

Ермакова Н.А.

*Научный руководитель - ст. преподаватель Е.А. Даикова
Муромский институт (филиал) федерального государственного образовательного
учреждения высшего образования «Владимирский государственный университет имени
Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
602264, г. Муром, Владимирская обл., ул. Орловская, 23
E-mail: kuchinanadeschda@yandex.ru*

Сравнение социальной активности студентов, занимающихся и не занимающихся спортом

На сегодняшний день возросло понимание физической культуры, как общественной и индивидуальной ценности. Это позволяет сформировать новые тенденции в развитии общественного мнения и личностных мотиваций к освоению ценностей физической культуры. Физическая культура является неотъемлемой частью культуры в современном мире, так как она представлена многогранным всесторонним совершенствованием человеческого тела с помощью физического упражнения, соблюдением правильного бытового и трудового режима.

Актуальность. Физическая культура во все времена была актуальной для обсуждения, но если раньше этот вопрос поднимался лишь при проведении крупных спортивных мероприятий, то сегодня мы можем услышать и увидеть призывы к занятию спортом повсюду. Спорт - это один из наиболее доступных способов поддержания и сохранения здоровья и работоспособности человека. С каждым годом появляются и развиваются различные формы занятий физическими упражнениями, совершенствуются новые, необычные виды спорта, но заинтересованность к ним стороны большей части молодежи и студентов остается достаточно слабой и низкой.

Цель исследования – определение влияния физической культуры на социальную активность личности.

Задачи исследования:

- изучить содержание понятия «физическая культура»,
- рассмотреть влияние физической культуры на ментальное состояние здоровья человека и на развитие его личности в целом.

В настоящее время спорт приобретает настолько высокую значимость в обществе, что появляются основания считать его одним из основных видов человеческой деятельности. В системе норм и ценностей общества он также играет большую роль. Занятия спортом, особенно любительские, довольно часто рассматриваются не только как способ укрепления и сохранения здоровья, но и как одна из мер по предотвращению алкоголизации и наркотизации и других антисоциальных проявлений поведения, особенно в среде молодежи.

Большую роль в жизни общества играет студенческая молодежь, так как она представляет собой ту социальную группу, которая несет в себе огромные потенциальные возможности будущего. Обучение и воспитание молодежи является важным средством ее социального развития, способом приобщения к будущей профессиональной деятельности. В связи с этим проблема воспитания социальной активности студенческой молодежи приобретает исключительно большое значение в деятельности вуза.

В то же время следует отметить, что вопросы формирования социальной активности студентов изучены недостаточно. В условиях высшей школы педагогам практически не предложены эффективные пути формирования социально активной личности.

Вышесказанное позволяет выделить ряд противоречий между:

- потребностями общества в высокой социальной активности его граждан и недостаточным уровнем развития ее у студентов;

- необходимостью формирования социально активной личности студентов вуза во внеаудиторной деятельности и отсутствием разработанных методик формирования социально активной личности.

Одной из актуальных задач, стоящих перед вузами, является изучение факторов, обеспечивающих высокий уровень умственной работоспособности студентов в процессе обучения. Хорошее физическое развитие, оптимальный уровень функционального состояния студентов-спортсменов отмечены в целом ряде прикладных и теоретико-методологических исследований.

Для большинства студентов спорт это отличное проведение свободного времени, стиль здоровой активной жизни, красивая фигура и хорошее настроение. Меньше всего респонденты социальных опросов и исследований на эту тему определяют спорт как способ заработка денег и тяжкий труд.

Всего около 50% студентов из среднестатистического вуза постоянно или периодически занимаются спортом: из них 20% занимаются спортом ежедневно, 25% - несколько раз в неделю; 5% несколько раз в месяц. Остальные 50% не занимаются спортом вообще.

Наиболее популярным видом спорта у студентов считается футбол, хоккей и другие зимние виды спорта, легкая атлетика. Наименее популярными – шахматы (интеллектуальные виды спорта), бильярд, тяжелая атлетика. Примечательно, что спортивные вкусы не совсем соответствуют тому, каким спортом студенты занимаются в действительности.

Основной проблемой на пути занятия спортом лежит нехватка времени (20%), лень (45%), состояние здоровья (10%), другие личные причины (25%).

В соответствии с различными социологическими исследованиями, спортсмены являются практичными, эмоционально устойчивыми людьми, обладающими хорошим самоконтролем. Меньшую корреляционную связь интеллекта с возрастом у спортсменов можно объяснить формальным прохождением ими учебного процесса в средней и особенно в высшей школе (аналогичная тенденция имеет место в других странах). Спортсмены менее, чем не занимающиеся спортом, склонны к перепадам настроения, резким, неадекватным поведенческим реакциям. Характер у спортсменов в большинстве случаев формируется в направлении общительности, выдержанности, общей устойчивости.

Особенно выражены положительные значения рассмотренных показателей у представителей циклических видов спорта (плавание, лыжные гонки, гребля). Положительные особенности личности, сформировавшиеся в период интенсивных занятий спортом, затребованы обществом в целом ряде профессий. Указанные факты можно рассматривать при выборе приоритетов физического воспитания подрастающего поколения.

У спортсменов выше, чем у не занимающихся спортом, значение показателя лжи по Айзенку. Данное можно объяснить стремлением спортсменов вести четко налаженную и социально желаемую жизнь.

Спортсмены имеют статистически достоверную, более низкую самостоятельность, чем не занимающиеся спортом. Данное может являться следствием длительной, подчиненной позиции в системе взаимодействия тренер-спортсмен. Низкую самостоятельность спортсменов желательно учитывать в период ухода из большого спорта, для социализации и психологической адаптации к жизни рядового гражданина.

Студенты, занимающиеся спортом и физкультурой, отличаются активностью в повседневной жизни, способностью управлять своим эмоциональным состоянием и действиями, выдержкой, стойкостью, хорошей умственной деятельностью. У таких студентов вырабатывается уверенность и стрессоустойчивость, самочувствие улучшается. Также, студенты, которые занимаются физической культурой целеустремленнее, решительнее и трудолюбивее. Спорт готовит молодежь к социальной и трудовой деятельности.

Социальная активность является высшей формой социальной человеческой деятельности и проявляется как особое, интегральное качество человека, как его способность действовать сознательно, изменяя окружающую действительность, мир. Изменяя мир, человек меняет и самого себя. Для того чтобы овладеть арсеналом знаний, умений и способностей, необходимо в учебно-

воспитательном процессе, помимо привития профессиональных знаний и умений, формировать студентов как всесторонне и гармонически развитых, социально активных специалистов.