

3. Михайлов А.С. Совершенствование технико-тактической подготовленности спортсменов ударных видов единоборств при помощи подводящих упражнений / А.С. Михайлов, Е.В. Кошкин // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.* – 2015. – № 6. – С. 41–43.
4. Павлов, С.В. Методика оценки технической и тактической подготовленности тхэквондистов в соревновательных поединках / С.В. Павлов // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.* – 2003. – № 2. – С. 40–43.
5. Павлов С.В. Комплексный контроль состояния спортивной подготовленности в процессе соревновательной деятельности единоборцев : дис. ... д-ра. пед. наук / Павлов Сергей Витальевич. – Тюмень, 2004. – 316 с.
6. Саламатов, М.Б. Оценка технических действий в тренировочной и соревновательной деятельности кикбоксеров на основе трекеров НУКСО / М.Б. Саламатов, М.Ю. Степанов // *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.* – 2019. – № 4. – С. 18–20.

REFERENCES

1. Mikhailov, A.S. and Ilkin, A.V. (2019), "Methodology for improving the coordination abilities of kickboxers 16-17 years old", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (176), pp. 226–230.
2. Mikhaylov, A.S. (2013), *Functional and physical training of kickboxers using various modes of breathing exercises*, dissertation, N.Chelny.
3. Mikhailov, A.S. and Koshkin, Ye.V. (2015), "Improving the technical and tactical preparedness of athletes of shock martial arts using lead exercises", *Physical education: upbringing, education, training*, No. 6, pp 41–43.
4. Pavlov, S.V. (2003), "Methodology for assessing the technical and tactical readiness of taekwondo wrestlers in competitive fights", *Physical education: upbringing, education, training*, No. 2, pp 40–43.
5. Pavlov, S.V. (2003), *Complex control of the state of sports readiness in the process of competitive activity of combatants*, dissertation, Tyumen.
6. Salamatov, M.B. and Stepanov, M.Yu. (2019) "Evaluation of technical actions in the training and competitive activities of kickboxers based on НУКСО trackers", *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 4, pp. 18–20.

Контактная информация: starioss@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.03.2023

УДК 796.011.3

АНАЛИЗ СФОРМИРОВАННОСТИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ КУРСОВ ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗОВ

Ольга Николаевна Михайлова, кандидат социологических наук, доцент, Любовь Васильевна Чередникова, старший преподаватель, Самарский государственный университет путей сообщения. Самара; Алексей Иванович Кардашевский, кандидат педагогических наук, доцент, Алексей Анатольевич Гордеев, кандидат педагогических наук, доцент, Самарский государственный технический университет, Самара

Аннотация

Вектор развития современного общества, глобальная цифровизация всех сфер промышленного производства и социальных институтов порождают условия быстрой изменчивости, хаотичности, неопределенности, что приводит к неуклонному снижению физического, психологического и морально-нравственного (социального) компонентов здоровья студенческой молодежи. Актуальность статьи обусловлена необходимостью изучения показателей в структуре физического, психического и социального здоровья студентов, позволяющих оптимально адаптироваться и эффективно развиваться в образовательно-воспитательном пространстве технического вуза. Анализ научно-методической литературы позволил обобщить смысловые аспекты в определении содержательного наполнения компонентов и понятия «здоровья». Многофакторный анализ исследуемой категории выявил, что механизмы адаптации и здоровьесбережения обусловлены наличием характеристик, отражающих состояние функциональных систем организма (наличие или отсутствие болезней); уровень физического развития; сформированность адекватных целевых и мотивационно-ценностных

установок; психологических и личностных качеств. Исследование исходного уровня развития показателей в структуре здоровья студенческой молодежи доказало необходимость комплексного подхода в проектировании мероприятий, охватывающих спортивно-оздоровительную, общественную, творческую, гражданско-патриотическую сферы воспитательных воздействий на этапе вхождения и адаптации студентов в новую образовательно-воспитательную среду. В экспериментальной работе приняли участие 574 человека, студенты (юноши) первых курсов Самарского государственного университета путей сообщения (СамГУПС) и Самарского государственного технического университета (СамГТУ).

Ключевые слова: здоровье студенческой молодежи; физический, психический, социальный компоненты здоровья; адаптация; учебно-воспитательная среда вуза.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p315-319

ANALYSIS OF THE FORMATION OF HEALTH INDICATORS IN FIRST-YEAR STUDENTS OF TECHNICAL UNIVERSITIES

Olga Nikolaevna Mikhailova, the candidate of Sociological Sciences, docent, Lyubov Vasilyevna Cherednikova, the senior teacher, Samara State Railway University; Alexey Ivanovich Kardashevsky, the candidate of pedagogical sciences, docent, Aleksey Anatolievich Gordeev, the candidate of pedagogical sciences, docent, Samara Polytech

Abstract

The vector of development of modern society, the global digitalization of all spheres of industrial production and social institutions give rise to conditions of rapid variability, chaos, uncertainty, which leads to a steady decline in the physical, psychological and moral (social) components of the health of students. The relevance of the article is due to the need to study the indicators in the structure of physical, mental and social health of students, allowing optimal adaptation and effective development in the educational space of a technical university. The analysis of the scientific and methodological literature made it possible to generalize the semantic aspects in determining the content of the components and the concept of "health". A multifactor analysis of the studied category revealed that the adaptation mechanisms and health saving are due to the presence of characteristics that reflect the state of the functional systems of the body (presence or absence of diseases); level of physical development; the formation of adequate target and motivational-value attitudes; psychological and personal qualities. The baseline research of the initial level of development of indicators in the structure of the health of student youth proved the need for an integrated approach in designing activities covering sports and recreation, social, creative, civil and patriotic spheres of educational influences at the stage of entry and adaptation of students into a new educational environment. 574 people took part in the experimental work, first-year students (young men) of the Samara State Railway University (Samgups) and the Samara Polytech (Samgtu).

Keywords: student youth health; physical, mental, social components of health; adaptation; teaching and educational environment of the university.

ВВЕДЕНИЕ

Вектор постиндустриального развития общества задает условия быстрой изменчивости, хаотичности, неопределенности, что порождает возникновение рисков различной природы и актуализирует проблему социальной адаптации и здоровьесбережения населения. Модернизация экономической и социальной сфер жизнедеятельности, влияние экологических факторов и стремительно увеличивающихся информационных потоков, ранее приобщение к трудовой деятельности приводят к неуклонному снижению физического, психологического и морально-нравственного (социального) компонентов здоровья студенческой молодежи [1]. В данных условиях возникает необходимость выявления условий учебно-воспитательного процесса в вузах, направленных на создание здоровьесберегающей среды и формирование адаптационного потенциала студентов.

МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Необходимость раннего профессионального самоопределения, подготовка и прохождение процедур сдачи ЕГЭ, ожидание результатов конкурсного отбора в высшие

учебные заведения, необходимость вхождения в новое социальное сообщество, принятие его норм и правил задают ситуации высокой нервно-эмоциональной напряженности у абитуриентов. Порождающие состояния тревожности, неуверенности, стресса, и как следствие, снижение физиологических резервов организма, непосредственно влияющих на эффективность учебной деятельности.

Анализ научно-методической литературы позволил обобщить смысловые аспекты в определении содержательного наполнения компонентов и понятия «здоровья» [2; 3; 4]:

- адаптационные реакции, обусловленные наличием функциональных и морфологических резервов организма; биологическая программа индивидуального развития; совокупность факторов, характеризующих наличие или отсутствие заболеваний, уровень физического развития, физической подготовленности (физический компонент);

- адекватные поведенческие реакции; актуализация ценностных ориентаций, мотивов и установок на поддержание здорового стиля жизни; самосознание и самораскрытие интеллектуального, эмоционально-волевого и творческого потенциала личности; духовно-нравственное благополучие (психический компонент);

- принятие норм, правил, отношений, принятых в обществе; приспособление индивида к условиям социальной среды; социальная активность и общественная адаптация; вхождение в ролевую структуру различных социальных групп; форма деятельностного и активного отношения к миру; резервы трудоспособности; межличностные связи, ресурсы, общность целей и культурных традиций (социальный компонент).

Выявленные характеристики находятся в единстве и взаимосвязи, что подтверждает интегративный характер понятия «здоровье» и его включенность во все процессы, характеризующие жизнедеятельность человека.

С целью выявления исходного уровня сформированности компонентов в структуре здоровья студенческой молодежи был проведен срезовой эксперимент. Выборочную совокупность составили 574 человека, студенты (юноши) первых курсов Самарского государственного университета путей сообщения (СамГУПС) и Самарского государственного технического университета (СамГТУ) технических специальностей (по 287 человек в каждой группе). Использовались: авторская анкета и тесты для выявления уровня физической подготовленности, предлагаемые в специальной литературе.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Полученные данные, характеризующие уровень физического здоровья по показателям наличия или отсутствия хронических заболеваний свидетельствуют об отсутствии заболеваний (высокий уровень здоровья) – 22,8% (студенты СамГУПС) и 31,3% (студенты СамГТУ); к среднему уровню здоровья (либо перенесшие заболевания за последние три месяца, либо наличие хронического заболевания) относятся 74,8% и 66,9% (соответственно) и низкий уровень характерен для 2,4% и 1,8% (два и более заболеваний). В структуре заболеваний (из общей выборки) лидируют заболевания опорно-двигательного аппарата (плоскостопие, сколиозы) – 34,9%. Далее болезни органов дыхания (хронические риниты, тонзиллиты, бронхит) – 16,08%. Миопия – 11,2%. Болезни органов пищеварения (гастриты, дуодениты) у 5,65% студентов. Дистония по различному типу выявлена у 3,58% исследуемых. Необходимо отметить, что данные получены со слов обучающихся и, следовательно, могут иметь определенную долю погрешности.

Следующим показателем в структуре физического компонента здоровья студенческой молодежи является уровень физической подготовленности. Замерялись показатели общей выносливости (бег 3 км), взрывной силы (прыжок в длину), силовой выносливости верхнего плечевого пояса (подтягивание на перекладине). Показатели в соответствии со специальными таблицами переводились в бальную систему, что позволило обобщить результаты и выявить три уровня сформированности (таблица 1).

Необходимо отметить, что число студентов с высоким и средним уровнем развития измеряемых физических качеств практически совпадает с числом студентов,

охарактеризовавших свое отношение к физической культуре и спорту как положительное. Вместе с тем, в данной выборке наблюдается ситуация гиподинамии, что объективно можно объяснить предшествующей санитарно-эпидемиологической ситуацией и жизненными приоритетами поколения Z (цифровые сервисы и технологии, виртуальное общение – неотъемлемая часть их повседневных практик) (таблица 2).

Таблица 1 – Показатели физического развития студентов

| Уровень физического развития (%) | | | |
|----------------------------------|---------|---------|--------|
| Вуз | Высокий | Средний | Низкий |
| СамГТУ | 23,8 | 42,8 | 33,4 |
| СамГУПС | 20,3 | 50 | 29,7 |

Таблица 2 – Показатели отношений студентов к физической культуре и спорту и уровень их двигательной активности

| Отношение к физической культуре и спорту (%) | | | |
|--|------------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| Вуз | Положительное | Безразличное | Негативное |
| СамГТУ | 60,9 | 34,8 | 4,3 |
| СамГУПС | 64,3 | 31,8 | 3,9 |
| Уровень двигательной активности (%) | | | |
| Вуз | Оптимальный (10–14 ч в нед.) | Необходимый (9–5 часов в нед.) | Низкий (до 4 часов в неделю) |
| СамГТУ | 4,8 | 36,1 | 59,1 |
| СамГУПС | 3,7 | 40,6 | 55,7 |

Результаты исследований выявили недостаточный уровень сформированности показателей физического компонента, что обуславливает необходимость введения в воспитательную среду вуза комплекса оздоровительных, спортивно-массовых и военно-патриотических мероприятий, спроектированных с учетом востребованных студенческой среде мотивов и целевых установок к занятиям различными видами двигательной активности.

К показателям, характеризующим уровень сформированности психического и социального здоровья студентов отнесли: дезадаптивность, депрессивность, конфликтность, лидерство, коммуникативные способности (опросники Е.А. Климова, Л.Н. Собчик). Приведение разнородных данных к единой шкале, ориентируясь на средние популяционные нормы, позволило провести сравнительный анализ полученных данных (таблица 3).

Таблица 3 – Показатели психического и социального здоровья студентов

| Вуз | Дезадаптивность | Депрессивность | Конфликтность | Лидерство | Коммуникативность |
|---------|-----------------|----------------|---------------|-----------|-------------------|
| СамГТУ | 7,46±0,28 | 5,62±0,3 | 5,9±1,2 | 4,54±0,5 | 6,4±1,1 |
| СамГУПС | 7,9±0,86 | 6,1±0,25 | 6,3±0,8 | 4,3±0,25 | 6,36±0,9 |

Средне групповые показатели не имеют существенных отличий по вузам. Высокие показатели по шкалам дезадаптивности, депрессивности и конфликтности говорят о проблемах в адаптации студентов. Видимо совокупность неблагоприятных факторов, связанных с контрольными процедурами поступления в вуз, вхождением в новое социальное пространство, принятие новых норм и правил обучения в вузе, противоречия в профессиональном самоопределении обуславливают наличие у студентов высокой тревожности, неуверенности, стресса. Показатели, характеризующие возможности в проигрывании социальных ролей (явный лидер, скрытый лидер, организатор) находятся в групповых границах ниже среднего. Достаточными являются показатели сформированности коммуникативных способностей. Это может говорить об эффективности ряда входных мероприятий, направленных на знакомство и налаживание взаимодействия как внутри студенческих групп, так и в пространстве институтов (между учебными группами, кураторами, учебно-воспитательным аппаратом).

ВЫВОДЫ

Исследование исходного уровня комплекса показателей компонентного состава здоровья студентов первых курсов технических вузов показало наличие высокого уровня дезадаптационного синдрома. Что убедительно доказывает необходимость комплексного

подхода в проектировании мероприятий, охватывающих спортивно-оздоровительную, общественную, творческую, гражданско-патриотическую сферы воспитательных воздействий на этапе вхождения и адаптации студентов в новую образовательно-воспитательную среду.

ЛИТЕРАТУРА

1. Волкова Л.М., Евсеев В.В. Формирование социального здоровья студентов через потенциал физической культуры / Л.М. Волкова, В.В. Евсеев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 10 (176). – С. 65–69.
2. Жебрун Я.О. Особенности коррекции самооотношения у лиц с Я-ориентированным перфекционизмом / Я.О. Жебрун // Вестник Бурятского государственного университета. – 2011. – № 5. – С. 23–27.
3. Матвеев В.С. Результативность становления физической культуры личности у студентов инженерного вуза / В.С. Матвеев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 6 (160). – С. 111–114.
4. Чуб Я.В. Формирование общепрофессиональной компетентности студентов средствами учебной дисциплины «Физическая культура» / Я.В. Чуб, В.П. Овечкин // Вестник высшей школы. – 2015. – № 3. – С. 79–82.

REFERENCES

1. Volkova, L.M and Evseev, V.V. (2019), “Formation of social health of students through the potential of physical culture“, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (176), pp. 65– 69.
2. Zhebrun, Ya. O. (2011), “Features of correction of self-attitude in persons with self-oriented perfectionism“, *Bulletin of the Buryat State University*, No. 5, pp. 23–27.
3. Matveev V.S. (2018), “The effectiveness of the formation of physical culture of personality among students of an engineering university“, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 6 (160), pp. 111–114.
4. Chub, YaV. and Ovechkin, V.P. (2015), “Formation of general professional competence of students by means of the discipline ‘Physical culture’“, *Bulletin of Higher School*, No 3, pp. 79–82.

Контактная информация: samgups_fis@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.03.2023

УДК 37.01

ЖИЗНЕННО-ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

Виталина Владимировна Михеева, кандидат исторических наук, доцент, Московский финансово-промышленный университет «Синергия», Москва

Аннотация

Цель работы – проанализировать феномен жизненно-творческого потенциала студенческой молодежи в контексте современных общественных процессов. Теоретико-методологическую основу работы составляют теоретические положения и выводы отечественных и зарубежных ученых, которые исследовали жизненно – творческий потенциала личности. Также использовался междисциплинарный подход, который позволил применять эвристические возможности таких наук, как философия, социология, психология. В работе проанализирован жизненно-творческий потенциал студенческой молодежи как основы развития общества. Отмечено, что незаурядную значимость формирование жизненно-творческого потенциала приобретает в процессе подготовки нового поколения педагогов, поэтому выдвигают определенные императивы по отношению к будущим наставникам. Предложена схема реализации жизненно-творческого потенциала студенческой молодежи.

Ключевые слова: общество, образование, развитие, потенциал, творчество, молодежь, студенчество.