

**РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. А.И. ГЕРЦЕНА**

Факультет физической культуры



**ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ
И ЗДОРОВЬЕ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**
Сборник материалов
**научно-практической всероссийской
конференции**

«ГЕРЦЕНОВСКИЕ ЧТЕНИЯ»

**Санкт-Петербург
2014**

ББК 5.05,я 43

Печатается по решению учёного совета
факультета физической культуры
РГПУ им. А.И. Герцена

Редакционная коллегия:

доктор педагогических наук, профессор Г.Н. Пономарёв (РГПУ им. А.И. Герцена)
доктор педагогических наук, профессор Р.М. Кадыров (РГПУ им. А.И. Герцена)

Д 22 Двигательная активность и здоровье учащейся молодежи: Сборник материалов научно-практической всероссийской конференции «Герценовские чтения» / Под общ. ред. Г.Н. Пономарева, Р.М. Кадырова. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. 165 с.

ISBN 978-5-8064-1908-9

В сборнике представлены материалы научно-практической всероссийской конференции «Герценовские чтения», раскрывающие актуальные проблемы двигательной активности и здоровья учащейся молодежи в современных условиях. В статьях представлены актуальные проблемы совершенствования образовательного процесса в условиях многоуровневой системы образования, а также освещаются различные аспекты учебно-тренировочного процесса по существующим традиционным и инновационным направлениям физической культуры и спорта.

ISBN 978-5-8064-1908-9

ББК 5.05,я 43
©Коллектив авторов, 2010
©Издательство
РГПУ им. А.И. Герцена, 2014

материалы 5 Всероссийской научно-практической конференции. - Сыктывкар, 2009.
– С. 36-49.

3. Приказ Министерства Образования РФ «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации» от 16.07.2002г. № 2715/227/166/19.

4. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 (ред. от 18.12.2012) "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2009 N 15785)

5. Приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте РФ 01.02.2011 N 19644)

6. Распоряжение правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. №1101-р «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».

7. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 03.02.2014) "Об образовании в Российской Федерации".

Профессиональная мотивация и выгорание в сфере физической культуры

М.А. Шансков, Г.Н. Пономарев *

**Национальный исследовательский университет Высшая школа
экономики, Санкт-Петербург,**

***Российский государственный педагогический университет
им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург**

Мотивация деятельности педагога в сфере физической культуры является сложной и недостаточно изученной проблемой. В.П. Мусина (2012) предлагает рассматривать профессиональную активность как структурно-динамическую систему в профессиональной деятельности субъекта. Как показано в данном исследовании, профессиональная активность является результатом энергетического компонента, в основе которого располагается, прежде всего, мотивация осуществления профессиональной деятельности. Выявленная внутренняя мотивация предполагает, что показатель профессиональная активность может выражать субъектную активность молодёжи в профессиональной деятельности и служить показателем количественного и качественного уровня профессиональной активности. Исследование мотивации обучения в вузе (методика Е.П. Ильина) показывает, что 35 – 40 % студентов ориентированы на приобретение знаний; около 75 % студентов считают главным получение диплома; 12% студентов направлены на овладение профессией (Жабаков В.Е., Жабакова Т.В., 2009). Установка на педагогическую деятельность всегда носит в осознанный мотивационный характер. Мотив, интересы, потребностями и установка образуют мотивационную сферу личности. При этом мотив выступает как осознанная

потребность, и в то же время мотив является установкой, побудителем, объяснением деятельности (Никитин С.А., 2009).

Исследование факторов, влияющих на выбор педагогической профессии абитуриентами, выявило их ранжированный ряд:

1. интерес к учебному предмету – 27,2 %;
2. стремление посвятить себя воспитанию детей – 19,2 %;
3. желание обучать данному предмету – 16,2 %;
4. желание иметь высшее образование – 13 %;
5. представление об общественной важности, престиже педагогической профессии – 12,2 %;
6. осознание педагогических способностей – 6 %;
7. так сложились обстоятельства – 4 %.
8. стремление к материальной обеспеченности – 2,2 %;

При этом немногим более половины будущих учителей выбирают профессию, руководствуясь мотивами, свидетельствующими о педагогической направленности их личности (Сластенин В.А., 2002).

Исследование профессиональной мотивации преподавателей аддаптивной физической культуры, в котором изучались некоторые факторы профессионального труда, выявило, что наиболее значимыми факторами оказались «интерес к профессии», «положительные отношения между работниками» и «заработка плата» (Кольтинова В.В., 2001). Только профессионально ориентированный педагог, способен творчески использовать личный потенциал, реализовывать инновации, ориентироваться на индивидуальные особенности личности учеников, способствовать достижению ими нравственных ценностей и профессиональных целей.

К их числу работ, в которых выявлены мотивы, определяющие выбор профессии педагога физической культуры можно отнести исследование О.Л. Рубановой (2007), в котором выявлены мотивы, определяющие выбор профессии педагога по физической культуре. В порядке убывания значимости автор вывела следующие мотивы:

1. Стремление к педагогической деятельности в сочетании с желанием помочь детям в их физическом и интеллектуальном развитии, познать внутренний мир другого человека и получить удовлетворение от общения с занимающимися.
2. Способности к профессиональной педагогической деятельности.
3. Возможности совершенствования умственного и физического развития личности в процессе педагогической деятельности, близкой к содержанию избранного вида спорта.
4. Желание получить высокое общественное признание профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту.
5. Возможности частичного осуществления жизненных планов личности путем разрешения задач социального характера.

6. Восприимчивость личности к мнению близкого социального окружения. (Рубанова О.Л., 2007).

Особый интерес представляют мотивы образовательной деятельности студентов заочной формы обучения. Как считает О.В. Якупова (2010), заочник же существует в нескольких социальных сферах (вуз, коллектив, семья), поэтому все приобретенное им в вузе сразу же внедряется в самые различные сферы: в семью он привносит новые культурные навыки, на работу – новые знания, идеи, новые формы общения с коллегами. Мотивами выбора заочной формы обучения выступают следующие основания:

- мотивы поступления в вуз заочников в подавляющем большинстве случаев являются общественно значимыми и профессионально направленными. Вследствие этого выпускник-заочник, сначала уступая в знаниях выпускнику-очнику, в жизни часто оказывается более перспективным специалистом;
- мотивом обучения на заочном отделении может стать желание совершенствовать свои знания и умения для последующего карьерного и морального роста для уже сформировавшейся личности (Якупова О.В., 2010)

Как отмечает Л.А. Копысова (2009) интерес к профессиональной деятельности у студентов-медиков является высоким на 1 – 2 курсах, далее он снижается, возрастает к 5 курсу и вновь снижается к 6 курсу.

Исходя из вышеизложенного, мы считаем, что исследование мотивационной сферы в области физической культуры должно опираться на тщательно разработанные и апробированные методики. Они могут быть реализованы на платформе хорошо зарекомендовавших себя аппаратно-программных психодиагностических комплексов. С этой целью нами был использован аппаратно-программный психодиагностический комплекс «Мультипсихометр». (Пономарев Г.Н. и др., 2013). В исследованиях приняли участие 65 преподавателей по физической культуре средних образовательных школ Санкт-Петербурга и 175 студентов факультета физической культуры обучения РГПУ им. А.И Герцена. Результаты исследования обработаны стандартными методами вариационной статистики и корреляционного анализа.

Для решения поставленной цели исследования нами был разработан опросник мотивации к физкультурно-педагогической деятельности (МПФД). В методике используется 21 вопрос, сгруппированных в три стандартизумемых показателя: «любовь к детям», «интерес к спорту» и «интерес к педагогической деятельности». Оценка основана на применении bipolarных рейтинговых шкал типа Р. Лайкerta. Метод предполагает, что респондент выражает свое согласие или несогласие с каждым суждением из предложенного набора по шестибалльной шкале оценок, а его место на итоговой шкале установки определяется суммой оценок каждого отдельного суждения. Диапазон показателей по каждой из шкал лежит в пределах от 7 до 42 баллов. «Мультипсихометр» пре-

образует «сырые» показатели в стэны следующим способом: поскольку для данного теста заранее рассчитанных норм не существовало, то осуществлялся поиск в базе результатов данных, их сортировка по каждому из стандартизируемых показателей, определение перцентильных рангов, которые затем по известным формулам (Кулагин Б.В., 1984) пересчитываются в стэны. После получения свыше 50 наблюдений были рассчитаны нормы путем определения принадлежности актуального значения к одному из интервалов. Для расчетов норм были использованы данные указанных выше 65 преподавателей по физической культуре. Результаты расчетов представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Тестовые нормы показателей опросника МПФД

Показатели	Границы стэнов									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Любовь к детям	< 23	23–25	25–27	27–28	28–30	30–32	32–33	33–34	34–35	>35
Интерес к спорту	< 15	15–22	22–25	25–28	28–30	30–31	31–33	33–34	34–35	>35
Интерес к педагогической деятельности	< 22	22–23	23–25	25–26	26–29	29–30	30–33	33–34	34–35	>35

Представленные тестовые нормы могут использоваться при проведении ручной обработки результатов тестирования. В таблице 2 приведены показатели опросника МПФД преподавателей физической культуры. Мы выделили среди всего массива три группы с высоким (7 – 10 стэнов), средним (4 – 6 стэнов) и низким (1 – 3 стэна) уровнями показателей.

Таблица 2.

Показатели опросника МПФД и возраст преподавателей по физической культуре.

Показатели	Все преподаватели (n = 65)	Высокий уровень (n = 12)	Средний уровень (n = 40)	Низкий уровень (n = 13)
Любовь к детям	5,15 ± 0,24	7,83 ± 0,25	5,28 ± 0,13	2,31 ± 0,22
Интерес к спорту	5,26 ± 0,23	6,33 ± 0,50	5,33 ± 0,27	4,08 ± 0,55
Интерес к педагогической деятельности	5,11 ± 0,25	7,17 ± 0,46	5,08 ± 0,26	3,31 ± 0,57
Возраст	42,28 ± 1,21	45,58 ± 1,46	44,46 ± 1,53	38,46 ± 3,02

Различия по показателям опросника достоверны между всеми группами. Что касается возраста, то достоверно различаются группы с высоким и низким уровнями ($p < 0,05$). Интересно, что старшая воз-

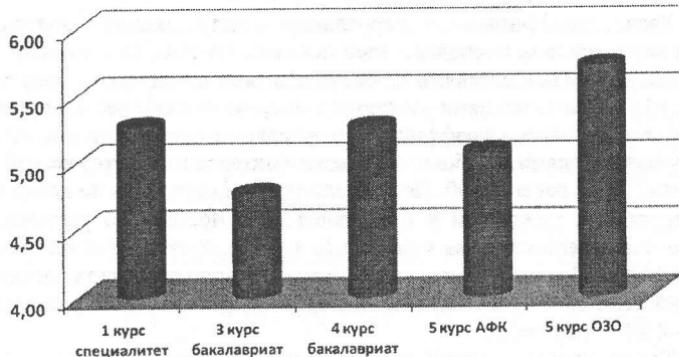
растная группа преподавателей обладает высокими показателями не только по «любви к детям» и «интересу к педагогической деятельности», но и по «интересу к спорту».

Расчет коэффициентов корреляции между шкалами опросника среди всего массива преподавателей показал, что наибольшая связь отмечается между показателями «любовь к детям» и «интерес к спорту» – 0,682. Между показателями «интерес к спорту» и «интерес к педагогической деятельности» коэффициент корреляции составляет – 0,421, а между показателями «любовь к детям» и «интерес к педагогической деятельности» он равен 0,400. Показатели группы студентов по всем шкалам опросника ниже, чем у преподавателей. Достоверно различается только показатель «любовь к детям» ($p < 0,01$). У студентов он составляет $4,44 \pm 0,17$ стэна. «Интерес к спорту» в группе студентов достигает средней величины $4,94 \pm 0,14$, а «интерес к педагогической деятельности» – $4,94 \pm 0,14$ стэна.

Таким образом, разработанная нами экспресс-методика оценки мотивации к физкультурно-педагогической деятельности позволяет в короткое время (5 – 7 минут) в бланковом формате выявить основные мотивы, определяющие выбор данной профессии. Получены тестовые нормы, которые могут быть использованы в качестве модельных характеристик мотивационной сферы педагога физической культуры. Выявлено, что физкультурно-педагогическая деятельность формирует личность педагога в соответствии с требованиями данной сферы и в тесной взаимосвязи с характерными для нее мотивациями. Исследование показало некоторые негативные тенденции в группе современных педагогов, когда в наиболее продуктивном творческом возрасте ($38,46 \pm 3,02$ года) отмечаются весьма низкие показатели «любви к детям» и «интереса к педагогической деятельности». По-видимому, необходимо дополнительное исследование на более представительной выборке действующих педагогов физической культуры.

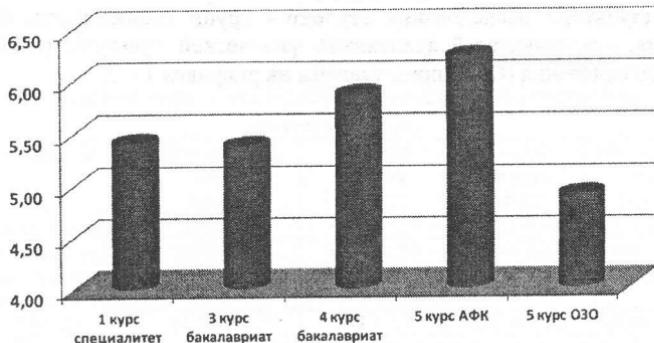
Результаты исследования студентов групп специалитета, бакалавриата, представителей адаптивной физической культуры (АФК) и заочного отделения (ОЗО) представлены на рисунках 1 – 3.

Рис. 1. Показатель "любовь к детям" у студентов ФФК



Наиболее высокий показатель «любовь к детям» отмечается у студентов 5 заочной формы обучения (ОЗО) – 5,72 стэна. Это достоверно ($p < 0,01$) выше, чем самый низкий показатель 4,77, зафиксированный у студентов 3 курса бакалавриата. Видимо, это связано с тем, что большинство этих студентов работает с детьми в физкультурно-педагогической области. Если выделить в данной группе студентов, работающих только педагогами, то этот показатель возрастает до 6,09 стэнов против 5,14 у прочих студентов-заочников. В других группах (1 курс специалитета, 4 курс бакалавриата и 5 курса адаптивная физическая культура) «любовь к детям» ниже средних значений 5,5 стэна, однако различия с ОЗО недостоверны.

Рис. 2. Показатель "интерес к спорту" у студентов ФФК



Самые высокие показатели по шкале «интерес к спорту» наблюдались у студентов 5 курса АФК и 4 курса бакалавриата (6,23 и

5,87 соответственно). Невысокие показатели у студентов ОЗО – 4,91, причем это достоверно ($p < 0,05$) ниже, чем отмеченные выше данные. Остальные показатели достоверно не различаются. Это можно объяснить тем, что ряд студентов дневной формы обучения продолжает активно заниматься спортом, нежели студенты-заочники, ведущие педагогическую деятельность.

Анализируя, результаты, полученные по третьей шкале – «интерес к педагогической деятельности», можно отметить тот факт, что основной профессиональный мотив проявляется весьма незначительно у студентов-педагогов.

Только представители 3 курса бакалавриата имеют показатели чуть выше среднего (5,69) а у всех остальных групп – ниже среднего. Данный факт указывает на то, что обучаясь на факультете физической культуры педагогического вуза, многие будущие специалисты не связывают со своей дальнейшей профессиональной карьерой.

Рис. 3. Показатель "интерес к педагогической деятельности" у студентов ФФК



Таким образом, проведенное исследование показало, что физкультурно-педагогическая деятельность накладывает определенный отпечаток, формирующий личность педагога в соответствии с требованиями данной сферы и в тесной взаимосвязи с характерными для нее мотивациями. Ведущими мотивами у студентов факультета физической культуры являются «любовь к детям» и «интерес к спорту». «Интерес к педагогической деятельности» занимает третье место по значимости среди изученных нами мотивов у большинства студентов.

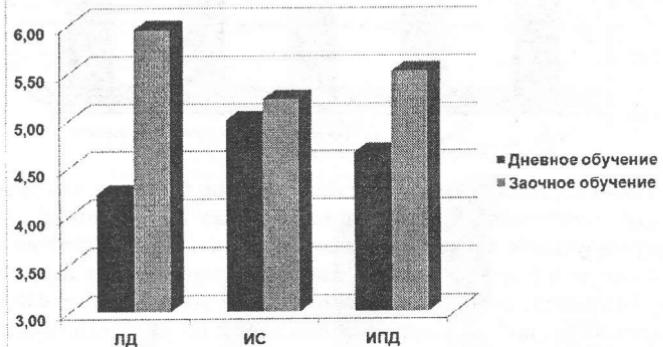
Для выявления взаимосвязи мотивации и личностных особенностей нами был использован многофакторный личностный опросник по Г.Ю. Айзенку EPSS.

Корреляционный анализ связей между исследуемыми показателями и особенностями личности, оцениваемыми по многофакторному

личностному опроснику EPPS, показал следующее: коэффициенты корреляции имеют небольшие достоверные значения в диапазоне от 0,20 до 0,31, наибольшее число связей у показателя «любовь к детям», меньшее число связей у параметра «интерес к спорту» и полностью они отсутствуют у «интереса к педагогической деятельности». «Любовь к детям» имеет отрицательные коэффициенты корреляции с показателями склонность к риску, безответственность, импульсивность, общительность и психотизм. Что касается последнего показателя, то, как отмечает К. Купер (2000) индивиды, имеющие высокие баллы по шкале психотизма, эмоционально холодны, жестки, склонны к риску и манипуляциям другими людьми, импульсивны. Низкие баллы присущи для добросердечных, осторожных, добросовестных социализированных лиц. «Интерес к спорту» имеет положительные связи с показателями общительность, активность, асертивность, склонность к риску и экстраверсия. Между исследуемыми показателями существуют достоверные связи: коэффициент корреляции между показателями «любовь к детям» и «интерес к спорту» составляет 0,24, между показателями «любовь к детям» и «интерес к педагогической деятельности» – 0,66, между показателями «интерес к спорту» и «интерес к спорту» – 0,40.

На рисунке 4 представлена диаграмма показателей, характеризующих мотивационную сферу студентов дневной и заочной форм обучения (тест МПФД).

Рис. 4. Показатели любовь к детям (ЛД), интерес к спорту (ИС) и интерес к педагогической деятельности (ИПД) у студентов дневного и заочного обучения

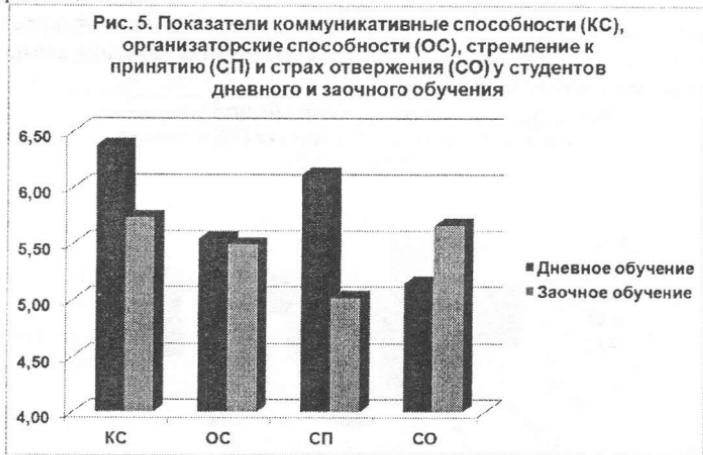


Как следует из диаграммы, по показателям любовь к детям (ЛД) и интерес к педагогической деятельности (ИПД) студенты-заочники пре-восходят студентов дневной формы обучения. ЛД у них составляет $5,95 \pm 0,23$, у дневников – $4,23 \pm 0,39$. Различия достоверны ($p < 0,001$). ИПД у заочников достигает $5,51 \pm 0,25$, против $4,66 \pm 0,35$. Различия также достоверны ($p < 0,05$). Таким образом, работа в области педагогической деятельности накладывает отпечаток на мотивационную сферу у сту-

дентов-заочников. Как показали наши данные, процент заочников, работающих педагогами и обучающихся на факультете физической культуры, достигает 80 %. В то же время большинство студентов дневной формы обучения, либо работает не по профессии, либо не работает совсем. Однако, имея возможность активно заниматься спортом, они не проявляют к этому интереса. Показатель интереса к спорту (ИС) у них составляет всего $5,00 \pm 0,31$, что ниже, хотя и недостоверно, показателя заочников – $5,22 \pm 0,25$.

На рисунке 5 приведены показатели коммуникативные способности (КС), организаторские способности (ОС) теста КОС, а также стремление к принятию (СП) и страх отвержения (СО) теста аффилияция.

Рис. 5. Показатели коммуникативные способности (КС), организаторские способности (ОС), стремление к принятию (СП) и страх отвержения (СО) у студентов дневного и заочного обучения



Показатели КС и ОС у студентов дневной формы обучения составляют соответственно $6,37 \pm 0,37$ и $5,54 \pm 0,36$, а у заочников $5,73 \pm 0,30$ и $5,49 \pm 0,26$. Однако, между этими показателями различия недостоверны ($p > 0,05$). По тесту аффилияция показатель СП у студентов дневной формы обучения составляет $6,11 \pm 0,30$. Это достоверно выше ($p < 0,01$), чем у студентов-заочников – $5,02 \pm 0,27$, что свидетельствует о преобладании у дневников тенденции стремления к принятию группой, так как показатель СО иных ниже медианы ($5,14 \pm 0,32$). В противоположность этому у заочников показатель СП выше медианы ($5,66 \pm 0,27$), что говорит о преобладании у них страха отвержения.

На рисунке 6 приведены данные теста МПФД до начала нашего исследования и спустя год, когда студенты дневного и заочного обучения перешли на следующий курс. Как видно из диаграммы, все показатели теста у студентов дневной формы обучения снизились. Показатель ЛД уменьшился с $5,09 \pm 0,34$ до $4,23 \pm 0,39$, ИС – с $5,57 \pm 0,31$ до $5,00 \pm 0,31$, ИПД – с $5,36 \pm 0,33$ до $4,66 \pm 0,35$. Все различия достоверны ($p < 0,05$). Поскольку в данной выборке преобладают

студенты, перешедшие с 1 на 2 курс, то можно предполагать, что такая картина во многом объясняется учебным планом прохождения дисциплин. Доминирование общеобразовательных дисциплин, не имеющих прямого отношения к будущей педагогической деятельности (история и др.), ведут к снижению интереса к работе с детьми и занятиями спортом. Возможно в дальнейшем ситуация может измениться, что требует дополнительного исследования. Картина у заочников выглядит прямо противоположно. Все показатели через год обучения у них выросли. Показатель ЛД увеличился с $5,38 \pm 0,22$ до $5,95 \pm 0,23$, ИС – с $5,08 \pm 0,27$ до $5,22 \pm 0,25$, ИПД – с $5,11 \pm 0,23$ до $5,52 \pm 0,25$. Достоверные изменения отмечаются по показателю ЛД ($p < 0,05$). Таким образом, вслед за исследованиями О.В. Якуповой (2010) можно констатировать, что у студентов-заочников факультета физической культуры педагогического вуза мотивы обучения являются профессионально направленными.

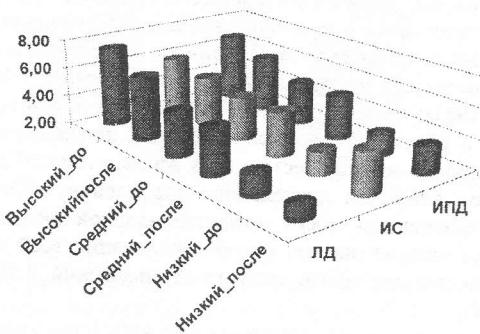
Рис. 6. Динамика показателей ЛД, ИС, ИПД у студентов дневного (ДО) и заочного обучения (ЗО) в течение учебного года



На рисунке 7 представлены данные по динамике теста МПФД у студентов с высоким (7 – 10 стэнов), средним (4 – 6 стэнов) и низким (1 – 3 стэна) исходными уровнями показателя ЛД до начала нашего исследования и спустя год. Анализируя результаты, можно отметить, что у студентов с высоким уровнем показателя ЛД отмечается снижение всех трех показателей теста. Показатель ЛД уменьшился с $7,53 \pm 0,20$ до $6,41 \pm 0,50$, ИС – с $5,82 \pm 0,60$ до $5,35 \pm 0,34$, ИПД – с $6,71 \pm 0,34$ до $5,88 \pm 0,44$. Различия достоверны по показателям ЛД и ИПД ($p < 0,05$). В самой многочисленной ($n = 36$) группе студентов со средним уровнем все три показателя имеют тенденцию к увеличению. Показатель ЛД изменился с $5,03 \pm 0,14$ до $5,14 \pm 0,33$, ИС – с $4,92 \pm 0,32$ до $4,97 \pm 0,32$, ИПД – с $4,94 \pm 0,24$ до $5,00 \pm 0,34$. Различия недостоверны по всем показателям ($p > 0,05$). В группе студентов с низким исходным уровнем отмечаются разнонаправленные изменения. Показатель ЛД в данной

группе снизился с $3,48 \pm 0,22$ до $2,91 \pm 0,46$, ИС увеличился с $3,59 \pm 0,48$ до $4,82 \pm 0,61$, ИПД также возрос с $3,47 \pm 0,56$ до $3,82 \pm 0,54$. Различия достоверны по всем показателям ($p < 0,05$).

Рис. 7. Динамика показателей ЛД, ИС, ИПД у студентов с высоким, средним и низким уровнями ЛД в течение учебного года



Таким образом, проведенное исследование показало, что между студентами очной и заочной форм обучения имеются существенные отличия в мотивационной сфере. По всем исследованным показателям студенты-заочники демонстрируют отчетливо значимую профессионально направленную позицию. Любовь к детям и интерес к педагогической деятельности являются для них осознанным выбором, что подтверждается высоким процентом работающих в области физкультурно-педагогической деятельности.

Динамика показателей мотивационной сферы выявила у студентов младших курсов (1 и 2-го) дневного обучения негативную тенденцию, связанную со снижением исследованных нами показателей мотивации к физкультурно-педагогической деятельности. Очевидно, что необходимо мониторинг эти показатели на последующих курсах обучения. Это позволит оптимизировать учебный процесс путем увеличения вариативности основных образовательных профессиональных программ подготовки специалистов физической культуры (Пономарев Г.Н., 2003). В этом аспекте, полученные результаты могут быть использованы для системы оценки качества образовательного процесса специалистов в области физической культуры.

Как считает С.А. Бабанов (2010) между профессиональным «выгоранием» и мотивацией деятельности существует тесная взаимосвязь. «Выгорание» может вести к снижению профессиональной мотивации. Психическому «выгоранию» в большей степени подвержены те работники, которые трудятся с высокой самоотдачей и ответственностью. Риску развития профессионального выгорания подвержены в большой степени педагоги. Это определяется тем, что труд педагогов отличается

высокой эмоциональной напряженностью. Существует множество эмоциогенных факторов, оказывающих негативное воздействие на деятельность педагога (Бабанов С.А., 2010).

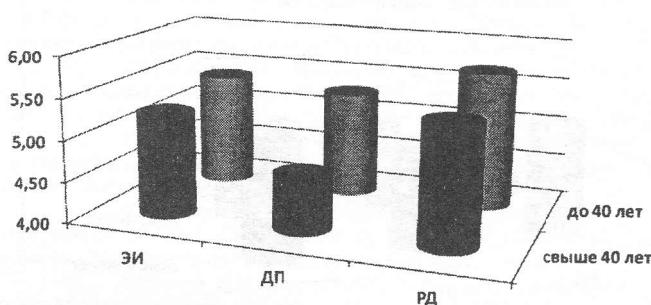
В наиболее общем виде психологическое выгорание рассматривается как синдром, возникающий вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней интенсивности. Вследствие этого синдром «психологического выгорания» отмечается некоторыми авторами как «профессиональное выгорание». Данный синдром включает в себя три основные составляющие, выделенные Maslach C. и Jackson S. E. (1981): эмоциональную истощенность, деперсонализацию (цинизм) и редукцию профессиональных достижений. Это позволяет рассматривать данное состояние в аспекте личной деформации специалиста под влиянием длительного профессионального стажа. С возрастом и увеличением стажа профессиональной деятельности постепенно растет напряженность функционирования всей системы защитных механизмов личности педагога (Зиньковский А.К., Антоновский А.В., 2009).

Применились методика оценки профессионального выгорания педагогов, разработанных Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой (2005) на базе опросника MBI (Maslach C., Y Jackson S. E., 1981).

На рисунке 8 представлена диаграмма показателей, характеризующих особенности психологического выгорания учителей физической культуры. Как следует из диаграммы показатели эмоционального истощения (ЭИ) и редукции личных достижений (РД) различаются незначительно у педагогов старшего возраста ($48,92 \pm 0,99$ лет) и младшего возраста ($30,65 \pm 1,16$ лет). Стаж работы учителей старшей группы составляет свыше 20 лет, у младшей – до 10 лет.

Различия между группами по этим показателям недостоверны ($p > 0,05$). Что касается показателя деперсонализации, то он оказался ниже у педагогов старшей группы ($4,68 \pm 0,23$ стэна) по сравнению с учителями младшей возрастной группы ($5,30 \pm 0,43$ стэна). Различия оказались достоверны ($p < 0,05$). Таким образом, у читателей старшей возрастной группы наблюдаются выраженная пластичность личности. Они способны в большей степени по сравнению с молодыми коллегами к психической адаптации в ходе установления коммуникаций. Следовательно, возраст и большой стаж работы не влияют отрицательно на данный компонент психологического выгорания и деформации отношений с учениками и коллегами по работе не отмечается.

Рис. 8. Показатели психологического выгорания у учителей физической культуры различного возраста

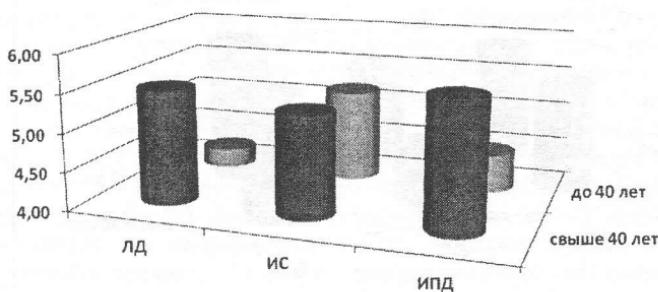


На рисунке 9 представлена диаграмма показателей, характеризующих мотивационную сферу учителей физической культуры. Показатели «любовь к детям» (ЛД) и «интерес к педагогической деятельности» (ИПД) у представителей старшей возрастной группы выше по сравнению с молодыми учителями.

Они составляют соответственно $5,49 \pm 0,29$ и $5,66 \pm 0,31$ стэна против $4,24 \pm 0,40$ и $4,50 \pm 0,51$ стэна. Различия достоверны ($p < 0,05$). На наш взгляд, не только выгорание влияет на мотивацию, но и мотивация оказывает позитивное воздействие на механизм психологической защиты в виде полного или частичного исключения эмоций в ответ на выбранные психотравмирующие воздействия. Это положительно влияет на выполнение профессиональной деятельности и отношения с учениками и коллегами.

Изучение взаимосвязей между полученными показателями выявило, что возраст практически не связан с прочими показателями. Имеет достоверная, но небольшая по величине связь между ним и показателем «любовь к детям» ($r = 0,27$). РД имеет три достоверных отрицательных коэффициента корреляции с ЛД ($r = -0,37$), ИС ($r = -0,34$) и ИПД ($r = -0,47$). Показатель ДП достоверно связан с ЛД ($r = -0,27$), ИС ($r = -0,35$).

Рис. 9. Показатели мотивации к педагогической деятельности у учителей физической культуры различного возраста



Таким образом, исходя из полученных результатов, можно отметить тот факт, что высокая мотивация к физкультурно-педагогической деятельности вне зависимости от возраста и стажа работы учителя будет снижать риск психического выгорания по показателям деперсонализации и редукции личных достижений.

Литература

- Бабанов С.А. Синдром «эмоционального выгорания» / С.А. Бабанов // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова, № 2, – 2010. - С. 294 – 301
- Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – СПб.: Питер, – 2005. - С. 10 – 26
- Жабаков В.Е., Жабакова Т.В Исследование эффективности подготовки специалиста в области физической культуры / В.Е. Жабаков // Вестник спортивной науки. № 2. – 2009. - С. 49 – 51
- Зиньковский А.К., Антоновский А.В. Ведущие механизмы психологических защит у педагогов с различным опытом трудового стажа как индикаторы адаптации к социальной среде / А.К Зиньковский., А.В. Антоновский // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики, № 4, – 2009. - С. 81 – 83.
- Кольтинова В.В. Мотивация профессиональной деятельности педагога физкультурного вуза как фактор оптимизации учебного процесса / Кольтинова В.В. // Материалы совместной научно-практической конференции РГАФК, МГАФК и ВНИИФК. - М.: 2001. - С. 151-153.
- Копысова Л.А. Развитие мотивации профессиональной деятельности у обучающихся в вузах/ Л.А. Копысова // Психопедагогика в правоохранительных органах, № 2(37). – 2009. - С. 23 – 26
- Кулагин Б.В. Основы профессиональной психоdiagностики. – Л.: Медицина, 1984. - 216 с.
- Купер К. Индивидуальные различия. – М.: Аспект Пресс, 2000. – 527 с.
- Мусина В.П. Диагностика профессиональной активности / Мусина В.П. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта». № 2(84). – 2012 год. – С. 111-115.
- Никитин С.А. Формирование у будущих специалистов в сфере физической культуры установки для воспитательной работы с подростками с девиант-

- ным поведением / Никитин С.А., Орехов Е.Ф., Пигалова Л.В. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта». № 10(56). – 2009 год. – С. 73-77.
11. Пономарев Г.Н. Методика оценки мотивационной сферы у преподавателей физической культуры / Г.Н. Пономарев, В.Г. Федоров, М.А. Шансков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2013. № 11 (95). – С. 119 – 123
12. Пономарев Г.Н. Развитие вариативной подготовки специалистов физической культуры в современных социокультурных условиях/ Пономарев Г.Н./Автореф. дис. ... докт. пед. наук, РГПУ им. А.И. Герцена. – СПб, 2003. – 35 с.
13. Рубанова О.Л. Мотивация выбора профессии учителя физической культуры учащимися училища олимпийского резерва/О.Л. Рубанова // Вестник Новгородского государственного университета, № 42. – 2007. - С. 59 – 60
14. Сластенин В.А. и др. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; Под ред. В.А. Сластенина. - М.: Издательский центр "Академия", 2002. - 576 с.
15. Сугоняев К.В. Аппаратно-программный психодиагностический комплекс Мультипсихометр: Методическое руководство / К.В. Сугоняев, А.Ю. Чуплин, Е.В. Медведев и др.; ЗАО «Научно-производственный центр ДИП». – М. 2008. часть 1: – 366 с.
16. Якупова О.В. Заочное обучение в представлении студентов / О.В. Якупова// Вестник Башкирского университета, Т. 15, №3, – 2010. - С. 852 – 856
17. Maslach C., Y Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behaviour, – 1981. 2, – Р. 99 – 113.

Содержание

Стр.

Абаев В.А., Пальтиель Л.Р., Филиппов В.В., Шеманаев В.К.	
К вопросу о профессиональной подготовке педагогов-организаторов мероприятий спортивно-оздоровительного школьного туризма	3
Ансимова З.Ю., Евченко Я.В., Рыжков А.Б. Национальные виды спорта в формировании физической культуры личности школьников (на примере Северного монгоборья)	7
Богданов О.А. Изменение индекса массы тела и содержания жира в организме студентов в процессе занятий физической культурой	11
Венедиктов И.Н., Кипрушина И.И., Голубков И.Ю. Практико-ориентированное моделирование подготовленности к соревновательной деятельности юных легкоатлетов - многоборцев	14
Вьюкова Е.И. Программа включения тибетской телесной практики в процесс физического воспитания студентов	17
Дядичева М.В., Ансимова З.Ю. Подвижные игры на занятиях плаванием как средство социализации младших школьников ...	21
Забалуева Т.В., Забалуева И.П. Общие и специальные физические упражнения в формировании опорно-двигательного аппарата спортсменов	25
Зубакин В.П., Малов В.В., Степанов А.П., Евтушенко Д.Н. Обучение военнослужащих организации физической тренировки	29
Зубакин В.П., Малов В.В., Степанов А.П., Евтушенко Д.Н. Модель самоуправления физической тренировкой военнослужащих	33
Кадыров Р. М., Троицкий Ю. Л., Пономаренко М.С. Коррекция физического состояния лиц среднего возраста средствами аэробно-силовой тренировки	37
Кадыров Р.М., Савченко О.А., Пастушков А.В. Теоретические аспекты определения содержания физической подготовки	39
Костенко В.Д. Рекреативная функция общей физической подготовки студентов вузов	45
Костов Ф.Ф., Родичкин П.В. Мотивации достижения успеха и чувство тревоги у бегунов на средние дистанции на этапе углубленной специализации	49
Ледовская Т.Я., Митин А.Е., Филиппова С.О. Представления о спортивной карьере у лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, занимающихся настольным теннисом	52

<i>Лукина Г.Г., Фокин А.М.</i> Подвижные игры как средство формирования социальной компетентности ребенка старшего дошкольного возраста	55
<i>Меркулова О.А., Пушкина О.В.</i> Аэробика как элемент фитнес-технологии досуговой деятельности студентов	58
<i>Миронова О.В., Юрченко Л.В., Битюникова И.А., Плицина И.В., Ощепкова И.Э.</i> Сетевое взаимодействие в сфере дополнительного образования детей как фактор направленного физического развития и самоорганизации учащихся школы	60
<i>Николаева Ю.В., Коробова М.А.</i> Подвижные игры как средство преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста	65
<i>Орлова Ю.А.</i> Мотивация школьников к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью	68
<i>Пономарев Г.Н.</i> Образовательная деятельность факультетов физической культуры в условиях реализации федеральных государственных стандартов высшего образования (ФГОС ВО)	72
<i>Пристав О.В., Миронова О.В.</i> Влияние половой детерминации на распределение мотивов у студентов первого курса ГАСУ, занимающихся плаванием	78
<i>Пристав О.В., Иванова Ю.С., Покровская Е.Б., Фарафонова А.П.</i> К вопросу активизации познавательной деятельности учащихся при помощи средств и методов физической культуры при изучении английского языка	82
<i>Родичкин П.В., Пупков П.В., Шаламанов Н.С., Орлов А.С.</i> Реабилитация и профилактика рецидивов у пациентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата	85
<i>Рыжкин Ю.Е.</i> Современные источники формирования теории физической рекреации	89
<i>Рысов Ю.Л.</i> Решение задач общей физической подготовки студентов с учетом личностно-ориентированного подхода	95
<i>Смирнова Ю.В., Сайкина Е.Г.</i> Влияние использования технологий регулирования процесса занятий физическими упражнениями посредством музыкального сопровождения на развитие двигательных способностей	99
<i>Смирнова Г.Н.</i> Некоторые профессионально-педагогические задачи в деятельности преподавателя физического воспитания	104
<i>Соколова Т.И.</i> Дыхательная гимнастика – средство развитие речи и профилактика простудных заболеваний	110
<i>Соколова И.В.</i> Анализ мотивации к занятиям физической культурой и спортом студентов СПбГУП	114

<i>Тихонов Б.Г., Юденко В.В., Подчищалов В.А.</i> Инновационные подходы к соревновательным стресс факторам в подготовке боксеров СПбГУ	118
<i>Улюкин И.М., Остроумов И.Н.</i> Взаимосвязь самоотношения и эмоционального статуса в периоде адаптации у студентов первого курса педагогического университета	122
<i>Фарбей В.В., Ефремова Н.А., Жевлаков Е.Г., Курочкина Е.В.</i> Комплексная оценка общей и специальной подготовленности квалифицированных биатлонистов	125
<i>Фарбей В.В.</i> Модель управления системой многолетней подготовки спортсменов в лыжных многоборьях	133
<i>Фетисова С.Л., Фокин А.М.</i> Методология обучения игровой соревновательной деятельности	137
<i>Хисматуллин С.А.</i> Проектирование учебной программы предмета «Физическая культура» в соответствии с ФГОС начального общего образования	141
<i>Шансков М.А., Пономарев Г.Н.</i> Профессиональная мотивация и выгорание в сфере физической культуры	147

Двигательная активность и здоровье учащейся молодежи
Сборник материалов научно-практической всероссийской
конференции

«ГЕРЦЕНОВСКИЕ ЧТЕНИЯ»

Печатается в авторской редакции

Подписано в печать 20.03.2014г. Формат 60x84 1/16

10,25 усл. печ. л. Тираж 100 экз.

Печать офсетная. Бумага офсетная. Заказ 732.

Издательство «Образование». 191024, С-Петербург, а/я 240

ООО «КЭРИ». 198089, СПб., ул. Промышленная, д.42 А