

7. Орлов Ю.Л. Киокусинкай : программа / Ю.Л. Орлов, Н.С. Демченко, А.Г. Дорофеев // Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. – Москва : Ассоциация Киокусинкай России, 2012. – 139 с.
8. Сиротин О.А. Психолого-педагогические основы индивидуализации спортивной подготовки дзюдоистов: автореф. дис. ... д-ра. пед. наук / Сиротин Олег Александрович. – Москва, 1996. – 49 с.
9. Степанов С.В. Программа по кекусин-каратэ и производных дисциплин по единоборствам / С.В. Степанов, Е.В. Головихин. – Екатеринбург : Изд-во Урал. гос. техн. ун-та, 2006. – 114 с.
10. Танюшкин А.И. Кёкусинкай – духовная воинская традиция : альбом – учеб. пособие / А.И. Танюшкин, В.П. Фомин. – Москва, 1999. – 156 с.
11. Танюшкин А.И. Школа кёкусинкай. Традиционная методика обучения каратэ: программа-конспект / А.И. Танюшкин, В.П. Фомин, А.В. Бура [и др.]. – Москва : Федерация Кекусинкай России, 2001. – 106 с.
12. Szeligowski P. Traditional Kyokushin karate. Budo and Knockdown fighting. – Bytom, Poland. – 2008. – 221 p.

REFERENCES

1. Bely, K.V. and Epov, O.G. (2017), “Analysis of practical priorities in the training of athletes for the competitive fights in kyokushin and all-style karate”, *Science and sport: current trends*, No. 1 (14), pp. 18–25.
2. Bely, K.V. (2020), *Maneuvering in kyokushinkai*, Sport, Moscow.
3. Ignatov, O.V. (2001), “Sports training system for karateka”, *Dojo. Martial arts of Japan*, No. 7, pp. 35–36.
4. Zaharov, O.Yu. (2021), *Kata. Tradition and innovation*, Credo, Moscow.
5. Onitshenko, A.V. (2018), *Kumite Kyokushin. Coach's notebooks. Part 1*, Publishing solutions, Moscow.
6. Onitshenko, A.V. (2019), *Kumite Kyokushin. Coach's notebooks. Part 2*, Publishing solutions, Moscow.
7. Orlov, Yu.L., Demchenko, N.S. and Dorofeev, A.G. (2012), “Kyokushinkai. Program”, *An exemplary program of sports training for children and youth sports schools*, Association Kyokushinkai of Russia, Moscow.
8. Sirotnin, O.A. (1996), *Psychological and pedagogical foundations of individualization of sports training for judokas*, dissertation, Moscow.
9. Stepanov, S.V. and Golovikhin, E.V. (2006), *Program of kyokushin karate and derivative martial arts*, Ural State Technical University Publ., Yekaterinburg.
10. Tanyushkin, A.I. and Fomin, V.P. (1999), *Kyokushinkai – spiritual military tradition*, album – study guide, Moscow.
11. Taniushkin, A.I., Fomin, V.P., Bura, A.V. and Yaitskiy, S.I. (2001), *Kyokushinkai school. Traditional karate teaching methods: summary program*, Russian Kyokushinkai Federation, Moscow.
12. Szeligowski, P. (2008), *Traditional Kyokushin karate. Budo and Knockdown fighting*, Bytom, Poland.

Контактная информация: snekot@gmail.com

Статья поступила в редакцию 07.10.2023

УДК 37.015.3

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ В УСЛОВИЯХ ВЫБОРА ЭЛЕКТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ В УНИВЕРСИТЕТЕ

Олеся Сергеевна Белянцева, Наталья Юрьевна Ильичёва, Новосибирский государственный университет экономики и управления

Аннотация

В статье представлен анализ выбора студентами университета элективных дисциплин по физической культуре и спорту в условиях неопределенности. Беря во внимание материально-техническое обеспечение, подготовку профессорско-преподавательского состава и выбор студентами

элективных направлений на базе университета «НГУЭУ» (Новосибирский государственный университет экономики и управления) проведено исследование жизнестойкости, которое оказывают непосредственное влияние на выбор студентами элективных дисциплин по физической культуре и спорту. В результате полученных данных выявлены и обоснованы причины выбора элективных направлений, а также изучен критерий жизнестойкости студентов различных направлений дисциплины.

Ключевые слова: выбор, элективные дисциплины, мотивация, факторы, физическая культура, университет, студенты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p46-51

RESILIENCE IN THE CONDITIONS OF CHOOSING ELECTIVE DISCIPLINES IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS AT THE UNIVERSITY

Olesya Sergeevna Belyavtseva, Natalya Yurievna Ilyicheva, Novosibirsk State University of Economics and Management

Abstract

The article presents an analysis of university students' choice of elective disciplines in physical education and sports under conditions of uncertainty. Taking into account material and technical support, training of teaching staff and students' choice of elective areas, a study of resilience was conducted on the basis of NSUEU (Novosibirsk State University of Economics and Management), which has a direct impact on students' choice of elective disciplines in physical culture and sports. As a result of the data obtained, the reasons for choosing elective areas were identified and substantiated.

Keywords: choice, elective disciplines, motivation, factors, physical education, university, students.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность выбранной темы обусловлена поиском решения проблем выбора в вузах элективных дисциплин по физической культуре и спорту (далее «ЭДФКиС»). Исследование неопределенности и жизнестойкости в сфере физической культуры позволит в дальнейшем изучить мотивацию к занятиям дисциплины и найти возможные решения для повышения его уровня.

В современном мире высшие образовательные учреждения претерпевают изменения касающиеся цифровизации [1]. Ежегодный рост числа заболеваемости студентов с хроническими заболеваниями увеличивается, это происходит в связи с внедрением в жизнь электронной образовательной среды [5, 2]. Ввиду этого особо значимым вопросом является развитие здоровьесберегающих технологий и повышения мотивации к занятиям физической культуры [4].

Предоставляемый выбор физической активности (ЭДФКиС) с одной стороны, повышает интерес к занятиям за счет предложенного многообразия альтернатив, а с другой, является для некоторых сложным механизмом разрешения неопределенности [3].

В последнее время многие авторы подчеркивают важность вопроса выбора ЭДФКиС и тщательно исследуют проблему в данном направлении. Авторы иностранного происхождения в своей работе «Выбор деятельности и физическое воспитание в Англии и Уэльсе» («Activity choice and physical education in England and Wales») производят оценку выбора физической активности студентами университета [6]. Целью данного исследования было изучение мотивации к занятиям физической культуры и выявление непосредственной взаимосвязи с выбором того или иного направления дисциплины. Авторы полагают что выбор направления физической активности способствует формированию не только интереса к занятиям, но и приобретению жизненно важного опыта.

ЭДФКиС представлены в учебных планах вузов страны как вариативная часть. После изучения на первом семестре предмета «Физическая культура и спорт» студентам предоставлена возможность выбора элективных направлений. В зависимости от материальной базы и контингента преподавателей, каждый университет характеризуется своим разнообразием физической подготовки. На базе «НГУЭУ», где проходило данное эмпирическое исследование, ЭДФКиС представлены такими направлениями как: «Атлетическая

гимнастика», «Фитнес-аэробика», «Спортивные игры», «Самбо» «Легкая атлетика» и «Плавание». СИУ (Филиал «РАНХиГС»), также с учетом востребованности, классифицируется следующими элективными направлениями: «Большой теннис», «Бадминтон», «Волейбол», «Баскетбол» и т. д.

Выбор способов освоения ЭДФКиС в каждом вузе осуществляется в различном варианте. Чаще всего выбор элективов определяется посредством образовательного портала, где в курсе данной дисциплины имеется материал для теоретического освоения, а далее, на его основе предоставлен выбор элективных направлений.

Цель исследования: Выявление различий жизнестойкости при выборе ЭДФКиС и спорту в условиях неопределенности.

Задачи исследования:

1. На основе анализа научно-методической литературы изучить проблемы выбора предлагаемых ЭДФКиС.

2. Определить степень влияния жизнестойкости и его компонентов к занятиям физической культуры в условиях выбора направления элективной дисциплины.

3. Установить различия жизнестойкости студентов на различных элективных направлениях.

Объект исследования – элективные дисциплины по физической культуре и спорту в университете.

Предмет исследования – взаимосвязь жизнестойкости и выбора элективных дисциплин по физической культуре и спорту.

Гипотеза исследования:

1. Выбор студентами ЭДФКиС взаимосвязан с компонентами жизнестойкости.
2. Имеются достоверные отличия в жизнестойкости к занятиям физической культуры у студентов, выбравших ту или иную дисциплину.

3. Студенты, которые различаются по выбору элективных направлений, различаются и по уровню жизнестойкости.

Научная новизна исследования:

- выявлены теоретические подходы, рассматривающие выбор элективных дисциплин на основе мотивационных подходов;

- определена структура и результат выбора элективных направлений по физической культуре в университете;

- выделены особенности выбора элективных дисциплин представляющие различные способы выбора физической активности.

Практическая значимость:

- результаты, полученные в ходе исследования, свидетельствуют о вероятных успехах в процессе выбора предлагаемых дисциплин, направленных на адаптацию данной стратегии в повседневных условиях жизнедеятельности молодого студента. исследуемая жизнестойкость на примере выбора способа освоения физической культуры в вузе может быть использована в процессе выбора спорта, секции, профиля обучения или в построении своей будущей карьеры;

- предлагаемый процесс принятия решения, наделенный компонентами жизнестойкости, позволяет субъекту определять свой выбор с достаточной степенью ответственности и самостоятельности;

- предлагаемая методическая система, обусловленная разрешением неопределенности в условиях множественного выбора, предоставляет возможность эмпирически исследовать отношение к выбору и по итогу его результата в разных областях жизни.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Произведен теоретический анализ педагогической и психологической литературы по данной работе исследования. Математическая обработка проведена с использованием

программы STATISTICA. Анализ и обработка данных осуществлялась при помощи критерия Н-Краскела-Уоллиса. В исследовании использована методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева (Тест жизнестойкости).

Данное эмпирическое исследование проходило в 2023 году на базе университета «НГУЭУ». В исследовании приняло участие 60 испытуемых, возраст составил 18-19 лет. Студенты 1 курса экономического университета, на втором семестре обучения сделали выбор в пользу предлагаемых направлений дисциплины, после чего были поделены на 4 группы: фитнес, спортивные игры, атлетическая гимнастика и плавание. На втором месяце посещения элективов студентам было предложено ответить на вопросы теста жизнестойкости. Опросник жизнестойкости выделял такие компоненты как вовлеченность, контроль и принятие риска.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

С целью изучения уровня жизнестойкости в зависимости от выбора ЭДФКиС было проведено сравнительное исследование по критерию «Н-Краскела-Уоллиса». В качестве группирующего параметра выступил выбор ЭДФКиС, имеющий четыре градации: фитнес, спортивные игры, атлетическая гимнастика и плавание. Зависимая переменная – жизнестойкость. Ограничений по данному критерию не имеется, в связи с этим выдвинута статистическая гипотеза.

Статистическая гипотеза (H_0 и H_1):

H_0 : между студентами элективных дисциплин фитнес, спортивные игры, атлетическая гимнастика и плавание существуют лишь случайные различия по параметру «Жизнестойкость».

H_1 : между студентами элективных дисциплин фитнес, спортивные игры, атлетическая гимнастика и плавание существуют неслучайные различия по параметру «Жизнестойкость».

По результатам таблицы, можно сделать вывод, что результаты сравнения по критерию Н-Краскела-Уоллиса демонстрируют достоверные различия в степени жизнестойкости между студентами различных ЭДФКиС.

Таблица – Результаты сравнительного анализа жизнестойкости студентов различных элективных дисциплин по критерию Н-Краскела-Уоллиса

Параметры	Н-Краскела-Уоллиса		z-значения												Среднее значение			
	Н	Ур. зн. (р)	Фитнес и сп. игры		Фитнес и атл. гимнастика		Фитнес и плавание		Сп. игры и атл. гимнастика		Сп. игры и плавание		Атл. гимнастика и наст. и плавание		Фитнес	Спорт. игры	Атл. гимнастика	Плавание
			U	p	U	p	U	p	U	p	U	p	U	p				
Жизнестойкость	19,48	0,000	3,71	0,00	2,34	0,12	3,90	0,00	1,37	1,00	0,19	1,00	1,58	0,70	52,79	105,63	78,04	98,87

Анализ результатов позволяет утверждать, что студенты, выбравшие элективное направление фитнес достоверно отличаются по уровню жизнестойкости от студентов, сделавших выбор в пользу спортивных игр и плавания ($p \leq 0,01$).

Статистический вывод:

Примется гипотеза H_1 , свидетельствующая о том, что между студентами выбравшими элективные дисциплины фитнес, спортивные игры и плавание существуют неслучайные различия по параметру «Жизнестойкость» (рисунок).

По результатам сравнительного анализа по критерию Н-Краскела-Уоллиса можно заключить, что результаты сравнения демонстрируют достоверные различия в степени жизнестойкости между студентами элективных дисциплин фитнес, спортивные игры и плавание. Это свидетельствует, что студенты, выбравшие элективное направление фитнес менее вовлечены в учебный процесс по сравнению со студентами элективных дисциплин

спортивный игры и плавание. Студенты направления фитнес обладают наименьшим контролем над своими действиями и поступками, к тому же у данных обучающихся меньше всего развито принятие риска, которое способствует развитию знаний умений и навыков.

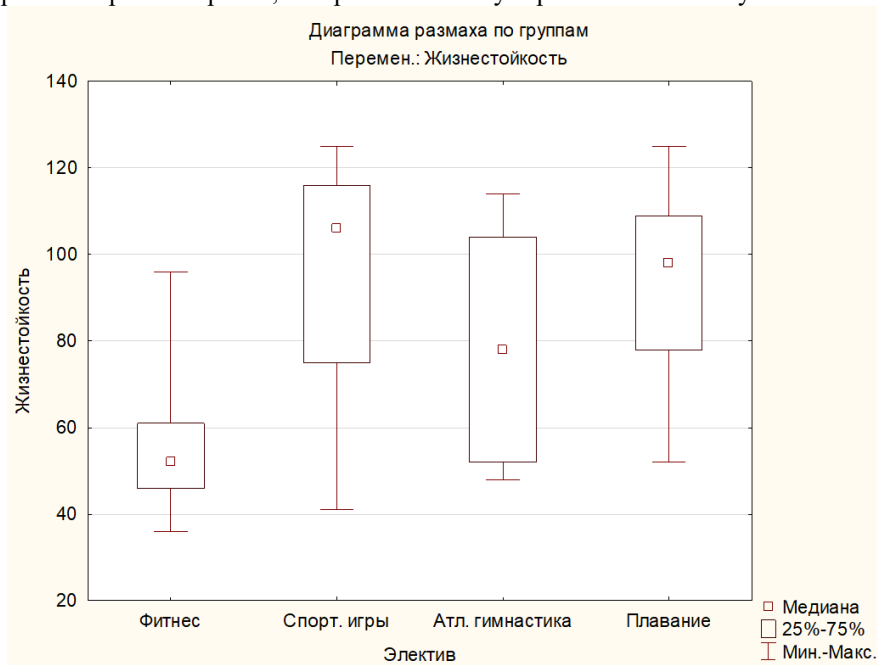


Рисунок – Графическое представление данных при расчете критерия Н-Краскела-Уоллиса

ВЫВОДЫ

В результате проведенного исследования были сделаны следующие выводы:

1. Исходя из анализа литературных источников удалось изучить проблему выбора ЭДФКиС, которая в свою очередь заключается в низком уровне мотивационной активности студентов к занятиям физической культурой.

2. С целью исследования мотивации к занятиям физической культурой определен уровень жизнестойкости студентов различных элективных дисциплин. Изучены выявленные компоненты жизнестойкости студентов таких элективных направлений как: фитнес, плавание, спортивные игры, атлетическая гимнастика.

3. Установлено достоверное отличие студентов занимающихся фитнес направлением от студентов, занимающихся спортивными играми и плаванием. Выявлено что студенты фитнеса имеют низкий уровень жизнестойкости в сравнении с другими направлениями дисциплины, которые обусловлены степенью вовлеченности студента в образовательный процесс, контролем и принятием риска.

Таким образом, проведенное исследование позволяет утверждать, что дальнейшее изучение проблемы выбора ЭДФКиС будет способствовать формированию высокой мотивации к занятиям физической культуры и спорту в университете.

ЛИТЕРАТУРА

1. Большунова Н.Я. Психолого-педагогические требования к применению цифровых технологий в сфере образования / Н.Я. Большунова, А.В. Андронов // Самореализация личности в эпоху цифровизации: глобальные вызовы и возможности : материалы Международной научно-практической конференции. – Москва: Российский университет дружбы народов (РУДН), 2022. – С. 23–28.
2. Коршунова О.С. Физическое воспитание студентов в условиях дистанционной формы организации процесса / О.С. Коршунова // Физическая культура, здравоохранение и образование :

материалы XV Международной научно-практической конференции, посвященной памяти В.С. Пирусского. – Томск : СТТ, 2021. – С. 103–106.

3. Скворцова С.О. Использование средств физической культуры для повышения стрессоустойчивости студенток -первокурсниц в период неопределенности / С.О. Скворцова // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов : материалы VIII Международной научно-практической конференции. – Казань: Казанский государственный технический университет им. А.Н. Туполева, 2022. – С. 120–122.

4. Шмер В.В. Мотивация к здоровому образу жизни как фактор конкурентоспособности выпускника вуза / В.В. Шмер // Наука и социум : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: в 2 частях. – Новосибирск, 2019. – С. 139–140.

5. Шулаков А.В. Использование технологического подхода в процессе формирования культуры здорового образа жизни у студентов экономического вуза / А.В. Шулаков // Физическая культура, здравоохранение и образование : материалы XIII Международной научно-практической конференции, посвященной памяти В.С. Пирусского. – Томск : СТТ, 2019. – С. 174–178.

6. Andy Smith. «Activity choice» and physical education in England and Wales / Andy Smith, Ken Green. Miranda Thurston // Sport Education and Society. – 2009. – May. – No. 14 (2). – P. 203–222.

REFERENCES

1. Bolshunova, N.Ya. and Andronov A.V., (2022), “Psychological and pedagogical requirements for the use of digital technologies in education”, *Personal self-realization in the era of digitalization: global challenges and opportunities*, materials of the International Scientific and Practical Conference, RUDN university, Moscow, pp. 23–28.

2. Korshunova, O.S. (2021), “Physical education of students in the conditions of the distance form of the organization of the process”, *Physical education, health care and education*, materials of the XV International Scientific and Practical Conference dedicated to the memory of V.S. Pirusky, Tomsk, pp. 103–106.

3. Skvortsova, S.O. (2022), “The use of means of physical culture to increase the stress resistance of first-year students in a period of uncertainty”, *Physical education and student sports through the eyes of students*, materials of the VIII International Scientific and Practical Conference, Kazan State Technical University named after A.N. Tupolev, Kazan, pp. 120–122.

4. Shmer, V.V. (2019), “Motivation for a healthy lifestyle as a factor of competitiveness of a university graduate”, *Science and society*, materials of the All-Russian Scientific and practical conference with international participation: in 2 parts, Private institution of Additional Professional Education Siberian Institute of Practical Psychology, Pedagogy and Social Work, Novosibirsk, pp. 139–140.

5. Shulakov, A.V. (2019), “The use of a technological approach in the process of forming a healthy lifestyle culture among students of an economic university”, *Physical education, health care and education*, materials of the XIII International Scientific and Practical Conference dedicated to the memory of V.S. Pirusky, Tomsk, pp. 174–178.

6. Smith, A., Green, K. and Thurston, M. (2009), “Activity choice and physical education in England and Wales”, *Sport Education and Society*, May, No. 14 (2), pp. 203–222.

Контактная информация: olesya.belyavtseva@mail.ru

Статья поступила в редакцию 08.11.2023

УДК 796.011.3

ИССЛЕДОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ, ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОК 18 ЛЕТ

Сергей Николаевич Блинков, кандидат педагогических наук, доцент, Самарский государственный аграрный университет, Самара; **Сергей Петрович Левушкин**, доктор биологических наук, профессор, директор, НИИ Спорта и спортивной медицины, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Москва; **Виктор Петрович Косихин**, доктор педагогических наук, доцент, Российский биотехнологический университет, Москва

Аннотация

Выявлено, что уровень физической подготовленности немного выше у студенток 2022 года набора, при том, что двигательная подготовленность у большинства испытуемых девушек 18 лет