

УДК 796

Азнабаева А.Р., Кравчук А.Ю., Папшева Т.М., Гилева О.Б.

Екатеринбургский институт физической культуры
(филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК»,
Екатеринбург, Россия
kobzeva-95@mail.ru

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация. В статье представлены результаты изучения выраженности поведения типа А и уровня толерантности к неопределенности у студентов, обучающихся в колледже физической культуры. Выявлено, что уровень толерантности к неопределенности чаще повышается у приезжих студентов.

Ключевые слова: поведение типа А, студенты, приезжие.

Aznabayeva A.R., Kravchuk A.Yu., Papsheva T.M., Gileva O.B.

Ekaterinburg institute of physical education,
Ekaterinburg, Russia
kobzeva-95@mail.ru

SOME FEATURES OF THE EMOTIONAL SPHERE OF THE PERSONALITY OF STUDENTS OF THE COLLEGE OF PHYSICAL EDUCATION

Abstract. We studied the severity of type A behavior and the level of tolerance for uncertainty among students enrolled in the college of physical education. It was revealed that the level of uncertainty tolerance often increases among nonresidents

Keywords: type A behavior, students, nonresidents.

Современные студенты подвержены влиянию целого ряда негативных факторов, таких как высокая информационная нагрузка, необходимость участвовать в большом количестве контрольных мероприятий. Установлено, что информационные перегрузки

коррелируют с симптоматикой стресса, снижают функциональные возможности организма, повышает заболеваемость [2, 3]. В период экзаменационной сессии эмоциональное напряжение студентов может оказывать деструктивное влияние на психику [1]. Это усугубляется у студентов, приехавших учиться из других населенных пунктов, и поэтому лишенных постоянной поддержки семьи [4].

Однако, для того, чтобы стать профессионалом необходимо преодолеть трудности, связанные с приобретением профессии [3]. Поэтому важно понимать, какие факторы могут негативно влиять на эмоциональное состояние студентов.

Цель работы: изучить показатели «толерантность к неопределенности» и «склонность к поведению типа А» у студентов колледжа физической культуры «УралГУФК», представителей местного населения и приезжих из других населенных пунктов.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось в рамках программы «Мониторинг состояния здоровья студентов», на базе Екатеринбургского колледжа физической культуры «УралГУФК».

В исследование принимали участие студенты второго курса колледжа – 16 девушек и 18 юношей в возрасте 18 лет. Все исследования проводились на условиях добровольного информированного согласия и согласия на обработку персональных данных. Тестирование проводилось в помещении колледжа в учебное время. Были использованы следующие методики: Анкета И.В. Журавлевой «Социальные факторы здоровья студентов»; Шкала толерантности к неопределенности Баднера; Тест Фридмана и Розенмана «Поведенческий тип А и ваше сердце».

Результаты исследования и обсуждение.

На рисунке 1. показана распространенность среди студентов качеств поведения типа А – процент юношей и девушек, демонстрирующих высокие значения показателей по соответствующим шкалам.

Большинство наших испытуемых (свыше 60%) как юноши, так и девушки, обладают высокими значениями по шкале «Дух соперничества». Для спортсменов соперничество – профессионально значимое качество и культивируется в процессе учебы в колледже физической культуры, однако это качество может приводить и к депрессивным состояниям, поэтому не должно быть выражено чрезмерно.

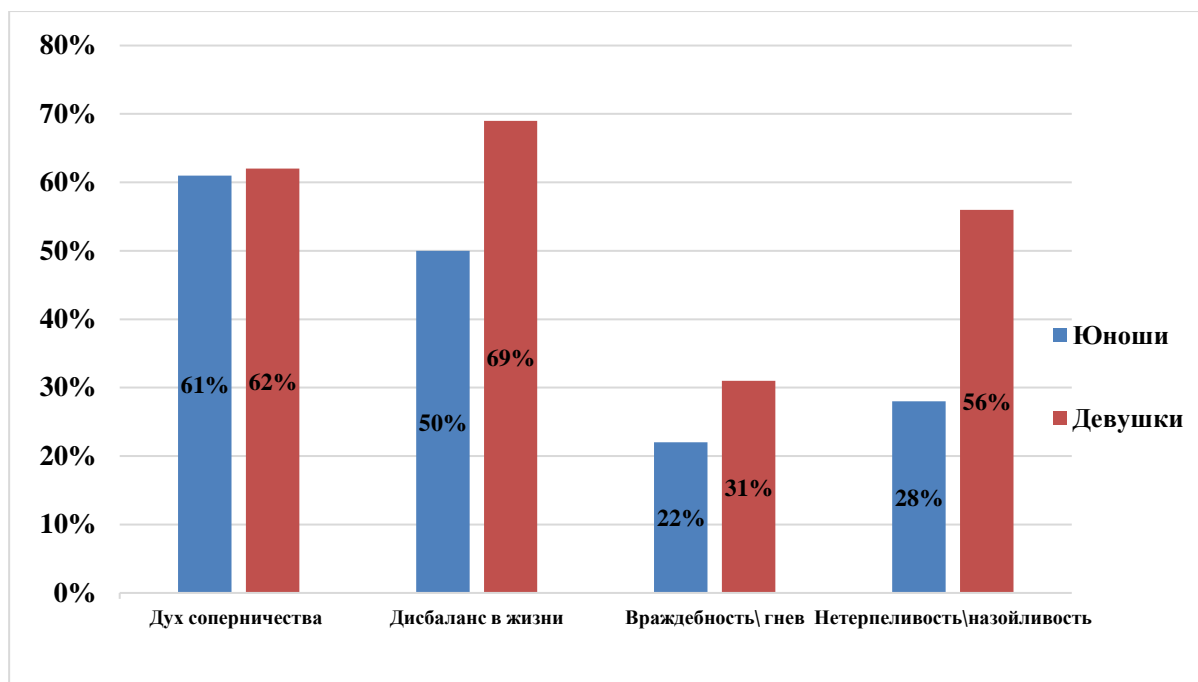


Рис. 1. – Соотношение показателей личности типа А

Вторая категория (дисбаланс в жизни) характеризует степень вовлеченности в профессиональную, а в нашем случае в учебную, деятельность. Высокие значения по этой категории также достаточно часто выявляются у наших испытуемых (рисунок). Несколько более частое проявление этого качества у девушек может быть связано с тем, что девушки ответственнее и уделяют учёбе больше времени и сил, чем юноши. Чрезмерная выраженность этого качества может приводить к переутомлению и эмоциональному выгоранию, усугубляя состояние стресса.

Третья категория – враждебность/гнев – характерна для наших испытуемых в меньшей степени, причем девушек, склонных к проявлению гнева и враждебности, всё же несколько больше (рисунок). Это может быть связано с проявлениями вербальной агрессии на фоне более выраженной эмоциональности девушек.

Интересная информация получена по шкале нетерпеливость/назойливость. Видно, что девушки склонны проявлять нетерпеливость в большей степени, чем юноши (рисунок). Таким образом, по этой шкале выявляются половые различия, которые могут быть связаны с особенностями традиционного воспитания мальчиков, когда им запрещают проявлять излишнюю эмоциональность и нетерпеливость.

При сравнении исследованных показателей эмоциональности у жителей Екатеринбурга и приезжих студентов обнаружено, что по склонности к поведению типа А екатеринбуржцы и приезжие не различаются, однако, они демонстрируют различия по показателю «Толерантность к неопределенности» (таблица 1).

Таблица 1 – Распределение студентов с высокими и низкими значениями по шкале «Толерантность к неопределенности» из разных населенных пунктов

| Шкала | Екатеринбург | | Свердловская область | | Другие области | | Другие страны | |
|----------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| | <u>вы</u> ше х | <u>ни</u> же х | <u>вы</u> ше х | <u>ни</u> же х | <u>вы</u> ше х | <u>ни</u> же х | <u>вы</u> ше х | <u>ни</u> же х |
| | Девушки | | | | | | | |
| Новизны | 2 | 5 | 3 | 2 | 3 | 1 | | |
| Сложности | 2 | 5 | 4 | 1 | 3 | 1 | | |
| Неразрешимости | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 1 | | |
| | Юноши | | | | | | | |
| Новизны | 5 | 3 | 5 | 3 | | | 1 | 1 |
| Сложности | 3 | 5 | 6 | 2 | | | 1 | 1 |
| Неразрешимости | 4 | 4 | 7 | 1 | | | 1 | 1 |

В обследованной группе приезжих студентов несколько больше (9 девушек и 10 юношей), чем коренных екатеринбуржцев (7 девушек и 8 юношей). При этом приезжие студенты оказываются менее толерантны к неопределенности. Скорее всего, это связано с тем, что приезжие студенты лишены поддержки семьи. В любом случае, высокие значения по шкалам толерантности к неопределенности означают, что в ситуациях с неоднозначным исходом приезжие студенты могут испытывать избыточное волнение, тревожность, стресс. В свою очередь, это может негативно отражаться на физическом и психологическом здоровье студента.

Библиографический список

1. Долгова, В.И. Исследование самооценок эмоциональных состояний студентов с различным уровнем эмоционального интеллекта в

период экзаменационной сессии / В.И. Долгова // Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. – 2017. – № 3 (30). – С. 54-59.

2. Макунина, О.А. Режим дня студентов в условиях сочетанного влияния умственных и физических нагрузок / О. А. Макунина, Е. В. Быков, О. И. Коломиец. И. А. Якубовская // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – 2018. – № 1 (17). – С. 50-55.

3. Макунина, О.А. Функциональное состояние нервной системы студентов-спортсменов в зависимости от организации режима дня / О.А. Макунина // Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2017. – №2(5). – С. 112-129.

4. Потапова, Ю.В. Влияние психологической сепарации от родителей на эмоциональное состояние студентов в период адаптации к самостоятельному проживанию / Ю.В. Потапова // Человек и общество в нестабильном мире. Материалы всерос. науч-прак. конф. – 2017. – С. 83-87.

УДК 374.1

Аликина Э.В., Комлева С.В.

Средняя общеобразовательная школа № 181,
Российский государственный профессионально-
педагогический университет,
Екатеринбург, Россия
alika-579@mail.ru

СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ПРИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Аннотация. Дополнительные занятия по иностранному языку в языковых центрах и индивидуально с педагогом отличаются от обучения иностранному языку в школе по многим параметрам. Одним из них выступает контроль качества обучения. Статья посвящена вопросам определения объекта контроля и критериев оценивания в процессе освоения иностранного языка в языковом центре и индивидуально с педагогом.

Ключевые слова: обучающийся, педагог, иностранный язык, контроль, эталон, оценка, тест.