

поколений отличаются, по большому счёту, лишь взглядом на них, для подростков это инструмент для реализации, но они также осознанно относятся к ним.

ЛИТЕРАТУРА

1. Макеев П.С. Поколенческий анализ современных детей и подростков: количественный анализ характеристик / П.С. Макеев // Социальная политика и социология. – 2015. – Т. 14, № 3. – Часть 1. – С. 52–62.
2. Рослякова С.В. Концепция формирования познавательной компетентности у современных подростков в условиях интеграции общего и дополнительного образования / С.В. Рослякова. – Челябинск : Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2016. – 341 с.
3. Белецкая А.А. Особенности жизненных стратегий учащихся старших классов: кросс-культурный аспект / Белецкая А.А. // Психологический институт. – Москва, 2012. – 170 с.
4. Зыбина Е.В. Современные исследования временной перспективы подростков в трудах отечественных авторов / Е.В. Зыбиной // Молодой ученый. – 2022. – № 16 (411). – С. 425–428.
5. Антошкина Е.А. Социальные установки и поведение / Е.А. Антошкина, В.В. Осипова // Вестник Образоват. консорциума Среднерус. ун-т. Сер.: Гуманитар. науки. – 2021. – № 17. – С. 6–7
6. Особенности процесса формирования ценностных ориентаций современной российской молодежи и осуществления молодежной политики в Российской Федерации (результаты социологического исследования) / Н.Г. Осипова, С.О. Елишев, Г.Б. Прончев, Д.Н. Монахов. – Москва : МАКС Пресс, 2016. – 280 с.

REFERENCES

1. Makeev, P.S. (2015), “Generational analysis of contemporary children and adolescents: a quantitative analysis of characteristics”, *Social policy and sociology*, Vol. 14, No. 3, pp. 52–62.
2. Rosliakova, S.V. (2016), *The concept of developing cognitive competence in modern adolescents in the context of integrating general and supplementary education*, Publishing house of Chelyabinsk State Pedagogical University, Chelyabinsk.
3. Beletskaia, A.A. (2012), *Peculiarities of high school students' life strategies: a cross-cultural dimension*, The Psychological Institute, Moscow.
4. Zybina, E.V. (2022), “Contemporary studies of the temporal perspective of adolescents in the works of national authors”, *Young scientist*, Vol. 16 (411), pp. 425–428.
5. Antoshkina, E.A. (2021), “Social attitudes and behavior”, *Bulletin of the Educational Consortium of the Middle Russian University*, Series: Humanities, Vol. 17. pp. 6–7
6. Osipova, N.G. Elishev, S.O., Pronchev, G.B. and Monakhov D.N. (2016), *Features of the process of formation of value orientations of modern Russian youth and the implementation of youth policy in the Russian Federation (results of a sociological study)*, MAX-Press, Moscow.

Контактная информация: panshevaxenia@gmail.com

Статья поступила в редакцию 26.05.2023

УДК 796.011: 159.9

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ЖИЗНИ СТУДЕНТА: ИССЛЕДОВАНИЕ В ТЕХНИЧЕСКОМ ИНСТИТУТЕ (ФИЛИАЛЕ) СВФУ

Анна Михайловна Белова, студентка, Лариса Анатольевна Прокопенко, кандидат педагогических наук, доцент, Технический институт (филиал) Северо-Восточного федерального университета, Якутск

Аннотация

В статье рассматривается роль физической культуры и спорта в жизни студента по результатам социологического опроса студентов Технического института (филиала) СВФУ. Поднимается вопрос о важности систематических тренировок, необходимости физкультурного воспитания в становлении личности. Исследование показало, что большинство студентов признают важность занятий физической культурой и спортом для своего развития и своей будущей профессии, но достаточно большое количество – 40% молодых людей вообще не занимаются спортом, основной причиной чего

является отсутствие мотивации. Это нацеливает на усиление пропаганды физической культуры и спорта в вузе, повышение мотивации студентов через проведение акций и мероприятий, чтобы вызвать самостоятельное принятие решения молодых людей к занятиям спортом, поддержанию здоровья, развитию личности.

Ключевые слова: студенты вуза, спорт, физическая культура, личность, мотивация.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p501-505

THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN A STUDENT'S LIFE: A STUDY AT A TECHNICAL INSTITUTE (BRANCH) OF NEFU

Anna Mikhailovna Belova, student, Larisa Anatolyevna Prokopenko, candidate of pedagogical sciences, docent, Technical Institute (branch) of M.K. Ammosov North-Eastern Federal University, Yakutsk

Abstract

The article discusses the role of physical culture and sports in the life of a student based on the results of a sociological survey of students of the Technical Institute (branch) NEFU. The question is raised about the importance of systematic training, the need for physical education in the formation of personality. The study showed that the majority of students recognize the importance of physical education and sports for their development and their future profession, but quite a large number – 40% of young people do not play sports at all, the main reason for which is the lack of motivation. This aims to strengthen the promotion of physical culture and sports at the university, increase the motivation of students through actions and events to cause independent decision-making of young people to go in for sports, maintain health, and develop personality.

Keywords: university students, sports, physical culture, personality, motivation.

«Систематические тренировки играют важную роль в становлении личности, формировании физических и морально-волевых качеств и достижении высоких результатов в различных сферах жизни. Физическая культура является одним из эффективных средств повышения трудоспособности студентов в учебном процессе и в их социальной активности» – на это указывает профессор В.И. Ильинич, один из участников разработки государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по учебной дисциплине «Физическая культура и спорт», являющийся автором и соавтором ряда учебников и учебных пособий.

Не ослабевает внимание общества к здоровью студентов, будущих специалистов. Озабоченность вызывают рост заболеваемости в процессе профессиональной подготовки, снижение дееспособности в трудовой сфере. Учебная работа, сам процесс и процесс подготовки к ней, превратились в кропотливую и изнуряющую умственную деятельность, нередко приводящую к ухудшению здоровья студентов, благодаря негативным факторам.

Здоровье – важная составляющая в жизни каждого человека, состояние полного физического, психического и социального благополучия человека. От состояния здоровья зависит выполнение различных функций: решение планов и задач, преодоление трудностей, работоспособность человека в целом. Но зачастую люди, а особенно студенты, пренебрегают состоянием своего здоровья, что проявляется в различных вредных привычках, ведении сидячего образа жизни, употреблении вредной пищи, малой активности. Как итог студенты часто болеют, чувствуют себя уставшими и психически нестабильными. И здесь по мнению многих авторов на помощь могут прийти занятия физическими упражнениями и спортом.

В образовательных учреждениях высшей школы огромное количество времени отводится физкультурному воспитанию. Авторы Ю. В. Сысоева, А. В. Седнев разъясняют: «Физическая культура имеет большое влияние в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста, так как их деятельность связана со значительным напряжением внимания, зрения, интенсивной интеллектуальной деятельностью и малой подвижностью.

Снятие утомления с нервной системы и всего организма, повышение работоспособности, укрепление здоровья – все это и не только польза, которую приносят занятия физической культурой» [1].

Физкультурное воспитание в вузе – это целая программа, которая формирует физическую культуру личности студента. И если в школе делался акцент исключительно на биологическом, двигательном аспекте развития ребенка, то в университете дела обстоят намного шире. Кроме традиционного процесса, то есть физического развития, формирования базовых физических качеств, двигательных умений и навыков, идет огромное вложение в воспитание личности, через освоение потенциала физической культуры. В данном аспекте физическое воспитание рассматривается как развитие в единстве биологических и социальных качеств человека, помогающее правильно развить и другие компоненты, такие как интеллектуальный, мировоззренческий, эмоциональный. Эмоциональный компонент играет немаловажную роль в жизни студента, т. к. направлен на получение удовольствия от занятий спортом.

Актуальность темы исследования возрастает в связи с тем, что студенты сейчас сосредоточены на эффективном преодолении проблем и саморазвитии, но у них зачастую отсутствует желание прикладывать усилия по сохранению собственного здоровья. Понимая важность здоровья, здорового образа жизни, мало кто уделяет этому должное внимание.

Цель исследования: выявить, какую роль физическая культура и спорт играют в жизни студента (на примере ответов студентов Технического института (филиала) Северо-Восточного федерального университета).

МЕТОДЫ И МАТЕРИАЛЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для достижения поставленной цели использовались изучение научной литературы, анкетирование студентов, математическая обработка результатов исследования, анализ проведенного исследования. Мы провели анкетный опрос по 15 вопросам различной направленности. Участвовало 60 студентов 1–3 курсов: 28 юношей и 32 девушки в возрасте от 17 до 30 лет.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Исследование показало, что большая часть студентов положительно относится к спорту. На вопрос «Как вы относитесь к спорту?» 82% ответили «положительно», 1% «нейтрально». Это дает нам сделать вывод, что студенты признают важность спорта в их жизни. На вопрос «Занимаетесь ли вы спортом сейчас?» 60% ответили «положительно», оставшиеся «40%» отрицательно. Что означает: хоть большинство студентов и признают значимость спорта, все равно продолжают игнорировать занятия по ряду причин. На вопрос «Признаете ли «Физическую культуру и спорт», как учебную дисциплину, необходимым компонентом образовательного процесса?» 80% ответили «положительно» и 20% «отрицательно». То есть большинство признает, что «Физическая культура и спорт» является необходимой дисциплиной в образовательном процессе, что важно для развития личности. На следующий вопрос «Считаете ли вы необходимым занятия спортом для своей будущей профессиональной деятельности?» 59% ответили «положительно», 20% «отрицательно» и 21% ответили «нейтрально». Это показывает, что многие студенты считают занятия спортом необходимыми для будущей профессии.

Далее мы решили углубиться в изучаемую тему ещё по нескольким вопросам для тех, кто занимается спортом и кто – нет.

У занимающихся спортом нам интересно было узнать: «Если вам нравится спорт, чем он вас привлекает?». Ответы были различными. Так, к примеру: ответ «Стиль здоровой, активной жизни» набрал 45%, а ответ «Способ проведения свободного времени» – 33%, ответ «Отличное самочувствие и хорошее настроение» – 18%. Такие ответы, как

«Подготовка к будущей профессии», «Нравится дух соперничества», «Хочу достичь мастерства, высоких результатов», выбрали не более 1% студентов. Следующий вопрос «Как часто (сколько раз в неделю?) вы занимаетесь спортом?», и мы получили следующие ответы: «1-2 раза в неделю» – 33%, «3-4 раза в неделю» – 30% и «От случая к случаю» – 37%. То есть большая половина нерегулярно занимается спортом. Далее нас интересовало «Как спорт появился в Вашей жизни?». Ответы «Привели родители» и «Понравились занятия в школе» отметили по 26%, ответ «Заинтересовался сам» – 28%, ответ «Пошел вместе с друзьями» – 18%. То есть в большинстве случаев, студенты начинают заниматься спортом, если им интересно или, если они имеют определенную мотивацию. Поэтому целесообразно было спросить: «Каким видам спорта Вы отдаете предпочтение?». Ответы были разнообразными – это и баскетбол, и бокс, и легкая атлетика, и футбол, и стрельба, и теннис, но безусловным лидером, стал волейбол, он набрал 25% ответов. Также мы решили спросить: «Участвуете ли вы в спортивных соревнованиях?» – как оказалось, лишь 20% из всех опрошенных участвуют в соревнованиях.

У молодых людей, которые не занимаются спортом, мы решили узнать: «Почему?». 20% студентов ответили, что у них нет времени из-за загруженности по учебе, 18% – нет желания, 15% – не любят спорт и 8% – по состоянию здоровья. То есть студенты в основном не занимаются спортом из-за отсутствия интереса и мотивации. Еще мы решили спросить: «Хотите ли Вы начать заниматься (продолжать заниматься) спортом, если же заинтересовать вас в этом?». Более половины ответили положительно. На следующий вопрос «Что может изменить Ваше отношение к спорту?» или, «Как повысить вашу мотивацию к занятиям?» были разные ответы. Ими предложено: «проведение акций и мероприятий», «пример друзей», «реклама». Но лидером стал ответ – «ничего, пока сам не захочу». То есть, можно сделать вывод, что студенты, как уже довольно взрослые люди, должны самостоятельно найти мотивацию к занятиям спортом. В вопросе «Как вы считаете, что необходимо сделать для повышения количества занимающихся спортом в институте?» были даны следующие предложения: «улучшение материальной базы» – 31% ответов, «проводить тематические встречи со спортсменами высокого класса» – 45%, «пропаганда на уровне института» – 11%, «проводить больше спортивных мероприятий и соревнований» – 5%, «об этом должно думать руководство» – 8%.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научной литературы показывает роль физической культуры и спорта в жизни студента, важность систематических тренировок, физкультурного воспитания в становлении личности.

Результаты проведенного анкетирования выявили, что большинство студентов признает важность занятий физической культурой и спортом для своего развития и своей будущей профессии, считают «Физическую культуру и спорт», как учебную дисциплину, необходимым компонентом образовательного процесса. Но достаточно большое количество – 40% молодых людей вообще не занимаются спортом, у них нет интереса и желания, т. е. главная причина – отсутствие мотивации. Из тех, кто занимается спортом, их большинство – 60%, указывают какую роль играет спорт в их жизни. Это стиль здоровой, активной жизни, способ проведения свободного времени, отличное самочувствие и хорошее настроение, а также подготовка к будущей профессии, им нравится дух соперничества, есть желание достичь мастерства, высоких результатов. Но активное рвение к занятиям спортом у многих все-таки отсутствует, занимаются нерегулярно, в соревнованиях мало кто участвует. Основными мотивами являются: понравились занятия в школе, заинтересовали родители, заинтересовался сам, пошел вместе с друзьями, есть возможность заниматься любимым видом спорта в вузе – волейболом. Кстати, волейбол является наиболее популярным видом спорта среди студентов в вузе.

Анализ исследования нацеливает на усиление пропаганды физической культуры и спорта в вузе, повышение мотивации студентов через проведение акций и мероприятий,

усиление рекламы, проведение различных массовых соревнований, которые повышают интерес к спорту и зарождают рвение к победе, а также проведение различных встреч с представителями спорта, дабы проявить желание и самостоятельное принятие решения к занятиям спортом, поддержанию здоровья, развитию личности, что важно для будущей профессиональной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сысоева Ю.В. Физическая культура в жизни студентов / Ю.В. Сысоева, А.В. Седнев // Молодой ученый. – 2018. – № 46 (232). – С. 419–420. – URL: <https://moluch.ru/archive/232/53816/> (дата обращения: 04.06.2023).

REFERENCES

1. Sysoeva, Yu.V. and Sednev, A.V. (2018), "Physical culture in the life of students", *Young scientist*, No. 46 (232), pp. 419–420, available at: <https://moluch.ru/archive/232/53816/> (accessed 4 June 2023).

Контактная информация: larisana4@mail.ru

Статья поступила в редакцию 06.06.2023

УДК 159.9.072

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИГРОВОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Галина Федоровна Голубева, кандидат психологических наук, доцент, Елена Михайловна Фещенко, кандидат психологических наук, доцент, Юлия Владимировна Ерещенко, кандидат психологических наук, доцент, Анна Алексеевна Зюзя, кандидат педагогических наук, доцент, Брянский государственный университет имени академика И.Г. Петровского, Брянск

Аннотация

В статье рассмотрены теоретические аспекты изучения игровой компьютерной зависимости и связанные с ней проблемы агрессивного поведения подростков. Представлены результаты эмпирического изучения уровня игровой компьютерной зависимости подростков во взаимосвязи с агрессивностью, проявляемыми в отношениях со взрослыми и сверстниками. Отмечены неблагоприятные тенденции к росту числа интернет-аддикций в подростковой среде. Сделаны выводы о необходимости комплексного, систематического психолого-педагогического сопровождения подростков, входящих в «группу риска» и проявляющих склонности к игровой компьютерной зависимости.

Ключевые слова: игровая компьютерная зависимость, интернет-аддикции, агрессивность, подростковый возраст, психокоррекция и психопрофилактика зависимого поведения, диагностика, корреляционный анализ.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p505-510

DIAGNOSTICS OF THE CORRELATION BETWEEN THE DEPENDENCE OF TEENAGERS ON COMPUTER GAMES AND THEIR AGGRESSIVENESS

Galina Fedorovna Golubeva, candidate of psychological sciences, docent, Elena Mikhailovna Feshchenko, candidate of psychological sciences, docent, Yulia Vladimirovna Ereshchenko, candidate of psychological sciences, docent, Anna Alekseevna Zyuzya, candidate of pedagogical sciences, docent, Bryansk State Academician I.G. Petrovski University

Abstract

The article deals with the theoretical aspects of the study of the addiction of teenagers to computer games and associated with it problems of their aggressive behavior. The results of the empirical study of the