

**Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»**

**НАУКА И МОЛОДЕЖЬ:
ПРОБЛЕМЫ, ПОИСКИ, РЕШЕНИЯ**

ГУМАНИТАРНЫЕ И ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ

ЧАСТЬ III

*Труды Всероссийской научной конференции
студентов, аспирантов и молодых ученых
16 - 18 мая 2017 г.*

выпуск 21

Под общей редакцией профессора М.В. Темлянцева

**Новокузнецк
2017**

ББК 74.580.268
Н 340

Редакционная коллегия:

д-р техн. наук, профессор М.В. Темлянцев,
доцент Л.П. Авдоница,
д-р пед. наук, профессор Е.Г. Оршанская,
д-р мед. наук, профессор И.Л. Левина,
канд. экон. наук, доцент Ю.П. Прохно

Н 340 Наука и молодежь: проблемы, поиски, решения : труды
Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и
молодых ученых / Сиб. гос. индустр. ун-т; под общ. ред.
М.В. Темлянцева. – Новокузнецк: Изд. центр СибГИУ, 2017.–
Вып. 21.– Ч. III. Гуманитарные и экономические науки.– 301 с.,
ил.–20, таб.– 14.

Представлены труды Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых по результатам научно-исследовательских работ. Третий том сборника посвящен актуальным вопросам в области гуманитарных и экономических наук: филологии, иностранного языка, физической культуры и спорта, современным проблемам транзитивной экономики, стандартизации и сертификации, управлению качеством и документообороту.

Материалы сборника представляют интерес для научных и научно-технических работников, преподавателей, аспирантов и студентов вузов.

ISSN 2500-3364

© Сибирский государственный
индустриальный университет, 2017

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ СРЕДСТВАМИ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ

Дроздова А.В., Губина А.А.

Научный руководитель: Ефимова С.А.

*Сибирский государственный индустриальный университет,
г. Новокузнецк, e-mail: gorahelena@yandex.ru*

В статье говорится о результатах опроса студентов о мотивирующих факторах ритмической гимнастики.

Ключевые слова: мотивация, здоровый образ жизни, студент, ритмическая гимнастика.

Проблема формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья студентов становится приоритетным направлением развития образовательной системы современного образования, стратегическая цель которой - воспитание и развитие свободной жизнелюбивой личности, обогащенной научными знаниями о природе и человеке, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению.

Сущность понятия «здоровый образ жизни» студентов трактуется как типичная совокупность форм и способов повседневной культурной жизнедеятельности личности, объединяющей нормы, ценности, смыслы регулируемой ими деятельности и ее результаты, укрепляющие адаптивные возможности организма, способствующие полноценному, неограниченному выполнению учебно-трудовых, социальных и биологических функций. Тем самым подчеркивается его неразрывная связь с общей культурой личности студента, которая выступает критерием оценки способа ее бытия, базовой ценностью уровня биологической жизнедеятельности, ее социальной практики. Ориентация на общечеловеческие ценности является характерной чертой жизнедеятельности личности в зависимости от того, насколько они удовлетворяют ее материальные и духовные потребности. Объективность как свойство ценности содержится в предметно-практической деятельности личности, ее образе жизни [1-3].

Среди факторов здорового образа жизни трудно выделить главные и второстепенные, так как только в комплексе они могут оказывать желаемый оздоровительный эффект, формировать и развивать здоровье человека. Тем не менее, нельзя не выделить такой фактор нашего образа жизни, как двигательная активность человека, его привычный двигательный режим, от особенностей которого в значительной степени зависит здоровье, а именно, уровень и гармония физического развития, функциональное состояние организма. В двигательной активности обучающихся скрыты огромные возможности для развития и мобилизации физических способностей, играющие существенную роль в развитии индивида и общества.

Поэтому необходимо постоянно мотивировать обучающихся к физической активности.

Мотивация представляет собой одну из наиболее сложных и, вместе с тем, заслуживающих особого внимания проблем, поскольку ее изучение непосредственно связано с поиском источников деятельности человека, тех побудительных сил, благодаря которым осуществляется любая деятельность, определяется направленность поведения человека [2].

Мотивация к физической активности - особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом - это не одномоментный, а многоступенчатый процесс: от первых элементарных гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания и интенсивных занятий спортом [4].

В настоящее время известно множество средств, позволяющих и без помощи врача сохранить здоровье и бодрость вплоть до самой глубокой старости. Речь идет о факторах естественных: физических упражнениях, закаливании, умеренности в еде. Широкий диапазон средств позволяет выбирать те, которые кажутся наиболее доступными и приятными. Так, в Японии большой популярностью пользуется правило: каждый день - 10000 шагов. Вполне возможно, что 10000 шагов - одна из причин того факта, что по продолжительности жизни Япония занимает третье место в мире. Не меньшей популярностью пользуются в Америке таблицы и формулы аэробики К. Купера. У нас большой популярностью пользуются многие системы. Это - атлетическая и ритмическая гимнастика, шейпинг-система, системы П. К. Иванова, Стрельниковой, Бутейко и др.

Введение в воспитательно-образовательном процессе по физическому воспитанию занятий ритмической гимнастики в Сибирском государственном индустриальном университете повлияло на мотивационно-ценностное отношение обучающихся.

При анализе данных опроса студентов с целью выявления доминирующих мотивирующих факторов на занятия ритмической гимнастикой были получены следующие результаты:

- наиболее сильной мотивацией студентов к занятиям ритмической гимнастикой является возможность укрепления своего здоровья и профилактика заболеваний;

- выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела и зрительного аппарата значительно повышает эффективность релаксации, чем пассивный отдых, и удовольствие от самого процесса занятий;

- в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих;

- оказывают положительное влияние на психическое состояние студентов: обретение уверенности в себе; снятие эмоционального

напряжения; отвлечение от неприятных мыслей; снятие умственного напряжения;

- являются незаменимым средством нейтрализации отрицательных эмоций у студентов.

Таким образом, результаты нашего опроса подтверждают мнения современных ученых о том, что именно с точки зрения мотивации можно говорить о нацеленности личности на удовлетворение своих потребностей, запросов на формирование активности в деятельности, на определение своей жизненной ориентации.

Библиографический список

1. Айзман Р.И. и др. Комплексная оценка состояния здоровья и развития детей: методическое пособие/ Р.И.; ответственный редактор И.Л. Левина / НГПУ; КузГПА. – Москва, 2006. – 166 с.

2. Зимней И.А. Ценностно-мотивационные ориентации студентов вузов в современной России [К проблеме мониторинга качества образования]: сб. статей под ред. науч. пед. проф. И.А. Зимней. - М., 2000. - 88 с.].

3. азин Э.М. Здоровье сберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: уч.пособие/ КемГУ; институт возрастной физиологии Российской академии образования; научный редактор Э.М. Казин. – Кемерово: изд. КРИПКиПРО, 2009. – 347 с.

4. Рогов М.Г. Ценности и мотивы личности в системе непрерывного профессионального образования: дис...д-ра псих. наук.- Казань: 1999.- 349 с.

УДК 794.1

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА ШАХМАТ В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

Панькова А.А., Филинберг И.Н.

*Сибирский государственный индустриальный университет,
г. Новокузнецк, e-mail: irina-sonne@mail.ru*

Статья посвящена проблеме развития личности студента, занимающегося шахматами. Учиться чему-либо всегда легче, играя. Игра в шахматы позволяет молодому человеку, будущему специалисту, многому научиться.

Ключевые слова: студенты, занятия шахматами, развитие личности.

Обучение студентов игре в шахматы способствует развитию личностных качеств и повышению их культурного уровня [1]. Использование шахматной игровой деятельности в образовательном

коммуникативный код.....	
Линк А.В.	
Жанровые признаки аннотаций англоязычных научных статей.....	86
Зайнуллин Р.М.	
Жанровые признаки англоязычного образовательного блога.....	89
Плахотник А.В.	
Особенности организации научно-исследовательской деятельности обучающихся	91
Латушкина А.Н.	
Методические приемы преднамеренного создания «Информационного неравновесия» в обучении иностранным языкам.....	94
III. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ.....	97
Прошина Н.М., Ким А.Р., Ким Р.И.	
Физическая культура в вузе с позиции ФГОС 3+.....	97
Викулов И.И.	
Использование утяжеленной скакалки в тренировке спортсменов - студентов волейболистов.....	99
Зайцев А.В.	
Психологическая подготовка спортсмена-стрелка.....	102
Арикян С.А., Филинберг И.Н.	
Развитие творческого мышления студентов технического вуза при обучении шахматам.....	106
Гапеева Т.С., Филинберг И.Н.	
Тактическое и стратегическое мышление в шахматах.....	108
Дроздова А.В., Губина А.А.	
Формирование мотивации на здоровый образ жизни средствами ритмической гимнастики.....	110
Панькова А.А., Филинберг И.Н.	
Использование интеллектуального потенциала шахмат в развитии личности студента.....	112
Бутаков А.Ю., Осипова А.О.	
Студенческая хоккейная лига – проблемы и перспективы развития.....	115
Жукова Н.А., Маркалин Ю.Г.	
Роль шахмат в развитии мышления.....	118
Стрела А.С.	
О пользе плавания для организма человека.....	120
Котыло А.А., Филинберг И.Н.	
Психологический портрет шахматистов СибГИУ.....	122

Научное издание

НАУКА И МОЛОДЕЖЬ: ПРОБЛЕМЫ, ПОИСКИ, РЕШЕНИЯ

ГУМАНИТАРНЫЕ И ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НАУКИ

Часть III

*Труды Всероссийской научной конференции студентов,
аспирантов и молодых ученых*

Выпуск 21

Под общей редакцией

М.В. Темлянцева

Технический редактор

Г.А. Морина

Компьютерная верстка

Н.В. Ознобихина

Подписано в печать 19.09.2017 г.

Формат бумаги 60x84 1/16. Бумага писчая. Печать офсетная.
Усл. печ. л.17,4 Уч.-изд. л.19,5. Тираж 300 экз. Заказ № 432

Сибирский государственный индустриальный университет
654007, г. Новокузнецк, ул. Кирова, 42
Издательский центр СибГИУ