

УДК 796.011

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА КАЧЕСТВЕННЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ-СИРОТ

*Владимир Владимирович Исмиянов, кандидат педагогических наук, доцент,
Иркутский государственный университет путей сообщения (ИрГУПС)*

Аннотация

В статье рассматриваются продолженные научные исследования по формированию личностных качеств у студентов-сирот в процессе физического воспитания, необходимых для адаптации к образовательной среде вуза. Доказано, что в процессе физического воспитания влияние занятий физической культурой на качественные изменения психоэмоционального состояния (уровня самоконтроля в общении, уровня смысложизненных ориентаций, уровня социально-психологической адаптированности) студентов данной категории экспериментальной группы в конце педагогического эксперимента достоверно улучшилось по семи показателям.

Ключевые слова: студенты-сироты, адаптация, психодиагностика, личностные качества, средства физической культуры.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.01.119.p207-210

INFLUENCE OF PHYSICAL TRAINING ON QUALITATIVE CHANGES OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF THE STUDENTS-ORPHANS

*Vladimir Vladimirovich Ismiyanov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Irkutsk State University of Means of Communication*

Annotation

The article presents the structure of formation of the personal qualities among the students-orphans in the process of physical education necessary for adaptation to the educational environment of higher professional education. It is proved that in the process of physical education the influence of physical training on qualitative changes of psycho-emotional states of the given categories of students in the experimental group in the final part of the pedagogical experiment has authentically improved by eight indicators.

Keywords: students-orphans, adaptation, psycho-diagnostics, personal qualities, means of physical culture.

ВВЕДЕНИЕ

Физическая культура и спорт оказывает немаловажное воздействие на личность молодых людей с целью формирования у них ответственного отношения к себе и развития позитивных личностных качеств. На занятиях физической культурой и спортом происходит постоянное взаимодействие с партнерами и соперниками, в котором формируются положительные личностные качества студента-сироты: лидерства, борьбы со страхами, развития соревновательных способностей, воспитания чувства коллективизма, отсутствия одиночества, замкнутости в общении, неуверенности в себе, инициативности, дисциплинированности, целеустремленности, самостоятельности, моральной и физической подготовки к переживанию различных стрессовых состояний и т.д., которые необходимы для адаптации к образовательной среде вуза и дальнейшей трудовой деятельности [3].

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Трехгодичный педагогический эксперимент проводился в Иркутском государственном университете путей сообщения (2011-2014 гг.), по результатам которого оценивалась эффективность педагогической модели «Физическое воспитание студентов-сирот

как средство адаптации к образовательной среде вуза». Были сформированы две группы студентов-сирот: контрольная (КГ) (69 чел.) и экспериментальная (ЭГ) (25 чел.).

Тестирование испытуемых КГ и ЭГ осуществлялось шесть раз: в начале педагогического эксперимента (сентябрь), после окончания первого года педагогического эксперимента (май), в начале и по окончании второго года педагогического эксперимента и в начале и конце третьего года педагогического эксперимента. Тестирование проводилось по показателям: уровня самоконтроля в общении, уровня смысложизненных ориентаций, уровня социально-психологической адаптированности. В КГ использовалась программа учебной дисциплины «Физическая культура» утвержденная высшими учебными заведениями, а в ЭГ использовалась педагогическая модель, разработанная в нашем исследовании по формированию личностных качеств у студентов-сирот средствами физического воспитания необходимых для адаптации к образовательной среде высшего профессионального образования [1, 2]. Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: метод сбора данных, анализа и математической обработки.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Исходный уровень психологического состояния студентов-сирот контрольной и экспериментальной групп статистического различия не обнаружил.

Таблица 1

Динамика показателей уровня самоконтроля в общении студентов-сирот (n=52) ИргУПС, 2011-2014 гг. (M±m)

| Уровни | ЭГ (n=25) | | P | КГ (n=27) | | P |
|-----------------------|---------------|---------------|---------|---------------|---------------|--------|
| | До | После | | До | После | |
| Высокий (7÷10 баллов) | 12% (3 чел.) | 28% (7 чел.) | P<0,001 | 14% (4 чел.) | 14% (4 чел.) | P>0,05 |
| Средний (4÷6 баллов) | 32% (8 чел.) | 64% (16 чел.) | | 23% (6 чел.) | 41% (11 чел.) | |
| Низкий (0÷3 балла) | 56% (14 чел.) | 8% (2 чел.) | | 63% (17 чел.) | 45% (12 чел.) | |
| Среднее значение | 3,36±0,55 | 5,84±0,40 | | 3,44±0,48 | 4,59±0,52 | |

Таблица 2

Динамика показателей уровней социально-психологической адаптированности студентов-сирот (n=52), ИргУПС, 2011-2014 гг. (M±m)

| Показатели | ЭГ (n=25) | | P | КГ (n=27) | | P |
|--------------------------|-------------|-------------|---------|-------------|------------|--------|
| | До | После | | До | После | |
| Адаптивность | 92,44±8,71 | 119,04±9,19 | P<0,05 | 92,70±8,76 | 96,40±8,50 | P>0,05 |
| Деадаптивность | 102,32±7,11 | 92,84±5,79 | P>0,05 | 103,59±7,85 | 94,07±5,87 | P>0,05 |
| Приятие себя | 38,12±2,08 | 46,80±1,50 | P<0,01 | 38,18±2,18 | 39,55±1,92 | P>0,05 |
| Неприятие себя | 23,72±1,75 | 20,44±1,50 | P>0,05 | 24,00±1,92 | 21,59±1,39 | P>0,05 |
| Приятие других | 16,96±1,65 | 24,44±1,10 | P<0,001 | 16,85±1,52 | 18,25±1,54 | P>0,05 |
| Неприятие других | 20,16±1,49 | 17,04±1,40 | P>0,05 | 20,51±1,51 | 17,32±1,40 | P>0,05 |
| Эмоциональный комфорт | 19,92±1,70 | 27,12±1,98 | P<0,05 | 19,74±1,86 | 22,18±1,47 | P>0,05 |
| Эмоциональный дискомфорт | 26,88±2,26 | 21,72±1,94 | P>0,05 | 26,96±2,07 | 22,88±1,90 | P>0,05 |
| Внутренний контроль | 38,12±3,12 | 50,72±2,74 | P<0,01 | 38,29±3,71 | 41,22±3,21 | P>0,05 |
| Внешний контроль | 21,16±2,12 | 30,60±2,24 | P<0,01 | 21,11±2,23 | 22,96±2,06 | P>0,05 |

Таблица 3

Динамика показателей уровней смысложизненных ориентаций студентов-сирот (n=52), ИргУПС, 2011-2014 гг. (M±m)

| Субшкала | ЭГ (n=25) | | P | КГ (n=27) | | P |
|-------------------------------------|------------|------------|---------|------------|------------|--------|
| | До | После | | До | После | |
| Цель в жизни | 28,52±1,04 | 34,04±1,04 | P<0,001 | 27,41±1,05 | 30,52±0,95 | P<0,01 |
| Интерес и эмоциональная лабильность | 27,72±0,85 | 32,00±0,86 | P<0,01 | 27,26±0,94 | 29,22±0,98 | P>0,05 |
| Удовлетворенность самореализацией | 22,96±1,10 | 26,68±0,92 | P<0,05 | 22,85±0,80 | 23,70±0,80 | P>0,05 |
| Я хозяин жизни | 19,68±0,69 | 23,64±0,91 | P<0,01 | 19,70±0,81 | 21,11±0,88 | P>0,05 |
| Жизнь или управляемость жизни | 27,68±1,21 | 32,32±0,92 | P<0,01 | 27,48±1,14 | 29,22±1,06 | P>0,05 |

Итоговые данные (после проведения трёхлетнего педагогического эксперимента) выявили существенное превосходство студентов-сирот ЭГ над контрольными сверстниками по уровню психологического состояния. Данные анализа представлены в таблицах 1, 2, 3.

ВЫВОДЫ

Доказано, что в процессе физического воспитания влияние занятий физической культурой на качественные изменения психоэмоционального состояния данной категории студентов экспериментальной группы в завершающей части педагогического эксперимента достоверно улучшилось по семи показателям:

а) Самоконтроля в общении, когда в начале 1 курса у студентов-сирот ЭГ 8 человек (32%) отмечен средний уровень, а 3 – (12%) высокий и 14 – (56%) низкий уровни. К концу 3 курса определяется число протестированных со средним уровнем (16 человек, 64%), высоким (7 человек, 28%) и низким (2 человек, 8%) при $P < 0,001$. В КГ на начало эксперимента у 6 человек (23%) отмечен средний уровень, а 4 – (14%) высокий и 17 – (63%) низкий уровни. К концу 3 курса определяется число студентов-сирот со средним уровнем (12 человек, 41%), высоким (4 человек, 14%) и низким (12 человек, 45%) при $P > 0,05$.

б) Смысложизненных ориентаций: Субшкала 1. Цели в жизни, когда на начало 1 курса выявлен средний уровень у студентов-сирот ЭГ 16 человек (64%), а низкий уровень 9 – (36%). К концу 3 курса регистрируется – со средним уровнем 17 человек (68%), высоким 8 человек (32%) и с низким уровнем студентов-сирот не выявлено ($P < 0,01$). В КГ на начало эксперимента выявлен средний уровень у 18 человек (85%), а низкий уровень 9 – (15%). К концу 3 курса регистрируется – со средним уровнем 23 человека (85%), высоким – 2 (7,5%) и с низким – 2 (7,5%) при $P < 0,01$. Субшкала 2. Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни, когда 16 (64%) первокурсников-сирот ЭГ относятся к среднему уровню и 9 (36%) – к низкому. К концу эксперимента студенты-сироты из низкого уровня перешли в средний – 18 (72%) человек и высокий – 7 (28%) при $P < 0,01$. В КГ на первом курсе 18 (67%) студентов-сирот относятся к среднему уровню и 9 (33%) – к низкому. К концу третьего курса отмечен низкий уровень у 4 (15%) человек, средний – 21 (78%) и высокий – 2 (7%) при $P > 0,05$. Субшкала 3. Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией, когда на 1 курсе выявлен средний уровень у 15 (60%) студентов-сирот ЭГ и низкий – 10 (40%). В конце 3 курса у студентов-сирот наблюдается низкий уровень – 1 (4%) человек, а остальные перешли в средний – 18 (72%), высокий – 6 (24%) при $P < 0,05$. В КГ на первом курсе выявлен средний уровень у 15 (56%) студентов-сирот и низкий – 12 (44%). В конце третьего курса у студентов-сирот наблюдается низкий уровень – 8 (30%) человек, а остальные перешли в средний – 19 (70%) при $P > 0,05$. Субшкала 4. Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни), когда 16 (64%) первокурсников-сирот ЭГ относятся к среднему уровню, 8 (33%) – к низкому и к высокому – 1 (3%). К концу эксперимента студенты-сироты из низкого уровня перешли в средний – 17 (68%) человек и высокий – 8 (32%) при $P < 0,01$. В КГ на начало эксперимента 15 (55,5%) первокурсников-сирот относятся к среднему уровню, к низкому – 12 (44,5%). К концу 3 курса регистрируется – со средним уровнем 18 человек (66%), высоким – 1 (4%) и с низким – 8 (30%) при $P > 0,05$. Субшкала 5. Локус контроля – жизнь или управляемость жизни, когда выявлен средний уровень у 16 (64%) первокурсников-сирот ЭГ и низкий – 9 (36%). В конце 3 курса у студентов-сирот наблюдается переход из низкого уровня в средний – 18 (72%) и в высокий – 7 (38%) при $P < 0,01$. В КГ на первом курсе выявлен средний уровень у 17 (63%) студентов-сирот и низкий – 10 (37%). В конце третьего курса у них выявлен средний – 20 (74%), высокий – 1 (4%) и низкий – 6 (22%) уровни при $P > 0,05$.

в) Социально-психологической адаптированности, когда в начале эксперимента (сентябрь 2011 г.) у студентов-сирот ЭГ отмечен средний уровень – 11 человек (44%) и

низкий – 14 человек (66%). К концу эксперимента (май 2014 г.) регистрируется средний уровень у 15 человек (60%), низкий – 7 студентов-сирот (28%) и высокий – у 3 (12%) $P < 0,05$. В КГ на начало 1 курса у 12 (44%) студентов-сирот отмечен средний уровень и низкий – 15 человек (66%). К концу 3 курса регистрируется средний уровень у 17 человек (63%) и низкий – 10 студентов-сирот (37%) при $P > 0,05$.

ЛИТЕРАТУРА

1. Исмиянов, В.В. Адаптация студентов-сирот к образовательной среде путем организации физкультурной деятельности / В.В. Исмиянов // Физическая культура: Воспитание. Образование. Тренировка. – 2014. – № 1. – С. 13-16.
2. Исмиянов, В.В. Физическое воспитание студентов-сирот на основе внедрения программы спецкурса «Индивидуальный подход» / В.В. Исмиянов // Гуманитарный вектор. Педагогика. – 2014. – № 1 (37). – С. 51-55.
3. Исмиянов, В.В. Теория и практика психофизического развития студентов-сирот в процессе организации физкультурной деятельности : монография / В.В. Исмиянов ; Иркутский гос. Ун-т путей сообщения. – Иркутск : [б.и.], 2014. – 176 с.

REFERENCES

1. Ismiyanov, V.V. (2014), "Adaptation of students-orphan to the educational environment by the organization of sports activity", *Scientifically-methodical journal Physical training: Education. Formation. Training*, No. 1, pp. 13-16.
2. Ismiyanov, V.V. (2014), "Physical education students orphaned by introducing program course "The personal touch"", *Scientific Journal "Humanitarian vector"*, *Pedagogy*, No. 1 (37), pp. 51-55.
3. Ismiyanov, V.V. (2014), *Theory and practice of psychophysical development of students-orphan in the organization of sports activity*, publishing house "IrGUPS", Irkutsk.

Контактная информация: ismiyanov@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 02.01.2015.

УДК 796.011

ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ-СИРОТ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

*Владимир Владимирович Исмиянов, кандидат педагогических наук, доцент,
Иркутский государственный университет путей сообщения (ИрГУПС)*

Аннотация

В статье представлена структура формирования личностных качеств у студентов-сирот в процессе физического воспитания, необходимых для адаптации к образовательной среде высшего профессионального образования. Доказано, что в процессе физического воспитания влияние занятий физической культурой на качественные изменения психоэмоционального состояния данной категории студентов экспериментальной группы в завершающей части педагогического эксперимента достоверно улучшилось по восьми показателям в позитивной трансформации.

Ключевые слова: психодиагностика, личностные качества, средства физической культуры, студенты-сироты, адаптация.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.01.119.p210-214

FORMATION OF PERSONAL QUALITIES OF STUDENTS-ORPHANS IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

*Vladimir Vladimirovich Ismiyanov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Irkutsk State University of Means of Communication*

Annotation

The article presents the structure of formation of the personal qualities among the students-orphan in physical education necessary for adaptation to the educational environment of the higher professional education. It has been proved that in the process of the physical education the impact of physical training