

**Технико-скоростные показатели способов плавания, полученные в результате
первичного и повторного тестирований испытуемых
контрольной и экспериментальной групп**

Показатели	КГ		ЭГ	
	1-е тест-е	2-е тест-е	1-е тест-е	2-е тест-е
Скорость передвижения, м/с	0,63±0,02	0,66±0,03	0,71±0,02	0,73±0,04
Темп гребков, цикл/мин	53,0±0,8	52,6±0,1	62,1±0,3	52,9±0,5
«Шаг» передвижения, м	0,74±0,04	0,76±0,05	0,68±0,06	0,84±0,03

ЛИТЕРАТУРА

1. Меерсон, Ф.З. Адаптация к стрессорным ситуациям и физическим нагрузкам / Ф.З. Меерсон, Н.Г. Пшенникова. – М. : Медицина, 1988. – 256 с.
2. Макаренко, Л.П. Плавание / Л.П. Макаренко. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 218 с.
3. Понимасов О.Е. Условие индивидуально-двигательного опосредования как фактор валидности обучения прикладному плаванию / О.Е. Понимасов, Р.А. Лайшев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафт. – 2013. – № 7 (101). – С. 110-113.

REFERENCES

1. Meyerson, F.Z. and Pshennikova, N.G. (1988), *Adaptation to the stress and physical stress situations*, publishing house “Medicine”, Moscow.
2. Makarenko, L.P. (1979), *Swimming*, publishing house “Physical Culture and Sports”, Moscow.
3. Ponimasov, O.E. and Layshev, R.A. (2013), “Condition of the individual motional mediation as validity factor of training to the applied swimming”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 101, No. 7, pp. 110-113.

Контактная информация: nikola1964_1964@mail.ru

Статья поступила в редакцию 31.08.2013.

УДК 796.011

ТИПОЛОГИЯ ОРИЕНТАЦИИ МОЛОДЕЖИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ

Елена Александровна Рахимова, старший преподаватель,

Пермский национальный исследовательский политехнический университет (ПНИПУ)

Аннотация

Необходимость разработки и реализации исследования связана с особенностями развития нашего общества, новым формирующимся образом жизни людей, повышением значимости личностной физической культуры. Здоровый образ жизни, забота о себе приобрели сейчас особый смысл. Основными показателями состояния физической культуры в обществе являются: уровень здоровья и физического развития людей; степень использования физической культуры в сфере воспитания и образования, в производстве и быту. Предметом исследования являются особенности формирования компонентов образа жизни молодежи. Исследование проводилось с помощью созданной автором анкеты, обрабатывалось с помощью программы SPSS 20. Исследование показало, что респонденты выделяют следующие функции физической культуры: укрепление здоровья, совершенствование тела, развитие дисциплины, но она не является частью здорового образа жизни, приятным проведением досуга. Была установлена разница в особенностях образа жизни молодежи в зависимости от типа ориентации на физическую культуру.

Ключевые слова: образ жизни, ценности, тип ориентации на физическую культуру.

TYOLOGY OF ORIENTATION OF THE YOUTH ON PHYSICAL CULTURE

*Elena Aleksandrovna Rakhimova, the senior teacher,
Perm National Research Polytechnical University*

Annotation

Need of development and realization of research is connected with features of development of our society, a new being formed way of life of people, increase of the importance of personal physical culture. The healthy lifestyle, care of got special meaning now. The main indicators of a condition of physical culture in society are: level of health and physical development of people; extent of using of physical culture in the education sphere, production and a life. The object of research is features of formation components of a way of life of youth. Research was conducted by means of the questionnaire created by the author, processed by means of the SPSS 20 program. In research respondents consider that the physical culture strengthens health, improves a body, develops discipline, but is not part of the healthy lifestyle, pleasant carrying out leisure. The difference in features of a way of life of youth depending on type of orientation to physical culture was established.

Keywords: way of life, values, type of orientation to physical culture.

ВВЕДЕНИЕ

Образ жизни – это устойчивые формы социального бытия, совместной деятельности людей, типичные для исторически конкретных социальных отношений, формирующиеся в соответствии с нормами и ценностями, отражающими эти отношения. Он возникает в результате реализации тех или иных способов и (или) стилей жизни [1, С. 58]. Каждое новое поколение усваивает ценности предыдущего, а в результате люди не занимаются физической культурой систематически. Изучение отношения студенческой молодежи к ценностям физической культуры постоянно находится в центре внимания специалистов [2]. Предметом нашего исследования является влияние физической культуры на образ жизни молодежи; особенности формирования компонентов образа жизни (когнитивный, эмоционально-волевой, поведенческий, образовательный).

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Исследование проводилось в декабре 2011 г. на базе Пермского национального исследовательского политехнического университета с помощью созданной нами анкеты, Исследование носит пилотажный характер. Данные были обработаны с помощью программы SPSS 20.

В исследовании приняли участие 37,5% мужчин, 62,5% женщин. Возраст молодежи распределен следующим образом: 19-24лет – 66,7%; 25 лет и более – 33,3%. В выборке не присутствует молодежь 16-18 лет.

Среди респондентов 95,8% имеют высшее и незаконченное высшее образование, 4,2% – среднее и среднее специальное.

Только работают – 12,5%; 62,5% – работают и учатся; только учатся – 25%.

Семейное положение: 54,2% – холостые; 33,3% – женаты (замужем), есть дети; 8,3% – гражданский брак; 4,2% – одинокая мать/отец.

В нашем исследовании стояла задача посмотреть типы ориентации на физическую культуру в зависимости от частоты занятий физической культурой. Частота занятий следующая: регулярно – 44,0%; нерегулярно – 36,0%; никогда – 20,0% (в % от опрошенных).

Для определения типов была создана таблица сопряженности (частота занятий физической культурой и преобладающие ценностные ориентации).

Таблица 1

Ценности и частота занятий физической культурой (сумма по строке равна 100%)

Ценности	Частота занятий ФК					
	Регулярно		Нерегулярно		Никогда	
	Да	Нет	Да	Нет	Да	Нет
Материальная обеспеченность	36,0	8,0	28,0	8,0	4,0	16,0
Хорошее образование	28,0	16,0	36,0	0	8,0	12,0
Квалифицированная работа	40,0	4,0	24,0	12,0	8,0	12,0
Крепкая семья	40,0	4,0	28,0	8,0	20,0	0
Развитие способностей	16,0	28,0	28,0	8,0	4,0	16,0
Надежная, стабильная работа	20,0	24,0	32,0	4,0	12,0	8,0
Отдых, развлечение	20,0	24,0	24,0	16,0	4,0	12,0
Свобода, независимость	20,0	24,0	20,0	16,0	0	20,0
Здоровье	44,0	0	28,0	8,0	16,0	4,0
Собственное дело	8,0	36,0	8,0	28,0	4,0	16,0
Любовь	32,0	12,0	20,0	16,0	12,0	8,0
Чистая совесть	20,0	24,0	20,0	16,0	4,0	16,0
Карьера	20,0	24,0	12,0	24,0	4,0	16,0
Наличие друзей	40,0	4,0	28,0	8,0	16,0	4,0
Удовлетворение культурных потребностей	16,0	28,0	12,0	24,0	8,0	12,0
Уважение окружающих	20,0	24,0	24,0	12,0	8,0	12,0
Жить не работая	0	44,0	4,0	32,0	0	20,0
Стабильность в обществе	12,0	32,0	28,0	8,0	12,0	8,0

Нами были выделены следующие типы:

Тип 1 – «занимающиеся регулярно», ориентированы на следующие ценности: материальная обеспеченность, хорошее образование, квалифицированная работа, крепкая семья, здоровье, наличие друзей, любовь. Следовательно в 1 типе выражены исключительно материалистические ценности. Предлагаем этот тип назвать «Материалисты».

Тип 2 – «занимающиеся нерегулярно», ориентированы на развитие способностей, стабильную работу, отдых и развлечение, уважение окружающих, стабильность в обществе. Здесь так же, как в 1 типе, выражены материалистические ценности. Так как в этом типе представлены постматериалистические ценности (самореализация, развитие личности), предлагаем его назвать «Постматериалисты».

Тип 3 – «не занимающиеся физкультурой», в отличие от предыдущих типов не ориентированы на материалистические (только на них), постматериалистические и нематериалистические ценности (честь, справедливость, мир, взаимопомощь). Здесь смешанная система жизненных координат, поэтому предлагаем тип назвать «Смешанный».

Объединяет типы то, что все они ориентированы на ценности: здоровье, крепкая семья, друзья, и не ориентированы на: наличие собственного дела, жить не работая.

Изучая когнитивный компонент образа жизни респондентов, мы не нашли существенной разницы в ответах. Все они согласились с утверждением о том, что физическая культура является необходимым элементом общей культуры личности.

В образовательном компоненте, мы увидели различия в семейном воспитании и формировании образа жизни, в целенаправленном освоении ребенком разнообразных форм физической культуры.

Таблица 2

Совместные занятия физкультурой детей и родителей (в % от опрошенных)

В детстве родители занимались ФК вместе с ребенком.	Типы занимающихся ФК		
	Материалисты	Постматериалисты	Смешанный тип
Регулярно	4,3	8,7	0
Иногда	30,4	26,1	8,7
Никогда	8,7	4,3	8,7

У всех типов совместные занятия физической культурой носили эпизодический характер, а в «Смешанном типе» так же выражено отсутствие подобного совместного досуга.

Следующим этапом нашей работы стал анализ удовлетворенности работой разных типов ориентации на физическую культуру, а также удовлетворенность разными сферами жизни. Типы «Материалисты» и «Постматериалисты» похожи друг на друга и оба в целом удовлетворены своей работой (26,3% и 36,9% соответственно) в отличие от «Смешанного типа», у которого удовлетворенность 0% и респонденты этого типа преимущественно не удовлетворены работой (21,1%).

Таблица 3

Удовлетворенность респондентами разными сферами жизни (в % от опрошенных)

Сферы жизни	Типы занимающихся ФК					
	Материалисты		Постматериалисты		Смешанный тип	
	Да	Нет	Да	Нет	Да	Нет
Духовная	29,2	12,5	25,0	12,5	8,3	12,5
Интеллектуальная	24,0	20,0	24,0	12,0	12,0	8,0
Социальная	44,0	0	28,0	8,0	12,0	8,0
Физическая	44,0	0	24,0	12,0	4,0	16,0

Интерпретация выделенных сфер жизни:

1. Духовная сфера – это система ценностей, жизненных целей, духовный опыт человека.

2. Интеллектуальная сфера – это особенности познавательной сферы: памяти, мышления, внимания и др.

3. Социальная сфера – включает в себя отношения с другими людьми.

4. Физическая сфера – это физические потребности, способности человека и уровень здоровья.

Типы «Материалисты» и «Постматериалисты» похожи между собой и оба в целом удовлетворены всеми сферами жизни. А тип «Смешанный» не удовлетворен физической и духовной сферами. Это можно объяснить тем, что респонденты данного типа не занимаются физической культурой и не ориентированы на развитие себя, своих способностей (см. таблицу 1). При этом разные типы респондентов демонстрируют разное отношение к собственной физической активности и тому насколько она достаточна для нормальной жизнедеятельности и сохранения здоровья.

Таблица 4

Отношение респондентов к собственной физической активности (в % от опрошенных)

Варианты ответа	Типы занимающихся ФК		
	Материалисты	Постматериалисты	Смешанный тип
Да	44,0	16,0	0
Нет	0	12,0	20,0
Затрудняюсь	0	8	0

Ответы респондентов подтвердили данные по предыдущей таблице и конкретизировали ответы «Постматериалистов», которые практически в равной степени довольны и не довольны физической активностью, т.е. они отметили, что нерегулярность занятий физической культурой влияет на сохранение своего здоровья и жизнедеятельность.

Типы психических состояний в анкете использовались как дихотомии, поэтому 100% равна сумма по 2 психическим состояниям (например, тревожность и спокойствие). Типы «Материалисты» и «Постматериалисты» похожи по психическому складу и для них типичны: спокойствие, энергичность, приподнятость и легкость в переключении эмоций. Респонденты «Смешанного типа» отметили тревожность и усталость как наиболее типичные психические состояния, приподнятость (но не меньше выражена и подав-

ленность) и легкость в переключении эмоций. Возможно, частота занятий влияет на психическое состояние.

Таблица 5

Особенность типичного душевного состояния	Типы занимающихся физкультурой		
	Материалисты	Постматериалисты	Смешанный тип
Тревожность	4,5	4,5	13,6
Спокойствие	40,9	27,3	9,1
Усталость	13,0	13,0	21,7
Энергичность	34,8	17,4	0
Подавленность	9,5	0	9,5
Приподнятость	38,1	28,6	14,3
Трудно меняет эмоции	0	5,0	0
Легко переключается	45,0	25,0	25,0

Мы решили посмотреть наличие и значимость корреляций (по Пирсону) между психическим состоянием и частотой занятий физической культурой. Получили следующие значимые корреляции: обратные связи между энергичностью и частотой занятий - 0,535 ($P < 0,01$), спокойствием и частотой занятий - 0,429 ($P < 0,05$).

Недостаток состоит в том, что мы не можем утверждать, что обнаружили причину связи между параметрами, мы увидели лишь два взаимосвязанных следствия. Чем чаще респондент занимается физкультурой, тем менее он энергичнее и спокойнее, либо наоборот, чем энергичней и спокойней, тем реже он занимается физической культурой.

Исследование выявило следующие основные способы проведения респондентами свободного времени. Объединяет все типы то, что и свободное время они предпочитают тратить на зарабатывание денег, ходят в гости, гуляют, слушают музыку и радиопередачи, смотрят телевизор, читают журналы, газеты, книги. А так же не занимаются партийной и общественной работой, не посещают спортивные мероприятия, не участвуют в художественной самодельности, не коллекционируют, не ходят в религиозные учреждения. Таким образом, общественно-политические интересы молодежи сведены на нет, что обуславливает низкий уровень политической активности молодежи в свободное время, а так же отсутствует потребность в массовых формах проведения досуга. Религия не является для молодежи социально-нравственным ориентиром.

«Смешанный тип» отличается тем, что в свободное время предпочитает ничего не делать, многие формы проведения досуга имеют отрицательный выбор респондентов.

Тип «материалисты» отличается от других тем, что в свободное время занимается физкультурой, творчеством (рисуют, танцуют, поют...), не ходят на рыбалку, охоту, либо, предпочитают ничего не делать.

«Постматериалисты» в отличие от других типов в свободное время получают второе образование, мастерят своими руками и ходят на рыбалку, охоту. Выбор данных форм досуга соответствует постматериалистическим ценностям – развитие личности, самореализация.

Следующим шагом в анализе типов это анализ доходного статуса. Доходный статус типов «Материалисты» и «Постматериалисты» выше, чем у «Смешанного типа» и соответствует уровню «Хватает и можем откладывать». Респонденты «Смешанного типа» живут «от зарплаты до зарплаты». Это можно объяснить тем, что «Смешанный тип» не ориентирован на высокую материальную обеспеченность, карьеру (см. таблицу 1). Респондентам этого типа важна стабильная и надежная работа, но как показало исследование они не удовлетворены ею.

Мы решили посмотреть ряд вопросов, касающихся физической культуры. В частности, нам было интересно выяснить какие функции физической культуры выделяют разные типы респондентов. Результаты демонстрируют похожесть между выделенными

типами в отношении рассмотренных функций физической культуры. Т.е. респонденты считают, что физкультура укрепляет здоровье, совершенствует тело, развивает дисциплину. Но она не является частью здорового образа жизни, не является средством подготовки к трудовой деятельности, не улучшает работоспособность и не является приятным проведением досуга. «Смешанный тип» в отличие от остальных считает, что физкультура развивает характер. Это сложно объяснить, т.к. респонденты этого типа выделяя столь важную функцию, не занимаются ею.

Что же мешает молодежи заниматься физической культурой? Ведущей причиной все респонденты выделили отсутствие свободного времени, а «Смешанному типу» мешают также отсутствие денег, инвентаря и спортивной формы.

ВЫВОДЫ

Итак, наше исследование позволило зафиксировать особенности образа жизни молодежи (когнитивный, эмоционально-волевой, поведенческий, образовательный компоненты) в зависимости от типа ориентации на физическую культуру. Исследование не исчерпывает всю проблематику включенности физической культуры в образ жизни молодежи. Физкультура – это пожизненное обязательство, вклад в себя, а не «план разминки».

ЛИТЕРАТУРА

1. Возмитель, А.А. Образ жизни: теоретико-методологические основы анализа / А.А. Возмитель, Г.И. Осадчая // Социологические исследования. – 2009. – № 8. – С. 58-65.
2. Горелов, А.А. Исследование отношения студентов к ценностям физической культуры / А.А. Горелов, С.В. Склярков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 10 (44). – С. 28-32.

REFERENCES

1. Vozmitel, A.A. and Osadchy, G.I. (2009), "Way of life: the theoretical – methodological bases of the analysis", *Sociological researches*, No. 8, pp. 58-65.
2. Gorelov, A.A. and Sklyarov, S.V. (2008), "Researches of the attitude of students to values of physical training", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 44, No. 10, pp.28-32.

Контактная информация: leicers@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.08.2013.

УДК 37:34

ОСОБЕННОСТИ ПРАВОВОГО ВОСПИТАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВНУТРЕННИХ ВОЙСК МВД РОССИИ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Илья Вячеславович Рожко, майор, соискатель,

Санкт-Петербургский военный институт внутренних войск МВД России

Аннотация

В процессе профессиональной подготовки военнослужащих внутренних войск МВД России проводится обучение ряду юридических дисциплин, которые в последующем должны вооружить офицера и военнослужащего по контракту знаниями, умениями и навыками, позволяющими успешно выполнять служебно-боевые задачи. Необходимо отметить, что достижение предъявляемых к офицерам требований невозможно представить себе без единства процессов обучения и соответствующего воспитания. Правовое обучение и правовое воспитание органически связаны между собой. В статье рассматриваются вопросы правового воспитания военнослужащих внутренних