

УДК 796.011.1

<https://doi.org/10.36906/FKS-2021/31>*Давыдова С.А.*

канд. пед. наук;

Красникова О.С.

канд. пед. наук;

Пащенко Л.Г.

ORCID: 0000-0002-7302-3081, канд. пед. наук

Нижневартровский государственный университет,

г. Нижневартовск, Россия

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВУЗЕ, В СРАВНИТЕЛЬНОМ АСПЕКТЕ

Аннотация. Для привлечения юношей и девушек, обучающихся в вузе, к массовым мероприятиям физкультурно-спортивной направленности необходимо иметь представление об их двигательном опыте, отношении к состязательной физкультурно-спортивной деятельности, готовности вступить в состязательные отношения. Проведенное исследование показало, что физическая активность юношей и девушек существенно не различается. Для повышения активности участия в мероприятиях физкультурно-спортивной направленности для юношей и девушек важным является поощрение и включение в состязания нетрадиционных интересных видов состязаний.

Ключевые слова: готовность, состязательные мероприятия, студенты, рейтинг физической активности, ВФСК ГТО.

Davydova S.A.

Ph.D.;

Krasnikova O.S.

Ph.D.;

Pashchenko L.G.

ORCID: 0000-0002-7302-3081, канд. пед. наук, Ph.D.;

Nizhnevartovsk State University,

Nizhnevartovsk, Russia

PHYSICAL ACTIVITY OF YOUNG MEN AND WOMEN STUDYING AT THE UNIVERSITY, IN A COMPARATIVE ASPECT

Annotation. To attract young men and women studying at the university to mass events of physical culture and sports orientation, it is necessary to have an idea about their motor experience, attitude to competitive physical culture and sports activities, readiness to enter into competitive relations. The study showed that the physical activity of boys and girls does not differ significantly. To increase the activity of participation in physical culture and sports activities for boys and girls, it is important to encourage and include non-traditional interesting types of competitions in competitions.

Keywords: readiness, competitive events, students, physical activity rating, VFSK GTO.

Актуальность. Одним из эффективных путей оптимизации показателей здоровья студенческой молодежи является привлечение их к систематическим занятиям физкультурно-спортивной направленности [1; 4; 6]. Реформирование системы физического воспитания в

высших учебных заведениях позволило повысить посещаемость юношами и девушками обязательных элективных учебных занятий по дисциплине «физическая культура и спорт» [1; 4; 5]. Вместе с этим не наблюдается массового вовлечения студенческой молодежи в мероприятия физкультурно-спортивной направленности, организуемой во внеучебное время [2; 3].

Для привлечения молодежи к массовым мероприятиям физкультурно-спортивной направленности необходимо иметь представление об их двигательном опыте, отношении к состязательной физкультурно-спортивной деятельности, готовности вступить в состязательные отношения. Цель исследования: изучение физической активности юношей и девушек, обучающихся в вузе, а также их потенциальной готовности к участию в состязательных мероприятиях.

Методы и организация исследования. В процессе исследования проводилось анкетирование, состоящее из вопросов закрытой и открытой формы, позволяющее дать оценку физической активности испытуемого и его отношению к участию в мероприятиях физкультурно-спортивной направленности. Исследование проводилось на базе физкультурно-оздоровительного комплекса Нижневартковского государственного университета в период с марта 2021 года по май 2021 года. В исследовании приняли участие 230 студентов 1–4-х курсов (девушки – 97, юноши – 133).

Результаты исследования. Проведенное анкетирование показало примерно одинаковое число юношей и девушек, участвовавших в мероприятиях по выполнению нормативов ВФСК ГТО (37% и 39% соответственно). Помимо учебных занятий по физической культуре 51% молодых людей и 35% их сверстниц практикуют самостоятельные занятия физической активностью. Посещают фитнес-клубы 15% юношей и 12% девушек. Выполняют утреннюю гигиеническую гимнастику только 13% студентов, принявших участие в исследовании (11% молодых людей и 15% девушек). Отвечая на вопрос о частоте использования организованных форм физической активности оказалось, что из числа юношей ежедневно физические нагрузки выполняют 17%, 2–3 раза в неделю занимаются 64% молодых людей, один раз в неделю – 10%. У девушек большинство опрошенных используют физические нагрузки 2-3 раза в неделю – 74%, ежедневно практикуют применение средств физической культуры и спорта 13%.

Опыт занятий спортом, по мнению ряда ученых, является гарантией вовлечения индивида в физкультурно-спортивную деятельность в будущем [7; 8]. Результаты анкетирования показали, что 72% молодых людей и 54% их сверстниц занимались или продолжают заниматься спортом под руководством тренера. Готовность стать участниками спортивных мероприятий с проявлением максимальных усилий выразили 44% юношей и 29% девушек – они отметили полную физическую подготовленность в настоящее время. Полную неготовность проявлять физические усилия в условиях состязательной борьбы отметили соответственно 29% и 38% опрошенного контингента, и затруднились оценить собственную готовность 27% молодых людей и 32% их сверстниц. Вместе с этим, отвечая на вопрос о возможности принятия участия в спортивно-массовом мероприятии, ответы юношей и девушек существенно не различались: положительно отреагировали соответственно 69% и 66% опрошенных; приняли бы участие если бы заставили (обязали) соответственно 19% и 20% участников исследования; категорически отказались от возможном участии в соревнованиях 12% юношей и 14% девушек. Ответы на вопрос «Вам больше интересен индивидуальный или командный зачет при подведении итогов спортивно-массовых мероприятий?» у молодых людей существенно не различались (рис.).

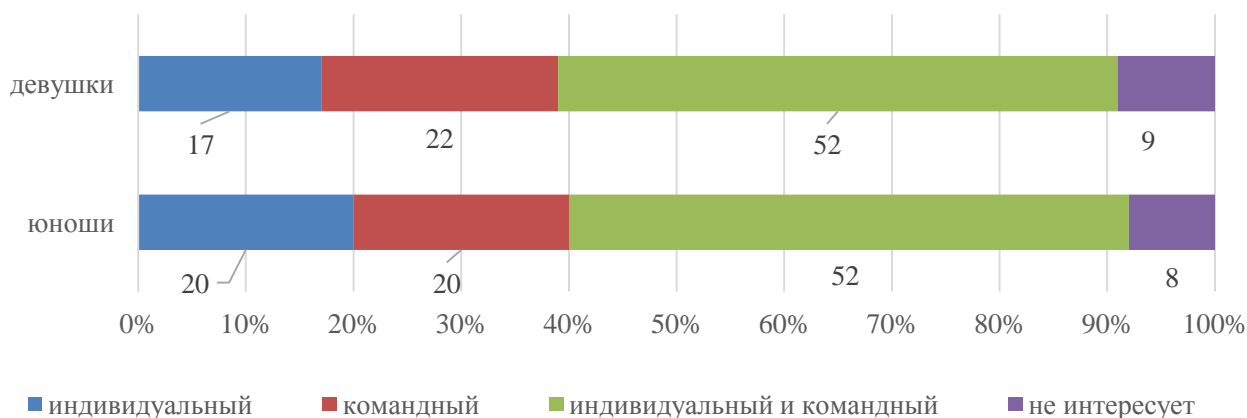


Рис. Предпочитаемое подведение итогов спортивно-массовых мероприятий юношей и девушек, обучающихся в вузе

Как видно из рисунка, 52% опрошенных положительно относятся к учету результативности участия в мероприятиях как индивидуальной, так и командной направленности. Из числа участников исследования 9% не интересуется итогом участия студентов в массовых мероприятиях физкультурно-спортивной направленности. Индивидуальный зачет в соревнованиях интересен для 20% юношей и 17% девушек, а командный – 20% и 22% соответственно.

Также существенно не различаются ответы на вопрос юношей и девушек о проявляемом ими интересе к общеуниверситетскому рейтингу физической активности, учитывающему активность и результативность участия студентов вуза в физкультурно-спортивной деятельности: 52% молодых людей и 48% девушек ответили положительно, 19% и 24% соответственно – отрицательно, 30% и 28% – затруднились ответить.

По мнению юношей, обучающихся в вузе, повысить активность участия молодежи в массовых физкультурно-спортивных мероприятиях может введение системы поощрения за участие (38%), интересные виды состязаний (35%), участие в соревнованиях друзей (19%), включение в состязания интеллектуальных заданий (17%). Среди девушек наиболее популярным явился ответ «использование нетрадиционных видов состязаний» (47%), для 43% важным видится моральное или материальное поощрение за участие в мероприятиях, примерно одинаковое число студенток считает необходимым использование в спортивно-массовых мероприятиях нестандартного оборудования (21%) и участие друзей (22%).

Выводы. Проведенное исследование показало, что физическая активность юношей и девушек существенно не различается. При этом, у большего числа юношей имеется опыт организованных занятий спортом. Также большее число юношей, по сравнению с девушками, отметили полную субъективную физическую готовность принять участие в физкультурно-спортивных мероприятиях, требующих проявления максимальных усилий. Предпочтения в подведении итогов спортивно-массовых мероприятий не зависят от пола обучающихся в вузе, также студенты – и юноши и девушки одинаково относятся к введению общеуниверситетского рейтинга физической активности. Для повышения активности участия студенческой молодежи в мероприятиях физкультурно-спортивной направленности для юношей, как и для девушек важным является поощрение, а также включение в состязания нетрадиционных интересных видов состязаний. Полученные результаты следует учитывать при организации мероприятий физкультурно-спортивной направленности.

Литература

1. Красникова О.С., Пащенко Л.Г., Давыдова С.А. Сравнительный анализ физической подготовленности студенток в условиях реализации свободного выбора физкультурно-спортивной специализации // Теория и практика физической культуры. 2015. № 12. С. 37-39.
2. Красникова О.С., Пащенко Л.Г., Давыдова С.А. Активизация физической активности студентов вуза путем совершенствования системы массового студенческого спорта // Теория и практика физической культуры. 2019. № 8. С. 36-38.
3. Пащенко Л.Г. Проявления состязательности у студентов вуза в процессе физкультурно-спортивной деятельности // Мир науки. 2017. Т. 5. № 6. С. 44.
4. Пешкова Н.В. Поведенческая стратегия в отношении здоровья у девушек, занимающихся в рамках спортизации физического воспитания различными видами двигательной активности // Теория и практика физической культуры. 2015. № 9. С. 89-91.
5. Ревенко Е.М., Сальников В.А. Мотивация обучающихся к двигательной активности в условиях различной организации физического воспитания // Образование и наука. 2018. Т. 20. № 8. С. 112-128.
6. Солдатенков Ф. Н., Синявский Н. И., Фурсов А. В. Прошлое, настоящее и будущее факультета физической культуры и спорта Сургутского государственного педагогического университета // Физическая культура в школе. 2021. № 2. С. 24-35.
7. Ekblom-Bak E. et al. Physical education and leisure-time physical activity in youth are both important for adulthood activity, physical performance, and health // Journal of Physical Activity and Health. 2018. V. 15. № 9. P. 661-670. <https://doi.org/10.1123/jpah.2017-0083>
8. Hirvensalo M., Lintunen T., Rantanen T. The continuity of physical activity—a retrospective and prospective study among older people // Scandinavian journal of medicine & science in sports. 2000. V. 10. № 1. P. 37-41. <https://doi.org/10.1034/j.1600-0838.2000.010001037.x>

© Давыдова С.А., Красникова О.С., Пащенко Л.Г., 2021