

наклон туловища вперед 0,285 – оценка 7 баллов. В 2020 году пловцы показали следующие результаты – в teste поднимания туловища 0,157 оценка – 7 баллов, а в прыжке в длину с места -0,091 – оценка 6 баллов и наклоне туловища -0,216 – оценка 6 баллов. Менее развитыми, по отношению к другим качествам, оказались силовые способности, как 2019 году – вис на перекладине -0,321 – оценка 6 баллов и в сгибании и разгибании рук в упоре лежа -0,28 – оценка 6 баллов, так и в 2020 году - вис на перекладине -0,171 – оценка 6 баллов, сгибании и разгибании рук в упоре лежа -0,19 – оценка 6 баллов. На одинаково стабильном уровне оказалась выносливость, бег на 1000 метров 0,217 и 0,239 соответственно – оценка 7 баллов.

Анализ результатов общей физической подготовки спортсменов-пловцов не выявил достоверных различий в исследуемых показателях, при положительной ее динамике.

Результаты исследования показывают, что выявленные особенности психологического состояния, связанные с изменением гормонального фона в пре- и пубертатном периодах подростков, могут быть использованы для совершенствования учебно-тренировочного процесса юных пловцов и позволяют:

- оптимизировать психологическую подготовку занимающихся;
- разработать комплексы тренировочных упражнений для оптимальной коррекции тренировочного процесса;
- качественно повысить технико-тактическое мастерство спортсменов-пловцов в многолетнем тренировочном процессе;
- определить приоритетные средства формирования экологической культуры личности у данного контингента занимающихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Залесская, Ю.И. Управление процессом формирования экологической культуры личности / Ю.И. Залесская // Кіраванне у аддукцыі – 2008. – № 4. – С. 12–16.
2. Вавилов, Ю.В. Проверь себя (к индивидуальной системе самосовершенствования человека) / Ю.В. Вавилов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №9. – С. 58–62.
3. Бойченко, С. Д. Классическая теория физической культуры. Вступление. Методология. Следствия / С. Д. Бойченко, И.В. Бельский. - Минск, 2002. – 320 с.
4. Бойченко, С. Д. О некоторых аспектах изучения координационных способностей в теории физического воспитания и теории спорта / С. Д. Бойченко, Е. Н. Карсеко, В. В. Леонов // Теории и практика физической культуры. – 2003. – № 8. – С. 15–18.
5. Бойченко, С.Д. Система многолетней спортивной подготовки: программирование и контроль / С. Д. Бойченко, П. Г. Сыманович. – Гродно, 2016. – 230 с.

ЭКОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРЕДСТАВЛЕНИИ СТУДЕНТОВ

ECOLOGY OF PHYSICAL CULTURE IN THE REPRESENTATION OF STUDENTS

О. Н. Онищук^{1,2}, М. М. Круталевич^{1,2},

Н. А. Гришанович^{1,2}, О. К. Горбачева^{1,2}, А. М. Шахлай^{1,2,3}

O. Onishchuk^{1,2}, M. Krutalevich^{1,2}, N. Hryshanovich^{1,2}, O. Gorbacheva^{1,2}, A. Shakhlay^{1,2,3}

¹Белорусский государственный университет, БГУ, г.Минск, Республика Беларусь

²Учреждение образования «Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета, МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ, г. Минск, Республика Беларусь
ft@iseu.by

³Белорусский государственный университет физической культуры

¹Belarusian State University, BSU, Minsk, Republic of Belarus

²International Sakharov Environmental Institute of Belarusian State University, ISEI BSU, Minsk, Republic of Belarus

³Belarusian State University of Physical Culture, Minsk, Republic of Belarus

В статье представлены результаты анкетирования студентов различных курсов по вопросам экологии физической культуры. Установлено, что по вопросам теоретического и практического аспектов отраслевой науки (экологии физической культуры) студенты положительно относятся к их реализации. Полученные данные указывают на понимание большинством студентов значимости экологии физической культуры в современном обществе.

The article presents the results of a survey of students of various courses on the ecology of physical culture. It is established that on the issues of theoretical and practical aspects of branch science (ecology of physical culture), students have a positive attitude to their implementation. The data obtained indicate that the majority of students understand the importance of the ecology of physical culture in modern society.

Ключевые слова: экология физической культуры, экологическое образование, студенты, анкета, курс, физическая культура.

Keywords: ecology of physical culture, environmental education, students, questionnaire, course, physical culture.

<https://doi.org/10.46646/SAKH-2022-1-74-77>

Экологические проблемы, существующие в современном обществе, ввиду своей значимости и масштаба рассматриваются не как изолированные, местные вопросы, урегулирование которых обеспечит безопасность отдельной страны, а как глобальные и актуальные дилеммы социума. Ввиду этого экология, как относительно молодая (менее 200 лет) наука, изучающая взаимодействие живых организмов между собой и с их средой обитания, развивается интенсивно и по своей значимости в настоящий момент не уступает фундаментальным дисциплинам. Ее основополагающие истины в виде экологического образования преподаются в различных учреждениях образования, а экологические знания, предупреждающие людей о неблагоприятных последствиях, возникающих в результате потребительского отношения к окружающей среде, распространялись в различных сферах общества, в том числе и социальной – физической культуре [1]. В этой связи не так давно возникла отраслевая наука – экология физической культуры, которую в некоторых странах, в том числе СНГ, преподают как нормативную дисциплину для обучения студентов неэкологических специальностей и в учреждениях образования физического воспитания и спорта. Данная наука занимается экологическими проблемами в сфере физической культуры, находится в стадии формирования, имеет свой объект и предмет изучения, функции, принципы и т.д. В частности, основным объектом исследований экологии физической культуры является оценка состояния экосистем, на территориях и акваториях которых проводятся физкультурно-спортивные мероприятия, а также степень экологической безопасности физкультурно-спортивной деятельности как для окружающей природной среды, так и для человека. Предметом исследований данной науки является изучение взаимосвязей (их основных особенностей и развития) спортивно-физкультурной деятельности с окружающей природной средой, физическим развитием и здоровьем человека. В целом экологию физической культуры можно рассматривать как один из ее разделов, а именно как раздел, посвященный рассмотрению экологических аспектов теории и методики физической культуры и спорта [2].

В связи с вышеизложенным, нас интересовало мнение студентов учреждения образования «Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета (МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ) относительно вопросов, касающихся экологии физической культуры.

Цель исследования – изучить мнение студентов МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ о вопросах экологии физической культуры.

Методы исследования – анализ и обобщение литературных источников по проблеме исследования, анонимное анкетирование студентов 1–4 курсов МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ, методы математической статистики для обработки полученных данных анкетирования.

Результаты исследования и их обсуждение. Нами разработана анкета, включающая вопросы экологии физической культуры и необходимости экологического образования лицам, занимающимся физической культурой.

В анкетировании, которое проводилось анонимно в феврале 2022 года, приняло участие 205 студентов 1–4 курсов дневной формы получения образования. Среди них студентов 1 курса было 19,5 % (40 студентов), 2 курса – 41 % (84 студентов), 3 курса – 35 % (72 студентов) и 4 курса – 4,5 % (9 студентов).

На вопрос анкеты «Когда Вы занимаетесь физической культурой, влияет ли экология на Ваше самочувствие?», в котором непосредственно можно было выяснить влияние окружающей среды на самочувствие занимающихся студентов, были получены следующие результаты. Чуть больше трети респондентов – 36,6 % выбрали позицию анкеты «влияет», почти такое же количество студентов (37 %) ответили «не обращал(а) внимание», 16,6 % анкетируемых считают, что экология влияет на их самочувствие, когда они занимаются на свежем воздухе (позиция анкеты «влияет, когда занимаешься на улице»), а примерно 10 % (9,8 %) респондентов ответили «не влияет». Таким образом, примерно половина респондентов (53,2 % – позиции «влияет» и «влияет, когда занимаешься на улице») отметило влияние экологии на самочувствие при занятиях физическими упражнениями на улице, что соответствует современным представлениям экологии физической культуры.

Стоит отметить, что анализ полученных данных по курсам показал, что чаще всего позицию «влияет» выбирали студенты 1 и 4 курсов (50 % и 78 % соответственно), а ответ «не обращал(а) внимание» анкетируемые 2 и 3 курсов (40 % и 39 % соответственно). То есть студентам 1 курса, ввиду сенситивности рефлексии (новизна ощущений), возникшей на занятиях физической культурой, проще проследить закономерность «окружающая среда – самочувствие», а студентам 4 курса – вследствие опыта. В то же время в результате процессов адаптации, происходящих при систематических занятиях, студенты 2 и 3 курсов затрудняются проследить влияние экологии на самочувствие в рамках занятий по физической культуре.

На вопрос анкеты «На Ваш взгляд, какой процент занятий по физической культуре необходимо проводить на улице?» позицию «менее 20 %» выбрали 24,4 % студентов, «20–40 %» – 30,7 % респондентов, «40–60 %» – 28,8 % занимающихся и «более 60 %» – 16,1 % анкетируемых (таблица). В соответствии с учебной программой по дисциплине «Физическая культура» в МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ выделено следующее количество часов на занятия по физической культуре на улице: 1 курс – 33 % (46 часов), 2 курс – 21,6 % (30 часов), 3 курс – 33 %

(46 часов), 4 курсе – 38 % (54 часов) [3]). Такое распределение нагрузки соответствует желанию 1/3 анкетируемых (30,7 % студентов, позиция «20–40 %»). В то же время примерно половина студентов (44,9 % – позиции «40–60 %» и «и более 60») хотели бы чаще заниматься физической культурой на улице. Следует отметить, что занятия в зале требуют большей физической и функциональной подготовленности занимающихся (аэробно-анаэробной), чем на улице (аэробная нагрузка). То есть такое желание студентов разных курсов (таблица 1, позиции «40–60 %» и «более 60»), вероятно, обусловлено снижением функциональных возможностей из-за перенесения инфекции Covid-19 (постковидный синдром). В частности, одним из способов реабилитации людей с данными проблемами является систематическое дозированное выполнение нагрузки аэробной направленности на свежем воздухе [4].

Таблица – Ответы студентов по вопросу занятий на улице в %

Вариант ответа	Количество студентов, %				
	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	все респонденты
менее 20 %	18	18	32	45	24,4
20–40 %	45	38	32	11	30,7
40–60 %	27	25	19	33	28,8
более 60 %	10	19	17	11	16,1

На вопрос анкеты «Влияет ли проведение занятий физической культурой в экологически неблагоприятных условиях на состояние здоровья?» соотношение студентов по выбранным позициям было следующим: «влияет» – 82,9 %, «оказывает лишь незначительное влияние» – 12,7 % и «не влияет» – 4,3 %. В целом, почти все студенты (95,7 %) признают влияние экологически неблагоприятных условий среды на здоровье человека, что согласуется с фундаментальными данными экологии, при этом более трети из них (37 %, см. первый вопрос анкеты) не отслеживают самочувствие на занятиях по физической культуре.

Далее следовал вопрос, касающийся практического аспекта экологии физической культуры: «Необходимо ли проводить экологическую экспертизу территории, на которой проводятся занятия физической культурой?». На рисунке 1 представлены результаты анкетирования.

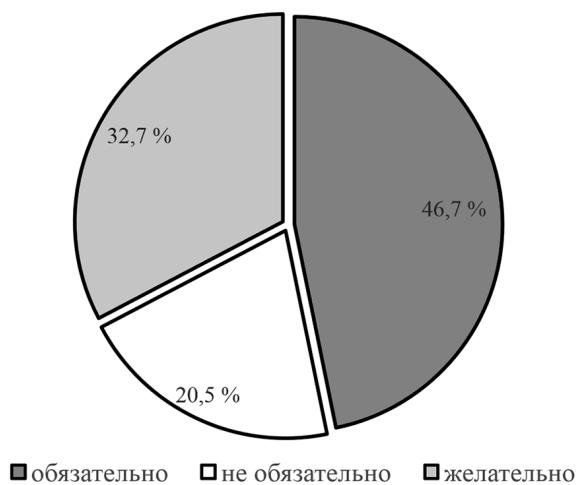


Рисунок 1 – Результаты анкетирования студентов по вопросу о необходимости проведения экологической экспертизы территории, на которой проводятся занятия физической культурой, %

Как оказалось, почти половина респондентов (46,8 %) выбрали позицию «обязательно», 1/5 студентов (20,5 %) – «не обязательно», а 1/3 анкетируемых (32,7 %) – «желательно» (рисунок 1). Следовательно, большая часть студентов (79,5 % – позиции анкеты «обязательно» и «желательно») хотела, чтобы проводилась экологическая экспертиза территории, на которой проводятся занятия физической культурой.

Более детальный анализ показал, что у респондентов всех курсов лидирующее положение занимала позиция «обязательно», но чаще всего ее выбирали студенты первого и четвертого курсов (67 % и 60 % соответственно). Вариант ответа «не обязательно» чаще всего встречался у студентов второго и третьего курсов (24 % и 22 % соответственно). Такая позиция, вероятно, обусловлена тем, что студенты именно этих курсов чаще всего не обращали внимание на влияние экологии на их самочувствие при занятиях физической культурой (см. первый вопрос анкеты).

Последний вопрос анкеты «Считаете ли Вы целесообразным давать знания по экологическому образованию лицам, занимающимся физической культурой?» позволил установить мнение респондентов о необходимости в ознакомлении с актуальными проблемами экологического образования людей, занимающихся физической культурой. На рисунке 2 представлены полученные результаты анкетирования студентов.

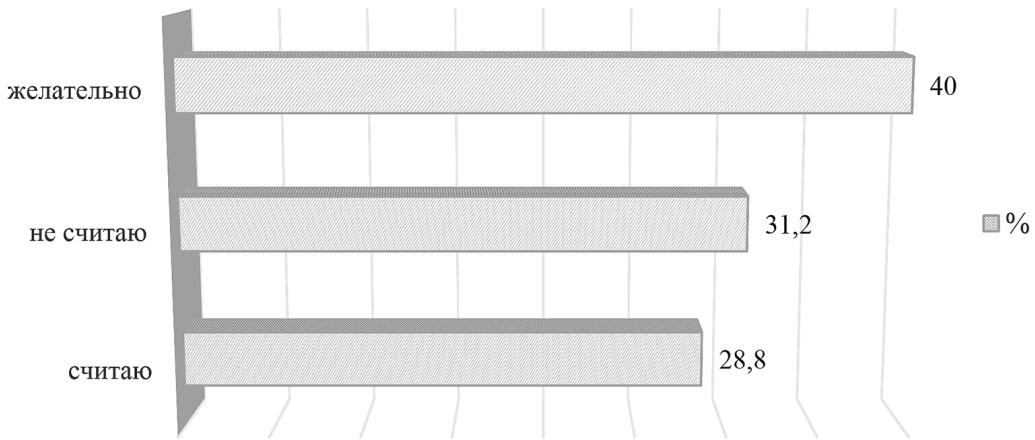


Рисунок 2 – Результаты анкетирования студентов по вопросу о целесообразности экологического образования для лиц, занимающихся физической культурой, %

Как оказалось (рисунок 2), 40 % студентов выбрали позицию анкеты «желательно», примерно одна треть (31,2 %) – «не считаю», а 28,2 % – «считаю». Интересно, что чаще всего считали необходимость экологического образования для занимающихся физической культурой именно студенты четвертого курса (56 %), а не считали так – анкетируемые первого курса (40 %). То есть, в процессе обучения и получения новых знаний об экологии студенты осознают необходимость в их получении и просвещении окружающих. В то же время студенты второго и третьего курсов чаще всего считают экологическое образования желательным для людей, занимающихся физической культурой (45 % и 40 %).

Таким образом, благодаря анкетированию студентов выявлены следующие результаты:

- 1) примерно половина респондентов отметило влияние экологии на самочувствие при занятиях физической культурой на улице;
- 2) примерно половина анкетируемых (44,9 % – позиции «40–60 %» и «более 60») хотели бы чаще заниматься физической культурой на улице, чем это указано в действующей программе;
- 3) большая часть студентов (79,5 %) хотела бы, чтобы проводилась экологическая экспертиза территории, на которой проводятся занятия физической культурой;
- 4) большинство респондентов (68,8 %) положительно относятся к вопросу получения знаний по экологическому образованию для лиц, занимающихся физической культурой.

Полученные данные указывает на понимание большинством студентов значимости экологии физической культуры в современном обществе, что, вероятно, обусловлено экологическими дисциплинами, преподаваемыми в МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дубровский, В.И. Экогигиена физической культуры и спорта / В.И.Дубровский, Ю.А. Рахманин, А. Н. Разумов. – М.: Владос. – 2008. – 551 с.
2. Склярова, Н. А. Экология физической культуры и спорта как наука и перспективы ее преподавания в вузах физического воспитания и спорта / Н.А. Склярова, О.И.Цыганенко // Физическое воспитание студентов. – 2012. – Режим доступа: <http://sportfiction.ru/articles/ekologiya-fizicheskoy-kultury-i-sporta-kak-nauka-i-perspektivy-ee-prepodavaniya-v-vuzakh-fizicheskogo-vospitaniya-i-sporta/>. – Дата доступа: 22.02.2022.
3. Физическая культура : электронное учебное пособие [Электронный ресурс] / М.М. Круталевич, О.Н.Онищук [и др.] ; под ред. М.М. Круталевича. – Электрон. дан. (12 Мб). – Минск : МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ, 2021. – Электрон. носитель.
4. Онищук, О.Н. Средства восстановления спортсменов после COVID-19 / О. Н. Онищук, А. В. Свирская, М. М. Круталевич, Н. А. Гришанович, О. К. Горбачева, О. В. Карась, Г. В. Антонов, А. М. Шахлай // Спорт высших достижений: интеграция науки и практики : материалы IV Международной научно-методической конференции посвященной XXXII летним Олимпийским играм в г. Токио, Уфа, 25 марта 2021 г. / Уфимский государственный нефтяной технический университет ; редкол.: Л. Р. Шарикова [и др.] ; отв. ред. Н. А. Красулина. – Уфа, 2021. – С. 123–126.