

## **ВОЗРАСТНАЯ ДИНАМИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ**

*Аринчина Н.Г., Аниськова О. Е., Забело Е. И.*  
*Белорусский государственный университет физической культуры,  
Минск, Республика Беларусь*

*Аннотация.* В статье представлена возрастная динамика показателей функционального и психологического состояния студентов первого и четвертого курсов в процессе получения образования в УВО спортивного профиля. Определены особенности уровней личностного развития и психологического состояния студентов, выявлены характерные черты психофизиологического и психосоциального состояния студентов-спортсменов. Получены характеристики особенностей функционального состояния студентов Белорусского государственного университета физической культуры.

*Ключевые слова:* психологическое состояние, личностное развитие, психосоциальное и психофизиологическое состояние, студенты-спортсмены.

В настоящее время актуальной проблемой для государства является здоровье нации, имеющее, к сожалению, тенденцию к ухудшению. Эта проблема затрагивает и студенческую молодёжь, которая является будущим социально-экономическим, интеллектуальным, творческим потенциалом страны. По уставу Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Наше общество нуждается в здоровых, активных, творческих личностях, готовых реализовывать себя во всех жизненных сферах, в первую очередь – в профессиональной деятельности. Выбрав для себя будущую профессию и поступив в университет, студент полон энергии и стремления воплотить себя в учёбе, быть активным в студенческой жизни. Он старается получить максимум знаний, умений и навыков, которые, как он предполагает, будут полезны ему в будущем. Однако желание студентов самореализоваться, их потенциал, стремления, энтузиазм за годы обучения снижаются [1, 2]. Возможно это связано с информационной перегрузкой, возникающая при изучении многочисленных учебных дисциплин, научный уровень и информационный объём которых все время возрастает. Негативный отпечаток накладывает также длительная и напряжённая умственная работа, а в учреждениях высшего образования (УВО) спортивного профиля и интенсивная физическая активность, стресс – в экзаменационный период и многие другие факторы.

Цель исследования – выявить возрастную динамику показателей функционального и психологического состояния студентов в процессе получения образования в УВО спортивного профиля.

Материал и методики. Обследовано 200 студентов, обучающихся в Белорусском государственном университете физической культуры, возраст которых находился в диапазоне: от 17 лет до 24 лет. Все студенты были разделены на две группы: в первую группу было включено 80 студентов первого курса; во вторую группу было включено 120 студентов четвертого курса.

Методики: «Отношение к патриотическим ценностям» (модифицированная методика диагностики личностного роста И.В. Кулешова, П.В. Степанова, Д.В. Григорьева) [3]; «Уровень самооценки отдельных факторов личности» [4]; «Коммуникативная толерантность» В.В. Бойко [5]; «Оценка индивидуального качества жизни» И.В. Мащенко [6]; «Опросник формально–динамических свойств индивидуальности» В.М. Русалова [7, С. 117–131]; «Оценка функционального состояния студентов, определение их адаптационного потенциала» Р.М. Баевского, И.П. Берсеновой [8].

Определены особенности уровней личностного развития студентов. Для студентов первого курса было характерно ситуативно-позитивное отношение к труду, культуре, знаниям, к людям других наций, рас и относительно невысокие позитивные показатели отношения к Отечеству, к своему внутреннему миру. Для студентов четвертого курса было характерно ситуативно-позитивное (менее выраженное, чем у студентов первого курса) отношение к труду, культуре, к людям других национальностей. Отмечались невысокие, однако позитивные показатели отношения к Земле (экология), отношения к своему телесному «Я» (считают здоровье естественной непреходящей данностью, которую не надо поддерживать).

Определены особенности психологического состояния студентов. Студенты первого курса имели следующие особенности: высокую выраженность таких качеств, как нравственность, самостоятельность, экстраверсию; среднюю выраженность таких качеств как воля, креативность, гармоничность, а также высокий уровень общей самооценки позитивных аспектов личности. Эти студенты обладали высоким уровнем общей коммуникативной толерантности, то есть имели значительную терпимость к другим лицам, к особенностям их состояний; умели прощать ошибки других, умели скрывать свои неприятные эмоции. Студенты четвертого курса имели достоверно более низкий уровень общей коммуникативной толерантности, имели большую нетерпимость к другим, часто использовали себя в качестве эталона поведения, не скрывали своих неприятных эмоций, не умели прощать ошибки других и приспособляться к ним. Эти студенты также имели достаточно высокий уровень нравственности и средний уровень остальных качеств, однако более низкий показатель позитивных личностных качеств.

Выявлены особенности психосоциальных характеристик обследованных студентов. Студенты первого курса имели следующие особенности: они имели высокий интерес к жизни, учёбе, к перспективам дальнейших достижений, на

фоне относительно невысокой удовлетворённости своим прошлым, настоящим; невысокой социальной удовлетворённости и низким уровнем восприятия своего имеющегося качества жизни. Студенты четвёртого курса имели более низкий уровень удовлетворённости различными жизненными сферами, сниженный интерес к жизни, учёбе; имели сниженный уровень притязаний, сниженную удовлетворённость здоровьем и социальную удовлетворённость; имели низкий уровень восприятия имеющегося качества жизни.

Определены особенности психофизиологического состояния студентов. Студенты первого курса имели следующие особенности: высокую двигательную эргичность – высокую потребность в движениях, «жажду» психомоторной деятельности, стремление испытывать физические нагрузки, ощущение избытка физических сил, высокой мышечной работоспособности. Эти студенты также имели высокую скорость мыслительных процессов, быструю вербализацию, быструю речь, высокий индекс психомоторной активности. Студенты четвёртого курса имели повышенную чувствительность к неудачам в области переносимости физических нагрузок, имели более низкий уровень двигательной эргичности; меньшую скорость мыслительных процессов; сниженный индекс психомоторной активности, индекс общей активности и индекс общей адаптивности.

Получены характеристики особенностей функционального состояния студентов. Студенты первого курса имели основные показатели в пределах нормы. Тип саморегуляции кровообращения – сосудистый, достаточно экономичный. Нормальный уровень резервных возможностей сердечно-сосудистой системы. Адаптационный потенциал соответствует уровню хорошей адаптации. Студенты четвёртого курса также имели основные функциональные показатели в пределах нормы. Тип саморегуляции кровообращения – менее оптимальный для деятельности сердечно-сосудистой системы. Отмечалось некоторое снижение функциональных возможностей. Адаптационный потенциал был более низкий, соответствовал удовлетворительной адаптации. Отмечался достоверно более высокий уровень артериального давления систолического, артериального давления среднего и пульсового, более высокий минутный объём кровообращения на фоне ухудшения адаптационных возможностей.

Таким образом, выявлена относительно негативная возрастная динамика показателей психологического и психосоциального, а также функционального состояния студентов, обучающихся в УВО спортивного профиля.

#### Литература

1. Гапонова, С. А. Особенности адаптации студентов вузов в процессе обучения / С. А. Гапонова // Психологический журнал. – 1994. – №3. – С. 131.
2. Гуменный, В. С. Комплексный контроль физической подготовленности студентов политехнических ВУЗов / В. С. Гуменный, Т. И.

Лошицкая // Физическое воспитание студентов творческих специальностей ХГАДИ (ХХПИ). – Харьков. - 2003. – № 4. – С. 97-104.

3. Степанов, П. В. Диагностика и мониторинг процесса воспитания в школе / П. В. Степанов, Д. В. Григорьев, И. В. Кулешова; под ред. Н. Л. Селивановой, В. М. Лизинского. – М.: Академия, 2003. – 83 с.

4. Мотков, О. И. Самооценка личности / О. И. Мотков. – М.- 2006. – 13 с.

5. Психодиагностика толерантности личности / Г. У. Солдатова [и др.]. – М.: Смысл, 2008. – 172 с.

6. Машенко, И. В. Метод оценки индивидуального качества жизни / И. В. Машенко. – Минск : БелМАПО. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.belmaro.by>. – Дата доступа: 01.04.2010.

7. Ратанова, Т. А. Психодиагностические методы изучения личности: учеб. пособие / Т. А. Ратанова, Н. Ф. Шляхта. – М.: Флинта, 1998. – 264 с.

8. Цингер, В. М. Оценка адаптационного потенциала организма спортсмена на различных этапах спортивных тренировок / В. М. Цингер, Д. В. Дугарова // Вестник Бурятского государственного университета. – 2011. – №13. – С. 159-162.