

Усцелемов Сергей Валерьевич, Вдовина Людмила Александровна, Аржаева Татьяна Максимовна
**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ УРОВНЯ СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СТУДЕНТОВ В
ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ**

В статье обосновывается актуальность исследования психических состояний студентов ФГБОУ ВО "Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова". В результате диагностики уровня ситуативной тревожности студентов профильных и непрофильных направлений подготовки как состояния их эмоциональной готовности к практике установлена взаимосвязь между двигательной активностью и стабильностью психических состояний, выявлена и обоснована необходимость занятий физическими упражнениями в целях сохранения и укрепления здоровья.

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/2/2016/11-1/61.html

Источник

Филологические науки. Вопросы теории и практики

Тамбов: Грамота, 2016. № 11(65): в 3-х ч. Ч. 1. С. 205-208. ISSN 1997-2911.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/2.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/2/2016/11-1/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net
Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: phil@gramota.net

с усвоением грамматической структуры, неизбежны, однако своевременно проведенный сравнительный анализ двух языков, систематизация типичных ошибок студентов, подбор национально ориентированных упражнений по преодолению наиболее сложных случаев межъязыковой интерференции помогут если не предотвратить, то свести к минимуму наиболее часто встречающиеся трудности при изучении системы падежных значений русского языка. После изучения каждого падежа должно следовать выполнение комплекса упражнений и заданий по закреплению значения и функции данного падежа. Помимо этого, можно подобрать учебно-контролирующие тестовые задания, которые помогут студентам активно усвоить лексико-грамматический материал, выработать умение правильно употреблять предложно-падежные формы русского языка. Использование в практике преподавания оптимальных методов по преодолению грамматических трудностей будет способствовать эффективному обучению арабских студентов РКИ.

Список литературы

1. **Виноградов В. В.** Русский язык. Грамматическое учение о слове. М.: Наука, 1947. 784 с.
2. **Китросская И. И.** Некоторые вопросы методики обучения иностранному языку (в свете психолингвистического анализа явлений переноса): дисс. ... к. пед. н. М., 1970. 227 с.
3. **Лаири Юнес, Якубова Л. С.** Сопоставление русских и арабских существительных, прилагательных и местоимений [Электронный ресурс] // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: мат-лы VI студ. Междунар. заоч. науч.-практ. конф. (6 дек. 2012 г.). Новосибирск: СибАК, 2012. С. 134-139. URL: sibac.info/archive/humanities/6.pdf (дата обращения: 11.08.2016).
4. **Нажиб Абдурахман Мухамед Камиль.** Семантика падежных форм в арабском и русском языках: автореф. дисс. ... к. филол. н. М., 1984. 27 с.
5. **Розенцвейг В. Ю., Уман Л. М.** Интерференция и грамматическая категория // Исследования по структурной топологии / отв. ред. Т. Н. Молошная. М.: Наука, 1963. С. 104-106.
6. **Фролова О. Б.** Мы говорим по-арабски. М.: Филология, 2002. 286 с.

**DIFFICULTIES THAT ARAB STUDENTS FACE
WHILE STUDYING THE CASE SYSTEM OF THE RUSSIAN LANGUAGE**

Unezheva Marita Kushbievna, Ph. D. in Philology
Kabardino-Balkarian State University named after H. M. Berbekov
unegev_k@mail.ru

The article discusses the problems encountered by Arab students while studying and assimilating the case system of the Russian language. The comparative characteristic of structures of the Russian and Arabic languages, including prepositional-case systems, is presented. The frequent errors of Arab students and the causes that provoke improper use of the case forms of nouns of the Russian language are analyzed. The ways to overcome these errors among students in the learning process are suggested.

Key words and phrases: the Russian language as a foreign one; Arab students; case system; interference; comparative analysis; language barrier; meanings of cases.

УДК 796:378

В статье обосновывается актуальность исследования психических состояний студентов ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова». В результате диагностики уровня ситуативной тревожности студентов профильных и непрофильных направлений подготовки как состояния их эмоциональной готовности к практике установлена взаимосвязь между двигательной активностью и стабильностью психических состояний, выявлена и обоснована необходимость занятий физическими упражнениями в целях сохранения и укрепления здоровья.

Ключевые слова и фразы: студент; исследование; психическое состояние; ситуативная тревожность; физическое воспитание; вуз.

Усцелемов Сергей Валерьевич
Вдовина Людмила Александровна
Аржаева Татьяна Максимовна

Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова
uszelem@mail.ru; mila.vdovina-66@mail.ru; arzhaeva-tanya@mail.ru

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ УРОВНЯ СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СТУДЕНТОВ
В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ**

Проблема профилактики и коррекции тревожности в настоящее время является объектом пристального внимания ученых в связи с резкими изменениями, происходящими в нашей стране, в жизни современного общества,

которые порождают неопределенность и непредсказуемость будущей жизни индивидуума и, как следствие, повышенный уровень тревожности. Существуют различные способы влияния на психическое состояние человека, однако физическая культура и спорт выступают наиболее мощным регулятором психического благополучия. Рациональная двигательная активность создает благоприятные условия для осуществления психической деятельности человека, успешности получения высшего образования, снятия отрицательных эмоциональных воздействий, умственного утомления, что приводит к стимуляции интеллектуальной деятельности.

Традиционно физическая культура рассматривается как средство физического совершенствования человека, однако замечено, что физическая нагрузка влияет и на психические функции человека. Физическая культура, двигательная активность рассматриваются как средство воспитания физических качеств, укрепления здоровья, средство снятия отрицательных эмоциональных воздействий и умственного утомления [2; 3]. Известно, что движение является физиологической потребностью человека, которая заложена генетически. Определенные двигательные акты обладают способностью вызывать специфические психические состояния, снижать психоэмоциональное напряжение, улучшать настроение, повышать умственную работоспособность.

Проблема оценки состояния здоровья студентов, представляющих собой потенциал будущего развития страны и общества, является весьма **актуальной задачей**. В период обучения в вузе студенты подвергаются воздействию различных негативных факторов (сессия, интенсивный учебный процесс, смена привычного уклада жизни, разные требования преподавателей, переутомление и т.д.), что негативно отражается на их эмоциональном состоянии и впоследствии приводит к стрессам, состоянию тревожности и депрессиям. Систематические физические упражнения могут значительно снизить состояние эмоциональной напряженности, которое нередко приводит к развитию многих хронических заболеваний.

Несмотря на то, что проблема предотвращения и устранения эмоциональной напряженности, стресса, тревожности и других негативных психических состояний изучается достаточно интенсивно (В. М. Астапов, Р. М. Найдиффер, В. С. Сиваков и др.), **проблема** использования физических упражнений в профилактике тревожности студентов в период обучения в вузе исследована недостаточно полно. Таким образом, проводимое нами исследование психических состояний студентов в процессе физического воспитания в вузе, на наш взгляд, представляется актуальным.

Целью представленного в статье исследования является определение взаимосвязи систематических занятий физическими упражнениями и проявления тревожности студентов, описание методики ее выявления у студентов третьих и четвертых курсов и обоснование места занятий физическими упражнениями в системе сохранения и укрепления их здоровья.

Теоретическое обоснование **проблемы** исследования психического состояния студентов в процессе образования в вузе представлено тремя линиями: 1) проведение теоретического исследования морфофункциональных особенностей развития организма студентов; 2) раскрытие места занятий физическими упражнениями в системе сохранения и укрепления здоровья личности; 3) описание результатов реализации в рамках проведенной в исследовании экспериментальной работы по доказательству предположения о том, что оптимизация психического состояния студентов в процессе образования в вузе средствами физических упражнений является одним из важных факторов сохранения и укрепления здоровья.

Исследование психических состояний студентов проводилось с использованием комплекса **методов**: теоретических (анализ, индуктивный и дедуктивный методы, обобщение), что позволяет выявить степень разработанности проблемы в педагогической науке; эмпирических (наблюдение, педагогический эксперимент, методы устного и письменного опроса – тестирование, анкетирование, интервьюирование, а также ранжирование), что дает возможность, в том числе посредством самооценки, выявлять психическое состояние студентов, уровень их тревожности, мотивации на достижение цели, активности и самостоятельности.

К настоящему времени в научном и методическом аспектах в достаточной степени обоснован комплекс методов и средств физического воспитания, обеспечивающих определенное качество преподавания дисциплины «Физическая культура» в вузе (В. С. Быков, Г. А. Гилев, В. И. Ильинич, Л. П. Матвеев, Ю. Ф. Курамшин, Ж. К. Холодов и другие) [1; 2; 3]. Большой образовательный потенциал имеет опыт внедрения паспорта здоровья студентов в процесс физического воспитания Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова», так как «дает возможность студентам наблюдать за динамикой состояния своего здоровья, физического развития и физической подготовленности, способствует развитию у них навыков самооценки состояния организма и физического самосовершенствования, стимулирует деятельностную активность и самостоятельность в процессе добывания знаний о самом себе» [5, с. 207]. Одной из важных задач физического воспитания студентов в период обучения в вузе является ориентация их личности на формирование осознанной потребности в двигательной активности, развитие практических навыков при занятиях физическими упражнениями с целью сохранения и укрепления здоровья студентов, для профилактики и коррекции негативных психических состояний [6; 7]. Эта задача в полной мере согласуется с целью их профессиональной подготовки, отраженной в ФГОС ВО в виде комплекса профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно выполнять свои профессиональные обязанности и быть высококвалифицированным и востребованным на рынке труда работником [4]. Следовательно, любое педагогическое воздействие на развивающуюся личность целесообразно начинать с изучения исходного уровня подлежащего исследованию состояния. Именно поэтому свое исследование мы начали с изучения психических состояний студентов на разных этапах образовательного процесса, а также таких связанных с ситуативной тревожностью состояний,

как «я спокоен», «мне ничего не угрожает», «я чувствую себя свободно», «я уверен в себе», «я доволен» и т.д. Для исследования мы использовали методику самооценки уровня тревожности личности, разработанную Ч. Д. Спилбергером и Ю. Л. Ханиным [5].

В исследовании приняло участие 29 студентов 3-4 курсов факультета физической культуры и спортивного мастерства Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова», обучающихся по направлению «Педагогическое образование» с профилем «Физическая культура», и 26 студентов 3-4 курсов института энергетики и автоматизированных систем Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова», обучающихся по направлению «Прикладная информатика».

Студентам каждого курса ежегодно перед прохождением практики для оценки психологического состояния – определения уровня ситуативной (реактивной) тревожности – предлагается из приведенных утверждений выбрать и зачеркнуть соответствующую цифру справа в зависимости от того, как себя чувствует испытуемый в данный момент. Все это дает возможность, с одной стороны, отслеживать уровень ситуативной тревожности как состояния эмоциональной готовности к практике, а с другой стороны, показывает динамику взросления студентов в личностном, педагогическом и профессиональном плане.

По результатам эксперимента у студентов третьего и четвертого курсов с профилем «Физическая культура» значение ситуативной тревожности находится на следующем уровне: норма – 7 человек; низкий – 7 человек; высокий – 2 человека у студентов третьего курса и норма – 9 человек; низкий – 3 человека; высокий – 1 человек у студентов четвертого курса. Исследование показало, что студенты находятся в стабильном психическом состоянии, связанном с конкретной ситуацией – предстоящей практикой.

Студенты третьего и четвертого курсов института энергетики и автоматизированных систем (без профиля «Физическая культура») показали следующие значения уровня ситуативной тревожности перед прохождением практики: норма – 4 человека; низкий – 2 человека; высокий – 8 человек у студентов третьего курса и норма – 5 человек; низкий – 1 человек; высокий – 6 человек у студентов четвертого курса. Приведенные данные показывают высокую значимость конкретной ситуации как для студентов третьего курса, так и для студентов четвертого курса без профиля, что подтверждает склонность к появлению состояния тревоги в ситуациях оценки их компетентности. Сравнительные результаты опроса студентов профильных и непрофильных направлений подготовки представлены на Рисунке 1.

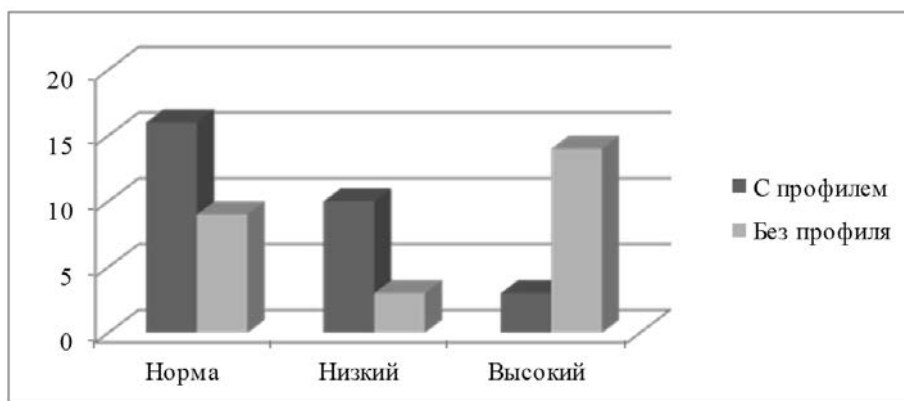


Рис. 1. Профиль уровня ситуативной тревожности студентов 3-4 курсов

В результате проведенного эксперимента можно сделать следующие выводы. Во-первых, здоровье человека на 49-53% определяется образом жизни. При этом установлено, что уровень психического состояния здоровья и двигательная активность взаимосвязаны между собой. Во-вторых, средние значения уровня ситуативной тревожности выявлены у студентов с профилем «Физическая культура», что свидетельствует о хорошем психическом состоянии. Высокая двигательная активность формирует решительность, смелость, уверенность в себе, активную жизненную позицию, умение справляться с трудностями, в том числе и связанными с предстоящей практикой, положительно влияет на общее психическое состояние студентов. В-третьих, более высокий уровень ситуативной тревожности наблюдается у студентов без профиля, что предполагает снижение субъективной значимости ситуации и задач и перенесение акцента на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в себе, в успехе.

Таким образом, в результате проведенной экспериментальной работы нами была выявлена и обоснована необходимость занятий физическими упражнениями в целях улучшения психического состояния студентов одним из следующих способов. Во-первых, улучшение физиологического здоровья посредством улучшения показателей физического развития и физической подготовленности. Во-вторых, увеличение переносимости эмоционального стресса посредством адаптации к тренировочным нагрузкам. В-третьих, привыкание к физической нагрузке посредством обучения контролировать проявления физиологического стресса (повышенная

частота сердечных сокращений, обильное потоотделение, озноб и другие признаки). Нами определены основные пути профилактики высокого уровня тревожности студентов в целях сохранения и укрепления их физического и психического здоровья в результате преобразования физического воспитания в процесс самовоспитания и самосовершенствования.

Список литературы

1. **Быков В. С.** Физическое воспитание студента: учебное пособие. Изд-е 5-е, испр. и доп. Челябинск: ЮУрГУ, 2010. 108 с.
2. **Гилев Г. А.** Физическое воспитание в вузе: учеб. пособие. М.: МГИУ, 2007. 376 с.
3. **Курамшин Ю. Ф.** Теория и методика физической культуры: учебник. Изд-е 3-е, стереотип. М.: Советский спорт, 2007. 464 с.
4. **Об утверждении федерального государственного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата)** [Электронный ресурс]: приказ Минобрнауки России № 40536 от 11.01.2016. URL: <http://fgosvo.ru/uploadfiles/fgosvob/440301.pdf> (дата обращения: 16.08.2016).
5. **Усцеломова Н. А., Козлов Р. А., Неретин В. Ф.** Внедрение паспорта здоровья в процесс физического воспитания студентов ФГБОУ ВПО «МГТУ им. Г. И. Носова» // Филологические науки. Вопросы теории и практики. 2016. № 5 (59). Ч. 3. С. 206-209.
6. **Усцеломова Н. А., Орехова Т. Ф.** Ценностные ориентации личности как фактор профессиональной устойчивости бакалавров физической культуры // Педагогический журнал Башкортостана. 2016. № 2 (63). С. 35-40.
7. **Усцеломова Н. А., Усцеломов С. В.** Модель формирования у будущих бакалавров физической культуры профессиональной устойчивости средствами физического воспитания в процессе образования [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 3. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=20058> (дата обращения: 16.08.2016).

**ON THE HIGHER SCHOOL STUDENTS' SITUATIONAL ANXIETY LEVEL
IN THE PROCESS OF PHYSICAL TRAINING**

**Ustselemov Sergei Valer'evich
Vdovina Lyudmila Aleksandrovna
Arzhaeva Tat'yana Maksimovna**

*G. Nosov Magnitogorsk State Technical University
uszelem@mail.ru; mila.vdovina-66@mail.ru; arzhaeva-tanya@mail.ru*

The article argues for the relevance of studying psychic states of the students of the G. Nosov Magnitogorsk State Technical University. The paper aims to identify the situational anxiety level of the students of the profiled and non-profiled training areas as the level of their emotional readiness for practical training. The analysis indicated the interrelation between physical activity and stability of their psychic states. Relying on the findings the authors justify the necessity of physical activity to preserve and strengthen the health.

Key words and phrases: student; study; psychic state; situational anxiety; physical training; higher school.

УДК 82.01

В статье кратко отражена история развития представлений о письменных работах учащихся по литературе, выявлены цели, содержание и методы обучения сочинению на каждом из выделенных этапов. Обозначен вклад ученых-методистов в постановку и решение проблемы создания системы творческих работ учащихся в процессе изучения литературы в школе. Результаты исследования сопоставлены с проблемой «возвращения» сочинения в систему школьного литературного образования; обозначены возникшие противоречия, актуализирована роль методической науки в их разрешении.

Ключевые слова и фразы: школьное литературное образование; сочинение; творческие работы по литературе; интерпретационная деятельность читателя-школьника; литературное развитие.

Ядровская Елена Робертовна, д. пед. н.
*Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена
beisher@mail.ru*

**ОТ ИСТОРИИ ШКОЛЬНЫХ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ ПО ЛИТЕРАТУРЕ –
К ПРОБЛЕМЕ «ВОЗВРАЩЕННОГО» СОЧИНЕНИЯ**

В школьном литературном образовании (как и в самой жизни) **слово** является для ученика (как и для многих других людей) главным средством выражения мыслей и чувств, своей читательской и жизненной позиции, мировоззрения, то есть основным инструментом самореализации личности в общении с людьми