и психологические особенности юношей и девушек подросткового возраста

Каждый период жизни человека характеризуется определенным комплексом морфологических и функциональных изменений. По мнению М.В. Ермолаевой границы подросткового возраста - от 10-11 лет до 15-16 лет, возрастные границы подросткового возраста исследования мы будем считать с 14 лет до 16 лет - 8 класс [20], период интенсивного роста и развития организма, - когда происходит активный рост тела [8]. Увеличиваются темпы роста скелета — до 7–10 см, массы тела — до 4,5–9 кг/г., однако, у мальчиков и девочек темпы прироста массы разнятся на 1–2 года в пользу последних. Увеличивается мускульный аппарат, идет процесс окостенения скелета, происходит интенсивный рост тела (максимум роста тела у девочек приходится на 13 лет, у мальчиков на 15 лет). Процесс роста подвержен изменениям, причем количественные изменения неминуемо переходят в качественные. Рассматривая данный процесс с точки зрения физиологии, определенно ясно, что организм становится надежнее в биологическом смысле, и как следствие, работоспособнее. Что само по себе определяет подростковый период как сенситивным для формирования трудовой и физической активности [2,8,45].

В возрастном периоде рассматриваемом в нашей работе к сердцу предъявляются усиленные требования со стороны органов, в виду активного роста тканей организма и повышения иннервации – обеспечение связи нервную систему с последними. Нередко наблюдается повышение артериального давления, так как, кровеносные сосуды в условиях

интенсивного роста сердца отстают от темпа общих физиологических изменений организма.

Изменяются и другие показатели сердечно-сосудистой системы, сюда же можно отнести и изменения частоты сердечных сокращений в покое показатели которого 80 уд /мин.

Морфологическое строение грудной клетки данном этапе физиологического развития подростка, в большинстве случаев, ограничивает движение рёбер, поэтому дыхание часто учащенное и поверхностное, хотя лёгкие растут и дыхание совершенствуется. Формируется тип дыхания: у мальчиков — брюшной, у девочек — грудной. Объем легких увеличивается почти в двое, растет показатель жизненной емкости легких.

Активное функционирование половых желез определяет подростковый возраст как бурного полового созревания для девочек, для мальчиков его начало. Интенсивность полового созревания зависит от климатических и национально-этнографических факторов, особенностей индивидуальной жизни (состояния здоровья, перенесенных болезней, питания, режима труда и отдыха, окружающей эмоциональной обстановки и др.).

Продолжается развитие промежуточного мозга, увеличивается объем нервных волокон таламуса, происходит дифференцирование ядер гипоталамуса, в следствии чего, иногда, наблюдается ухудшение кровоснабжение головного мозга. Наблюдается повышенная раздражительность, быстрая утомляемость, в некоторых случаях, расстройство сна.

Подростки как мальчики, так и девочки очень чутко реагируют на необоснованные и несправедливые слова и действия со стороны взрослых, на какие-либо ущемления собственного достоинства. Довольно часто переоценивают свои двигательные и интеллектуальные возможности,

делая попытки самостоятельно разобраться со своими (за чистую мнимыми) проблемами без помощи окружающих и не всегда успешно. [1].

В психологии развития социальный переход от «детства к взрослости» имеет название «возрастного нормативного жизненного кризиса, который подчеркивает, что, какой бы болезненной ни казалась эта перестройка, для данной фазы развития она закономерна, статистически нормальна» [27].

Особый статус возраста связан с изменением социальной ситуации развития подростков – их стремление приобщиться к миру взрослых [20]. В сознании подростка возникает новообразование – чувство взрослости. Возникшее новообразование позволяет выйти за «рамки детства» и эмоциональной зависимости от взрослых, видеть и самостоятельно выбирать эталоны к подражанию, отождествлять себя с ними, подражать и на основе этого выстраивать взаимоотношения с окружающими [46] «Чувство взрослости» подростков можно расценивать как своеобразную жизненную позицию по отношению к себе, людям, миру и определяет особенности внутренней жизни, формирование психологических механизмов самодетерминации [25].

Заметное развитие в подростковом возрасте приобретают волевые черты характера – настойчивость, упорство в достижении цели, умение преодолевать препятствия и трудности на этом пути. Подросток в отличие от обучающихся младшего звена способен не только к отдельным волевым действиям, но и направленной волевой деятельности, но только в том случае, если есть заинтересованность, тогда мы можем говорить об эффективности этой деятельности. Проявляя настойчивость в одном виде деятельности (например, спортивной), они могут не обнаруживать ее в других видах (например, учебной).

Помимо волевых качеств у ребенка закладываются основы сознательного поведения, определяется общая направленность в

формировании общих нравственных представлений, социальных установок и правил.

Ведущие позиции начинают занимать общественно-полезная деятельность и интимно-личностное общение со сверстниками. Именно поэтому у большинства обучающихся подросткового возраста появляются новые, внутренние мотивы к обучению, желание добиваться целей, быть похожими на свой идеал, задумываться о своём. Обучение приобретает для многих подростков личностный смысл.

Формируется теоритическое мышление, которое выражается в умении находить причинно-следственные связи, устанавливать системность, выдвигать гипотезы. Рассуждения идут от общего к частному. Развиваются такие интеллектуальные операции, как классификация, анализ, обобщение. Развивается рефлексивное мышление. Предметом внимания и оценки подростка становятся его собственные интеллектуальные операции.

Память развивается в направлении психологической защиты - интеллектуализации. Происходит механическое запоминание. Обучающие начинают обращать внимание на нестандартные, неправильные обороты речи, которые используют на уроках учителя, в разговоре родители, находят опечатки, орфографические ошибки в учебниках, «киноляпы» при просмотре документальных и художественных фильмов, видеоматериалах.

Восприятие (перцептивность) подростка является чрезвычайно важным познавательным процессом тесно связанным с памятью: особенности восприятия материала обуславливают и особенности его сохранения.

Содержанием психического развития подростка становится развитие его самосознания. Одной из важнейших черт, характеризующих личность подростка, является появление устойчивости самооценки и образа «Я». Важным содержанием самосознания подростка является образ его физического «Я». По мере развития содержание его мыслительной

деятельности изменяется в направлении перехода к мышлению в понятиях, которые более углубленно и всесторонне отражают взаимосвязи между явлениями реальной действительности, другими словами, как он (подросток) себя видит, оценивает, сравнивая с эталонами «мужественности» и «женственности». Обращая внимание на особенности своего физического развития, подросток, не желая того, может занижать свою самооценку, и как следствие, терять самоуважение. Недостатки внешности (реальные или мнимые) могут переживаться очень болезненно вплоть до полного неприятия себя, устойчивого чувства неполноценности [30].

Подростку присуща сильная потребность в общении со сверстниками. Отсутствие такой возможности очень часто приводит к социальной неадаптированности, правонарушениям. Большое значение приобретают оценки сверстников, их мнение выглядит весомым и авторитетным. Подростки чаще начинают опираться на мнение своих сверстников. Стремление жить по своим идеалам, выработка этих образцов поведения может приводить к столкновениям взглядов на жизнь подростков и их родителей, создавать конфликтные ситуации. Упрямство, негативизм, обидчивость и агрессивность подростков являются чаще всего эмоциональными реакциями на неуверенность в себе.

Таким образом, подростковый период является очень ответственным, можно добавить – решающим, потому что зачастую определяет качество жизни человека, гражданина, будущего специалиста, родителя, наставника. Утверждение независимости, формирование личности, планирование плана на будущее – все это формируется именно в этом возрастном периоде.

В связи с вышесказанным, для организации процесса физического воспитания детей среднего школьного возраста нами была разработана экспериментальная программа, которая учитывает морфофункциональные особенности организма, индивидуальные особенности процесса развития

подростков, психические особенности и т. д., особенно важные при выборе средств и методов воздействия на занимающихся.

Важно понимать, что подростковый период - решающий период для физического, умственного и нравственного развития человека. Развитие – это процесс, который сложно ускорить, зато можно с легкостью затормозить, особенно, если перегружать ребенка не соответствующими его возрасту задачами.

1.2. Мотивы и формирование трудовой мотивации в подростковом возрасте

Мотивация – побуждение к действию; динамический процесс психофизиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности [26,].

Мотивация подростка - то, что побуждает его двигаться в том или ином направлении, например: учиться, развиваться, приобретать, добиваться, проявлять инициативу и т.д.[24].

В каждом возрасте доминируют разные мотивы [23]. Д.И. Фельдштейн считает, что в развитии личности подростков главное значение имеет общественно-полезная, социально-признаваемая и одобряемая, неоплачиваемая деятельность. Она может быть представлена как учебно-познавательная, производственно-трудовая, организационно-общественная, художественная или спортивная, главное – это ощущение подростком реальной значимости этой деятельности [10, 30].

Для обучающихся среднего школьного звена важны мотивы интеллектуально-познавательного плана. Они понимаемы, осознаваемы как жажда знаний, стремление к расширению кругозора, формированию мировоззрения, углублению и систематизации полученных ранее знаний,

которые соотносятся со специфически познавательной деятельностью, интеллектуальной потребностью, имеющей положительный эмоциональный тон. Следуя познавательным мотивам, обучающийся с интересом и увлеченно работает с материалом, точнее, над поставленной учебной задачей не обращая внимание на усталость, лимитом времени, исключая отвлекающие факторы внешней среды [6].

Анализируя работы психологов видим, что одно из центральных новообразований этого периода - чувство взрослости, которое выражается в стремлении к независимости, самостоятельности, в утверждении своего личного достоинства. Что само по себе, является основным противоречием подросткового периода – настойчивое стремление ребенка к признанию своей личности взрослыми при реальной невозможности утвердить себя среди них. Сравнивая себя с взрослым, подросток не видит ни какой разницы между собой и взрослым человеком. У него (подростка) ещё отсутствует ощущение подлинной, полноценной взрослости, основные признаки которой - хронологический возраст; психофизиологическая зрелость; социальная зрелость; полная гражданско-правовая дееспособность; экономическая самостоятельность; вовлечение в сферу профессионального труда. Внутренняя потребность в признании его взрослости окружающими, стимулирует активность на усвоение ценностей, установок, норм, которые, с его точки зрения, подтверждают представление о нем как о взрослом. Конечно же, это переживание чрезвычайно важно для развития личности в подростковом возрасте. Чувство взрослости определяет стремление подростков приобрести умения и качества, характеризующие, по их мнению, взрослого человека и воплощенные в существующих у них образцах «настоящего мужчины» и «идеальной женщины». Они хотят участвовать в делах, которые впервые оказываются им доступны и где они могут проявить свои новые возможности [31].

Подростковый возраст считается одним из самых критических моментов в психологическом развитии личности. Это отражается коренными изменениями в мотивационно-потребностной сфере. Подросток продолжает оставаться школьником; учебная деятельность сохраняет свою актуальность, но в психологическом отношении отступает на задний план. Д.Б. Эльконин считал, что ведущей деятельностью детей этого возраста становится общение со сверстниками [33]. Таким образом, именно в подростковом возрасте возможно возрастание значимости для личности такой потребности, как аффилиативная потребность. Под аффилиацией (контактом, общением) подразумевается определённый класс социальных взаимодействий, имеющих повседневный и в то же время фундаментальный характер. Цель мотива аффилиации – взаимная и доверительная связь, где каждый из партнёров относится к другому приязненно, принимает его, дружески поддерживает и симпатизирует ему [23].

Объективно они становятся взрослыми (в 14 лет получают паспорт, в 18 - становятся совершеннолетними гражданами, наделёнными гражданскими правами и обязанностями). Также приближается завершение среднего образования, что обуславливается необходимостью выбора профессии или определения сферы деятельности соответствующей способностям.

Трудовая деятельность обучающихся после окончания школы затруднены, так как у большинства не сформирована мотивация к трудовой активности. Да, собственно, и эмоционально-волевые качества личности, ценностные ориентиры сформированы у большинства в сторону потребления. Задача старшего поколения научить детей и подростков трудиться и применять полученные знания на практике, а также проявлять необходимое волевое напряжение при выполнении любой задачи, будь это школьный урок или помощь родителям на садовом участке.

Необходимо формировать у обучающихся профессиональное самосознание и проявление интереса к различным сферам деятельности. Выбор профессии в любой отрасли предполагает проектирование, планирование, проектирование и обдумывание профессионального пути, который в дальнейшем определяет качество жизни, конкурентоспособность. Первый шаг к принятию решения в выборе профессии это ориентироваться в мире профессий, их требования к наличию способностей физических и психологических, интеллектуальных. Второй шаг - правильно и реально оценивать свои желания, возможности, способности и интересы [34,35].

Необходимо подчеркнуть, что устремленность в будущее только в том случае оказывает благотворное влияние на формирование личности растущего человека, когда у него есть чувство удовлетворенности настоящим. Подросток должен стремиться в будущее не потому, что ему плохо в настоящем, а потому, что в будущем жить будет еще интереснее.

Однако, стоит обратить внимание, что в целом в этом возрасте общее отношение к обучению положительное [6].

Факторы, способствующие процессу обучения:

- потребность в жизненном самоопределении и обращенность планов в будущее, осмысление с этих позиций настоящего времени;
- становление социальных мотивов гражданского долга и ответственности;
- потребность в осознании себя как целостной личности, оценке своих возможностей в выборе сферы деятельности, в осознании своей жизненной позиции;
- интерес ко всем формам самообразования;
- интересы, их независимость от мнения окружающих.

Факторы, препятствующие процессу обучения:

- интерес только к одним предметам в ущерб другим;
- однообразие форм учебных занятий;

□ формы жесткого контроля со стороны учителя [32].

Задача учителя по физической культуре в полной мере донести до сознания обучающихся комплексное отношение к физической культуре как к средству физического воспитания. Занятия спортом должны осознаваться учеником и рассматриваться как одно из основных средств всестороннего развития личности, для подготовки к труду и защите Родины в будущем, а не быть самоцелью. В этом возрасте формируются закрепляются нравственные основы школьника. Физическое воспитание играет здесь значительную роль в воспитании, так как в ходе тренировочного процесса у детей воспитываются чувство патриотизма, коллективизма, ответственность, а так же честность и справедливость. Однако следует обратить внимание, что при неумелой организации физкультурной деятельности, низком нравственном облике педагога у обучающихся могут сформироваться такие качества, как самолюбование и эгоизм и др. [18,19].

К моменту окончания основной школы подростки не всегда в состоянии выбрать сферу своей дальнейшей трудовой деятельности и профессию. У многих подобная ситуация вызывает тревожность они эмоционально напряжены и не готовы сделать какой-либо выбор и поэтому делают выбор в сторону обучения в школе до 11 класса. Другие же, не удовлетворенные своими настоящими успехами в школе, стремятся скорее ее окончить, но что будет потом, им тоже неясно и внушает опасение.

Воспитание учеников подросткового возраста должно строиться на основе личностного подхода. Данный подход учитывает индивидуальные психологические особенности занимающихся, предусматривает отношение к занимающимся как к ответственной и самостоятельной личности [17,24].

Система физического воспитания на сегодняшний день в школе построена на принципах традиционного образования. Достижения ученика оцениваются по таким показателям, как: степень овладения двигательными

умениями и навыками, развитие физических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость), а также уровень теоретических знаний. Традиционная система занятий физической культуры акцентирована на решение двух задач: воспитательной и оздоровительной, на решение третьей – образовательной (овладение и усвоение специальной физкультурной терминологией, обогащение и расширение словарного запаса, развитие мышления, памяти, воображение, и т.д.) внимания уделяется несправедливо мало. Испытывают трудности в улавливании смысла занятий - взаимосвязь с реальной жизнью в части будущей трудовой деятельности, а однообразные циклические комплексы упражнения их утомляют. Поэтому, на наш взгляд, процесс проведения занятий физической культурой должен быть более осознанным и понимаемым. Необходимо на протяжении всего занятия поддерживать общение с учениками, ставить перед ними реальные задачи, поясняя их смысл и варианты использования во взрослой жизни. Давать не только отвлеченные теоретические знания о выдающихся рекордах и знаменательных датах, но и дополнительно рассказывать, например, о том, как при различных нагрузках (аэробных и анаэробных) работает сердце человека, а также о взаимосвязи внимания и утомления, что само по себе пригодится в трудовой деятельности. Очевидно, что лишь при проведении систематических занятий физическими упражнениями с определенной направленностью, наличии тренировочных режимов и домашних заданий развивающего характера, возможно наблюдать не только улучшение физического состояния детей, но и повышения уровня умственных способностей. Формами такого обучения в школе являются уроки физической культуры, занятия в секциях и выполнение самостоятельных домашних заданий [3].

Исследователями в области физической культуры и спорта доказано, что в физкультурной деятельности при благоприятных условиях, мотивы самопознания должны переходить в потребность, а затем в систему

мотивационных образований [2]. Следует выделить несколько этапов мотивации к самопознанию в педагогическом процессе воспитания: оценочно-ориентировочный, практический, деятельностный, исходя из этого, можно заключить, что занятия физкультурой и спортом – это полимотивированная деятельность.

Обобщая вышесказанное, понятно, что сформировать устойчивый интерес к самопознанию у школьников, и как следствие формирование трудовой мотивации через физкультурно-спортивную деятельность, необходимо апеллировать к их интеллекту, быть примером и предлагать подготовку рефератов, докладов, сообщений на те темы, которые представляются им наиболее интересными и мотивируют к выполнению учебных задач и положительного личностного отношения к своей учебной и трудовой деятельности. Например, «Физическая культура у народов разных стран», «Место физической культуры в общей культуре человека», «Культура здоровья как одна из составляющих образованности», «Профилактика заболеваний и укрепление здоровья средствами физической культуры», «Физическая культура и труд, сходства и различия», «Если бы я знал, я бы стал» и др.

1.3. Взаимосвязь физического и трудового воспитания на уроках физической культуры

Физическая культура и спорт относятся к социальной сфере общества и предусматривают специальную деятельность по формированию и развитию физических качеств и двигательных умений личности. В физическом воспитании представлены практически все виды человеческой деятельности: преобразовательная, познавательная, ценностно-ориентационная, игровая, общение и др. Поэтому в процессе

физического воспитания можно активно формировать сознание и поведение подростков в нужном для общества направлении [13].

Физическое воспитание представляет собой специальную деятельность по формированию и поддержанию формы и функций организма человека. С физической культурой труд роднит способ телесного и умственного развития человека, и в следствии этого, однозначно, повышение качества жизни, с одной стороны здоровье, с другой финансовая независимость. Физическая культура в данном случае выступает как организация и сознательное управление содержательной стороной трудовой, бытовой и других видов деятельности. Анализ литературы показывает, что изучению вопросов воспитания ответственного отношения учащихся к труду посвящено немало работ (З.В.Артеменко; М.Н.Тен; А.П.Растигеева; С.Б.Елканова и др.).

Социальные функции физической культуры направлены на воспитание подрастающего поколения, обучение молодежи активному отдыху, повышение работоспособности, далее на эффективность профессиональной деятельности, а также имеют лечебную и реабилитационную направленность.

Связь физического воспитания с трудовым, помимо сходства наличия разных движений, проявляется и в том, что в процессе занятий физической культурой и спортом формируется положительный психологический настрой на любые двигательные действия, а также психическая готовность к трудовым усилиям. В процессе физического воспитания у подростков формируются и развиваются необходимые физические и волевые качества, происходит укрепление их здоровья, совершенствование навыков и умений управлять темпом, ритмом, амплитудой и интенсивностью своих движений. Умение более быстро координировать движения в условиях труда и выполнять трудовые действия с наименьшей затратой сил. Развиваются способности управлять вниманием, восстанавливать в памяти необходимые для выполнения

сложных трудовых действий закономерности движений. Формируется привычка к физическим и трудовым усилиям. Все это вместе оказывает влияние на формирование ответственного отношения к труду.

Обобщая сказанное, отчетливо видим, что физическая культура, является органической частью системы трудового воспитания, служит задачам также по воспитанию нравственных и волевых качеств - патриотизма, смелости, решительности, упорства, настойчивости в достижении цели, самостоятельного развития своих физических способностей, расширения функциональных возможностей организма, служит способом вооружения школьников разнообразными умениями и навыками.

Развиваемые в процессе физического воспитания такие качества, как настойчивость, готовность к преодолению трудностей, привычка бороться с возникающими неприятными ощущениями усталости и т.п. способствуют формированию положительного отношения учащегося к физическому производительному труду и вообще ко всякому делу. На занятиях физической культуры школьники приучаются к аккуратности, бережному отношению к материальным ценностям - оборудованию в гимнастических залах, спортивному инвентарю и др.

Эффективность формирования всесторонне развитой личности в процессе физического воспитания зависит, с одной стороны, тем, насколько грамотно, по-современному, научно будут решаться все специфические задачи физического воспитания, с другой - тем, насколько полно будут использоваться при этом возможности комплекса педагогических приемов. Оказываемое влияние должно быть постоянным, вне зависимости от того, где и кем оно осуществляется, учителем, семьей, самостоятельно.

Унифицированная программа по физическому воспитанию дает обратный эффект, так как не каждый обучающий может справиться с выполнением задач, тем самым теряя интерес к занятиям. Недостаточная

общая физическая подготовленность учащихся, ведет к быстрой утомляемости и может вызвать стремление вообще уклониться от производственной деятельности. Поэтому, необходимо повышение общей работоспособности учащихся, их ответственного отношения к труду с помощью различных комплексов физических упражнений, соревновательной деятельности, уроков-игр, что является одновременно и одним из условий формирования психологической готовности к труду.

С помощью физических упражнений подросток так или иначе готовит себя к реальным нагрузкам и действиям, направленным на производство материальных благ. Так исторически сложилось, что переход трудовых действий в физические упражнения расширило сферу их воздействия на человека, что стало причиной физического воспитания и образования, потребностью в передаче накопленного опыта в изготовлении и применении орудий труда, спортивного инвентаря и оборудования.

Возникнув как средство и метод подготовки человека к трудовым действиям, физическое воспитание и образование тесно связаны с трудовыми процессами. Более высокий уровень общественного сознания, увеличение доли свободного времени привели к дифференцированному физическому воспитанию и образованию подрастающего поколения.

Модернизация экономического и политического уклада жизни социального общества, появление новейших технологий привели к изменению традиционной системы физического воспитания и образования, появлению принципиально новой системы. Расширились цель и задачи системы физического воспитания и образования, средства, принципы, методы и формы организации занятий, как общественное явление физическое воспитание и образование стали общей задачей [43].

А.П. Матвеев (Матвеев, А.П., 2005) считает, что предмет «Физическая культура» в первую очередь должен дать обучающимся знания, способы и социальные ориентации физкультурной деятельности,

которые в своём единстве обеспечивают целенаправленное совершенствование физического статуса школьников, укрепление здоровья и оптимизацию их физической дееспособности, физическую готовность к осуществлению будущей профессиональной деятельностью [42].

Для решения задачи целенаправленного формирования мотивации к трудовой деятельности, необходимо четко продумать цель и установить такие задачи урока, которые схожие с задачами трудового воспитания в результате реализации которых произойдет:

- формирование системы знаний, необходимых для выполнения определенной трудовой деятельности;
- развитие познавательного интереса к знаниям, стремление применять знания на практике; формирование навыков и умений индивидуального и коллективного труда;
- формирование соответствующих знаний и убеждений; воспитание морально-волевых качеств, трудолюбия, долга и ответственности, целеустремленности и предприимчивости, честности;
- воспитание уважения к людям, создающим материальные и духовные ценности, воспитание уважения к труду, бережного отношения к его результатам.

Как было отмечено выше, в ходе учебной работы по физической культуре можно добиться осмысленного выполнения физических упражнений, реализации задач в активной, заинтересованной, пронизанной элементами творчества деятельности. Решению этих задач способствуют содержание, методы обучения, формы организации учебной работы, а также специально разработанные методы и средства: краткие тематические беседы, использование примеров из жизни людей труда и спортсменов, создание ситуаций, требующих проявления ответственности за порученный труд.

1.4. Программа трудового воспитания в рамках предмета «Технология» в основной школе

Труд является, пожалуй, одним из главных средств развития психики и нравственных установок личности. Нельзя говорить о всестороннем развитии личности, если ребенок отвлечен от труда. Трудовое воспитание в школе, на сегодняшний день представлено учебной дисциплиной предмет «Технология» [39].

Основная цель школьного курса «Технология» формирование личности обучающегося (формирование нравственных убеждений, эстетического вкуса и здорового образа жизни, высокой культуры межличностного и межэтнического общения, овладение основами наук, государственным языком Российской Федерации, навыками умственного и физического труда, развитие склонностей, интересов, способности к социальному самоопределению).

Задачи:

- Повышение мотивации обучающихся к изучению технологий в рамках образовательной программы, через модернизацию учебного процесса посредством организации учебно — исследовательской и проектной деятельности учащихся на уроках.

- Формирование у обучающихся интереса получения образования в течении всей дальнейшей жизни, путем организации самостоятельной работы по предмету с использованием нестандартных работ (проекты, практические работы);

- Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе. Цель — формирование и развитие знаний и норм здорового и безопасного образа жизни;

- Формирование нравственных ценностей у школьников путем использования педагогических приемов (доверие, доброта и внимание,

нравственно - познавательная деятельность, ценностно - трудовая деятельность, знание норм и принципов морали).

- Воспитание трудолюбия, чувства долга и ответственности, целеустремленности и предприимчивости, честности.

- Формирование основ умственного и физического труда.

- Вооружение школьников разнообразными умениями и навыками.

У трудового воспитания есть содержательная основа, которая в себя включает учебный труд [29,31].

Учебный труд предполагает умственный и физический. Умственный труд требует больших волевых усилий, терпения, усидчивости, целеустремленности. Если ребенок привык к умственному труду, это отразится и на положительном опыте физического труда. Физический труд, в его широком смысле, в образовательном учреждении общеобразовательной средней школы представлен, большей частью, уроками физической культуры, так как работа в школьных мастерских, выходит за рамки учебного процесса, реализуется как дополнительное образование.

В учебной работе используются только рекомендованные образовательные технологии с учетом возрастных и психолого-физиологических особенностей обучающихся. В данной работе рассмотрим этап подросткового развития 8 класс – поисково-зондирующий этап: формирование профессиональной направленности, осознание своих интересов, мотивов выбора сферы профессиональной деятельности – этап предпрофильной подготовки, на котором решаются следующие возрастные задачи:

- понимание значимости труда, умение соотносить свои притязания и склонности с общественными интересами;

- становление профессионального интереса;

- опыт профессиональных проб в различных видах общественно полезной деятельности;

–осознание своих возможностей, профессиональных интересов и трудовых мотивов.

Для реализации вышеперечисленных задач дополнительно, учитывается необходимость не только обеспечить информацией о профессиональной деятельности, но и создать ситуации в рамках урока, в которых обучающийся получает возможность социально-профессиональных проб и опыта, принятия собственных решений, начиная от решения бытовых вопросов и заканчивая решением о выборе направления продолжения своего дальнейшего образования, построение карьерных и жизненных планов [47].

Для решения профессиональных задач используется информационно –коммуникационные технологии. При подготовке уроков, внеклассных мероприятий, самообразования используются Интернет-ресурсы:

- создаются презентации к урокам и внеклассным мероприятиям;
- разрабатываются дидактические материалы в виде таблиц, карточек, памяток;
- создаются мониторинговые карты по отслеживанию результатов обучения и воспитания;
- используется электронная почта и сайт общеобразовательного учреждения для информирования родителей и обучающихся [15,16].

С учетом специфики предмета, следующие основные принципы легли в основу педагогической концепции предмета «Технология»:

- Принцип преемственности и развития;
- Принцип активности.

Принцип преемственности и развития ведущий принцип ФГОС - стандарт для каждой ступени общего образования содержит личностные ориентиры. Говорим об ученике основной школы – владеет основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности, говорим об выпускнике – на первом месте умение учиться, понимающий важность образования и самообразования в течении жизни и в процессе

дальнейшей трудовой деятельности, способный применять полученные знания на практике.

Принцип активности предполагает использование разнообразных форм работы на уроке и дома, которые требуют от учащихся не простого воспроизводства информации или изготовления заданного изделия, а творчества, поскольку задания содержат элемент неизвестности. Вокруг него создается атмосфера открытости, поиска, (особенно практическое и близкое к жизни обучающегося) дает осознанность обучению, мотивирует учащихся, позволяет создать фундамент для сотрудничества, общения всех участников образовательного процесса, включая педагога и родителей.

Использование современных технологий, применение эффективных форм и методов обучения способствуют достижению стабильных результатов по усвоению знаний обучающимися.

Стабильные положительные результаты освоения обучающимися образовательной программы по предмету «Технология» итог применения отдельных компетенций самого педагога, его квалификации и уровня личных притязаний как профессионала, умений:

- планировать и организовывать самостоятельную деятельность учащихся (помогать учащемуся определять цели на языке умений/компетенций);
- мотивировать учащихся, включая их в разнообразные виды деятельности, позволяющие наработать им требуемые компетенции;
- «сценарировать» учебный процесс, используя разнообразные формы организации деятельности и включая разных учащихся в разные виды работы и деятельности, с учетом их склонностей, индивидуальных особенностей и интересов;
- уметь подмечать склонности учащегося и в соответствии с ними определять наиболее подходящую для него деятельность;
- использовать систему оценивания, позволяющую учащимся адекватно оценивать свои достижения и совершенствовать их;

- осуществлять рефлексию своей деятельности и своего поведения и уметь организовать ее у учащихся в процессе учебных занятий;
- уметь вести занятия в режиме диалога и дискуссии, создавая атмосферу, в которой учащиеся хотели бы высказывать свои сомнения, мнения и точки зрения на обсуждаемый предмет, дискутируя не только между собой, но и с учителем, принимая то, что собственная точка зрения может быть также подвергнута сомнению и критике;
- владеть компьютерными технологиями и использовать их в учебном процессе.

Задача учителя технологии - найти путь к выработке положительных эмоций в самом процессе учения. Это простые приемы: дозированность задания, смена методов работы, эмоциональность, активность учителя, интересные примеры, похвала. Эти приемы дают не только временный успех, они способствуют росту симпатии к учителю, решают главную задачу – вырабатывают устойчивый, постоянный интерес к предмету.

Составной элемент педагогической техники – умение педагога управлять своим вниманием и вниманием учащихся. Очень важным является умение по внешним признакам поведения обучающегося выяснить какой из способов восприятия, обработки и использования информации является у него ведущим. Учет репрезентативной системы играет большую роль в налаживании контактов с учениками, в успешности обучения, получение детьми новых умений и навыков. Использование комбинированных схем и графиков, использование таблиц с объяснением предмета использование голосовых возможности, наглядных пособий.

Учет действительного психологического состояния ученика в каждый момент совместной работы составляет основу педагогического такта и занимает важнейшее место в педагогической деятельности [21,22]. На уроках используются следующие интерактивные методы обучения:

1. Творческие задания;

2. Работа в малых группах;
3. Обучающие игры (ролевые игры, деловые игры);
4. Метод проектов;
5. Домашние задания.

Творческие задания - такие учебные задания, которые требуют от учащихся не простого воспроизводства информации или изготовления заданного изделия, а творчества, поскольку задания содержат большой или меньший элемент неизвестности. Творческое задание составляет содержание, основу любого интерактивного метода. Вокруг него создается атмосфера открытости, поиска. Творческое задание (особенно практическое и близкое к жизни обучающегося) придает смысл обучению, мотивирует учащихся, позволяет создать фундамент для сотрудничества, общения всех участников образовательного процесса, включая педагога.

Работа в малых группах - это одна из самых популярных стратегий, так как она дает всем учащимся (в том числе и стеснительным) возможность участвовать в работе, практиковать навыки сотрудничества, межличностного общения, пример: группа девочек как правила половина класса (10-13 человек) разбивается на несколько подгрупп (2-3), каждая из которых должна ответить на отдельные вопросы, на практике проявить знания и умения в составляющих частях общей работы, целесообразно использование компетентностно –ориентированных заданий, на примере 8 класса:

Раздел «Технологии в жизни человека и общества»:

- Какие цели достигаются при выполнении проекта?
- Какие сейчас используются технологии для решения тех или иных задач;
- Предложить несколько способов изготовления изделия;

Раздел «Кулинария»:

- Общие сведения о пище и ее пользе;
- Правила безопасной работы;

- Технологии приготовления блюд (традиционных), напитков;
- Сервировка стола и правила поведения за столом. И т.д.

При такой методике обучения у обучающихся вырабатываются такие качества, как толерантность, ответственность, самостоятельность, умение слушать других, умение рассматривать вопрос с разных сторон и принимать совместные решения. В таких группах строятся более конструктивные взаимоотношения между участниками.

На уроках технологии показывается взаимосвязь развития технологий с окружающим миром, акцентируется внимание учеников на их применение в практических и жизненных ситуациях. Для этого используются **обучающие игры**.

Метод проектов – один из эффективных методов повышения мотивации обучающихся для достижения определенных результатов и овладения знаниями и практическими навыками. Например, исследовать рынок востребованных профессий своего региона, используя технологии сбора информации о путях получения профессионального образования, создать проект профессиональной карьеры, сделать определенные выводы и определить для себя сферу профессиональной деятельности, которая бы была полезна обществу и принесла бы материальное и духовное удовлетворение. Самостоятельные исследования предполагают необходимость интегрирования знаний, умений применять знания, полученные при изучении других школьных предметов (физической культуры, биологии, физики, химии, математики и др.) и особенно при решении нестандартной задачи.

Домашнее задание на составление презентации, сообщений по теме, требует большей частью действительно исследовательской деятельности, поиска и повторения большого количества учебного материала, и здесь совместная работа с родителями вносит неоценимый вклад по формированию личностной, социальной, семейной культуры обучающихся.

Педагогом самостоятельно разрабатывается и используется в проведении как стартовой диагностики, так и итогового оценивания ряд компетентно - ориентированных заданий, базирующихся на «знаниевой» (обязательный минимум) и «деятельностной» (планируемые результаты) парадигме системы оценивания. Используется КОЗ и как процедура оценки готовности к обучению на данном уровне образования и мониторинга сформированности полученных ранее основных компетенций обучающимися (фактических знаний, решение проблем (применение), рассуждение). Результаты работы служат основанием для корректировки учебной программы и индивидуализации учебного процесса, дифференцированного подхода к обучению. Такие задания способствуют достижению не только предметных результатов, но и личностных, так как базируются на контексте реальных жизненных ситуаций. Выполняя такие задания, обучающиеся получают возможность попрактиковаться в разных видах трудовой деятельности.

Здоровьесберегающие технологии, включенные в педагогическую деятельность, реализуются с помощью одного из педагогических методов - метода «формирования сознания» суть которого личный пример учителя, инициирующий действие обучающихся в сторону формирования и осознания необходимости знаний и норм здорового и безопасного образа жизни. С этой же целью используются различные режимы работы, меняется расположение парт в зависимости от задач урока, проводятся физкультминутки и упражнения на релаксацию во время урока.

Важнейшая задача учебного курса по предмету «Технология» заключена не только в конкретике обучения теоретическим знаниям по отраслям, но и в использовании полученных посредством уроков физического воспитания умениям и навыкам практической деятельности, и широкого использования этих средств в будущем, мотивации к стилю, совершенствования образа жизни, собственного «я», социума. Отсюда и задачи образовательного плана: теоретические и практические занятия,

повышенный контроль не только за основами теоретических знаний, но и физической подготовленностью, умениями самостоятельно составлять и пользоваться развивающими и рекреационными комплексами и упражнениями. Их реализация обеспечивает повышение профессионально-прикладной направленности учебного процесса, его устойчивую ориентацию на конечные результаты, что позволит обучающимся овладеть системными знаниями, умениями ставить и решать творческие задачи с использованием средств физической культуры, методически правильно организовать свой досуг, то есть сформировать природосообразные стереотипы поведения, соответствующие мотивам и потребностям. Учебному процессу физического воспитания свойственны, таким образом, не только описательные и объяснительные функции, но и прогностические, направленные на достижение целостности знаний о человеке, его возможностях и жизненных ценностях.

Полагаем, формирование трудовой мотивации на уроках зависит от правильной организации урока в котором используется метод сообщения теоретических знаний, включая межпредметные связи с уроками физической культуры, биологии, физики, которые помогают:

- находить значимость и практическое применение знаний и умений полученных при обучении;
- сочетать общественную значимость физических упражнений с личными интересами обучающихся. Дети должны быть убеждены в целесообразности и полезности предстоящей деятельности для себя, семьи и общества;
- разумная требовательность поставленных задач, поддерживать у детей желание выполнить задание максимально правильно, приучить их работать систематически и равномерно;
- сочетание коллективных и индивидуальных форм трудовой деятельности. С одной стороны, необходимо сотрудничество детей в командах, с другой – каждый игрок команды должен знать свое задание,

уметь его выполнять, нести ответственность за качество и своевременность его исполнения.

Объяснение связи физического воспитания и трудовой деятельности доводится до учащихся с учетом их возраста, индивидуальных интересов и потребностей

Работа в пространстве расширенного социального действия:

Познавательные интернет-ресурсы, социальные познавательные сети; индивидуальная работа с психологом и социальным педагогом по проектированию индивидуальных профориентационных маршрутов, отслеживанию успешности реализации и индивидуальных достижений в реализации этих маршрутов, психологическое тестирование, участие в тренингах [48].

Во время беседы рассматриваются теоретические и практические вопросы подготовки к выбору будущей профессии, используя разные методы: беседу, рассказ, объяснение, экскурсии дают возможность обучающимся непосредственно ознакомиться с профессией в реальных условиях, получить информацию из первоисточников, пообщаться с профессионалами.

Успех совместной деятельности профориентационной работы в образовательном учреждении во многом зависит от умения учителя любого школьного предмета сформировать положительное отношение у учащихся к тому или иному виду деятельности, от их знаний и владения методами обучения.

Трудовое воспитание ребенка начинается с формирования элементарных представлений о трудовых обязанностях, их схожести целей и задач с любой сферой деятельности, выполняемых в школе, семье. Труд как и физическое воспитание остается необходимым и важным средством развития психики, нравственных представлений личности, физических способностей. Нельзя говорить о всестороннем развитии личности, если ребёнок отвлечён от физического труда. Трудовая деятельность должна

стать для обучающихся естественной физической и интеллектуальной потребностью.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования

1. Теоретический анализ и обобщение;
2. Педагогическое тестирование;
3. Анкетирование;
4. Педагогический эксперимент;
5. Математико-статистические методы.

Теоретический анализ и обобщение. Основными способами изучения опыта в нашем исследовании явились: анализ и обобщение теории и методики физической культуры, требования федерального государственного образовательного стандарта, основной образовательной программы общеобразовательного учреждения, изучение научно-методической литературы, связанной с темой исследования, педагогические наблюдения.

Педагогическое тестирование. Для этого применялись тесты позволяющие определить уровень скоростных возможностей испытуемых. Для проведения сравнительного тестирования мы использовали следующие тесты:

Прыжок в длину с места. Прыжок выполняется толчком обеих ног со взмахом рук (3 попытки).

Челночный бег 3x10 м. В забеге участвуют не менее двух человек. Забег производится из положения высокого старта. По команде «Марш!» испытуемый пробегает 10 м, заступая за линию, быстро возвращается к стартовой черте и, заступив за нее, пробегает в обратном направлении последний отрезок. Время фиксируется по секундомеру с точностью до 0,1 секунды.

Бег 30; 60 м с высокого старта. В забеге принимают участие не менее двух человек. Забег производится из положения высокого старта. Старт производится аналогично. Судьи на финише по первому движению флажка пускают секундомеры. Время определяется с точностью до 0,1 секунды.

Анкетирование; Исследование проводилось при помощи таких методик, как:

«Анкета спортсмена» Г.Д. Бабушкин, 2001 Данная анкета рекомендуется при работе с юными спортсменами при изучении интереса к спорту.

Ключ к анкете. Каждый ответ имеет свою мотивационную нагрузку, выражающуюся в баллах: первый ответ – 3 балла, второй ответ – 2 балла, третий ответ – 1 балл. Затем находится общая сумма баллов, характеризующая степень устойчивости интереса к занятиям футболом по шкале: – устойчивый интерес 31–36 баллов; – недостаточно устойчивый 27–30 баллов; – неустойчивый интерес 26 баллов и менее.

Анкета Л.И. Стрелецкой «Урок физической культуры моими глазами».

Анкета С.Д. Дерябо и В.А. Ясвина «Отношение к здоровью и здоровому образу жизни».

«Опросник профессиональных предпочтений» Дж. Холланда.

Анализ пропусков уроков физической культуры без уважительной причины.

Целью методики Л.И. Стрелецкой является выявление степени удовлетворенности уроками физической культурой, отношения к уроку в целом, учителю, а также мотивов к занятиям. Анкетирование анонимное, указывается только класс обучения и пол опрашиваемого для избегания получения социально желаемых ответов.

Целью анкеты С.Д. Дерябо и В.А. Ясвина является исследование ценностных установок и жизненных приоритетов подростков по вопросам

здоровья. Обучающимся предстояло определить степень значимости для них различных составляющих (жизненных ценностей). Из представленного списка им необходимо было выбрать три наиболее важные и три наименее важные ценности. Нас интересовало, какое место в системе значимости займет такая ценность как «здоровье» и «здоровый образ жизни».

Для выявления профессиональных предпочтений и соответствующего типа личности использовался «Опросник профессиональных предпочтений» Дж. Холланда в модификации Романовой Е.С. Опросник позволяет соотнести склонности, интеллект, способности не только с различными профессиями, но и с определенным типом личности: Р-реалистический тип, И-исследовательский тип, А-артистический тип, С-социальный тип, П-предпринимательский тип и К-конвенциальный тип [37,38].

Педагогический эксперимент.

В соответствии с целью и гипотезой исследования, связанной с формированием трудовой мотивации посредством уроков физического воспитания влияние на уровень развития скоростно-силовых способностей и был проведен педагогический эксперимент.

Методы математической статистики.

Для обработки полученных в исследовании данных мы использовали метод математической обработки результатов.

Рассчитывалась достоверность различий результатов педагогического тестирования между контрольной и экспериментальной группами по критерию Стьюдента, а также влияние скоростно-силовых способностей по непараметрическому критерию Манна-Уитни на формирование трудовой мотивации.

2.2. Организация исследования

Организация исследования: начало с сентября 2019г. года по май 2020г. в МАОУ «Комплекс Покровский» средняя школа № 153 г. Красноярска. В исследовании принимали участие два 8х класса, возраст обучающихся 14 лет: 8А – экспериментальный (Э), 8Е – контрольный (К).

Уроки физической культуры проводились три раза в неделю по 40 минут.

При сравнении средних значений результатов контрольной и экспериментальной групп в начале эксперимента в тестах мы определили, что результаты не имеют выраженных отличий, (табл. 1) следовательно, группы однородны.

Таблица 1

Сравнение показателей экспериментальной и контрольной группах в скоростно-силовой подготовленности до эксперимента (n=25)

| Название методики | Группа | После эксперимента | Р табл. | Р факт. |
|----------------------------|--------|--------------------|---------|---------|
| Бег 30 м(с) | К | 5,60 ± 0,05 | 2,05 | >1,49 |
| | Э | 5,48± 0,06 | | |
| Бег 60 м (с) | К | 10,62± 0,08 | | >0,97 |
| | Э | 10,52± 0,08 | | |
| Челночный бег 3*10м (с) | К | 9,10± 0,10 | | >1,65 |
| | Э | 9,31± 0,08 | | |
| Прыжок в длину с/м (см) | К | 160,96± 2,95 | | >1,83 |
| | Э | 166,96± 3,92 | | |

2.3. Этапы исследования

I этап (май - сентябрь 2019 год) – анализ научно-методической литературы по теме исследования.

II этап (сентябрь – октябрь 2019 год) – разработка экспериментальной методики, проведение педагогического эксперимента.

III этап (ноябрь 2019 – март 2020 год) – написание дипломной работы и ее защита.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ АНАЛИЗ

3.1. Экспериментальная методика

Опираясь на теоретические основы формирования мотивации и поставленные задачи, была разработана экспериментальная методика для обучающихся 8х классов, рассчитанная на 33 академических часа: 12 часов профориентационных бесед (Приложение 1); 8 часов интеллектуальные игры-тренировки и 8 часов изучения новых направлений фитнес-аэробики, таких как каланетика, стретчинг, кросс-фит, пилатес и бодифлекс [11]; 4 часа соревновательная деятельность; 1 час на сдачу нормативов.

Экспериментальная методика по формированию трудовой мотивации содержит 12 профориентационных бесед, которые проводились с обучающимися в подготовительной и основной части урока, и по продолжительности составляли 4 –5 минут. Направленность каждой беседы соответствовала развитию и пониманию необходимости трудовой активности, формированию потребности и стремления к познанию в повседневной жизни посредством систематических занятий физическими упражнениями и совершенствования в технической и физической подготовке по изучаемому разделу школьной программы. Примеры:

1. Дисциплина.

Дисциплина очень важна на уроке, дисциплина не ограничивает тебя она отсекает всё лишнее. Есть выражение – «нет ни чего хуже, чем переучиваться», так вот, если пропустить некоторые детали того, что говорил учитель, большая вероятность выполнить упражнение неправильно.

И вот у нас уже сформированный двигательный навык, который бывает достаточно сложно исправить, а исправлять придется, чтобы избежать получения травмы.

2. Целеустремленность.

Заложена в каждом из нас, у каждого есть желания. Запаситесь выдержкой и терпением. Всегда помните о своей цели, каждый урок должен быть шагом на встречу к достижениям, где наградой за смелость будет – Победа!

3. Режим труда учебы и отдыха.

Не нарушайте режим дня и свой тренировочный режим, и внимательно слушайте наставления учителя (тренера). Серьезно относитесь к выбору квалифицированного наставника. Это именно тот человек, который поможет развить ваши навыки и укажет на недостатки, научит заниматься самостоятельно. Каждое занятие—это еще один шаг к совершенству, и пропускать их без уважительной причины недопустимо.

После теоретического материала на практике отрабатывались системы упражнений содержащие особенности профессионального труда.

В качестве домашнего задания, обучающиеся, должны были найти новые комплексы упражнений для выбранного направления своей предполагаемой трудовой деятельности, знать их воздействие на конкретные группы мышц и общее влияние на организм. Положительным моментом подобных домашних заданий является то, что школьник как самостоятельно, так и с помощью родителей мог подобрать себе систему упражнений для дополнительных занятий, исходя из собственных потребностей, конституции тела, степени своей тренированности.

Все эти методы способствуют жизненному самоопределению: для общего самоопределения это – формирование здорового образа жизни, а для профессионального самоопределения – выбор предметности и уровня будущего профессионального образования. При этом соотнесённость их содержания с физической подготовкой и укреплением здоровья

предполагает приобретение не только соответствующих функциональных характеристик, но и определенных знаний, способов и умений из соответствующих областей науки и практики. Что позволяет рассматривать физкультурно - профориентационный профиль в модели образования, когда его основное содержание дополняется и специализируется по конкретным видам и уровням профессиональной деятельности, как сопровождение жизненного самоопределения учащихся:

- педагогического (по специальностям учитель, тренер, методист, инструктор);

- военного (по специальностям, требующим крепкого здоровья, повышенного уровня физической и технической подготовленности);

- медицинского (по специальностям требующим знаний анатомии и физиологии человека, оздоровительной и лечебной физической культуры, методов и средств контроля физического развития и функционального состояния организма).

С учителями технологии 8 классов в рамках программы был организован круглый стол на тему: «Формирование трудовой мотивации на уроках физической культуры». Обучающиеся самостоятельно готовили доклады и сообщения на заданную тему с демонстрацией комплексов упражнений положительно, на их взгляд, влияющие на трудовую производительность.

Совместно с обучающимися было принято решение включить в программу 8 урока-тренировки: интеллектуальные; координационные; коммуникативные; игры – тренировки психомышечной релаксации и концентрации; игры-развлечения; социально-тренинговые игры; социоориентированные игры-походы.

В основе игр лежит моделирование определенных жизненных ситуаций, с которыми обучающийся сталкивается в реальной жизни:

моделирование отношений внутри коллектива, направленных на достижения конкретного, ценностного для всех участников результата; создание посильных трудностей и барьеров и последующего переживания успеха и удовлетворения от преодоления, совершенствование умений и навыков конструктивного межличностного взаимодействия. (Вишневский Д.Д., 1999). [43]

В начале каждого урока неотъемлемой частью была разминка под музыкальное сопровождение, что способствовало благоприятному эмоциональному фону, а в конце урока - рефлексия, где каждый обучающийся мог высказать свое мнение о проделанной работе, пожелания и т.д. Освобожденные по состоянию здоровья школьники активно привлекались к судейству.

Таким образом, при разработке программы мы учли все возможные факторы для формирования положительной мотивации к дальнейшей трудовой деятельности обучающихся среднего звена. В течение марта, апреля, мая 2020 года обучающиеся 8х классов работали по новой, предложенной нами методике.

3.2 Оценка эффективности экспериментальной методики

Результаты анкетирования по методике Л.И. Стрелецкой мы представили в виде диаграмм на каждый вопрос (рисунки 1-3).

1. Любите ли вы заниматься физической культурой?

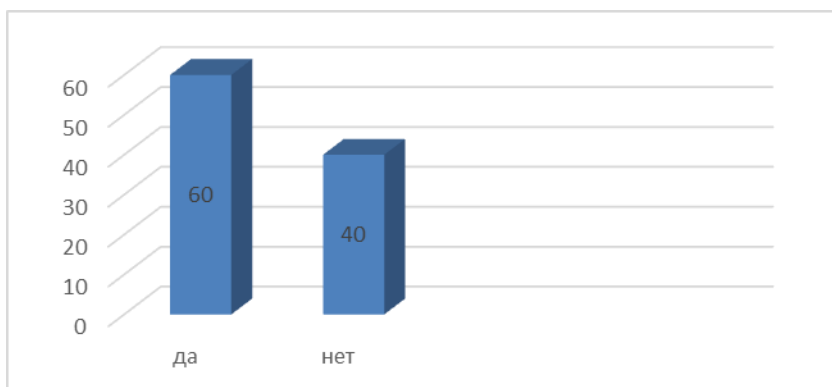


Рис.1 Процентное соотношение обучающихся которые любят заниматься физической культурой и нет

2. Что вас побуждает заниматься физкультурой и спортом?

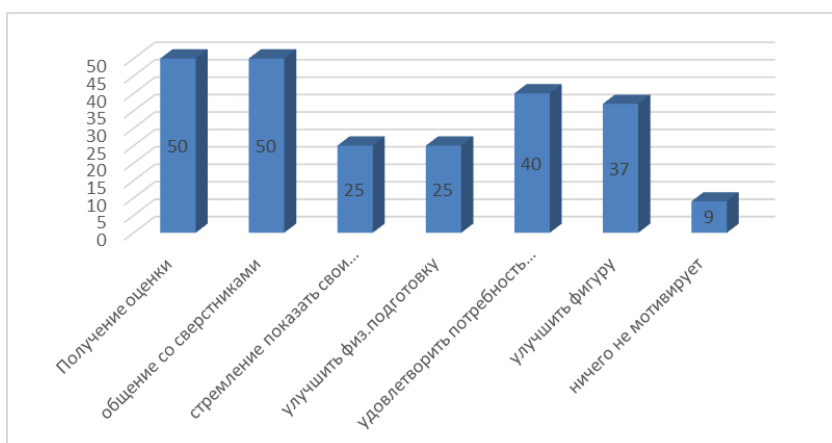


Рис.2 Мотив занятий физической культурой

3. Что в деятельности преподавателя побуждает вас к занятию?

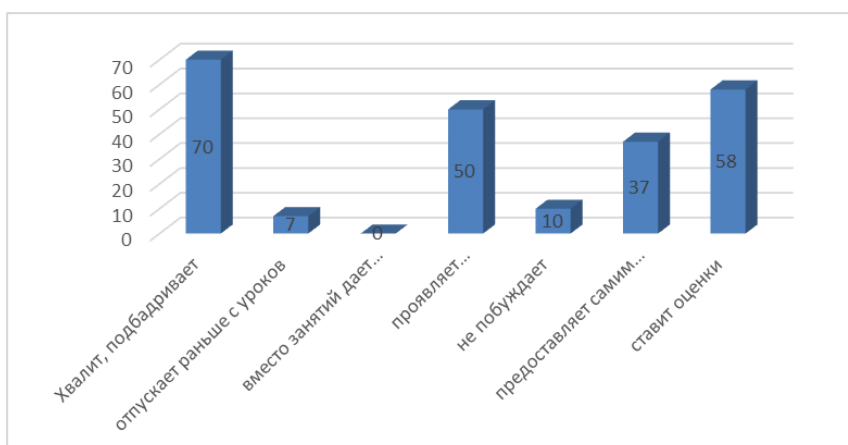


Рис.3 Действия преподавателя, побуждающие к занятию физической культурой

Таким образом, 60% опрошенных с удовольствием посещают уроки физической культуры, основной проблемой видят большую загруженность другими учебными предметами и нехватку свободного времени. В действиях преподавателя ценят как похвалу, так и интерес к индивидуальным достижениям. Остальные 40% учеников 8х классов негативно относятся к физической активности. Свое отношение объясняют по-разному: это и нехватка свободного времени, отсутствие современного спортивного оборудования в школе, лень, полное отсутствие интереса к физической культуре и спорту в целом. У таких обучающихся, как правило, мотив посещения уроков физкультуры - это общение с друзьями, отдых, желание получить оценку в аттестат.

Анализ пропусков уроков физической культуры без уважительной причины за последний месяц текущего триместра показал, что классах занятия пропустили 48% девушек и 35% юношей.

Анкетирование по методике С.Д. Дерябо и В.А. Ясвина показало следующее: такая ценность как «здоровье» и «здоровый образ жизни» на первом месте только для 38% опрашиваемых, остальные 62% обучающихся отнесли «здоровый образ жизни» к наименее важным ценностям.

Для уточнения профессиональной направленности и соответствующего типа личности нами был проведён «Опросник профессиональных предпочтений» (в модиф. Е.С. Романовой), который показал, что особенностью экспериментальной группы подростков является преобладание социального выбора, т.е. большинство обучающихся можно условно отнести к социальному типу личности. Этот тип характеризуется социальной активностью, предполагающей взаимодействие с людьми. Данная теория основывается на заключении, что успех в профессиональной деятельности зависит от соответствия типа

личности и типа профессиональной среды, т.к. поведение человека наряду с его личностными особенностями определяется окружением, в котором проявляется его активность [37].

Таким образом, данные анкетирования свидетельствуют, что обучающиеся среднего звена ни как не связывают влияние физической культуры с дальнейшей своей трудовой деятельностью и в этом случае необходимо провести работу, способствующую формированию положительного отношения к занятиям физической культуры как способу успешной профессионализации в их будущей сфере трудовой деятельности [12].

На контрольном этапе нашей экспериментальной работы мы поставили перед собой следующие задачи:

1. Выяснить, изменилось ли у обучающихся отношение к занятиям физической культурой как к средству формирования трудовой мотивации.
2. Узнать, какое место занимает здоровье и здоровый образ жизни в системе ценностей каждого обучающегося.
3. Проанализировать посещаемость уроков физической культуры во время проведения программы.

Для решения поставленных задач мы использовали следующие методики:

1. «Гармоничность образа жизни школьника», автор Н.С. Гаркуша.
2. Методика «Уровень владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья», автор Н.С. Гаркуша.
3. Повторный анализ пропусков уроков физической культуры без уважительной причины за период 1 месяц.
4. Индивидуальная беседа с каждым обучающимся.

Целью первой методики Н.С. Гаркуши выступает выявление у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни.

Нами были получены следующие результаты: 72% обучающихся показали высокий уровень понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни. Это значит, что в жизни обучающихся среднего звена имеет место осознанное отношение к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья. Средний уровень понимания показали 28% опрошиваемых. Это значит, что имеет место быть частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическое овладение практическими навыками в области сохранения и преумножения здоровья. Низкий уровень понимания не показал никто.

Целью второй методики этого автора является изучение уровня владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья.

По второй методике Н.С. Гаркуши результаты получены следующие:

- 65% опрошиваемых – высокий уровень;
- 35% - средний;
- 0% - низкий уровень.

Из этого следует, что подавляющее большинство восьмиклассников имеют идеальный образ здорового человека, физически активного, укрепляющего здоровье самостоятельно, умеющего сотрудничать с окружающими, в совершенстве владеющего культурными нормами в сфере здоровья.

У 35% опрошиваемых знания о здоровом образе жизни не являются убеждениями, характерно эпизодическое овладение школьниками практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, готовность к сотрудничеству со взрослыми.

Анализ пропусков уроков без уважительной причины за время проведения программы показал, что 6% девушек и 0% юношей имеют пропуски.

В результате индивидуальной беседы с каждым обучающимся были выявлены следующие факты:

- уроки стали более интересными;
- понимание важности двигательной активности создает положительный настрой на работу;
- интересно анализировать собственные ошибки и работать над ними;
- ближайшие соревнования стимулируют работать на уроке более ответственно;
- появилось желание заниматься дополнительно игровыми видами спорта (баскетболом, волейболом);
- волевые качества играют в жизни важную роль;
- вести здоровый образ жизни – залог счастливого будущего.

Проанализировав результаты исследования, мы пришли к выводу, что выбранные нами принципы построения методики верны, отношение к занятиям физической культурой у подростков поменялось. Школьники начали воспринимать здоровый образ жизни как значимую ценность, как в трудовой деятельности, так и в дальнейшей жизни.

Сравнительный статистический анализ проведенного педагогического эксперимента показал, что результаты проведенных педагогических тестов направленных на развитие скоростно-силовых способностей в экспериментальной группе достоверно выше чем в контрольной группе ($P < 0,05$), табл. 2.

Таблица 2.

Сравнение показателей скоростно-силовой подготовленности в экспериментальной и контрольной группах после эксперимента (n=25)

| Название методики | Группа | После эксперимента ($X \pm m$) | P табл. | P факт. |
|-------------------------|--------|-------------------------------------|---------|---------|
| Бег 30 м (с) | К | 5,49 ± 0,05 | 2,06 | <2,44 |
| | Э | 5,25 ± 0,09 | | |
| Бег 60 м (с) | К | 10,45 ± 0,07 | | <4,27 |
| | Э | 9,80 ± 0,13 | | |
| Челночный бег 3*10м (с) | К | 8,95 ± 0,08 | | >1,34 |
| | Э | 8,72 ± 0,15 | | |
| Прыжок в длину с/м (см) | К | 164,48 ± 2,82 | | <2,11 |
| | Э | 170,2 ± 3,92 | | |

Статистический расчет по критерию Манна-Уитни между показателями челночного бега 3*10м на начало и конец эксперимента выявил достоверное ($P_0 > 0.05$) улучшение уровня показателей детей экспериментальной группы, что подтверждает нашу гипотезу о влиянии личностного подхода на результативность показателей педагогического тестирования, таблица 3.

Таблица 3

Сравнительный анализ показателей челночного бега экспериментальной группы в начале и в конце эксперимента (n=25)

| Группа | Расчет ранговых показателей | критерий Манна-Уитни, табл. | критерий U Манна-Уитни, эмп. | P_0 |
|----------|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------|--------------|
| Н (n=25) | 491 | 192 | 76 | $P_0 > 0,01$ |
| К (n=25) | 797 | | | |

В экспериментальной группе так же значительно повысилась потребность в достижении успеха, что выразилась в направленности мотивации у детей экспериментальной группы на выступления в соревнованиях, тогда как у детей контрольной группы мотивация была более выражена на тренировочные занятия ($P < 0,05$), таблица 4.

Сравнительный анализ направленности мотивации подростков экспериментальной и контрольной групп по использованным методикам позволяет говорить об наличии различий в полученных результатах среди подростков контрольной и экспериментальной групп, таблица 5.

Таблица 4

Сравнительный анализ развития мотивации в экспериментальной и контрольной групп после эксперимента, (n=25)

| Название методики | Группа | После эксперимента ($X \pm m$) | $P_{\text{табл}}$ | $P_{\text{факт.}}$ |
|---|--------|-------------------------------------|-------------------|--------------------|
| Степень устойчивости интереса к занятиям физической культурой | Э | 35± 8,38 | 2,06 | <4,44 |
| | К | 65± 9,98 | | |
| Степени выраженности потребности обучающегося в достижении успеха | Э | 4,3± 1,17 | | <4,49 |
| | К | 7,75± 0,59 | | |

Сравнительный анализ направленности мотивации между
экспериментальной и контрольной группами после эксперимента

| Название методики | Группа | После эксперимента (X ± m) | P _о табл. | P факт. |
|---|--------|----------------------------------|----------------------|---------|
| Направленность спортивной мотивации на соревнования | Э | 4,75± 1,03 | 2,23 | <4,44 |
| | К | 7,75± 0,45 | | |
| Направленность спортивной мотивации на урок физической культуры | Э | 6,25±1,15 | | <4,49 |
| | К | 9,125±0,30 | | |

Таким образом, в результате проведенного исследования по всем методикам подростки показали результаты, характерные для данного возраста и отражающие их личностную направленность. Однако, изучение личности и системы ценностей на контрольном этапе исследовательской работы показало наличие различий у подростков экспериментальной и контрольной групп. Эффективность комплекса экспериментальной программы, направленной на формирование трудовой мотивации подростков, доказана в ходе эксперимента.

Результат нашей работы также может проявиться со временем, так как процесс формирования трудовой мотивации сложный и многоуровневый, однако появление положительной тенденции в формировании мотивации – неоспоримый факт. Гипотеза нашего исследования подтвердилась, т.е. положительное отношение к занятиям физической культурой как способу формирования трудовой мотивации у подростков формируется: при условии новизны, практической значимости нового материала, индивидуального подхода к каждому, учете личного интереса и способностей, при составлении целенаправленных программ

уроков физического воспитания.

ВЫВОДЫ

1. Проведен анализ научно-методической и специальной литературы по формированию мотивации, а также по развитию скоростно-силовых способностей обучающихся среднего школьного возраста. Особое внимание было обращено на труды В.И. Усакова, Л.К. Сидорова, В.И. Моросановой. [46]

2. Разработана экспериментальная методика, основанная на методах формирования мотивации обучающихся 8х классов, которая включила в себя методические приемы, межпредметные связи, психологические техники и тексты бесед (рассказов) направленных на формирование трудовой мотивации обучающихся посредством занятий физической культуры.

3. Проведен педагогический эксперимент который показал эффективность экспериментальной методики формирования трудовой мотивации посредством уроков физического воспитания, которая выразилась в достоверном ($P < 0,05$) улучшении показателей скоростно-силовых способностей, в достоверном ($P > 0,05$) по непараметрическому критерию Манна-Уитни показателях в челночном беге (3*10м), объективно отражающем способность обучающихся 8х классов к осознанной, целенаправленной двигательной активности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ литературы по теме исследования позволил выявить следующее:

Мотивация учащихся к занятиям является главным компонентом в структуре организации и построения учебного процесса направленного на формирование трудовой мотивации. Учебная деятельность будет протекать эффективно, при наличии внутреннего желания и активного интереса у учеников к занятиям.

Целью нашего исследования было изучить особенности формирования трудовой мотивации посредством уроков физического воспитания обучающихся среднего школьного возраста. В ходе которого было выявлено, что для формирования у подростков положительной мотивации к труду на занятиях физической культурой, структура урока должна предусматривать: индивидуальный подход, положительный психоэмоциональный климат, наличие новизны, практическую значимость нового материала, самостоятельный поиск дополнительной информации, учет личного интереса учителя при составлении программ уроков физического воспитания.

Важно понять то, что нам нужны не унифицированные нормативы, учитывающие индивидуальные особенности растущего организма, начиная от возраста и заканчивая типом телосложения, а комфортные занятия, которые было бы интересно посещать и главное понимать связь с дальнейшей трудовой деятельностью.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

опираясь на результаты исследования, учитывая то, что многие учащиеся испытывают неудобство от монотонности и не использования современных методик на занятиях физической культурой, можно дать некоторые рекомендации по улучшению организации и проведению занятий, а также привлечению учащихся к уроку, путем внедрения новизны:

1. Фитнес – аэробика (классическая, пилатес, стретчинг, калланетика);
2. Организация занятий в тренажерном зале;
3. Экскурсии на спортивные мероприятия;
4. Больше проводить спортивных соревнований по видам спорта в классах, между классами;
5. Использовать на уроке межпредметную связь с такими предметами как анатомия, биология, технология, история, математика с возможностью использования ИКТ;
6. Компетентностно – ориентированные домашние задания.

Свобода выбора и использование разнообразных форм и видов физкультурно-оздоровительных мероприятий, сопровождаемых эмоциональными положительными переживаниями; привлекательность содержание физкультурных занятий; внутренняя позитивная мотивация и интерес к дальнейшим физическим занятиям способствуют эффективному формированию потребности в непрерывном физическом совершенствовании, которая определенно может способствовать выработыванию здорового социально-активного стиля жизни. В этом случае формируется понимание, что физкультура нужна не только для здоровья, но и для профессиональной деятельности в будущем, активного отдыха, наслаждения движением, жизнью – как основная из определяющих составных частей успешной профессионализации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аршинник, С.В. Физическое развитие и подготовленность учащихся общеобразовательных учреждений /С.В. Аршинник, В.И. Тхорев, В.М. Шиян. - Краснодар: КГУФКСТ, 2011. - 54 с.
2. Баёва Н. А., Погадаева О.В. Анатомия и физиология детей школьного возраста: Учебное пособие. - Омск: СибГУФК, 2003. - 56 с.
3. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2006. № 3.
4. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка. (Электронный ресурс): учебник/Барчуков И.С. – Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. – 441 с.
5. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика [Текст]: учебное пособие для вузов /И.С.Барчуков, А.А.Нестеров; под общей ред. Н.Н.Маликова. – М.: Изд.Центр «Академия», 2009. – 525с.
6. Безверхняя Г.В. Возрастная динамика мотивационных приоритетов школьников к занятиям физической культурой и спортом. - М.: Логос, 2004.
7. Безрукова, В. С. Педагогика: учебное пособие / В. С. Безрукова. – Ростов н/Д.: Феникс, 2013. – 381 с.
8. Бобрищева-Пушкина, Н.Д., Кузнецова, Л.Ю., Силаев, А.А., Попова, О.Л. Физическое и психическое развитие детей и подростков как показатель состояния здоровья // Практика педиатра. М.: Гигиена, март, 2008.
9. Волков Б.С. Основы профессиональной ориентации: учеб. пособие для вузов/Б.С. Валков.-М.:Академический проект, 2007.-333с.
10. «Ведущие мотивы личности подростков» Научный журнал КубГАУ, №85(01), 2013 года.

11. Ветрова И.В. Новые физкультурно-спортивные виды: шейпинг, аэробика: учебное пособие / И.В. Ветрова, Н.В. Люлина: Краснояр. гос.пед.ун-т им.В.П. Астафьева.-Красноярск, 2018.-276с.
12. Гапоненко, А. В. Диагностика готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению // Школа и производство. 2006, № 3.
13. 12. Гелецкий В.М. Теория физической культуры и спорта. Учебное пособие /Сиб. федер. ун-т; [Сост. В.М. Гелецкий]. – Красноярск: ИПК СФУ, 2008. – 342 с.
14. 15. С. А. Гзогян // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2017. — Т. 2, № 3. —С. 48–51.
15. Горбунов, С.А. Реализация инновационных подходов в системе физического воспитания / С.А. Горбунов, С.С. Горбунов // Теория и практика физической культуры. - 2010. - № 5. - С.33.
16. Гуслова М.Н. Инновационные педагогические технологии : учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / М.Н. Гуслова. – 4-е изд., испр. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
17. Дик Н.Ф. Воспитательная работа со старшеклассниками / Н.Ф. Дик, Т.И. Дик.- Изд.2-е-Ростов н/Д: Феникс, 2008.-349с.
18. Дуркин П.К., Лебедева М.П. К проблеме воспитания личной физической культуры у школьников и студентов / П.К. Дуркин, М.П. Лебедева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 6.– С. 48–52.
19. Дуркин, П.К. Формирование у школьников устойчивого интереса к занятиям спортом // Теория и практика физической культуры. 2005. № 11. С. 49.
20. Ермолаева М.В. Психология развития. М.: МПСИ, 2003. 376с.
21. Жуков Г. Н. Общая и профессиональная педагогика : Учебник / Г. Н. Жуков, П. Г. Матросов. - Москва: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 448 с.

22. Загвязинский, В. И. Педагогика : учеб. для высш. проф. образования / В. И. Загвязинский, И. Н. Емельянова; под ред. В. И. Загвязинского. – М. : Академия, 2011. – 352 с.
23. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. 512 с.
24. Казаков А.Ю., Левушкин С.П. Изменение мотивации школьников к физической культуре в процессе реализации индивидуально-типологического подхода и использования компьютерных технологий [Текст]//М. :Вестник спортивной науки. 2010. № 1. С. 46-49.
25. Калитеевская Е.Р., леонтьев Д.А. Пути становления самодетерминации личности в подростковом возрасте //Вопросы психологии. 2006. №3.С.49-55.
26. Клюкина В.В. Мотивация к занятиям физической культурой школьников; теоретический аспект / В.В. Клюкина // Научный поиск. – 2015. – №2. – С. 97-98.
27. Кон И.С. В поисках себя: Личность и её самосознание. М.: Политиздат, 1984. -335с.
28. Лежнина, Л. В. Психология в профильной социально-гуманитарной подготовке учащихся // Профильная школа. 2009, № 1.
29. Лучшие практики трудового обучения и воспитания в образовательных организациях Краснодарского края: – Краснодар, ГБОУ ИРО Краснодарского края, 2018, – 77 с.
30. Львова С.В. Возрастные особенности развития познавательных потребностей и мотивации учения у школьников , 2014 г. – №1(9).
31. 30. Макаренко, В. К. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом / В. К. Макаренко // Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского. – 2008. – № 6 (10). – С. 140–144.
32. 31. Мухаметова, А. М. Разработка программы элективного курса по психологии "Путешествие в мир профессий" // Воспитание школьников.- 2010, № 10

33. Обухова П.Ф. Детская (возрастная) психология. М., 1996. 374 с.
34. Пантелеева, Т. В. Психологические особенности и развитие эмоциональной сферы и интеллектуальных способностей в ранней юности Психологические науки: теория и практика: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Москва, ноябрь 2015 г.). — Москва : Буки-Веди, 2015. — С. 11-14
35. Психология физического воспитания и спорта./Под ред. Т.Т. Джамгарова, А.Ц. Пуни. М.: ИНФРА-М, 2004.
36. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Гума-нит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. - Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. - 384с.
37. Романова Е.С. Психодиагностика: Учебное пособие. СПб.: Питер, 2009.
38. Романова Е.С. 147 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. – М.: Аспект Пресс, 2011. – 416 с.
39. Трудовое обучения в школе / под ред. М. А. Мамонтова. М.: Юнити, 2005.
40. Усаков В.И. Студенту о здоровье и физическом воспитании: учебное пособие/В.И. Усаков.-М.-Берлин: Директ-Медиа, 2016.-104с.
41. Усаков В.И. Студенту о здоровье и физическом воспитании [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.И. Усаков; Краснояр. гос.пед.ун-т им.В.П. Астафьева.-Красноярск,2012.- 104с.
42. Физическая культура в XXI веке: концептуальные основы, инновационные методики и модели образовательных практик: монография /под ред. А.Э. Страдзе, И.М. Быховской. – Москва; Берлин: Директ – Медиа, 2019.- 287с.

43. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. – Москва : Юнити, 2015. – 432 с.
44. Хеккаузен Х. Мотивация и деятельность: [В 2-х т.]. Т. 2. М.,1986.
45. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология. М. 2008г.
46. Юнг К.Г. Аналитическая психология и воспитание //Юнг К.Г. Конфликты детской души: Собр.соч. М.: Канон, 2004. С.69-150.
47. Письмо Минобрнауки России от 30.03.2017 N 08-621
48. <https://единыйурок.рф>
49. <https://krao.ru/deyatelnost/fizicheskaya-kultura-i-sport/normativno-pravovaya-baza/> Министерство образования Красноярского края.
50. <http://krasobr.admkrsk.ru> Главное управление образования администрации города Красноярска.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Профориентационная беседа должна быть логично связана с учебным материалом и подготовлена предварительно. К процессу подготовки профориентационной беседы целесообразно привлекать самих учеников, например, поручить им собрать информацию по данному вопросу.

Эмоциональной расцвет беседе добавляют цитирования известных ученых, изобретателей, писателей, которые отвечают теме беседы, применения наглядных методов профориентационной работы. Тематика профориентационных бесед должна отвечать вековым особенностям школьников и охватывать круг интересов учеников;

Темы бесед:

1. «Дисциплина»
2. «Целеустремленность»
3. «Режим труда, учебы и отдыха»
4. «Волевые качества личности»
5. «Человек среди людей»
6. «Интересы и склонности»
7. «Роль жизненных ценностей при выборе профессии»
8. «Мир профессий»
9. «Выбор профессии-взгляд в будущее»
10. «Я бы стал, если бы знал»
11. «Здоровье и выбор профессии»
12. «Влияние темперамента на выбор»