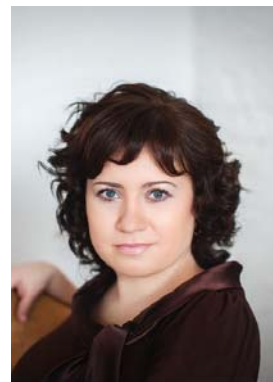
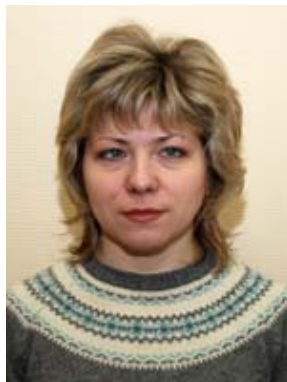


Культура физическая и здоровье. 2022. № 3 (83). С. 53–57.
Physical Culture and Health. 2022, 83 (3), 53–57.

Научная статья
УДК 796.332:591.555.11
DOI: 10.47438/1999-3455_2022_3_53

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ В НЕПРОФИЛЬНОМ ВУЗЕ



Олег Владимирович Антипов¹, Татьяна Анатольевна Сидоренко²,
Марина Сергеевна Лукова³

Московская государственная академия ветеринарной медицины и биотехнологии –
МВА имени К. И. Скрябина¹
Москва, Россия
Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина^{2,3}
Рязань, Россия

¹ Кандидат биологических наук, доцент кафедры физического воспитания,
тел.: +7(903)580-28-14, e-mail: antipov_ov@bk.ru,
ORCID 0000-0001-9387-8186

² Кандидат педагогических наук, доцент кафедры медико-биологических и психологических
основ физического воспитания
тел.: +7(980)564-96-64, e-mail: t.sidorenko@365.rsu.edu.ru,
ORCID 0000-0002-1136-9327

³ Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии,
тел.: +7(903)836-92-51, e-mail: lmaris@mail.ru,
ORCID 0000-0002-5098-8075

Аннотация. В статье дается анализ психофизиологических характеристик студентов, занимающихся футболом в непрофильном вузе. Обследованы студенты в возрасте 18-19 лет, обучающиеся в высшем учебном заведении. Экспериментальные группы составили студенты, занимающиеся футболом. Исследованы показатели концентрации, устойчивости и переключаемости внимания, личностной и ситуативной тревожности, потребности в достижении, эмоционального состояния и настроение; измерена скорость времени реакции. На начальном этапе исследования статистически значимых различий между результатами контрольной и экспериментальной групп не выявлено, однако итоговая диагностика показала, что занятия футболом влияют на личности студентов. У юношей опытной группы потребность в достижении была выше, время простой двигательной реакции у было меньше, показатель активности – выше. У девушек, занимающихся футболом, показатель личностной тревожности был ниже, потребность в достижении была выше, время простой двигательной реакции – меньше.

Ключевые слова: психофизиологические характеристики, физическая культура и спорт, студенты, футбол, непрофильный вуз.

Для цитирования: Антипов О.В., Сидоренко Т.А., Лукова М.С. Особенности психофизиологических характеристик студентов, занимающихся футболом в непрофильном вузе // Культура физическая и здоровье. 2022. № 3 (83). С. 53–57. DOI: 10.47438/1999-3455_2022_3_53

Введение

Футбол является самой популярной игрой, которая является самым доступным средством физического воспитания для разного возраста и многогранной по своему влиянию на человека. Этот игровой вид спорта наиболее востребован и в студенческой среде. В настоящее время футбол, его разновидности и элементы

активно внедряют в учебный процесс в непрофильных вузах [4; 6; 7].

В процессе занятий футболом воспитывается чувство дружбы, взаимопомощи и взаимоподдержки, развивается так же и дисциплина, уважение и ответственность. При этом можно проявлять и определенные личные качества, например, лидерство, инициативу, творчество и определенную самостоятельность [1; 3].

© Антипов О.В., Сидоренко Т.А., Лукова М.С., 2022

Происходит и овладение сложными техническими и тактическими приемами при индивидуальных и групповых действиях. Занимающемуся приходится преодолевать усталость и боль даже в неблагоприятных погодных условиях, что, несомненно, способствует воспитанию у обучающихся и волевых качеств [2; 5].

Большую роль в развитии студента во время занятий физической культурой играет мотивация. Она ведет обучающегося к поставленной цели, является стержнем личности. Студенты, занимающиеся футболом, приобретают важные личностные качества, обеспечивающие успешность своего профессионального развития. Через игру они приобщаются к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни [2; 8].

К проблемам влияния игровых видов спорта на физическое развитие, психическую устойчивость, показатели внимания, мотивацию достижения и других качеств личности студентов обращались многие ученые, но в целом, можно констатировать, что влияние занятий футболом на формирование личности студентов изучено недостаточно.

Материалы и методы исследования

Цель нашего исследования – психофизиологических характеристик студентов, занимающихся футболом.

Задачи исследования:

1. Оценить уровень эмоционального состояния и мотивации достижения у обучающихся.
2. Исследовать основные характеристики внимания у студентов.
3. Определить педагогические возможности формирования личности студентов в процессе спортивной подготовки.

Исследование проводилось на базе Московской ветеринарной академии). Выборка исследования сформирована из числа студентов данного вуза. Обследованы студенты в возрасте 18-19 лет в количестве 40 человек.

Экспериментальные группы составили студенты, занимающиеся в основной группе по дисциплине «Физическая культура и спорт», выбравшие футбол (по 10 юношей и девушек). Контрольные группы составили студенты того же возраста, занимающиеся в основной группе по общей физической подготовке, в соответствии со стандартным календарно-тематическим планом.

Показатели концентрации, устойчивости и переключаемости внимания исследованы с помощью корректурной пробы Бурдона-Анфимова; личностная и ситуативная тревожность изучены с использованием опросника Спилбергера Ч.Д., адаптированного на русский язык Ханиным Ю.Л.; оценка умственной работоспособности определена по методике Э. Крепелину; эмоциональное состояние и настроение были оценены с использованием методики САН (самочувствие, активность, настроение); потребность в достижении исследована с помощью опросника Юрлова Ю.М.; скорость времени реакции измерена с помощью теста на интеллективном портале методик саморазвития и достижения успеха [9].

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты исследования юношей представлены в таблице 1. Анализ полученных данных показал, что у юношей опытной группы потребность в достижении была достоверно выше, чем у сверстников в контрольной группе: $13,4 \pm 0,52$ балла против $11,5 \pm 0,54$, соответственно ($p < 0,05$). Стоит отметить, что количество совершенных ошибок (пропусков или ошибочных зачеркиваний) в процессе выполнения было ниже в опытной группе. Этот показатель характеризует потребность личностного роста. Личность, имеющая высокую мотивацию к достижению цели, характеризуется высокой самооценкой и активностью. Такие студенты более настойчивы, готовы принять на себя ответственность в неизвестных ранее ситуациях, проявляют упорство и стремятся достичь поставленных целей.

Таблица 1 – Психофизиологические характеристики юношей, $M \pm \sigma$

Показатели	Контрольная группа, n=10	Опытная группа, n=10
1. Ситуативная тревожность, баллы	$39,2 \pm 3,28$	$35,2 \pm 2,42$
2. Личностная тревожность, баллы	$42,9 \pm 2,79$	$39,1 \pm 1,97$
3. Потребность в достижении, баллы	$11,5 \pm 0,54$	$13,4 \pm 0,52^*$
4. Время реакции, мкс	$331,7 \pm 11,35$	$301,3 \pm 8,9^*$
5. Концентрация внимания, ед.	$262,2 \pm 53,03$	$288,1 \pm 47,89$
6. Устойчивость внимания, ед.	$3,72 \pm 0,28$	$3,57 \pm 0,26$
7. Переключаемость внимания, ед.	$20,61 \pm 2,34$	$18,37 \pm 2,71$
8. Объем внимания, кол-во знаков	$1157 \pm 88,21$	$1209,4 \pm 73,51$
9. Коэффициент работоспособности	$1,15 \pm 0,26$	$1,07 \pm 0,18$
10. Самочувствие, баллы	$5,55 \pm 0,21$	$5,34 \pm 0,13$
11. Активность, баллы	$5,71 \pm 0,08$	$6,09 \pm 0,12^*$
12. Настроение, баллы	$5,84 \pm 0,18$	$5,95 \pm 0,14$
13. САН общий, средний балл	$5,70 \pm 0,09$	$5,79 \pm 0,11$

* $p < 0,05$

Время простой двигательной реакции у юношей опытной группы было статистически значимо меньше, чем в контрольной группе ($301,3$ мкс против $331,7$ мкс; $p < 0,05$). Студенты-футболисты характеризовались более высокой скоростью сенсомоторного реагирования. Стоит отметить, что при проведении данного тестирования, количество совершенных ошибок было меньше в опытной группе. Можно предположить, что установленное лучшее время реакции является итогом систематических занятий игровым видом спорта.

Установлено, что показатель активности у студентов, занимающихся футболом, был достоверно выше, чем у сверстников из контроля: $6,09 \pm 0,12$ против $5,71 \pm 0,08$, соответственно ($p < 0,05$). Этот параметр свидетельствует о том, что студенты-футболисты более активны, инициативны и стремительны.

Показатели ситуативной и личностной тревожности в обеих испытуемых группах находились на среднем уровне. Набранные баллы свидетельствуют об умеренной тревожности у обучающихся.

Показатель концентрации внимания в опытной группе был выше на $9,8\%$, чем в контрольной.

Значения устойчивости внимания и переключаемости внимания в обеих группах не имело существенных различий и отмечается как высокое (оценка в пределах 3-4 ед.).

Отмечается высокая переключаемость внимания в обеих группах.

Показатель объема внимания у студентов-футболистов был выше. Они в среднем просматривали на 4,5 % больше знаков, чем студенты контрольной группы.

Оценка умственной работоспособности характеризуется коэффициентом работоспособности. Данный показатель в опытной группе был ниже. Это говорит о том, что у этих юношей, занимающихся футболом, быстрее происходит вработываемость и они могут трудиться дольше без наступления утомления.

Результаты исследования девушек представлены в таблице 2. Анализ полученных данных показал, что у студенток, занимающихся футболом, показатель личностной тревожности был достоверно ниже, чем у девушек из контрольной группы ($p < 0,05$). У студенток-футболисток отмечается умеренный уровень личностной тревожности, в отличие от сверстниц, у которых данный показатель находится на границе с высоким значением.

Потребность в достижении у девушек опытной группы была достоверно выше, чем у сверстниц из контрольной группы: $12,9 \pm 0,62$ балла против $10,5$, соответственно ($p < 0,05$). Данный показатель говорит о том, что девушки, выбравшие футбол, имеют более высокую самооценку, они более настойчивы и стремятся достичь результата и стараются не останавливаться на достигнутом.

Таблица 2 – Психофизиологические характеристики девушек, $M \pm \sigma$

Показатели	Контрольная группа, $n=10$	Опытная группа, $n=10$
1. Ситуативная тревожность, баллы	$39,0 \pm 1,05$	$37,8 \pm 1,42$
2. Личностная тревожность, баллы	$44,8 \pm 1,16$	$41,1 \pm 1,27^*$
3. Потребность в достижении, баллы	$10,5 \pm 0,34$	$12,9 \pm 0,62^*$
4. Время реакции, мкс	$386,5 \pm 6,63$	$358,5 \pm 9,04^*$
5. Концентрация внимания, ед.	$256,7 \pm 30,24$	$263,6 \pm 23,95$
6. Устойчивость внимания, ед.	$3,48 \pm 0,19$	$3,67 \pm 0,21$
7. Переключаемость внимания, ед.	$20,49 \pm 1,74$	$21,91 \pm 1,8$
8. Объем внимания, кол-во знаков	$985,5 \pm 55,8$	$979,9 \pm 81,49$
9. Коэффициент работоспособности	$1,18 \pm 0,09$	$1,16 \pm 0,15$
10. Самочувствие, баллы	$5,25 \pm 0,13$	$5,37 \pm 0,10$
11. Активность, баллы	$5,36 \pm 0,11$	$5,51 \pm 0,05$
12. Настроение, баллы	$5,56 \pm 0,16$	$5,32 \pm 0,11$
13. САН общий, средний балл	$5,39 \pm 0,10$	$5,40 \pm 0,07$

* $p < 0,05$

Время простой двигательной реакции у девушек опытной группы было статистически значимо меньше, чем в контрольной группе ($358,5 \pm 9,04$ мкс против $386,5 \pm 6,63$ мкс; $p < 0,05$). В процессе тестирования студентки-футболистки совершали меньше ошибок. Они обладают более высокой скоростью сенсомоторного реагирования.

Несмотря на то, что уровень ситуативной тревожности в опытной группе был ниже, рассматриваемый показатель в обеих группах имел средние (умеренные) значения. Значения концентрации, объема, устойчивости и переключаемости внимания в опытной и контрольной группе не имели существенных различий. По двум последним показателям в обеих группах отмечаются высокие значения.

Стоит отметить, что коэффициент работоспособности у девушек-футболисток был ниже, чем у сверстниц из контрольной группы. У них вработывание происходило быстрее и процесс утомления наступал позже.

Выводы

На начальном этапе исследования статистически значимых различий между результатами контрольной и экспериментальной групп не выявлено, однако итоговая диагностика показала, что занятия футболом влияют на личности студентов.

Проведенное исследование показало, что личности студентов, занимающихся футболом, характеризуются более высоким уровнем мотивации достижения, меньшим временем простой двигательной реакции, низким уровнем тревожности, большей активностью. Занятия футболом в непрофильном вузе по дисциплине «Физическая культура и спорт» будут эффективными для формирования личности студентов.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Антипов О.В., Лукова М.С. Психофизиологические характеристики студентов, занимающихся футболом // Сборник материалов межрегиональной научно-практической конференции с международным участием «Актуальные вопросы физической культуры и спорта», - Рязань: РГУ имени С.А. Есенина, 2021. С.10-12
2. Антипов О.В., Суханова Е.Ю., Гежа Р.В. Формирование личности студента при помощи игровых видов спорта (на примере футбола) // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: гуманитарные науки. 2021. №3. С. 32-37.
3. Боженко Я.А. Влияние игры в футбол на физическое и психологическое развитие личности // Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции «Тенденции развития психологии, педагогики и образования», - Казань: Инновационный центр развития образования и науки, 2016. С.46-48.
4. Гежа Р.В., Сурков А.М., Антипов О.В. Особенности физического воспитания студентов не физкультурного вуза // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: гуманитарные науки. 2021. №3. С. 65-70.

5. Жукова И. В. Роль командных видов спорта в физическом воспитании студентов в непрофильных вузах // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2018. №4. С. 47-49.
6. Клычков А.А., Помазов Д.А. Футбол как базовое средство физического воспитания студентов // Материалы VIII Международного молодежного форума «Образование, наука, производство», - Белгородский ГТУ им. В.Г. Шухова, 2016. С. 3647-3652.
7. Мамажанов М.О. Футбол как социальный феномен молодежи // Вопросы педагогики. 2019, №4-2. С.154-156.
8. Петрушевский Д.А. Влияние спортивных игр на формирование личностных особенностей занимающихся // Молодой ученый. 2015. №21. С. 718-720.
9. Психологические тесты для профессионалов / авт.- сост Н.Ф. Гребень. Минск : Современ. шк., 2007. 496 с.

References

1. Antipov O.V., Lukova M.S. *Psikhofiziologicheskie kharakteristiki studentov, zanimayushchikhsya futbolom* [Psychophysiological characteristics of students involved in football]. *Sbornik materialov mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem "Aktual'nye voprosy fizicheskoy kul'tury i sporta"* [Proc. Int. Symp. "Topical issues of physical culture and sports"], Ryazan', 2021, pp. 10-12.
2. Antipov O.V., Sukanova E.Yu., Gezha R.V. *Formirovaniye lichnosti studenta pri pomoshchi igrovyykh vidov sporta (na primere futbola)* [Formation of a student's personality with the help of game sports (for example, football)]. *Sovremennaya nauka: aktual'nye problemy teorii i praktiki. Seriya: gumanitarnye nauki.* [Modern science: actual problems of theory and practice. Series: Humanities.], 2021, no.3, pp.32-37.
3. Bozhenko Ya.A. *Vliyanie igry v futbol na fizicheskoye i psihologicheskoye razvitiye lichnosti* [The influence of playing football on the physical and psychological development of the individual]. *Sbornik nauchnykh trudov po itogam mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferencii "Tendencii razvitiya psihologii, pedagogiki i obrazovaniya"* [Proc. Int. Symp. "Trends in the development of psychology, pedagogy and education"], Kazan', 2016, pp.46-48.
4. Gezha R.V., Surkov A.M., Antipov O.V. *Osobennosti fizicheskogo vospitaniya studentov ne fizkul'turnogo vuza* [Features of physical education of non-physical education university students]. *Sovremennaya nauka: aktual'nye problemy teorii i praktiki. Seriya: gumanitarnye nauki.* [Modern science: actual problems of theory and practice. Series: Humanities.], 2021, no.3, pp.65-67.
5. Zhukova I.V. *Rol' komandnykh vidov sporta v fizicheskoy vospitanii studentov v neprofil'nykh vuzakh* [The role of team sports in physical education of students in non-core universities]. *Mezhdunarodnyy zhurnal gumanitarnykh i estestvennykh nauk* [International Journal of Humanities and Natural Sciences], 2018, no.4, pp.47-49.
6. Klychikov A.A., Pomazov D.A. *Futbol kak bazovoye sredstvo fizicheskogo vospitaniya studentov* [Football as a basic means of physical education of students]. *Materialy 8 Mezhdunarodnogo molodezhnogo foruma "Obrazovanie, nauka, proizvodstvo"* [Proc. 8th Int. Symp. "Education, science, production"], Belgorod, 2016, pp. 3647-3652.
7. Mamazhanov M.O. *Futbol kak social'nyy fenomen molodezhi* [Football as a social phenomenon of youth]. *Voprosy pedagogiki* [Questions of pedagogy], 2019, no. 4, pp. 154-156.
8. Petrushevskiy D.A. *Vliyanie sportivnykh igr na formirovaniye lichnostnykh osobennostey zanimayushchikhsya* [The influence of sports games on the formation of personal characteristics of students]. *Molodoj uchenyj* [Young scientist], 2015, no.21. – pp. 718-720.
9. Greben' N.F. *Psikhologicheskie testy dlya professionalov* [Psychological tests for professionals]. Minsk, Sovrem. shk., 2007. 496 p.

Поступила в редакцию 06.07.2022
Подписана в печать 29.09.2022

Original article
UDC 796.332:591.555.11
DOI: 10.47438/1999-3455_2022_3_53

FEATURES OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS INVOLVED IN FOOTBALL AT A NON-CORE UNIVERSITY

Oleg V. Antipov ¹, Tatyana A. Sidorenko ², Marina S. Lukova ³

*Moscow State Academy of Veterinary Medicine and Biotechnology –
MBA named after K. I. Scriabin
Moscow, Russia¹*

*Ryazan State University named after S.A. Yesenin ^{2, 3}
Ryazan, Russia*

¹ *PhD of Biology, Associate Professor, Department of Physical Education
ph.: +7(903)580-28-14, e-mail: antipov_ov@bk.ru
ORCID 0000-0001-9387-8186*

² *PhD of Pedagogy, Associate Professor, Department of Biomedical and Psychological foundations
of Physical education
ph.: +7(980)564-96-64, e-mail: t.sidorenko@365.rsu.edu.ru
ORCID 0000-0002-1136-9327*

³ *PhD of Psychology, Associate Professor, Department of General Psychology
ph.: +7(903)836-92-51, e-mail: lmaris@mail.ru
ORCID 0000-0002-5098-8075*

Abstract. The article analyzes the psychophysiological characteristics of students involved in football at a non-core university. Students aged 18-19 years studying at a higher educational institution were examined. The experimental

groups were made up of football students. The indicators of concentration, stability and switchability of attention, personal and situational anxiety, the need for achievement, emotional state and mood were studied; the speed of reaction time was measured. At the initial stage of the study, there were no statistically significant differences between the results of the control and experimental groups, but the final diagnosis showed that football classes affect the personality of students. In the boys of the experimental group, the need for achievement was higher, the time of a simple motor reaction was less, the activity index was higher. The girls involved in football had a lower indicator of personal anxiety, the need for achievement was higher, the time of a simple motor reaction was less.

Key words: psychophysiological characteristics, physical culture and sports, students, football, non-core university.

Cite as: Antipov O. V., Sidorenko T. A., Lukova M. S. (2022) Features of psychophysiological characteristics of students involved in football at a non-core university. *Physical Culture and Health*. (3), 53–57. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2022_3_53.

Received 06.07.2022
Accepted 29.09.2022