

Влияние занятий спортивными играми на личностные особенности студентов

^{1,2,3,4}Кудрявцев М. Д., ¹ Кузьмин В. А., ⁵Галимов Г. Я.

¹Сибирский федеральный университет

²Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика
М. Ф. Решетнева

³Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел РФ

⁴Красноярский государственный педагогический университет имени В. П. Астафьева

⁵Восточно – Сибирский институт МВД России,

Аннотация. *Цель:* рассмотреть вопросы влияния физической культуры и спорта на личностные особенности студентов. **Материал и методы:** анализ научно-методической литературы; проведение опроса среди студентов; обработка результатов опроса. **Результаты:** проведен опрос студентов первого и последнего курсов, так же ознакомились с научно-методической литературой. **Выводы:** анализ научно-методической литературы позволил сделать вывод, что действительно занятия спортом и физической культурой влияют на формирование личностных качеств студентов разных курсов. Однако, невозможно точно построить профиль личностных особенностей спортсменов, занимающихся определенным видом спорта, можно выделить лишь ряд личностных черт, представляющих собой в целом устойчивые компоненты целостной личности. Так же были изучены личностные характеристики студентов занимающихся и не занимающихся каким либо видом спорта. Результаты показали, что у студентов занимающихся спортом лучше развиты такие качества как: мотивация достижения поставленных целей, дисциплинированность, трудолюбие, способность к преодолению любых трудностей.

Ключевые слова: спорт, студенты, физическое воспитание, личностные особенности.

Введение. Физическая культура и спорт являются не только средство укрепления здоровья, но и одной из форм проведения досуга. Также они влияют и на другие стороны человеческой жизни: на социальную, трудовую, умственную деятельность, происходит самопознание личности, формирование силы воли. Только пару лет назад началось увеличение количества молодых людей, стремящихся заниматься какой либо физической культурой или спортом. Но, к большому сожалению еще не все люди уделяют должного внимания своему здоровью, надеясь на возможности медицины и лекарственных средств, что является опрометчиво. Спорт и физическая культура в жизни человека занимают одно из ведущих мест в воспитании личности.

Физическая культура – составная часть культуры, область социальной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования его двигательной активности. В свою очередь спорт – составная часть физической культуры, сложившаяся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям.

Спортивные игры и физическая культура в целом – средства формирования личностных особенностей занимающихся. Они помогают сосредоточиться на достижение поставленных целей, формируют потребность человека, а именно студентов в здоровом образе жизни, повышают работоспособность, развивают силу воли, стремятся двигаться вперед. К большому

сожалению, многие молодые люди занимаются физической культурой или спортом только лишь в своем образовательном учреждении. Даже этот период времени крайне важен, поскольку именно в студенческом возрасте происходит основное становление человека как личности. Конечно, не маловажным считается и внутренние факторы личности, которые зависят только от самого человека, от его внутренних целей, стремлений, желаний, которые формируются в его сознании. Благодаря физической культуре и спорту у человека могут сформироваться такие качества как: целеустремленность, сила воли, стремление идти вперед, трудолюбие, умение управлять собой и своими эмоциями, быстрое ориентирование в сложных ситуациях и другие (Пуни, 2008). Но так, же спорт очень сложен и не однозначен, поэтому его влияние на человека может быть разным. Например, слишком большие физические нагрузки, борьба за лучший результат в соревнованиях, проигрыши, могут осмысляться и восприниматься у всех людей по-разному.

Особенно важно развитие личностных качеств человека в период студенческого возраста. Так как именно в этом возрасте у человека происходят большие как физиологические изменения, так и меняется представление о своем теле и сознании. Стоит отметить, что не все виды спорта одинаково положительно влияют на личностные особенности человека и могут в какой то степени, даже способствовать развитию агрессии и асоциального поведения (Мехрабиан, 2002).

Связь исследования с научными программами, планами, темами. Исследование проводилось в соответствии с образовательной программой вузов по преподаванию физической культуры и прикладной физической культуры, программой по развитию физического воспитания и спорта в учебных заведениях, в частности, конкретно в высших учебных заведениях.

Цель исследования: при помощи опроса студентов разных курсов определить влияние занятий спортом, физической культурой, в том числе спортивными играми на формирование у них личности и индивидуальных качеств.

Материал и методы исследования. Данное исследование проводилось на базе одного из институтов Сибирского федерального университета (СФУ), а именно Торгово-экономического института. В исследование приняли участие студенты четырех курсов института. Во время проведения занятий по физической культуре студентам было предложено пройти анонимное анкетирование. В опросе были заданы вопросы, о том влияет ли спорт и физическая культура на личностные качества человека, проходящие в высших учебных заведениях, а так же диагностировались следующие качества: агрессивность, достижение поставленных целей, волевой потенциал, терпимость к другим людям. Так же был проведен анализ личностных качеств и черт характера студентов-спортсменов.

Исследование проведено с соблюдением основных биоэтических положений Конвенции Совета Европы о правах человека и биомедицине (от 04.04.1997г.), Хельсинкской декларации Всемирной медицинской ассоциации об этических принципах проведения научных медицинских исследований с участием человека (1964-2008 гг.).

Результаты исследования и их обсуждение. После обработки результатов опроса было выявлено, что большинство опрошенных студентов, а именно 68% юношей и 82% девушек, считают, что спорт и физическая культура явно влияют на формирование качеств личности и способствует становлению индивидуальности каждого человека (таблица 1).

Так же, хотелось бы обратить внимание на то, что после проведения диагностики агрессивности личности, можно определить уровень агрессивного состояния испытуемых студентов.

Результаты представлены ниже (таблица 2).

Делая вывод о полученных после анкетирования результатах исследования агрессии в разных видах спорт, видим, что самым высоким уровнем агрессии обладают люди, занимающиеся контактным видом спорта, затем студенты

командных видом и на последнем месте подростки индивидуальных видом спорта.

Так же проводя анализ уровня достижения целей студентов, мы увидели разницу степени трудности тех целей, к которым стремятся спортсмены, разных видом спорта и достижение которых является необходимым и возможным (таблица 3).

Таблица 1

Отношения спорта и физической культуры к становлению личности у студентов

	Спорт является основой становления	Спорт не влияет на становление	Я не занимаюсь спортом
Юноши	68%	23%	9%
Девушки	82%	12%	6%

Таблица 2

Результаты исследования агрессивности у студентов занимающихся разными видами спорта

Виды спорта	Уровень агрессии		
	Высокий	Средний	Низкий
Командные	50%	50%	3%
Индивидуальные	16%	45%	34%
Контактные	75%	25%	1%

Таблица 3

Результаты исследования уровня достижения поставленных целей среди студентов, занимающихся разными видами спорта

Вид спорта	Уровень достижения целей		
	Высокий	Средний	Низкий
Командные	54%	40%	2%
Индивидуальные	80%	24%	2%
Контактные	59%	42%	1%

В данной таблице явно видно, что все спортсмены, независимо от вида спорта имеют высокий и средний уровень, что позволяет им ставить и добиваться поставленных целей и задач.

Анализируя волевой потенциал, были охарактеризованы личностных качеств испытуемые студенты такие как: настойчивость, целеустремленность, выдержка к разным проблемам, умение

быстро ориентироваться и принимать решение в разных ситуациях. Результаты представлены в таблице 4.

Все студенты, проходящие анкетирование имеют высокий и средний уровень волевого потенциала. Однако, самый высокий процент, имеют спортсмены занимающиеся индивидуальными видами спорта. Диагностируя толерантность, студенты

были охарактеризованы с позиций проявления терпимости к другим людям.

Таблица 4

Результаты исследования волевого потенциала у студентов, занимающихся спортом

Вид спорта	Уровень волевого потенциала		
	Высокий	Средний	Низкий
Командные	62%	37%	0%
Индивидуальные	77%	21%	1%
Контактные	61%	35%	0%

Таблица 5

Результаты исследования толерантности у студентов-спортсменов

Вид спорта	Уровень толерантности		
	Высокий	Средний	Низкий
Командные	79%	20%	1%
Индивидуальные	60%	40%	1%
Контактные	59%	41%	0%

Результаты исследования представлены в таблице 5.

В таблице видно, что большинство спортсменов имеют высокий и средний уровень толерантности, что говорит об их хорошем отношении к окружающим, терпимости и умении поставить себя на место другого человека.

Так же был проведен сравнительный анализ личностных качеств у опрошенных студентов не занимающихся спортом. Исследовались те же качества, что и у студентов-спортсменов, а именно: агрессивность, уровень достижения целей, волевой потенциал и толерантность. Итоги представлены в таблице 6.

Таблица 6

Результаты исследования личностных качеств студентов не занимающихся спортом

Качества студентов	Уровень выраженности личностных качеств		
	Высокий	Средний	Низкий
Агрессивность	16%	50%	33%
Уровень достижения целей	33%	41%	25%
Волевой потенциал	16%	50%	34%
Толерантность	41%	50%	8%

Обобщая полученные результаты, можно сделать вывод, что высокий уровень агрессии у студентов насчитывается небольшой (16 %). В основном среди учащихся, не занимающихся спортом, преобладает

средний уровень агрессии (50 %). Нельзя не отметить, что среди испытуемых были выявлены студенты с низким уровнем агрессии (33 %), что не было выявлено у студентов занимающихся спортом. Большинство опрошенных не

занимающихся физической культурой, выбирают среднюю степень трудности целей, к которым хотят стремиться. Они не видят в себе достаточного потенциала для более значимых и серьезных целей. Так же хочется отметить, что среди студентов, не занимающиеся спортом, преобладает число учащихся имеющих средний и низкий уровень волевого потенциала, что характеризует испытуемых как людей, затрачивающих мало сил на достижение поставленных целей, а так же имеют средний и низкий уровень умения ориентироваться в тяжелых ситуациях и принимать срочные решения.

Для определения влияния спорта и физической культуры на личностные особенности студентов, занимающихся разными видами спорта, мы должны были провести сравнительный анализ между учащимися занимающимися спортом и не занимающихся им. Можно сделать вывод, что действительно занятия спортом и физической культурой влияют на формирование личности, по сравнению с не занимающимися студентами.

Выводы

1. Анализ научно-методической литературы позволил сделать вывод, что действительно занятия спортом и физической культурой, в том числе спортивными играми, влияют на формирование личностных качеств студентов разных курсов. Однако, невозможно точно построить профиль личностных особенностей спортсменов, занимающихся определенным видом спортивных игр, можно выделить лишь ряд личностных черт, представляющих собой в целом устойчивые компоненты целостной личности.

2. Были изучены личностные характеристики студентов занимающихся и не занимающихся, какими либо видами спортивных игр. Результаты показали, что у студентов занимающихся спортом лучше развиты такие качества как: уровень достижения целей, волевой потенциал и толерантность.

3. Сравнительный анализ результатов исследования позволил составить характеристики, раскрывающие

степень влияния разных групп занятий, а именно: командными, индивидуальными и контактными видами спортивных игр на формирование личностных качеств и особенностей студентов разных курсов института:

- студенты, занимающиеся индивидуальными видами спортивных игр, обладают такими качествами как: средним уровнем агрессии, достаточно высоким уровнем достижения поставленных целей и задач, средним уровнем волевого потенциала и толерантности;

- представители командных видов по спортивным играм обладают средним уровнем агрессии, средним уровнем достижения своих целей и высоким уровнем толерантности и волевого потенциала;

- студенты, занимающиеся контактными видами спортивных игр, обладают высоким уровнем агрессии и волевым потенциалом, средним уровнем достижения поставленных целей и толерантности.

Перспективы дальнейших исследований в данном направлении. Желательно провести подобное анкетирование не только для студентов разных курсов, а так же для учеников средней и старшей школы, преподавателей, пожилых людей и других работающих, что бы проанализировать результаты опроса и выяснить, отношение разного поколения к спорту и физической культуре и занимаются ли ими вообще. Так же, делая вывод из результатов опроса студентов, стало понятно, что необходимо разными способами мотивировать людей, доносить до них то, что в будущем спорт и физическая культура принесет пользу организму. Для школьников можно проводить открытые уроки по физической культуре, различные дни здоровья, соревнования между школ, показывать им, что от спорта можно получить не только хорошее здоровье, но и удовольствие. Хотелось бы уделить внимание и тому, что было бы хорошо, если бы снизили цены на занятия в разных секциях, спортивный инвентарь, что бы люди могли заниматься

дома и на улице. Многим людям посещать эти места очень дорого, даже если и хочется. Необходимо увеличить количество спортивных полей, разных мест, где можно потренироваться и отдохнуть, увеличить количество мероприятий, связанных с агитацией к спорту и здоровому образу жизни и люди

сразу проявят инициативу к спортивной жизни.

Конфликт интересов. Авторы отмечают, что не существует никакого конфликта интересов.

Источники финансирования. Эта статья не получила финансовой поддержки от государственной, общественной или коммерческой организации

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Пуни, А. Ц. (2008). *Проблема личности в психологии спорта*. М.: ФиС.

Мехрабиан, А. (2002). *Диагностика мотивации достижения: психологическое тестирование*. М.

Статья поступила в редакцию: 14.05.2018 г..

Опубликована: 1.06.2018 г.

Анотація. Кудрявцев М. Д., Кузьмин В. А., Галімов Г. Я. Вплив занять спортивними іграми на особистісні особливості студентів. Спортивні ігри та фізична культура в цілому - спосіб формування особистісних особливостей тих, що займаються. Вони допомагають зосередитися на досягненні поставлених цілей, формують потребу людини, а саме студентів в здоровому способі життя, підвищують працездатність, розвивають силу волі, прагнуть рухатися вперед. Особливо важливим є розвиток особистісних якостей людини в період студентського віку. Так як саме в цьому віці у людини відбуваються великі фізіологічні зміни, зміни свідомості та уявлення про своє тіло. **Мета:** розглянути питання впливу фізичної культури і спорту на особистісні особливості студентів. **Матеріал і методи:** аналіз науково-методичної літератури; проведення опитування серед студентів; обробка результатів опитування. **Результати:** проведено опитування студентів першого і останнього курсів, так само ознайомилися з науково-методичною літературою. **Висновки:** аналіз науково-методичної літератури дозволив зробити висновок, що дійсно заняття спортом і фізичною культурою впливають на формування особистісних якостей студентів різних курсів. Однак, неможливо точно побудувати профіль особистісних особливостей спортсменів, що займаються певним видом спорту, можна виділити лише ряд особистісних рис, що представляють собою в цілому стійкі компоненти цілісної особистості. Так само були вивчені особистісні характеристики студентів, які займаються і не займаються якимось видом спорту. Результати показали, що у студентів, які займаються спортом краще розвинені такі якості як: мотивація досягнення поставлених цілей, дисциплінованість, працьовитість, здатність до подолання будь-яких труднощів.

Ключові слова: спорт, студенти, фізичне виховання, особистісні особливості.

Abstract. Kudryavtsev M. D., Kuzmin V. A., Galimov H.Ya. *Influence of sports games classes on personal features of students*. Sports games and physical culture in general - a way of formation of personal features of those who are engaged. They help to concentrate on achievement of the purposes, form need of the person, namely students in healthy lifestyle, increase working capacity, develop will power, seek to progress. Development of personal qualities of the person in the period of student's age is especially important. Because at this age the person has big physiologic changes, changes of consciousness and ideas about the body. **Purpose:** to consider the question of influence of physical culture and sport on personal features of students. **Material and methods:** analysis of scientific and methodical literature; conducting poll among students; processing of results of poll. **Results:** survey of students of the first and last courses is conducted; they also learned scientific and methodical literature. **Conclusions:** the analysis of scientific and

methodical literature allowed drawing a conclusion that sports and physical culture really influence formation of personal qualities of students of different courses. However, it is impossible to construct a profile of personal features of sportsmen precisely who do certain sport; it is possible to select only a row of personality traits which represent in general resistant components of the integral personality. Also personal characteristics of students, who are engaged and don't do any sport, were studied. Results showed that students, who play sports, have better developed qualities such as: motivation of achievement of the purposes, discipline, diligence, ability to overcoming any difficulties.

Keywords: *sport, students, physical education, personal features.*

References

Puni, A. C. (2008). *Problema lichnosti v psihologii sporta [The problem of personality in the psychology of sports].* M.: FiS.

Mehrabian, A. (2002). *Diagnostika motivacii dostizhenija: psihologicheskoe testirovanie [Diagnosis of achievement motivation: psychological testing].* M.

Сведения об авторах

Кудрявцев Михаил Дмитриевич: доктор педагогических наук, доцент; Сибирский федеральный университет: пр. Свободный, 79, г. Красноярск, 660041, Россия;

Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел России: 660131, г. Красноярск, ул. Рокоссовского, 20;

Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнёва: просп. имени газеты Красноярский Рабочий, 31, г. Красноярск, 660014, Россия;

Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева: 660049, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, 89.

Кудрявцев Михайло Дмитрович: доктор педагогічних наук, доцент; Сибірський федеральний університет: пр. Свободний, 79, м Красноярськ, 660041, Росія;

Сибірський юридичний інститут Міністерства внутрішніх справ Росії: 660131, м. Красноярськ, вул. Рокосовського, 20;

Сибірський державний університет науки і технологій імені академіка М.Ф. Решетньова: просп. ім газети Красноярський Робочий, 31, м Красноярськ, 660014, Росія;

Красноярський державний педагогічний університет ім. В. П. Астаф'єва: 660049, м. Красноярськ, вул. Ади Лебедевої, 89.

Michael Kudryavtsev: Dr. pedagogichnih Sciences, Associate Professor; Siberian Federal University; 79 Svobodny pr., Krasnoyarsk, 660041, Russia;

The Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affair of Russia, Rokossovskia str., 20, Krasnoyarsk, 660131, Russia 20;

Reshetnev Siberian State University of Science and Technology; Office A-406, 31, Krasnoyarsky Rabochy Av., 660014, Krasnoyarsk, Russia;

Krasnoyarsk State Pedagogical University of V.P. Astafyev; Ada Lebedeva Street, 89, Krasnoyarsk, 660049, Russia;

<http://orcid.org/0000-0002-2432-1699>

E-mail: kumid@yandex.ru

Кузьмин Владимир Андреевич; доцент; Сибирский федеральный университет; Свободный пр., 79, Красноярск, 660041, Россия;

Кузьмін Володимир Андрійович; доцент; Сибірський федеральний університет; Вільний ін., 79, Красноярськ, 660041, Росія;

Vladimir Kuzmin; Associate Professor, Siberian Federal University; Free avenue, 79, Krasnoyarsk, 660041, Russia;

<http://orcid.org/0000-0002-4190-1628>

E-mail: atosn35@mail.ru

Галимов Геннадий Яковлевич, доктор педагогических наук, профессор, Бурятский государственный университет; Российская Федерация, 660007, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а;

Галімов Геннадій Якович, доктор педагогічних наук, професор, Бурятський державний університет; Російська Федерація, 660007, м Улан-Уде, вул. Смоліна, 24а;

Gennady Galimov, doctor of pedagogical sciences, professor, Buryat state university; Russian Federation, 660007, Ulan-Ude, ul. Smolina, 24a;

<https://orcid.org/http://orcid.org/0000-0003-0582-9283>,

E-mail: tfk@bsu.ru