

# ВЛИЯНИЕ СВОЙСТВ ТЕМПЕРАМЕНТА НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТОВ

И.А Иргашева, А.В. Шабанов

Ишимский Государственный педагогический институт им. П.П.Ершова, Ишим, Россия,  
mlysh\_2011@mail.ru, andrei\_sha83@mail.ru

**Введение.** Интерес к изучению зависимостей между различными индивидуальными, психическими особенностями учащихся и эффективностью их обучения, привлекает внимание таких исследователей практиков как, П.А. Рудик, В.Д. Небылицин, А.Л. Попов, В.С. Мерлин. Но до настоящего времени научной литературы содержащей точное обоснование зависимости между конкретным психическим свойством и уровнем развития личности в образовательном процессе не достаточно.

Сегодня когда образование воспринимается большинством людей как одна из высших ценностей в жизни, резко возрастает значимость педагогической деятельности, а именно потребность населения в получении наиболее качественного образования. В наше время, когда жизнь требует переработки огромного количества информации, повышения стрессоустойчивости, адаптированности человека к новым условиям окружающей социальной и природной среды, наблюдается неодинаковая готовность индивидуумов к своевременной ориентации. Прежде всего, это можно объяснить тем, что каждому человеку свойственны свои индивидуальные, психические

свойства личности. Таким образом, учет индивидуальных, психических свойств личности в построении образовательных процессов, в системе, как общего среднего, так и вузовского образования имеет немаловажное значение.

Учебная программа по дисциплине «физическая культура», раскрывает свое содержание через решение оздоровительных, воспитательных и образовательных задач, поэтому данная дисциплина становится одной из приоритетных в системе непрерывного образования. В связи с этим, знания о влиянии индивидуальных качеств личности на эффективность образовательного процесса, имеют весомое значение в современной науке.

Наша исследовательская работа проводилась в г. Ишиме, на базе Ишимского государственного педагогического института им. П.П.Ершова со студентами вторых курсов физико-математического и биолого-географического факультетов, с 01.09.2012 по 30.11.2013гг.. Практическая работа проводилась в несколько этапов:

1. Комплектование генеральной совокупности испытуемых, в нее входили студенты, имеющие основную группу здоровья. Таким образом, образовалась группа из 69 человек, (сентябрь 2012 года).

2. Определение уровня физической подготовленности студентов как показатель эффективности учебного процесса по предмету «физическая культура» в течении первого семестра 2012-2013 учебного года.

3. Определение индивидуальных свойств личности, темпераментов испытуемых, (ноябрь) 2012 г.

4. Самый интересный для нас этап практической работы исследования заключался в изучении взаимосвязи между индивидуально психическими свойствами темперамента и успеваемости по дисциплине «физическая культура» испытуемых, (ноябрь-декабрь) 2012 г.

5. В завершении работы были подведены итоги и сделаны выводы, а так же разработаны практические рекомендации, (декабрь) 2012 г.

В данной исследовательской работе нами были использованы следующие методы: анализ научно-методической литературы, тестирование, наблюдение, анкетирование, математико-статистическая обработка результатов, сравнительный анализ. Хочется сказать, что данные методы получили большое распространение в практике проведения исследований направленных на решение задач теории и методики физического воспитания.

В ходе анализа научной литературы нами было установлено, что существует тесная взаимосвязь между науками, изучающими особенности и возможности человеческого организма, а это анатомия, физиология, психология, педагогика.

Успешное решение задач физического воспитания и спортивной тренировки во многом зависит от возможностей осуществления своевременного и правильного контроля за подготовленностью занимающихся. В связи с этим в последние годы особенно широкое распространение получила методика контрольных испытаний, проводимых с помощью различных нормативов, проб, упражнений и тестов. Их применение позволяет преподавателям, тренерам и научным работникам определить состояние тренированности у занимающихся, уровень развития физических качеств и других показателей, позволяет в конечном итоге судить об эффективности учебно-тренировочного процесса [1,4].

В данной работе нами было использовано контрольное тестирование, целью которого являлось, определение эффективности учебного процесса по физическому воспитанию студентов.

Контрольный тест, включал в себя одиннадцать испытаний по четырем разделам программы. Каждый результат, выраженный в таких объективных величинах как (метры, минуты), оценивался по пятибалльной системе в соответствии с зачетными требованиями, а так же оценивалась и техника – тактическая подготовка испытуемых

Первым этапом сдачи контрольных нормативов были беговые дистанции; 100 м, 1000 м, 500 м (д), 3000 м, 2000 м (д).

*Подтягивание (ю), сгибание рук в упоре лежа от скамейки (д)*, результат оценивался по количеству выполнений.

*Прыжок в длину с места*, результат оценивался по величине прыжка (расстояние от места отталкивания до крайней задней точки опоры). Следующая сдача тестовых нормативов происходило по мере и времени изучения разделов программы.

Нами было решено, что сумма набранных баллов каждым испытуемым по всем контрольным испытаниям, является критерием оценки эффективности учебного процесса по физическому воспитанию.

Нами использовался метод наблюдения, который нес непосредственный и открытый характер. Использование этого метода стало особенно необходимо при оценке уровня подготовленности учащихся. Где основным критерием оценки служила технико-тактическая подготовка студентов.

Тесты по сдаче зачетных требований, где мы использовали наблюдение, были такими; штрафные броски в баскетболе, где оценивалась не только результативность броска, но и техника его выполнения, ведение мяча с броском в кольцо, так же оценивалась правильность выполнения и результативность, подача и передача мяча в волейболе, оценивалась правильность выполнения и результативность, бег на лыжах, оценивалась техника различных способов передвижения, коньковый и классический ход, а так же преодоление подъемов и спусков. Все результаты наблюдения заносились в протокол, а затем выводилась общая оценка по каждому из проведенных тестов.

Одним из этапов практической работы нашего исследования послужило использование анкеты-опросника ЕРІ, созданного английским психологом Г. Айзенком. Он считает, что всю совокупность описывающих человека черт можно представить посредством двух главных факторов: Экстраверсии-интраверсии и нейротизма. Принято считать, что экстравертам свойственны общительность, импульсивность, гибкость поведения, большая инициативность и высокая социальная приспособляемость. Интровертам же, наоборот, присуща необщительность, замкнутость, социальная пассивность.

Второй фактор – нейротизм - описывает некоторое свойство-состояние, характеризующее человека со стороны эмоциональной устойчивости, тревожности, уровня самоуважения и возможных вегетативных расстройств [2,3].

Используемая нами методика содержит классификацию типов темперамента в зависимости от соотношения результатов шкалы нейротизма и шкалы интроверсии, которые представлены в виде пересечения осей координат. Так же представлено описание особенностей характерологического проявления каждого из 32 типов индивидуальных психических свойств личности.

В результате применения вышеперечисленных методов исследования нами были получены количественные показатели.

Для дальнейшей работы нам стало необходимым использование математико-статической обработки данных. В первую очередь мы суммировали показатели физической подготовленности испытуемого по каждому из одиннадцати сданных тестов, которые оценивались по пятибалльной системе. Затем разделили полученную сумму на количество испытуемых в группе. Таким образом, мы получили средне арифметический показатель эффективности учебного процесса по физическому воспитанию одного испытуемого. После чего мы суммировали средние показатели всех испытуемых в группе и полученную сумму разделили на количество членов группы, тем самым определили показатель эффективности учебного процесса по физическому воспитанию всей группы. Такой показатель был аналогично подсчитан в каждой группе.

Завершающей работой для нас послужил сравнительный анализ показателей каждой из групп испытуемых, то есть определение группы, где общий показатель выше, чем у остальных, а так же группы с наименьшим показателем.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В результате математико-статической обработки данных нашей исследовательской работы, мы получили довольно интересные результаты. Группа №21 получила средний показатель 3,2 балла. По мнению Г.Айзенка у людей, которые входят в состав этой группы наблюдаются следующие характерологические проявления, очень энергичны, жизнерадостны. «Любимцы публики». Считается, что подростки такого типа счастливы. Действительно, они часто очень одаренны, легко учатся, артистичны, малоутомляемы. Однако наличие этих качеств часто имеет негативные результаты. Молодые люди с детства привыкают, что им все доступно. В результате чего не учатся серьезно работать над достижением цели. Легко все бросают, часто прерывают дружбу. Поверхностны. Имеют довольно низкий социальный интеллект.

Большее количество баллов по контрольному тестированию члены данной группы набрали в игровых видах (волейбол баскетбол), менее результативны показатели в легкоатлетических видах.

Самой результативной по итогам контрольного тестирования стала группа №30, у которой средний показатель по группе составил 3,4 балла. Испытуемые, которые входят в состав данной группы, по мнению Г. Айзенка, имеют следующие характерологические проявления: гордые, стремятся к первенству, стремятся к лидерству во всем. Энергичны и упорны, спокойные и расчетливые, любят риск, непреклонны в достижениях, не лишены артистизма, хотя бывают суховаты. На наш взгляд перечисленные характерологические проявления полностью соответствуют испытуемым этой группы.

Необходимо отметить то, что результаты контрольного тестирования у членов группы были примерно одинакового уровня, как в легкоатлетических видах, так и в игровых, чего нельзя сказать о результатах полученных в других группах.

Менее результативной по итогам тестирования стала группа № 31, у которой средний показатель по группе стал **2,9 балла**. Испытуемые, которые входят в состав этой группы, по мнению Г. Айзенка имеют следующие индивидуально психические особенности личности: застенчивы, независтливы, стремятся к самостоятельности, привязчивы, доброжелательны, с близкими людьми проявляют наблюдательность, чувство юмора, склонны к глубоким доверительным отношениям, избегают ситуации риска, опасности. Не выносят навязанный темп. Иногда склонны к быстрым решениям. Часто раскаиваются в своих поступках, в неудачах обвиняют только себя.

Наблюдая за ребятами этой группы, во время сдачи контрольных испытаний очень ярко прослеживалась неуверенность в принятии важных решений влияющих на результат. Недостаточный уровень развития физических качеств данная группа продемонстрировала при сдаче большинства контрольных испытаний. Мы считаем, что Айзенк как нельзя точно описал индивидуальные свойства личности испытуемых соответствующих данной группе. А так же он четко определил пути коррекции индивидуальных психических свойств испытуемых всех трех групп.

**Выводы.** В данной исследовательской работе была предпринята попытка определить влияние различных свойств темперамента студентов на эффективность учебного процесса по физической культуре.

Проведя сравнительный анализ показателей эффективности учебного процесса по физической культуре студентов, имеющих разные индивидуальные психические особенности личности. Мы выявили определенную степень зависимости между этими показателями и индивидуальными психическими особенностями характерными для типов темперамента испытуемых.

Исследование показало, что группа испытуемых №30 имеющие такие индивидуальные психические особенности темперамента как: уравновешенность, целеустремленность, общительность, активность, инициативность, направленность на деятельность, стремление к лидерству; показали наивысший уровень физической подготовленности как прямой показатель эффективности учебного процесса по физическому воспитанию.

При этом испытуемые в группе №21 с такими индивидуальными психическими особенностями личности как: склонность к придирам, неуверенность, низкая заинтересованность в деятельности, безразличие и монотонность быта, ригидность; показали средний арифметический показатель физической подготовленности в группе на 0,5 балла меньше чем в группе №30, а это достаточно ощутимая разница.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза предполагающая, что эффективность учебного процесса по физическому воспитанию студентов, во многом зависит от их типа темперамента и индивидуальных свойств личности, присущих ему – подтвердилась. Это практически обосновано результатами нашего исследования.

### **Литература:**

1. Железняк Ю. Д., Петров П. К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений.-М.: Издательский центр «Академия», 2002.- 264 с
2. Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина: В 2т.-м.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2003. -312 с.
3. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. –М.: ВЛАДОС, 1996. -529с.
4. Селуянов В. Н., Шестаков М. П., Космина И. П. Основы научно методической деятельности в физической культуре: Учебн. Пособие для студентов вузов физической культуры. – М: СпортАкадемПресс, 2001.-184 с.