

2. Franchini, E., Brito, C.J. and Artioli, G.G. (2012). "Weight loss in combat sports: physiological, psychological and performance effects", *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, Vol. 9, pp. 52.

3. Matthews, J.J., Stanhope, E.N., Godwin, M.S. Holmes, M.E.J., and Artioli, G.G. (2019). "The magnitude of rapid weight loss and rapid weight gain in combat sport athletes preparing for competition: A systematic review", *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, Vol. 29, No. 4, pp. 441–452.

4. Mauricio, C.D.A., Vilardo, T.D.F., Goncalves, A.F., Teixeira, R.P.A., Perez, D.I.V., Brito, C.J., Merino-Munoz, P. and Miarka, B. (2023). "Predominance and effect of graduation belt on rapid weight loss in Brazilian Jiu-jitsu athletes", *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 23, No. 1, pp. 98–105.

5. Mauricio, C.D.A., Merino, P., Merlo, R., Vargas, J.J.N., Chávez, J.Á.R., Pérez, D.V., Aedo-Muñoz, E.A., Slimani, M., Brito, C.J., Bragazzi, N.L. and Miarka, B. (2022), "Rapid weight loss of up to five percent of the body mass in less than 7 days does not affect physical performance in official Olympic combat athletes with weight classes: A systematic review with meta-analysis", *Frontiers in Physiology*, Vol. 13, P. 830229.

6. Štangar, M., Štangar, A., Shtyrba, V., Cigić, B. and Benedik, E. (2022), "Rapid weight loss among elite-level judo athletes: methods and nutrition in relation to competition performance", *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, Vol. 19, No. 1, pp. 380–396.

Контактная информация: Ale44132272@ya.ru

Статья поступила в редакцию 06.10.2023

УДК 796.011.3

АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО ФАКУЛЬТЕТА В СПОРТИВНО-МАССОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВУЗА

Лионелла Юрьевна Павлютина, кандидат педагогических наук, доцент, Мария Сергеевна Эммерт, кандидат педагогических наук, доцент, Ольга Олеговна Фадина, кандидат педагогических наук, доцент, Омский государственный технический университет, Омск

Аннотация

В статье рассмотрен вопрос социальной активности студентов гуманитарного факультета в спортивно-массовой деятельности технического вуза. Цель исследования: выявление уровня активности студентов гуманитарного факультета в спортивно-массовой деятельности вуза за учебный год. Для реализации цели применялись следующие методы исследования: анализ научно-педагогической литературы, педагогическое наблюдение, анализ спортивной деятельности, тестирование, методы математической обработки результатов исследования. В ходе проведенного исследования выявлены положительные стороны участия сборных команд факультета по видам спорта в соревнованиях, их мотивы, процент участия студентов. Перспектива дальнейшего исследования состоит в оптимизации современной спортивно-массовой работы на факультетах вуза.

Ключевые слова: студенты, гуманитарный факультет, спортивно-массовая деятельность, вуз.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.10.p305-308

ACTIVITY OF STUDENTS OF THE FACULTY OF HUMANITIES IN THE SPORTS AND MASS ACTIVITIES OF THE UNIVERSITY

Lionella Yuryevna Pavlyutina, candidate of pedagogical sciences, docent, Maria Sergeevna Emmert, candidate of pedagogical sciences, docent, Olga Olegovna Fadina, candidate of pedagogical sciences, docent, Omsk State Technical University

Abstract

The article considers the issue of social activity of students of the Faculty of Humanities in the sports and mass activities of a technical university. The purpose of the study: to identify the level of activity of

students of the Faculty of Humanities in the sports and mass activities of the university during the academic year. To achieve the goal, the following research methods were used: analysis of scientific and pedagogical literature, pedagogical observation, analysis of sports activities, testing, and methods of mathematical processing of research results. The study revealed the positive aspects of the participation of the national teams of the faculty in sports competitions, their motives, and the percentage of student participation. The prospect of further research is to optimize modern sports and mass work at the faculties of the university.

Keywords: students, faculty of Humanities, sports and mass activities, university.

ВВЕДЕНИЕ

Реализация спортивно-массовой работы в вузе на современном этапе имеет актуальный характер, в соответствии с федеральным проектом «Спорт – норма жизни» [2].

Спортивно-массовая деятельность в вузе относится к внеучебной деятельности, содержание которой включает проведение соревнований, спартакиад, спортивных праздников среди студентов и др.

Основными задачами спортивно-массовой деятельности является привлечение современной молодежи к спорту, формирования у них здорового образа жизни, выработка устойчивых мотивов к систематическим физическим упражнениям, повышение социального статуса студентов и др. Однако, наблюдаются сложности в организации и реализации студенческих спортивных мероприятий. Это обусловлено объективными (большая занятость студентов в учебном процессе) и субъективными (нет заинтересованности, мотивации, опыта) факторами, которые снижают эффективность реализации данной деятельности.

Цель исследования: выявление уровня активности студентов гуманитарного факультета в спортивно-массовой деятельности вуза за учебный год.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании применялись следующие методы: теоретический анализ научно-педагогической литературы, педагогическое наблюдение, анализ спортивной деятельности, тестирование, методы математической обработки результатов исследования. Для выявления у студентов мотивов к спортивной деятельности была использована методика «Мотивы занятий спортом» А. В. Шаболтас [3]. Исследование проводилось в 2022-2023 учебном году в Омском государственном техническом университете (ОмГТУ). Выборка исследования составила 30 студентов, членов сборных команд по разным видам спорта гуманитарного факультета ОмГТУ.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ научно-педагогической литературы позволил представить социальную активность как готовность и инициативное участие личности в общественно ценной деятельности, выражающееся в изменении внешней действительности и самой себя, при условии свободы личности, сознательности в профессиональной и общественной деятельности, при ее положительной общественной оценке. При этом, в структуре социальной активности выделяют следующие части: интерструктуру (потребности, интересы, цели, общественные отношения), интраструктуру (мотивы, установки, ценности личности, общественная деятельность).

Физкультурно-спортивная деятельность студентов тесно взаимосвязана с их социальной активностью. Полученный студентами опыт в спортивно-массовой деятельности успешно применяется в других ее видах, например, в управлении, коммуникации, трудовой и учебной. При достижении студентами высоких спортивных результатов наблюдается повышение их социального статуса.

В соответствии со структурой социальной активности, особое внимание для нашего исследования представляют интересы и мотивы студентов к спортивно-массовой деятельности. В начале учебного года для выявления интересов и предпочтений физкультурно-

спортивной деятельности студентов первого курса ОмГТУ проводится анкетирование. Ответственный за спортивно-массовую работу на факультете осуществляет распределение студентов по учебным специализациям (волейбол, футбол, баскетбол, плавание и т. д.), в соответствии с результатами опроса, опыта спортивной деятельности, возможностей и состояния их здоровья. Дифференциация студентов по интересам и их возможностям позволяет более эффективно планировать и организовывать физкультурно-спортивную деятельность на факультете, успешно формировать команды для участия в университетских соревнованиях.

В 2022-2023 учебном году студенты гуманитарного факультета ОмГТУ, в количестве 102 человека, приняли участие в 12 соревнованиях, проводимых на базе ОмГТУ. Было принято участие в соревнованиях международного, Всероссийского, регионального (Омской области) уровня студентами, в количестве 11 человек. Всего приняло участие в спортивных мероприятиях 113 студентов, что составило 30% от общего количества обучающихся на факультете. Соревнования, в которых наиболее успешно выступили студенты гуманитарного факультета, представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Призовые места студентов гуманитарного факультета в спортивно-массовых мероприятиях ОмГТУ за 2022-2023 года

№	Название мероприятия	Результат
1	Турнир по волейболу (девушки)	3 место
2	Подвижная игра «Вышибалы»	2 место
3	Соревнования по «Русскому жиму», пауэрлифтингу	2 место
4	Соревнования по стритболу	3 место

Анализ успешного выступления студентов гуманитарного факультета ОмГТУ был сопоставлен с результатами ежегодного их анкетирования. На протяжении нескольких лет студенты факультета в выборе физкультурной деятельности отдают предпочтения спортивным играм, тяжелой атлетике, аэробике и др. Таким образом, имеется взаимосвязь интересов студентов к определенной физкультурной деятельности и соответствующих успешных достижений в ней.

Стремление студентов к достижению успеха, самореализации в избранном виде спорта обуславливают особенности их спортивной деятельности, проявлению спортивных мотивов. В исследовании использовалась методика «Мотивы занятий спортом» А. В. Шаболтас [3]. Содержание методики представляет 10 мотивов – категорий, выявляющих основные цели занятий спортом. Максимальная сумма для одного мотива – 27 баллов. Интерпретация результатов проводилась на основе подхода Г. В. Драндова по типам развития мотивационной структуры, характеризующие уровни спортивной направленности личности: физкультурно – оздоровительный, полуспортивный, спортивный [1]. Результаты исследования представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели мотивов занятий спортом студентов гуманитарного факультета

Мотивы спортивной направленности	Показатели (n=30),(x±σ)
Физкультурно-оздоровительная направленность	
Мотив эмоционального удовольствия	5±0,8
Мотив физического самоутверждения	5±0,8
Рекреационный мотив	2±0,3
Мотив подготовки к профессиональной деятельности	11±1,9
Полуспортивная направленность	
Мотив социального самоутверждения	16±3,1
Социально-эмоциональный мотив	15±3,0
Социально-моральный мотив	7±1,2
Спортивная направленность	
Мотив достижения успеха	21±3,9
Спортивно-познавательный мотив	19±3,5
Гражданско-патриотический мотив	17±3,4

Полученные данные исследования свидетельствуют о преобладании у студентов спортивной направленности: ведущим является мотив достижения успеха в спорте, далее следуют спортивно – познавательный мотив и гражданско-патриотический. На втором месте у студентов гуманитарного факультета выявлены мотивы полуспортивной направленности, на последующем находятся мотивы физкультурно-оздоровительной направленности.

ВЫВОДЫ

Таким образом, теоретический анализ научной литературы позволил определить наиболее значимые для исследования структурные компоненты социальной активности, интересы и мотивы студентов. В спортивно-массовой работе вуза за предыдущий учебный год приняло участие 30% студентов гуманитарного факультета, в том числе призерами стали в 4 соревнованиях на базе ОмГТУ, что позволяет выявить удовлетворительный уровень активности студентов в данной области. Преобладающим мотивом у студентов гуманитарного факультета, профессионально занимающихся спортом, является мотив спортивной направленности, что способствует эффективному формированию у них спортивной культуры, оптимизирующей повышение уровня их активности в спортивно-массовой деятельности вуза.

ЛИТЕРАТУРА

1. Драндов, Г.В. Исследование интереса детей к занятиям спортом / Г.В. Драндов, Э.А. Концова, А.С. Зейнетдинов // Современное образование: векторы развития в Год науки и технологии: сб.ст. по матер. науч. – практ. конф., посвященной итогам работы университета в Год науки и технологии (Чебоксары, 13-15 декабря, 2021). – Чебоксары. – 2021. – С. 342–345.
2. Спорт-норма жизни // Национальные проекты РФ : официальный сайт. – URL: https://национальныепроекты.рф/projects/demografiya/sport_norma_zhizni (дата обращения: 27.03.2023).
3. Шаболтас А.В. Мотивы занятий спортом высших достижений в юношеском возрасте / А.В. Шаболтас // Вопросы психологии. – 2003. – №4. – С.18.

REFERENCES

1. Drandrov, G.V. and Kontsova, E.A. and Zainetdinov, A.S. (2021), “Research of children's interest in sports”, *Modern education: vectors of development in the Year of Science and Technology*, collection of articles based on materials of the scientific and practical conferences, dedicated to the results of the university's work in the Year of Science and Technology, Cheboksary, pp. 342–345.
2. National projects of the Russian Federation (2022), “*Sport is the norm of life*”, available at: https://национальныепроекты.рф/projects/demografiya/sport_norma_zhizni (accessed 27 March 2023).
3. Shabolts, A.V. (2003), “Motives for playing sports of the highest achievements in adolescence”, *Questions of psychology*, No. 4, pp. 18.

Контактная информация: guchina7lina@mail.ru

Статья поступила в редакцию 03.10.2023

УДК 796.011.3

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ ДЛЯ УСПЕШНОГО ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИН ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БЛОКА КУРСАНТАМИ ВОЕННО-МОРСКИХ ВУЗОВ
Евгений Михайлович Панасенко, преподаватель, Филиал ВУНЦ ВМФ «Военно-морская академия», Калининград, соискатель Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург

Аннотация

Автор настоящего исследования на основе анализа руководящих документов, регламентирующих образовательный процесс по дисциплине «физическая подготовка» обратил внимание на