

медицинский журнал. – 2020. – № 16 (4). – С. 923–926. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-morfofunktsionalnogo-statusa-studentov-agrarnogo-universiteta> (дата обращения: 12.09.2022).

3. Онучин, Л.А. Спортивно-оздоровительная направленность занятий в профессионально-прикладной физической культуре студентов: учеб. пособие / Л. А. Онучин, Ю. А. Архипова, Н. С. Лешева, А. В. Шаронова, К. Н. Дементьев. – СПб., СПбГАСУ, 2019. – 82 с.

4. Онучин, Л. А. Особенности перспективного программирования профессионально-прикладной физической подготовки в творческом вузе. В сборнике: Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: Актуальные вызовы и ответы. Материалы межд. научно-практ. конференции, посвящ. памяти профес. В.Н. Зуева. / Л.А.Онучин, Ю.А. Архипова, А.С. Терещенко. – Тюмень, Вектор - Бук. - С. 212-216.

5. Пономарев, Г. Н. Физическая культура в высшем образовании – важная составляющая подготовки будущих специалистов / Г. Н. Пономарев, Я. В. Куванов, Д. В. Селюкин // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 3 – С. 12–14.

**УДК 796.03 : 379.8**

## **ВОВЛЕЧЕННОСТЬ МОЛОДЕЖИ ЮГОРСКОГО СЕВЕРА В РЕКРЕАЦИОННУЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ**

**Пащенко Лена Григорьевна,  
Волков Леонид Александрович**

Нижевартовский государственный университет,  
г. Нижневартовск, Россия

*Аннотация:* В статье представлены результаты социологического исследования, направленного на оценку вовлеченности молодых людей, проживающих в городах Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, в физкультурно-спортивную деятельность, осуществляемую самостоятельно во время досуга на открытом воздухе.

*Ключевые слова:* рекреация, мотивы, досуг, физическое состояние.

## **INVOLVEMENT OF THE YOUTH OF THE YUGRA NORTH IN RECREATIONAL PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ACTIVITIES IN THE OPEN AIR**

**Pashchenko Lena G.,  
Volkov Leonid A.**

Nizhnevartovsk State University, Nizhnevartovsk, Russia

*Abstract:* The article presents the results of a sociological study of the degree of involvement of young people living in the cities of the Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug –Ugra in physical culture and sports activities carried out independently in the open air.

*Keywords:* recreation, motives, leisure, physical condition.

**Актуальность.** Использование населением средств и форм физкультурно-спортивной направленности в условиях досуга позволяет решать задачи по оптимизации физического состояния людей, расширения их двигательных и познавательных способностей, формирования положительного и осознанного отношения к ведению здорового образа жизни. Самостоятельный

выбор индивидом вида занятий в соответствии с собственными потребностями и возможностями содействует формированию у него состояния субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью [9].

Активная государственная политика по развитию массовой физической культуры и спорта способствовала увеличению числа лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью [2]. Этому также содействовало создание в муниципалитетах физкультурно-спортивной среды, привлечение средств массовой информации к формированию у населения моды на физкультурно-спортивный стиль жизни [4]. Повышению популярности самостоятельно осуществляемой физкультурно-рекреационной деятельности содействовала пандемия COVID-19, в период которой были закрыты все спортивные объекты, фитнес-клубы, прекращены организованные занятия физической культурой и спортом в образовательных учреждениях.

Вместе с этим, для разработки программ активизации физкультурно-спортивной деятельности населения необходимо иметь представление о мотивах занятий двигательной активностью во время досуга, существующих барьерах, ограничивающих применение средств физической культуры и спорта на открытом воздухе жителями северных городов, проживающих в неблагоприятных климато-географических условиях.

**Цель исследования:** изучить показатели вовлеченности молодых людей, проживающих в городах Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, в физкультурно-спортивную деятельность, осуществляемую самостоятельно во время досуга на открытом воздухе.

**Методы и организация исследования.** В процессе исследования применялось анкетирование, состоящее из вопросов закрытой и открытой формы, позволяющее дать оценку вовлеченности индивида в физическую рекреацию в условиях городской среды (ссылка на анкету <https://docs.google.com/forms/d/1YjEoQEB63rfEq36TzhardHuMmoQhwNnQFgbHXrGw8zI/edit?usp=sharing>). В анкетировании, проводившемся в период с марта по май 2022 года приняли участие 960 испытуемых. Из общего числа респондентов была выделена группа лиц в возрасте от 18 до 25 лет в количестве 480 человек (53% – девушки, 47% – юноши), проживающих в городах ХМАО-Югры – г. Сургут, г. Нижневартовск, г. Ханты-Мансийск, чьи ответы были подвергнуты анализу. Обработка результатов осуществлялась методами математической статистики с использованием программы MS Excel.

**Результаты исследования.** Анализ данных литературных источников показал, что вовлеченность рассматривается в различных аспектах: правовом, управленческом, социальном, психолого-педагогическом [1, 6-8]. Е.С. Оськина и Т.Н. Леван под вовлеченностью в занятия по физической культуре подразумевают совокупность поведенческих и психологических характеристик занимающихся, объединяющих саму деятельность, мотивацию и отношение к ней, усилия, затрачиваемые при ее осуществлении, а также осмысленность и результативность совершаемых действий [5]. Мотивационный аспект вовлеченности в физкультурно-рекреационную деятельность связан с

реализацией личных индивидуальных интересов с учетом наклонностей и потребностей. Распространение этого вида физической культуры среди молодежи обусловлено полной свободой выбора содержания занятий, партнеров, внешней среды и др.

Анализ результатов анкетирования показал, что из 480 участников опроса используют средства физической культуры и спорта во время досуга 343 человека (71% от общего числа респондентов), при этом занятия на открытом воздухе практикует 201 человек (42% юношей и девушек, принявших участие в исследовании).

Изучение имеющегося опыта занятий спортом в прошлом, как показателя, призванного выполнять функцию стабилизации и стимулирования физической активности, содействующего сохранению и закреплению результатов двигательной деятельности [3], у лиц, занимающихся рекреационной физкультурно-спортивной деятельностью, показало, что 47% имеют стаж организованных занятий спортом более 5 лет. Отсутствует опыт занятий спортом у 10% респондентов. Следует отметить более высокую активность участия в мероприятиях по выполнению нормативов ВФСК ГТО среди тех, кто вовлечен в рекреационные занятия на открытом воздухе – 58% принимали участие в сдаче норм ГТО, что превышает средний показатель активности среди молодежи (39%).

Молодые люди, вовлеченные в физическую рекреацию на открытом воздухе, проявляют большую активность в приобретении нового двигательного опыта, что можно оценить по показателю участия в открытых физкультурно-спортивных тренировках, организуемых представителями фитнес-сообществ на открытом воздухе – 64% принимали участие в мастер-классах и занятиях по воркауту, кроссфиту, танцевальному фитнесу, йоге, кардиотренировкам. Отвечая на вопрос «Как Вы считаете, Ваших знаний достаточно для рационального использования физических упражнений для самосовершенствования?» утвердительно ответили 55%, отрицательно – 28%.

Анализ ответов о практикуемых во время досуга на открытом воздухе видах двигательной активности показал большое разнообразие: наиболее популярные у молодежи в теплое время года занятия бегом (72%), ходьбой (56%), спортивными играми (46%), катание на велосипедах (32%), занятия воркаутом (16%), на тренажерах (14%), занятия кроссфитом (9%). Менее популярны – катание на роликах, самокатах, скейтах, туристические походы, военно-прикладные виды, различные виды фитнеса, экстремальные виды спорта, плавание. В холодное время года количество молодых людей, практикующих занятия на открытом воздухе меньше – 24% ответили, что не занимаются на улице в осенне-зимний период. Из популярных видов можно выделить занятия бегом (33% опрошенных), ходьбой (29%), занятия лыжным спортом (27%), катание на коньках (28%), горных лыжах (12%), занятия хоккеем (8%). Помимо этого, молодежь также занимается туризмом, кроссфитом, военно-прикладными видами спорта, сноубордом, общей

физической подготовкой с использованием тренажеров, воркаутом. Также есть среди опрошенных любители моржевания (3%).

Анализ полученных ответов показал, что у 67% занятия носят систематический характер, у 33% – эпизодический. 66% респондентов, использующих средства физической культуры и спорта на открытом воздухе в свободное от учебы или работы время, отметили, что продолжительность этих занятий составляет 1-2 часа, у 25% – менее часа, у 5% – более 3 часов. 37% предпочитают заниматься в вечернее время, 13% – в утренние часы, 7% – в обеденный перерыв, 7% – в поздние вечерние часы, для 35% время суток не имеет существенного значения.

К числу причин, которые могут стать препятствием для занятий физической рекреацией на открытом воздухе, молодые люди отнесли: усталость (33%), ухудшение здоровья или самочувствия (40%), ухудшение погодных условий (34%), занятость на работе или учебе (49%), бродячие собаки (11%), отсутствие поблизости мест для занятий (15%). Ничего не может помешать занятиям в свободное время 23% респондентов.

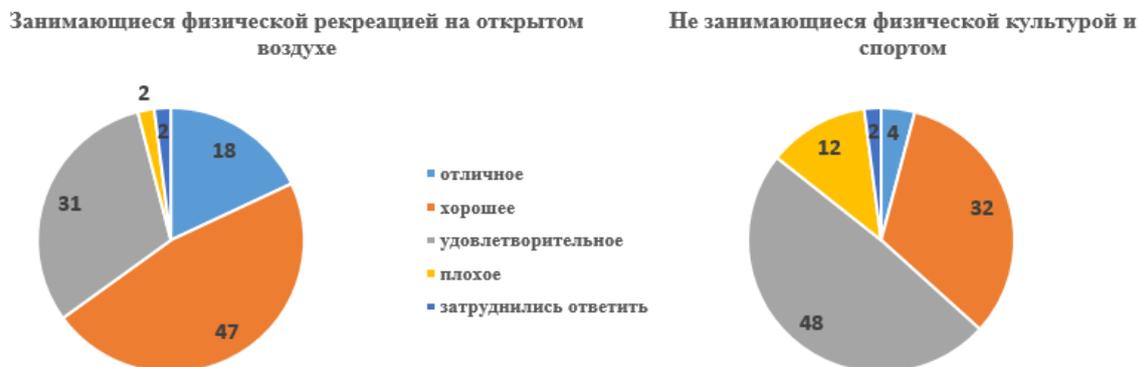
Для большинства юношей и девушек, вовлеченных в рекреационную физкультурно-спортивную деятельность, основным мотивом занятий является улучшение состояния здоровья – это отметили 70% участников анкетирования. Также важными мотивами являются возможность улучшить телосложение (64%), развитие или поддержание физических качеств (54%), улучшение самочувствия (46%), возможность получения положительных эмоций от занятий (44%). Вместе с этим, для 25% важным является возможность испытать себя, для 12% – достичь спортивных побед.

О большом внимании, уделяемом здоровью, констатирует следующий факт: лица, вовлеченные в рекреационную физкультурно-спортивную деятельность более осознанно относятся к собственному физическому состоянию: 58% следят за динамикой веса, 31% – за изменением показателей давления, 29% контролируют пульс, 27% отслеживают спортивные показатели, 35% проводят комплексные медицинские обследования и 16% не практикуют методы наблюдения за параметрами функционирования своего организма. Тогда как их сверстники, не занимающиеся физической культурой и спортом во время досуга, менее внимательны к своему здоровью: контролируют показатели веса 44%, давления – 26%, пульса – 19%, комплексные осмотры проходят 14%, и 30% не используют никакие способы контроля за своим состоянием.

Разницу можно обнаружить и в субъективной оценке состояния здоровья этих двух групп молодежи (рис. 1).

Юноши и девушки, вовлеченные в физическую рекреацию, более высоко оценивают собственное физическое состояние. Не смотря на имеющийся опыт участия в различных соревнованиях у 87% молодых людей, занимающихся физической рекреацией на открытом воздухе, только 54% респондентов готовы вступить в состязательные отношения с реальными соперниками. Именно этот контингент выразил согласие принять участие в соревнованиях по спортивным

играм (54%), состязаниях, сочетающих двигательные и интеллектуальные задания (54%), развлекательных массовых мероприятиях (56%), экстремальных видах (48%).



**Рис. 1. Субъективная оценка состояния здоровья лиц, вовлеченных в физическую рекреацию на открытом воздухе и сверстников, не занимающихся физической культурой и спортом**

Среди активных участников рекреационного физкультурно-спортивного движения выделяется группа лиц (15%), категорически отказывающаяся от участия в каких бы то ни было соревнованиях.

Из числа лиц, использующих средства физической культуры и спорта во время досуга, 58% не занимаются на открытом воздухе. Причинами, по которым молодые люди, вовлеченные в рекреативную физкультурно-спортивную деятельность не практикуют занятия на улице являются следующие: не хотят, чтобы на них смотрели (34%), чувствуют неловкость или неуверенность (27%), отсутствуют компаньоны (26%). Плохая погода, как причина отказа от занятий на открытом воздухе, отмечена у 4% опрошенных.

**Выводы.** Молодые люди, вовлеченные в занятия физической культурой и спортом в свободное от учебы или работы время, реализуют мотивы, связанные со здоровьем, расширяют собственное представление о направлениях физкультурно-спортивной направленности через участие в открытых тренировках. Четвертая часть физически активных юношей и девушек в зимний период избегает занятия двигательной активностью на открытом воздухе. Проведенное исследование показало, что молодежь, проживающая в северных городах, на фоне повышающейся популярности использования средств физической культуры и спорта во время досуга, недостаточно пользуется потенциалом рекреационной физкультурно-спортивной активности, осуществляемой на открытом воздухе, не смотря на ее доступность. Полученные результаты необходимо учитывать при разработке региональных программ активизации физкультурно-спортивной деятельности населения, проживающего в неблагоприятных климато-географических условиях.

**Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда и Правительства ХМАО-Югры № 22-28-20241, <https://rscf.ru/project/22-28-20241/>**

### Список литературы

1. Вельмисова, Д. В. Управление ИА основе ценностей как инструмент повышения вовлеченности персонала / Д. В. Вельмисова // Вестник факультета управления СПбГЭУ. – 2017. – № 1-2. – С. 450-456.
2. Оценка вовлеченности молодежи в физическую рекреацию в условиях городской среды / С. А. Давыдова, Л. Г. Пашенко, А. Ю. Николаев, А. С. Хорькова // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 7. – С. 44-46.
3. Логинов, С. И. Роль интенционного компонента мотивации в процессе приобщения студентов к физической активности на основе теории поведения / С. И. Логинов // Вестник Сургутского государственного университета. – 2017. – № 4(18). – С. 34-45.
4. Манжелей, И. В. Средовый подход в организации физкультурно-спортивной работы с населением / И. В. Манжелей, С. В. Иванова // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 12. – С. 61-65.
5. Осокина, Е. С. Разработка инструментария всероссийского социологического исследования вовлеченности обучающихся в занятия по предмету (дисциплине) «Физическая культура» / Е. С. Осокина, Т. Н. Леван // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 4(134). – С. 198-207. – DOI 10.5930/issn.1994-4683.2016.04.134.p198-207.
6. Пашенко, Л. Г. Оценка вовлеченности в деятельность по выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО студентов вуза / Л. Г. Пашенко // Вестник Томского государственного университета. – 2020. – № 459. – С. 213-220. – DOI 10.17223/15617793/459/26.
7. Фильченкова, И.Ф. Методология и технологии вовлечения в инновационную деятельность преподавателей вуза: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: (13.00.08) / И.Ф. Фильченкова; Нижегородский гос. пед. ун-т; Балтийский федер. ун-т. – Калининград, 2017. – 45 с.
8. Шевченко, Н.П. Уголовная ответственность за вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления: автореф. дис. ... канд. юрид. наук : (12.00.08) / Н.П. Шевченко; Ставроп. гос. ун-т. – Ставрополь, 2003. – 24 с.
9. Физкультурно-рекреационная деятельность: понятие, содержательные компоненты / М. А. Эльмурзаев, К. Ш. Дунаев, М. К. Дунаев, Т. С. Шаухалов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 1(143). – С. 227-232.

УДК 796.012.1

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА ОТДЕЛЕНИЙ ФМО И ИО-ИИ ВЛАДИМИРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

**Песчанова Светлана Александровна,  
Ишухин Валерий Федорович**

Владимирский государственный университет  
им. А.Г. и Н.Г. Столетовых, г. Владимир, Россия

**Аннотация.** В статье представлен материал, который отражает процесс педагогического наблюдения и регистрации полученных результатов по физической подготовленности студенток, поступивших в педагогический институт ВлГУ на отделения физико-математическое образование и история, обществознание и иностранный язык.

**Ключевые слова:** сравнительный анализ, студентки, педагогическое тестирование, тесты физическая подготовленность.