

УДК 796.011.3

СООТНОШЕНИЕ ОБЩЕЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОЦЕНОК ДЕВУШЕК И ЮНОШЕЙ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА

Шмальц Т. А.

Технический институт (филиал) Северо-Восточного федерального университета (678960 Республика Саха (Якутия), г. Нерюнгри, ул. Кравченко, 16), e-mail: 1111151611@gmail.com

В данной статье рассматривается взаимосвязь общей и физической культуры человека. Многочисленными исследованиями подтверждено, что сохранение и воспроизводство здоровья находятся в прямой зависимости от уровня общей культуры. Физическая культура решает много проблем и в том числе и проблему сохранения уровня здоровья населения. Физическая культура позволяет эффективно формировать физические способности, оптимизировать состояние здоровья и работоспособность, оказывает большое влияние на нравственное, эстетическое, психическое и интеллектуальное развитие. То есть физическую культуру следует рассматривать как особый род культурной деятельности, результаты которой полезны для общества и личности. Роль физической культуры во всестороннем развитии личности тесно связана со всеми ее структурными компонентами. Прослеживается всестороннее развитие личности в процессе занятий физической культурой и спортом, влияние физической культуры на компоненты культуры человека. Данная статья посвящена исследованию соотношения общей и физической культуры в субъективных оценках девушек и юношей технического вуза, дается сравнительная характеристика этих оценок. Результаты исследования показали, что юноши отводят большую роль физической культуре в общекультурном развитии человека, чем девушки.

Ключевые слова: студенты вуза, субъективная оценка, общая культура, физическая культура личности.

THE RATIO OF GENERAL AND PHYSICAL CULTURE: COMPARATIVE ANALYSIS OF EVALUATIONS OF WOMEN AND MEN TECHNICAL INSTITUTE

Schmalz T.A.

Technical Institute (branch) of the North-Eastern Federal University (678960 Republic of Sakha (Yakutia), Neryungri, Kravchenko str., 16), e-mail: 1111151611@gmail.com

This article discusses the relationship of General and physical culture of man. Numerous studies have confirmed that the preservation and reproduction of health are directly dependent on the level of General culture. Physical culture solves many problems, including the problem of maintaining the health of the population. Physical culture allows to form physical abilities effectively, to optimize the state of health and efficiency, has a great influence on moral, aesthetic, mental and intellectual development. That is, physical culture should be considered as a special kind of cultural activity, the results of which are useful for society and the individual. The role of physical culture in the all-round development of personality is closely related to all its structural components. The comprehensive development of personality in the process of physical culture and sports, the influence of physical culture on the components of human culture is traced. This article is devoted to the study of the ratio of General and physical culture in the subjective assessments of girls and boys of technical University, gives a comparative characteristic of these assessments. The results of the study showed that boys assign a greater role of physical culture in the General cultural development of man than girls.

The Key Words: University students, subjective assessment, General culture, physical culture of the person.

Мировой и отечественный опыт показывает, что физическая культура и спорт обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы сохранения уровня здоровья населения, воспитания и образования детей, подростков и молодежи, формирования здорового морально-психологического климата в обществе. И, что немаловажно отметить, физкультура и спорт дают широчайшие возможности каждому члену общества для выражения, утверждения и развития собственного «Я».

Если говорить о взаимосвязи общей культуры и физической культуры человека, то здесь прослеживается их неразрывность, поскольку присущие физически культурной личности качества и способности формируются и развиваются на основе тех же процессов, что и нравственная, эстетическая и другие виды культур человека. Поэтому, занимаясь физическими упражнениями, человек не только развивает и совершенствует свои физические возможности, но и у него формируются другие качества личности – воля и смелость, нравственный облик (честность, порядочность), эстетические способности, коммуникабельность, общественная активность, интеллект и умственное развитие, подготовленность к труду и другие. Положительные качества, приобретаемые человеком в результате физкультурной деятельности, формируют его как целостную личность, обладающую высоким уровнем общей культуры.

Влиянию физической культуры и спорта на формирование личности посвящен ряд работ [1, 3, 4]. В них авторы показывают, что физическая культура и спорт выступают важнейшим условием всестороннего развития личности в современном обществе. Такое развитие человека представляет собой не только потребность, но и необходимое условие общественного прогресса. Занимаясь физической культурой, человек познаёт себя, других людей и окружающий мир. У него активно развиваются инициатива, самостоятельность и творчество, формируются собственное мировоззрение и способы мышления, индивидуальные черты характера, критическое отношение к действиям других людей и собственным поступкам. Следует помнить, что в процессе занятий физическими упражнениями естественным образом решаются задачи единства физического и духовного развития человека, неотъемлемости духовной сферы от ее материальной основы – тела человека. При этом физическое воспитание выступает как базовое, интегрирующее звено, содержащее громадный потенциал формирующего, воспитательного воздействия на личность. Результаты такого воздействия находят отражение в совершенствовании многих физиологических функций, в том числе и тех, которые обеспечивают функционирование психических процессов, эффективную интеллектуальную деятельность, нормальное душевное состояние человека, обеспечивая его физическое и духовное здоровье.

Хотелось бы отметить, что современные условия жизни (как на производстве, так и в быту) приводят к неизбежному снижению двигательной активности человека. Сниженная двигательная активность в свою очередь - к снижению тренированности организма, которой сопутствует снижение умственной и физической трудоспособности, снижение сопротивляемости организма человека к заболеваниям. К сожалению, мы также можем наблюдать снижение интереса лиц студенческого возраста и трудоспособного населения к

физической культуре и спорту. Многие ошибочно полагают, что двигательная активность нужна лишь детям и подросткам, «для общего развития».

В результате уровень здоровья населения в последние десятилетия значительно снизился, проявляется нежелание заниматься своим здоровьем, вести здоровый образ жизни. Это в свою очередь отрицательно сказывается на работоспособности, возможности активной разносторонней деятельности, адаптации к разнообразным условиям жизнедеятельности человека.

В целом, физическую культуру и спорт следует рассматривать как мощное средство социального становления личности, активного совершенствования индивидуальных, личностных качеств, а также двигательной сферы.

Роль физической культуры во всестороннем развитии личности тесно связана со всеми ее структурными компонентами. Это далеко не просто физическое совершенствование человека как результат его занятий физическими упражнениями, но и творческое отношение к своей личности, где духовная сторона играет определенную роль [5].

Физическая культура личности - это социально-детерминированная область общей культуры человека, представляющая собой качественное, системное, динамичное состояние, характеризующееся определенным уровнем специальной образованности, физического совершенства, мотивационно-ценностных ориентаций и социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и интегрированных в физкультурно-спортивную деятельность, культуре образа жизни, духовности и психофизическом здоровье [2].

Цель исследования: определить соотношение общей и физической культуры в субъективных оценках девушек и юношей технического ВУЗа.

Организация и методика исследования. Исследование посредством анкетирования проводилось среди студентов Технического института (филиала) Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова в г. Нерюнгри. В исследовании приняли участие студенты 1-3 курсов в количестве 139 человек, в том числе 76 девушек и 63 юноши.

Для определения субъективных соотношений общей и физической культуры студентов было представлено пять суждений с вариантами ответов.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате исследования мы получили следующие данные (таблица 1).

Таблица 1 - Субъективные соотношения общей и физической культуры студентов

№ п/п	Суждения и варианты ответов	% ответов	
		женщин	мужчин
1	Можно ли считать культурным человеком того, кто не заботится о своем физическом состоянии?		

	<ul style="list-style-type: none"> • Конечно, можно • Ответ затруднителен • Нет, нельзя 	48 41 11	43 39 18
2	<p>Часто ли вы совершаете действия (поступки), которые наносят вред здоровью, но зато имеют для вас важное значение, доставляют удовольствие и т.д.?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Практически никогда • В редких случаях • Очень часто 	29 44 27	18 66 16
3	<p>Волнует ли вас та оценка, которую окружающие вас люди дают вашему физическому развитию и здоровью?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Нет, не волнует и не беспокоит • Да, но не очень сильно • Да, и очень сильно 	41 44 15	41 51 8
4	<p>Лично вы ведете здоровый образ жизни?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Да • Нет • Затрудняюсь ответить 	32 33 35	38 33 30
5	<p>Что вы предпочитаете в жизни?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Всю жизнь, все свои привычки подчинить интересам здоровья и работоспособности • Жить в свое удовольствие, делать то, что хочется в данный момент (даже если это может повредить здоровью и работоспособности) • Компромиссные решения 	16 33 51	13 26 61

На первый вопрос «Можно ли считать культурным человеком того, кто не заботится о своем физическом состоянии?» 48% женщин и 43% мужчин ответили, что можно, 41% женщин и 39% мужчин затруднялись с ответом, и лишь 11% женщин и 18% мужчин посчитали, что нельзя. Эти ответы показали, что большинство студентов, как юношей, так и девушек, не признают тесную взаимосвязь общей и физической культуры. Но, большее количество юношей, чем девушек, не согласилось с этим утверждением.

«Очень часто совершают поступки, которые наносят вред здоровью» 27% студенток и 16% студентов, «практически никогда не совершают такие действия» - 29% студенток и 18%

студентов и «в редких случаях» - 44% студенток и 66% студентов. Количество женщин, которые часто совершают поступки, наносящие вред своему здоровью больше, чем мужчин на 11%. В то же время большее количество девушек, чем юношей, никогда не совершают такие действия, разница также составила 11%. Если сравнить ответы «в редких случаях», то здесь количество юношей превышает количество девушек на 22%.

Одинаковое количество молодых людей (юношей и девушек) - 41% не беспокоит та оценка, которую окружающие люди дают их физическому развитию. 44% девушек и 51% юношей волнует эта оценка не очень сильно, и только 15% девушек и 8% юношей чрезвычайно волнует мнение окружающих. Можно констатировать, что достаточно большое количество и юношей, и девушек не тревожит оценка их физического развития со стороны окружающих. А также, сравнивая ответы девушек и юношей, можно отметить, что девушек больше беспокоит чужое мнение насчет их физического состояния, разница составила 7%, т.е. почти в 2 раза больше.

На вопрос «Ведете ли вы здоровый образ жизни?» 32% женщин и 38% мужчин ответили положительно, 33% женщин и мужчин считают, что нет, а остальные затруднились ответить. Следовательно, количество мужчин, ведущих здоровый образ жизни незначительно, но больше, чем женщин, на 6%.

Всю жизнь и все свои привычки подчинить интересам здоровья и работоспособности готовы 16% студенток и 13% студентов. Живут в свое удовольствие, делают то, что хочется в данный момент 33% студенток и 26% студентов, а 51% женщин и 61% мужчин предпочитают компромиссные решения. Из ответов можно видеть, что женщины более склонны к жизни в свое удовольствие, даже если это может повредить здоровью и работоспособности. Мужчины же больше ищут компромиссные решения.

Выводы. Таким образом, при рассмотрении соотношения общей и физической культуры студентов на вопрос, можно ли считать культурным человека, не заботящегося о своем физическом состоянии, количество юношей, больше, чем девушек дали отрицательный ответ. Большинство юношей по сравнению с девушками ведут здоровый образ жизни, в редких случаях совершают действия, наносящие вред здоровью, и предпочитают компромиссные решения между подчинением своих привычек интересам здоровья и жизнью в свое удовольствие, даже, если это может повредить здоровью. Но, девушек больше, чем юношей волнует оценка, которую дают их физическому развитию и здоровью окружающие люди. В целом, юноши отводят большую роль физической культуре в общекультурном развитии и укреплении своего здоровья, чем девушки.

Результаты тестирования нацеливают направить усилия вуза на полноту реализации гуманитарного содержания физического воспитания, пропаганду здорового образа жизни,

регулярных занятий физической культурой и спортом для полноценной разносторонней деятельности студенчества, что отвечает объективным потребностям общества и интересам самой личности. Влияние физической культуры и спорта на личность довольно специфично и не может быть заменено или компенсировано какими-либо другими способами.

Литература:

1. Бабаян Г.Н. Егорычева Е.В. Влияние физической культуры на формирование личности. Электронный ресурс. Режим доступа - <https://www.scienceforum.ru/2015/913/16046> - свободный.
2. Виленский, М.Я. Направленное использование физических нагрузок как фактор управления профессиональной работоспособности студентов / М.Я. Виленский, В.П. Русанов // Теория и практика физической культуры. - 1977. - № 6. - С. 44-46.
3. Коршунов И.Д. Влияние спорта на развитие личности. Электронный ресурс. Режим доступа - <http://sci-article.ru/stat.php?i=1450014277> - свободный.
4. Кузнецов В.В. Всестороннее развитие личности и физическая культура. Электронный ресурс. Режим доступа - <https://nsportal.ru/vuz/pedagogicheskie-nauki/library/2016/01/13/vsestoronnee-razvitie-lichnosti-i-fizicheskaya-kultura> - свободный.
5. Ширяева Е., Слепова Л.Н., Хаирова Т.Н., Дижонова Л.Б. Физическая культура и спорт в современной России // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 10 . – С. 193-194.