

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/189158>

Тип работы: Дипломная работа

Предмет: Психология (другое)

Содержание

Введение 5

1 Аналитический обзор литературы по теме исследования 9

1.1 Характеристика мотивационно-потребностной сферы личности 9

1.2 Типы мотивации: мотивация достижения успеха, мотивация избегания неудач 13

1.3 Понятие «стрессоустойчивость», особенности ее проявления у детей, занимающихся в театре на роликах 23

1.4 Психолого-педагогическая характеристика детей, занимающихся в театре на роликах 32

Выводы по главе 1 37

2 Эмпирическое исследование особенностей мотивации и стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах 38

2.1 Организация, цель и гипотезы исследования 38

2.3 Характеристика выборки 43

2.4. Анализ результатов эмпирическое исследование особенностей мотивации и стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах 44

Выводы по главе 2 55

3 Экономическое обоснование условий проведения исследования 57

4 Техника безопасности при работе за персональным компьютером 59

4.1 Обеспечение информационной безопасности 59

4.2 Санитарно-гигиенические требования при работе на ПК 63

Заключение 66

Список литературы 69

Приложение 73

Введение

Актуальность темы. Важнейшим компонентом обучения и осуществления различных видов деятельности, является мотивация [24]. Мотивация важна для различных видов деятельности, в том числе, для детей, занимающихся в театре на роликах. Артисты театра на роликах, специфическая группа, к которой предъявляется ряд требований. С одной стороны, они подвергаются высоким уровням нагрузки, они должны быть сильным, физически выносливыми. Соответственно, к ним предъявляются такие же требования, как и к спортсменам. С другой стороны, выступление в театре невозможно без артистизма, театральности. Многочисленные зрители, публика требует от артиста развитых личностных качеств. При этом немаловажная роль отводится таким качествам, как мотивация, стрессоустойчивость.

1 Аналитический обзор литературы по теме исследования

1.1 Характеристика мотивационно-потребностной сферы личности

В настоящее время отмечается существенное возрастание роли личности в различных видах деятельности. Личность неизбежно включается в социальные контакты, выступает субъектов различных видов деятельности. Вместе с тем, активность личности, ее включенность в различные виды деятельности, во многом зависит от ее мотивационного потенциала [9]. Результативность деятельности имеет прямую корреляцию с уровнем и типом мотивационных ожиданий индивида [4].

Едва ли не ведущей проблемой психологии является проблема исследования побудительных сил и мотивов, определяющих поведение личности. Эта проблема широко исследуется, как на теоретическом, так и на практическом уровне. Исследования мотивационно-потребностной сферы выступают в качестве основополагающего фактора, который определяет психологическую науку. Этот фактор носит

междисциплинарный характер, поскольку проблема мотивации и потребностей исследуется практически во всех прикладных сферах. Ни один вид деятельности не может осуществляться без определенного уровня мотивации. В качестве основного предмета исследования психологии выступает мотивация, которая пронизывает все стороны и аспекты жизни и поведения деятельности человека. Именно мотивация играет ведущую роль в организации различных видов деятельности. В общем плане под мотивацией подразумевают тот фактор, который определяет и детерминирует поведение и деятельность человека. Соответственно, он может рассматриваться в качестве доминирующего фактора, определяющего поведение и специфику деятельности человека.

В настоящее время, в теории мотивации существует ряд трудностей и нерешенных вопросов, которые широко обсуждаются научным сообществом. Ведущие исследователи в этой области выдвигают различные определения данному понятию. Тем не менее, единого определения до сих пор не существует. Различные авторы по-разному рассматривают понятие мотивации, дают различные определения этому понятию, вкладывают в него различный смысл и содержание.

Тем не менее, есть определенные общие черты, которые едины для всех определений данного понятия. Так, мотивация практически всеми авторами рассматривается, как определенная побудительная сила, которая оказывает воздействие на различные виды деятельности, которая побуждает человека к совершению определенных действий и поступков. Мотивация определяется как феномен, который, по сути, выполняет мотивирующую и направляющую функцию [11].

Проанализировав различные теории мотивации, можно установить, что в качестве основной побудительной силы выступают потребности личности. Именно они и определяют направленность такого понятия, как мотивация. В целом, четкого единого определения до сих пор не выработано ни в отношении понятия потребность, ни в отношении понятия мотивации [9].

Необходимо обратить внимание на то, что мотивация практически всеми авторами понимается, как процесс, в состав которого входит различные компоненты. В первую очередь, это потребности, мотивы, цели и намерения. Все они взаимосвязаны, взаимообусловлены и представляют собой некое функциональное единство. В качестве подтверждения этому факту выступает ряд теорий, в которых понятия мотивация и потребность тесно переплетены. Некоторые исследователи даже отождествляют такие понятия, как мотив и цель деятельности [4].

Проанализировав работы отечественных педагогов-психологов, мы пришли к выводу о том, что в настоящее время накоплено немало данных, которые позволяют уточнить и определенным образом охарактеризовать понятие мотивации. В качестве основного методологического подхода, который определяет исследование мотивационной сферы, выступает положение о единстве динамической и содержательной стороны мотивации. Активно разрабатывая этот принцип, и применяя его к решению различных проблем, формируется определенная система отношений человека. При этом происходит выстраивание смысла и значения деятельности, интегрируются такие понятия, как побуждение и смысл деятельности [18].

Постепенно формируется определенная направленность личности и выстраивается динамика поведения. При помощи мотивации осуществляется ориентировка в различных видах деятельности. Все эти аспекты мотивационно-потребностной сферы раскрыты в работах известных классических педагогов-психологов, преимущественно отечественных.

1.2 Типы мотивации: мотивация достижения успеха, мотивация избегания неудач

Мотивация достижения рассматривается как основной вид мотивации, определяющий деятельность человека [26]. Именно мотивации достижения отводится немаловажная роль в регуляции поведенческих реакций человека. Изучая различные проблемы, связанные с мотивацией, потребностями и поведением человека, можно отметить, что мотивация и потребности человека могут меняться из поколения в поколение. Также мотивация существенно зависит от вида деятельности.

В процессе занятий спортом происходит развитие мотивации.

Мотивация выступает в качестве важного фактора, без которых невозможны достижения, невозможно успешно осуществлять различные виды деятельности. Вместе с тем, мотивация достижения может рассматриваться и как отдельное качество личности, которое является относительно устойчивым. В то же время при создании определенных условий, мотивация может развиваться [8].

Для различных видов деятельности принципиальную значимость имеет мотивация на достижение успеха. При высоком уровне мотивации на достижение успеха, люди довольно быстро добиваются положительных результатов, у них наблюдается стремительный карьерный рост. Тем не менее, есть и отрицательные

стороны этого явления. Такое явление, как гипермотивация также негативно сказывается на состоянии организма. В первую очередь, на его физической и психической составляющей. Если мотивация слишком высока, человек попадает в стрессовое состояние, у него может наблюдаться гиперактивность, нервное напряжение, в результате чего развивается классический стресс, который постепенно истощает адаптационные ресурсы организма [27].

Мотивация должна находиться на оптимальном уровне. Негативно сказывается на различных видах деятельности, как недостаточная, так и слишком высокая мотивация. При высоком уровне мотивации развиваются различные негативные эмоциональные реакции, в том числе, чрезмерное волнение, стресс, перенапряжения, в результате чего происходят нервные срывы, развиваются различные соматические заболевания. Резко ухудшается состояние иммунной, нейрогуморальной системы, человек чаще заболевает, у него наблюдаются резкие перепады настроения, признаки депрессии.

Мотивация во многом зависит от потребностей человека. Потребности всегда существуют в подсознании человека, но не все они реализовываются и не все они преобразуются в мотивацию. Потребность становится мотивом тогда, когда человек принимает активные действия по реализации этой потребности. Также человек должен представлять себе конечный результат, к которому он стремится. Только в таком случае мотивация может преобразоваться в мотив, который способствует достижению конкретных результатов [28].

Мотивационная сфера человека представляет собой сложную систему, без которой не представляется возможным ни один вид активности. Мотивация является динамичным процессом, который имеет определенную структуру. Во многом уровень мотивации определяется психическим и физическим состоянием организма спортсмена, его настроением, активностью, самочувствием [30].

Г. Мюррей приводит следующее определение мотивации успеха: «справляться с чем-то трудным. Справляться с физическими объектами, людьми или идеями, манипулировать ими или организовывать их. Делать это настолько быстро и независимо, насколько это возможно. Преодолевать препятствия и достигать высокого уровня. Превосходить самого себя. Соревноваться с другими и превосходить их. Увеличивать свое самоуважение благодаря успешному применению своих способностей» [25].

Под мотивацией достижения следует подразумевать самостоятельную компетенцию, суть которой состоит в стремлении ставить высокие цели и достигать их. Основываясь на анализе работ Д. Мак-Клелланда [20], Х. Хекхаузена [29] можно сделать вывод, о том, что мотивация достижения успеха может осуществляться в процессе выполнения различных видов деятельности. Как правило, при грамотно организованной психологической поддержке, при создании оптимальных педагогических условий для формирования мотивации достижения, возможно повышение ее уровня.

Таким образом, принципиально важно развивать у молодого поколения профессионализм, учить их умению решать различные неординарные задачи необычными способами. Также необходимо стимулировать их желания и стремления, ставить высокие цели и достигать их. Потребность в признании является одной из важных потребностей человека. Она оказывает движущее и стимулирующее воздействие на личность. По сути, потребность достижения и потребность признания, являются взаимосвязанными и взаимообусловленными потребностями, которые во многом похожи друг на друга.

Однако между этими понятиями существует одно принципиально значимое различие: потребность в достижении подразумевает, что человек стремится к совершенствованию, к достижению более высоких результатов, тогда как потребность в признании зачастую представляет собой потребность в доминировании и господстве. Как отмечает Макклелланд, потребность в достижениях представляет собой процесс соревнования, деятельности, в которой человек соревнуется сам с собой и постоянно совершенствуется, стремится достичь более высоких результатов по сравнению с самим собой, стремится превзойти себя вчерашнего, и становится лучше с каждым последующим днем [3].

1.3 Понятие «стрессоустойчивость», особенности ее проявления у детей, занимающихся в театре на роликах

Под стрессом подразумевают психологическое и физиологическое состояние человека, которое возникает в ответ на воздействие различных факторов окружающей среды. Эти факторы получили название стресс-факторов. Развитие стресса связано с возникновением определенных эмоциональных состояний. Поэтому зачастую стресс-факторы называют эмоциогенными факторами. Примерно в середине XIX – в начале XX века сформировалось представление об интегрированном функционировании организма как единого целого. При этом организм рассматривался во всем многообразии его связей и взаимодействий с

окружающей средой [12].

В этом направлении немаловажная роль отводится исследованиям Рудольфа Вирхова, немецкого врача и патологоанатома. Он является автором концепции, которая получила название концепция Вирхова. В соответствии с этой концепцией, возникновение любого заболевания связано с нарушениями на клеточном уровне. Болезнь при этом рассматривается в качестве целостного процесса, имеющего определенную локализацию, причину и следствие. В концепции Р. Вирхова была показана социальная природа многих заболеваний. При этом он утверждал, что именно различные психические и социальные воздействия обуславливают развитие физиологических, соматических нарушений [29].

При этом непосредственно разработчиком концепции стресса стал физиолог Бернар. Он проводил различные исследования, экспериментальным путем обосновал принципы гомеостаза (поддержание постоянства внутренней среды). Таким образом была создана теория гомеостаза. В соответствии со взглядами Бернара, выживание в условиях окружающей среды, возможно только в том случае, если организм хорошо адаптируется и умеет сохранять баланс и внутреннее постоянство. При этом жизненно важные функции должны протекать равномерно, сбалансированно и с минимальным диапазоном допустимых изменений. В целом, организм должен функционировать в рамках постоянной и переменной среды. Для того, чтобы организм мог нормально функционировать, у него должна поддерживаться постоянная температура тела, постоянное кровяное давление, постоянное осмотическое давление в клетках, постоянный состав крови. Это постоянство должно сохраняться при любых условиях, даже при высокой изменчивости внешней среды [35].

В том случае, если все эти показатели выходят за пределы минимально допустимых изменений, происходит срыв адаптационных возможностей организма. В зависимости от степени выхода за пределы допустимых параметров, состояние может ухудшаться, вплоть до летального исхода. Существуют различные механизмы, которые позволяют организму эффективно адаптироваться к изменяющимся условиям окружающей среды.

Первостепенная роль в этом отводится функционированию нейрогуморальной, барьерной и выделительной систем. Их совокупность представляет собой механизм, который обеспечивает стимуляцию организма и способствует его дальнейшему развитию. При этом активируется адаптационный потенциал. Стресс развивается постепенно. Условно можно выделить три стадии стресса [19].

Первая стадия – происходит непосредственная реакция организма на воздействие стрессовых факторов. Эта стадия получила название стадии тревоги. При этом сначала происходит небольшая активация внутренних резервов организма, начинается его мобилизация.

На втором этапе происходит максимально эффективная адаптация. Эта стадия получила название стадия резистентности. Она представляет собой стадию повышенной сопротивляемости организма.

Третий этап представляет собой этап, при котором происходит выраженное нарушение адаптационного потенциала организма. Эта стадия получила название стадия истощения. Она сопровождается выраженным снижением сопротивляемости организма. В том случае, если нагрузка стрессовых факторов продолжает возрастать, возможно наступление срыва.

В данном случае речь идет о прорыве адаптационного барьера. С точки зрения физиологии, под стрессом следует понимать общий адаптационный механизм. Он рассматривается в качестве вегетативной и соматической реакции организма, которая обеспечивает приспособление организма к условиям окружающей среды, является залогом его выживаемости в условиях высокой изменчивости внешних факторов [27].

При этом стресс является не просто защитной реакцией, но и механизмом, который способствует успешному выполнению той или иной деятельности в условиях помех, трудностей и опасностей. Существует взаимосвязь между уровнем стресса и активацией нервной системы, а также между результативностью деятельности. То есть, можно утверждать, что стресс оказывает положительное воздействие на результаты деятельности. Однако это происходит только в том случае, если он не превышает определенный критический порог. Такой стресс, который положительно влияет на результаты деятельности, получит название эустресс.

1.4 Психолого-педагогическая характеристика детей, занимающихся в театре на роликах

Подготовка детей, занимающихся в театре на роликах, имеет свою специфику. Это во многом определяет их психолого-педагогическую характеристику. Так, посредством занятий, проводимых на роликах, у спортсменов развиваются физические качества и двигательные навыки [3]. Происходят и различные

физиологические, функциональные изменения в организме спортсмена. Так, примерно у 63,3% детей, занимающихся катанием на роликах, существенно повышается свод стопы. В первую очередь, это способствует улучшению процессов терморегуляции в организме [37]. Также за счет увеличения свода стопы, происходит повышение устойчивости вестибулярного аппарата [38]. Для детей, занимающихся на роликах нормальное функционирование вестибулярного аппарата имеет ведущее значение, поскольку спортсмену важно уметь поддерживать равновесие. Это дает возможность спортсмену относительно легко овладеть различными двигательными навыками. Кроме того, полноценное развитие физических качеств обеспечивает оптимальный уровень психологической готовности спортсменов к ведению различных видов деятельности, в том числе, соревновательной деятельности [39]. Развитие физических качеств позволяет спортсмену успешнее адаптироваться к физическим нагрузкам, позволяет с легкостью преодолевать возникающие трудности [6].

2 Эмпирическое исследование особенностей мотивации и стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах

2.1 Организация, цель и гипотезы исследования

Нами было проведено исследование, направленное на оценку уровня мотивации и стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах.

Цель исследования – проанализировать особенности мотивации и стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах.

Задачи эмпирического исследования:

1. Подобрать методики исследования, выборку.
2. Оценить уровень мотивации детей, занимающихся в театре на роликах.
3. Оценить уровень стрессоустойчивости детей, занимающихся в театре на роликах.
4. Определить особенности мотивации и стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах и провести корреляционный анализ.

Гипотезы исследования.

1. Существуют различия в уровне стрессоустойчивости и способах реагирования в ситуации фрустрации у детей, занимающихся в театре на роликах с разной мотивацией: дети с мотивацией избегания неудачи имеют меньший уровень стрессоустойчивости и более склонны к интропунитивным реакциям с фиксацией на самозащите или на удовлетворении потребностей по сравнению с детьми, мотивированными на достижение успеха.
2. Существует взаимосвязь между мотивацией достижения успеха, уровнем стрессоустойчивости и реакциями при фрустрации у детей, занимающихся в театре на роликах: чем сильнее выражена мотивация на достижение успеха, тем выше уровень стрессоустойчивости, и тем более выражены реакции, направленные на решение проблемы в ситуации фрустрации.

2.2 Методы и методики

Методы: 1) теоретический анализ литературных источников; 2) психологическое тестирование, 3) наблюдение, направленное на оценку уровня мотивации, стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах; методы математической статистики (U-критерий Манна_Уитни, коэффициент ранговой корреляции Спирмена, T-критерий Вилкоксона).

В работе нами использовались следующие методики:

1. Методика рисуночной фрустрации С. Розенцвейга (в модификации Н.В. Татабриной).
2. Методика мотивации (мотивация достижения / избегания неудач), автор – Т. Элерс.
3. Наблюдение с использованием авторской карты наблюдения.
4. Методика оценки уровня стрессоустойчивости (САН).

Подробное описание методик представлено ниже.

Методика рисуночной фрустрации С. Розенцвейга (модификация Н.В. Тарабриной) [35].

Методика представлена в приложении А.

Методика предназначена для исследования реакций на неудачу и способов выхода из ситуаций, препятствующих деятельности или удовлетворению потребностей личности.

Каждый из полученных ответов оценивается, в соответствии с теорией, Розенцвейга, по двум критериям: по направлению реакции(агрессии) и по типу реакции.

По направлению реакции подразделяются на:

- экстрапунитивные: реакция направлена на живое или неживое окружение, осуждается внешняя причина фрустрации, подчеркивается степень фрустрирующей ситуации, иногда разрешения ситуации требуют от другого лица.
- интропунитивные: реакция направлена на самого себя, с принятием вины или же ответственности за исправление возникшей ситуации, фрустрирующая ситуация не подлежит осуждению. Испытуемый принимает фрустрирующую ситуацию как благоприятную для себя.
- импунитивные: фрустрирующая ситуация рассматривается как нечто незначительное или неизбежное, преодолемое «со временем», обвинение окружающих или самого себя отсутствует.

2.3 Характеристика выборки

В исследовании приняло участие 40 детей, занимающихся в театре на роликах. Возраст испытуемых – 13-16 лет. Исследование проходило на базе театра на роликах «Сказка».

2.4. Анализ результатов эмпирическое исследование особенностей мотивации и стрессоустойчивости у детей, занимающихся в театре на роликах

Методика мотивации к успеху, мотивация избегания неудачи (Т. Элерса) [18].

Нами был проведен анализ выраженности мотивации у детей. Была исследована мотивация к успеху, мотивация избегания неудачи. Результаты представлены в таблице 2.

Как видим из представленных данных, в большей степени у детей выражена мотивация к успеху ($16 \pm 0,61$), тогда как показатели мотивации избегания неудач находятся в среднем на уровне $15 \pm 0,67$.

42,5% детей были готовы к занятию, обладали высоким уровнем заинтересованности и собранности, были энергичны.

22,5% были чуть меньше готовы к занятию, у них была снижена терпеливость и заинтересованность.

7,5% детей продемонстрировали средний уровень готовности к проведению занятия.

Уровни готовности к занятию ниже среднего и низкий выявлены у 17,5% и 10% подростков соответственно.

В начале репетиции было приветствие. Артисты готовы к репетиции заранее, организованны (репетиция начинается в зале).

В начале репетиции артисты вели себя примерно одинаково, у всех была заинтересованность, кроме четырех подростков, у которых наблюдались явные признаки незаинтересованности, отсутствие визуального контакта с педагогом, направление взгляда было либо в пол, либо в сторону двери, они шепотом переговаривались между собой.

Полученные данные наблюдения на основном этапе репетиции позволяют оценить общий уровень вовлеченности детей в данный вид деятельности.

В основной части высокий уровень умения быстро запоминать хореографические связки и номера продемонстрировали двое подростков, у троих подростков эти качества практически отсутствуют. Явное желание быть в центре внимания показали 5 детей. Полное отсутствие мотивации к вниманию выявлено у пяти подростков.

Общие умения театральной игры в данном коллективе можно оценить, как развитые на среднем уровне.

Полученные данные наблюдения на основном этапе репетиции позволяют оценить общий уровень стрессоустойчивости детей по окончании репетиции.

Рисунок 6 – Уровень стрессоустойчивости детей, окончание репетиции, %

Согласно рисунку 6, к концу занятия 7,5% показали высокий уровень утомляемости, 45% детей – средний уровень утомляемости, и 47,5% детей – низкий уровень утомляемости.

Для проверки поставленной гипотезы №1 исследования важной представляется оценка уровня устойчивости детей к стресс-напряжениям (стрессоустойчивость), которая была выявлена в ходе наблюдения в конце репетиции.

Стрессоустойчивость артистов театра на роликах – это целостное образование, которое детерминировано разноуровневыми свойствами интегральной индивидуальности.

Симптомокомплекс стрессоустойчивости включает в себя следующие свойства:

- силу возбуждения и подвижность нервной системы;
- высокий уровень психомоторной и интеллектуальной энергичности;
- отсутствие беспокойства в случае неудачи при выполнении физической работы;
- экспрессивность;
- уверенность в себе;
- эмоциональную устойчивость и высокий уровень субъективного контроля.

4 Техника безопасности при работе за персональным компьютером

Проведение современного психологического исследования невозможно без использования компьютера и оргтехники. Работа с Интернет –ресурсами, набор текстов и их распечатка, копирование и сканирование документов, статистическая обработка результатов – все это требует использования данной техники, которая требует соблюдения правил техники безопасности в процессе ее эксплуатации.

Сегодня цифровизация широко внедряется во все сферы деятельности человека. Информационная среда является основой для прогрессивного развития всех областей, в том числе, сферы театра. Информационная среда – специально созданная и определенным образом структурированная часть информационного пространства, включающая совокупность субъектов, создающих, перерабатывающих, использующих информационные ресурсы и программно-аппаратные средства, их обрабатывающие.

При работе с ПК и Интернет-ресурсами, необходимо соблюдать требования информационной безопасности, а также санитарно-гигиенические нормы.

4.1 Обеспечение информационной безопасности

Образовательные учреждения используют в своей деятельности информационные технологии для ведения журналов, контроля успеваемости, административно-хозяйственной деятельности и т.п. Одновременно с компьютеризацией растет и количество угроз из Интернета:

- несанкционированный доступ к данным: подмена данных в электронных журналах, архивах, хищение информации экзаменационных билетов, личных данных учащихся и их родственников и т.п.
- нежелательная информация: распространение порнографии, провокационных материалов, пропаганда наркотиков и алкоголя и т.п.
- использование социальных сетей: активное давление на учащихся, запугивание, киберхулиганство.
- Кибертерроризм.

Актуальными становятся применение мер по информационной безопасности.

Информационная безопасность – это процесс обеспечения конфиденциальности, целостности и доступности информации.

Цель обеспечения информационной безопасности – защитить информационные данные и поддерживающую инфраструктуру от случайного или преднамеренного вмешательства, что может стать причиной потери данных или их несанкционированного изменения. Информационная безопасность помогает обеспечить непрерывность образовательного процесса.

К традиционным методам защиты от преднамеренных информационных угроз относятся: ограничение доступа к информации, шифрование (криптография) информации, контроль доступа к аппаратуре, законодательные меры.

При работе с ПК, необходимо знать состав и содержание организационных и технических мер по обеспечению безопасности персональных данных при их обработке в информационных системах персональных данных, утвержденные приказом ФСТЭК России от 18 февраля 2013 г. № 21, в том числе:

1. Требования к системам обнаружения вторжений утверждены приказом ФСТЭК России от 6 декабря 2011 г. № 638 (зарегистрирован Минюстом России) 12 методических документов, содержащих профили защиты систем обнаружения вторжений.
2. Требования к средствам антивирусной защиты утверждены приказом ФСТЭК России от 20 марта 2012 г. № 28, зарегистрирован Минюстом России 24 методических документа, содержащих профили защиты средств антивирусной защиты.
3. Требования к средствам доверенной загрузки утверждены приказом ФСТЭК России от 27 сентября 2013 г.

№ 119 (зарегистрирован Минюстом России) 10 методических документов, содержащих профили защиты средств доверенной загрузки.

4. Требования к средствам контроля съемных машинных носителей информации. Утверждены приказом ФСТЭК России от 28 июля 2014 г. № 87 (зарегистрирован Минюстом России) 10 методических документов, содержащих профили защиты средств контроля съемных МНИ.

5. Требования к межсетевым экранам утверждены приказом ФСТЭК России от 9 февраля 2016 г. № 9 (зарегистрирован Минюстом России) 24 методических документа, содержащих профили защиты межсетевых экранов

6. Требования безопасности информации к операционным системам утверждены приказом ФСТЭК России от 19 августа 2016 г. № 119 (зарегистрирован Минюстом России) 18 методических документов, содержащих профили защиты операционных систем

7. ГОСТ Р 56545-2015. Национальный стандарт Российской Федерации. Защита информации. Уязвимости информационных систем. Правила описания уязвимостей" (утв. и введен в действие Приказом Росстандарта от 19.08.2015 N 1180-ст).

8. ГОСТ Р 56546-2015. Национальный стандарт Российской Федерации. Защита информации. Уязвимости информационных систем. Классификация уязвимостей информационных систем" (утв. и введен в действие Приказом Росстандарта от 19.08.2015 N 1181-ст)

Базовые программные методы защиты информации в компьютерных системах Программные средства защиты включают программы для идентификации пользователей, контроля доступа, шифрования информации, удаления остаточной (рабочей) информации типа временных файлов, тестового контроля системы защиты и др.

4.2 Санитарно-гигиенические требования при работе на ПК

К работе на персональном компьютере (ПК) допускаются лица, прошедшие обучение безопасным методам труда, вводный инструктаж, первичный инструктаж на рабочем месте, обязательные предварительные инструкции при поступлении на работу и периодические медицинские осмотры.

При эксплуатации персонального компьютера на работника могут оказывать действие следующие опасные и вредные производственные факторы:

- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенный уровень статического электричества;
- нарушение баланса положительных и отрицательных ионов в воздухе;
- статические физические перегрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов.

Для уменьшения влияния опасных и вредных производственных факторов необходимо соблюдать требования к планировке и размещению рабочих мест и персональных компьютеров, а также к воздухообмену в помещении. При преимущественной работе пользователя ПК с документами для освещения зоны их расположения дополнительно к общему освещению следует устанавливать светильники местного освещения.

В случаях возникновения сбоев в работе персонального компьютера, других возможных нештатных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью людей или об ухудшении состояния своего здоровья пользователь ПК обязан немедленно извещать руководителя.

Продолжительность непрерывной работы за персональным компьютером без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов.

Первостепенная значимость уделяется профилактике заболеваний, связанных с работой на ПК.

1. Профилактика заболеваний глаз. Во время работы с персональным компьютером выдерживать расстояние до экрана монитора – не менее 50 см. Освещение рабочего места не должно вызывать блики на экране монитора. В то же время оно должно быть достаточным, для того чтобы хорошо видеть остальные предметы, с которыми вы работаете. При работе одновременно с книгой и монитором, желательно, чтобы они находились на одной высоте, для этого приобретите подставку для книг. Как можно чаще прерывайте работу и давайте глазам отдохнуть (желательно каждый час делать 10-15 минутный перерыв) и выполнять упражнения для глаз.

2. Профилактика заболеваний позвоночника, рук и ног. Рабочая поза. При работе необходимо правильно выбрать рабочую позу. Правильная рабочая поза позволяет избегать перенапряжения мышц, способствует лучшему кровотоку и дыханию. Следует сидеть прямо (не сутулясь) и опираться спиной о спинку кресла.

Прогибать спину в поясничном отделе нужно не назад, а, наоборот, немного вперед. Недопустимо работать, развалившись в кресле. Такая поза вызывает быстрое утомление, снижение работоспособности.

Заключение

В театре на роликах личностные особенности артиста являются важными факторами успешности наряду с навыками и талантом. Артисты театра на роликах испытывают такие же нагрузки, как спортсмены, занимающиеся фигурным катанием. И здесь не обойтись без таких качеств, как трудолюбие, работоспособность, терпеливость, выносливость и устойчивость в плане больших нагрузок. Хороший солист в театре на роликах должен уметь справляться со своим страхом, контролировать свое волнение, побеждать его перед зрителем и сценой. Все это требует высокого уровня стрессоустойчивости. В литературе недостаточно исследований, которые были бы посвящены анализу особенностей проявления мотивации и стрессоустойчивости у детей, в особенности у детей, занимающихся в театре на роликах. Все это определяет актуальность и значимость исследований в этом направлении. Во многом это и определило выбор темы исследования.

Список литературы

1. Биктина Н.Н. Мотивация достижения успеха и личностные особенности студентов // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2021. – Т.10. – №1(34). – С. 331-334.
2. Боброва К.В. Мотивация достижения успеха у подростков // Народное образование. – 2019. – №2. – С. 208-211.
3. Богинская Ю.В., Глузман Я.А. Формирование мотивации достижений у современной молодежи // Вестник МГТУ. – 2016. – №3. – С. 1-3.
4. Волковицкая Г.А. Мотивационный потенциал личности: опыт социологического анализа // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2015. – №1. – С. 355-363.
5. Гилеско О.Н., Куличева Т.В. Методы мотивации достижений в деятельности подростков с ОВЗ // Инновационная наука. – 2019. – №10. – С.90-91.
6. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения М., Просвещение, 2016. – 230 с.
7. Давлетчина С.Б. Словарь по конфликтологии. Улан-Удэ, 2017. – 210 с.
8. Иванова А.В. Формирование мотивации достижения у подростков в условиях общеобразовательной школы // Приоритетные научные направления: от теории к практике. – 2020. – №5. – С.85-90.
9. Казанцева И.В. Практические аспекты исследования взаимосвязи мотивационной сферы оценивания учебных достижений современного школьника // Санкт-Петербургский образовательный вестник. – 2017. – №1. – С. 10-14.
10. Карпова Е.В. Акцентуации характера в структуре мотивационной сферы личности школьников // Ярославский педагогический вестник. – 2017. – №6. – С.220-226.
11. Карпова Е.В., Макарычева И.Н. Взаимосвязь рефлексивности и мотивации в детерминации учебной деятельности // Ярославский педагогический вестник. – 2016. – №6. – С. 268-273.
12. Козлов Р.С. Особенности мотивации достижения дзюдоистов разной квалификации // European science. – 2020. – №7(17). – С. 35-37.
13. Крайник В.Л., Дедловская М.В. Проблема формирования мотивационной готовности школьников к занятию физической культурой в современной образовательной парадигме // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – №6(73). – С. 311-314.
14. Кураев Г.А., Пожарская Е.Н. Психология человека: Курс лекций. Ростов н/Д., 2016. – 150 с.
15. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 2005. – 98 с.
16. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М., 2018. – 120 с.
17. Магомед-Эминов М.Ш. Мотивация достижения: структура и механизмы: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 1987. – 46 с.
18. Макарычева И.А. Мотивационная сфера школьника. Общее понятие мотива и мотивации в учебной деятельности // Вестник науки и образования. – 2018. – Т.1. – №4(40). – С. 82-86.
19. Макарычева И.А. Оценка уровня мотивации у младших школьников // Вестник науки и образования. –

2018. –Т.1. - №5(41). – С. 105-108.
20. Макклелланд Д. Мотивация человека. СПб., 2007. – 210 с.
21. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 1999. – 540 с.
22. Матрохина А.П. Мотивация достижения старших подростков с нарушениями зрения // Вестник науки и образования. – 2020. – Ч.2. - №15(93). – С. 46-48.
23. Мешков Н.И., Мешков Д.Н. Мотивация личности как ключевая проблема психологии // Интеграция образования. – 2015. – Т.19. - №1. – С. 37-43.
24. Олешко Т.В. Формирование мотивации обучения иностранных учащихся на предвузовском этапе: некоторые пути решения проблемы // Инновационные технологии в образовании. – 2018. - №1. – С. 163-172.
25. Рожков Е.М. Мотивация достижения успеха и избегания неудач в работах отечественных и зарубежных ученых // Современная наука. - 2014. - №3. - С. 31-34.
26. Севостьянов Ю.О. Психологические условия формирования мотивации достижения у подростков // Известия ВГПУ. – 2020. - №1. – С. 31-36.
27. Сергеева М.А., Дзейтова А.М., Кубекова А.С. Психологические особенности сотрудников с разным уровнем мотивации достижения // Казанский педагогический журнал. – 2020. - №5. – С. 236-243.
28. Сергеева М.А., Кубекова А.С. Особенности мотивации достижения и тревожности у старшеклассников // Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – Т.8. - №6. – С. 1-9.
29. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. СПб., 2001. – 256 с.
30. Ammon, Stefanie. Commitment, Leistungsmotivation, Kontrollüberzeugung und erlebter Tätigkeitsspielraum von Beschäftigten in Unternehmen und Behörden im Vergleich. LIT Verlag Münster, 2016, S.200
31. Bucher Anton A. (Hg.): Erziehung – Therapie – Sinn. Festschrift für Heinz Rothbucher, Salzburg 2004, LIT-Verlag Münster 2018. S.265
32. Längle A. Die Grundmotivationen menschlicher Existenz als Wirkstruktur existenzanalytischer Psychotherapie. In: Fundamenta Psychiatrica 16,1, 2019.S.1-8
33. Längle A. Existenzanalyse der Freiheit – Zur lebenspraktischen und psychotherapeutischen Fundierung personaler Freiheit. In: Bauer E (Hrsg) Freiheit in philosophischer, neurowissenschaftlicher und psychotherapeutischer Perspektive. München: Fink, 2017. S.147-182.
34. Längle A. Existenzanalyse und Logotherapie. In: Stumm G (Hrsg) Psychotherapie. Schulen und Methoden. Eine Orientierungshilfe für Theorie und Praxis. Wien: Falter, 2011. S.236-244.
35. Miller, K. S., and Worchel, P. The effects of need-achievement and self-ideal discrepancy of performance under stress. / Pers., 2019, 25, 176- 190.
36. Miller, N. E. Experimental studies of conflict. In J. McV. Hunt (Ed.), Personality and the behavior disorders. Vol. I. New York: Ronald, 2018. Pp. 431-465.
37. Mucher, H., and Heckhausen, H. Influence of mental activity and achievement motivation on skeletal muscle tonus. Percept, mot. Skills, 2019, 14, 217-218.
38. Raphelson, A. C., and Moulton, R. W. The relationship between imaginative and direct verbal measures of test anxiety under two conditions of uncertainty. J. Pers., 2019, 26, 556-567.
39. Robinson, W. P. The achievement motive, academic success, and intelligence test score. Brit. J. soc. clin. Psycho., 2019, 4, 98-103.
40. Schuler H., Frintrup A.: Das Leistungsmotivationsinventar. In: Wirtschaftspsychologie. 2, 2017, S. 78-82.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/189158>