

2017. – Vol. 25, iss. 5. – P. 1000–1011. – Mode of access: [https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85019007752&origin=inward&txGid=5f0822ff3a3492ade200397297f90d3d&featureToggles=FEATURE\\_NEW\\_DOC\\_DETAILS\\_EXPORT:1](https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85019007752&origin=inward&txGid=5f0822ff3a3492ade200397297f90d3d&featureToggles=FEATURE_NEW_DOC_DETAILS_EXPORT:1). – Date of access: 22.12.2021.

7. Grix, J. The impact of Covid-19 on sport [Electronic resource] / J. Grix // International Journal of Sport Policy and Politics. – 2020. – Vol. 13, iss. 1. – P. 1–12. – Mode of access: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/19406940.2020.1851285>. – Date of access: 22.12.2021.

8. Yeo, T.J. Sport and exercise during and beyond the COVID-19 pandemic [Electronic resource] / T.J. Yeo // European Journal of Preventive Cardiology. – 2020. – Vol. 27, iss. 12. – P. 1239–1241. – Mode of access: <https://academic.oup.com/eurjpc/article/27/12/1239/5950591?login=false>. – Date of access: 22.12.2021.

## **ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К РАЗЛИЧНЫМ ИСТОЧНИКАМ ИНФОРМАЦИИ В ОБЛАСТИ ЗДОРОВЬЯ**

**Шараева А. А., Новицкая А. И.**

Формирование, так называемой, физкультурной грамотности, представлений о ведении здорового образа жизни (ЗОЖ) и, в целом, отношение к своему здоровью и всему от чего оно зависит формируются под воздействием различных социальных и информационных факторов [1, 2]. Место этих факторов (источников информации) у каждого индивида может быть разным. Каждый источник по своему может иметь различную степень объективности информации и ее соответствия научному состоянию вопроса, особенности психоэмоциональной подачи, уровень формирования интереса и потребности нового обращения к конкретному информационному источнику, постоянного желания взаимодействовать с этим каналом информации и др. Соответственно их рейтинг значимости (степени влияния и воздействия на информируемого) может во многом не удовлетворять ожиданиям педагогического фактора, что в ходе формирования, например ценностного отношения человека к своему здоровью требует целесообразного управления или коррекции. Последнее является актуальной задачей в сложно организованной педагогической

системе формирования ценностного отношения детей и учащейся молодежи к здоровью, к ведению ЗОЖ и соответственно требует достаточной научно обоснованной исходной базы.

Иными словами, изучение вопросов информированности подрастающего поколения в области здоровья и ЗОЖ позволяет выявить многие причины и пути решения имеющихся здесь проблем. В научной литературе данная тематика исследований имеет широкое проблемное поле, что подтверждается остротой и актуальностью не снижающегося потока исследовательского материала [1, 2, 3].

**Цель исследования** – изучение влияния различных источников информации на осведомленность студентов в области здоровья.

Задачи исследования заключались в расширении исследовательского материала, направленного на изучение вопросов касательно информационных ресурсов влияющих на осведомленность учащейся молодежи в области здоровья на когнитивном уровне, который играет связующую роль между ценностно-мотивационным и поведенческим компонентом, а также выявление более актуальных и современных источников передачи информации в этой области [1].

Исследование проводилось среди студентов 2-4 курсов, обучающихся на факультете физической культуры и спорта. Возраст участников составил  $19,85 \pm 0,89$  лет, количество – 68 человек мужского и женского пола. Основным методом исследования являлось анкетирование. Для изучения осведомленности студентов в области здоровья использовался опросник «Отношение к здоровью», который состоял из 10 вопросов [4].

В представленном материале обсуждаются данные проведенного анкетирования с использованием анкеты Березовской Р.А., характеризующие влияние различных источников информации на осведомленность студентов в области здоровья. Анализировались ответы респондентов на вопрос: «Оцените, какое влияние на вашу осведомленность в области здоровья оказывает информация, полученная из следующих источников». В соответствии с анкетой предлагалось 5 источников, каждый из которых, по степени значимости (важности) для респондента оценивался по шкале: 1 балл - совершенно неважно; 2 - не важно; 3 - скорее не важно, чем важно; 4 - не могу ответить; 5 - скорее важно, чем нет; 6 - очень важно; 7 - безусловно важно [4].

Методами математической статистики определялись: среднегрупповой показатель ответов (M), стандартное квадратическое

отклонение (S), достоверность различий между группами оценок по каждой из предложенных источников, рейтинг данных источников и количество респондентов с различной степенью личностной значимости влияния источников информации на осведомленность.

Анализ среднестатистических значений (баллов), которыми респонденты (n = 68) оценивали влияние источников информации, вывел очередность их значимости, в порядке убывания, представленную в графе «Рейтинг» (таблица).

Таблица – Влияние информации на осведомленность учащейся молодежи в области здоровья (19–21 лет)

№ (группы)	Источники информации	M±S	Рейтинг	Оценка влияния, количество респондентов в %		
				не важно (1-2 балла)	неопределенная позиция (3-4 баллов)	очень важно (5-7 баллов)
1	Врачи	5,61±1,25	I	1	4,46	94,54
2	Друзья и знакомые	4,8±1,47	II	3,63	11	85,37
3	СМИ	4,38±1,72	II	7,71	15,12	77,17
4	Научно-популярные книги	4,07±1,91	IV	7	16,32	76,68
5	Газеты и журналы	3,45±1,89	V	11,91	16,4	71,69

Примечание: Значимость межгрупповых различий (Стьюдент.Тест): между группами 1-2 (0,00); 1-4 (0,00); 1-5 (0,00); 2-3 (0,11); 2-4 (0,00); 3-4 (0,00); 3-5(0,02); 4-5 (0,38).

Наибольшее информационное влияние для опрошенных респондентов представляют: «Врачи». Вторыми по влиянию стала группа «Друзья и знакомые» и «СМИ», между которыми по среднестатистическим ответам респондентов достоверные различия отсутствовали (P >0,05).

Следующими для молодых людей в общую группу, достоверно отличающуюся от предыдущей, вошли все оставшиеся предложенные респондентам источники информации, между которыми среднестатистические балльные значения существенно не различались (P >0,05). Эту группу составили: «Научно популярные книги» и «Газеты и журналы».

В процентном соотношении при оценивании источников (за исключением «Газет и журналов») абсолютное большинство респондентов (от 76,68% до 94,54%) выставили 6-7 баллов, что определяло их как «очень важное» в получение информации из различных источников (таблица).

**Заключение.** Изучение влияния получаемой информации из различных источников на студентов, получающих высшее профессиональное физкультурное образование, выявило в качестве приоритетного источника информации, влияющего на осведомленность студентов в области здоровья – информация поступающая от врачей ( $P < 0,05$ ). К следующим по значимости источникам, участвовавшие в опросе студенты отнесли друзей и знакомых, а также средства массовой информации. По значимости для студентов научно популярные книги и газеты с журналами, существенно уступали вышеназванным другим источникам информации ( $P < 0,05$ ).

Список литературы.

1. Березовская, Р.А. Исследования отношения к здоровью: современное состояние проблемы в отечественной психологии / Р.А. Березовская // Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. Серия 12, Психология. Социология. Педагогика. – 2011, Вып.1. – С.221–226.

2. Журавлева, И.В. Информированность в сфере здоровья и источники ее формирования / И.В. Журавлева // Интернет-конференция Охрана здоровья: проблемы организации, управления и уровни ответственности (с 16.04.07 по 15.06.07).[Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.ecsocman.edu.ru/text/16206960>. – Дата доступа: 27.01.2011.

3. Новицкий, П.И. Отношение студенческой молодежи к употреблению алкоголя и табака / П.И. Новицкий, В.Л. Дедков // Материалы докладов 51-й международной научно-технической конференции преподавателей и студентов.– Т.1. – Витебск, ВГТУ, 2018. – С.165.

4. Никифорова, Г.С. Практикум по психологии здоровья / Г.С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2005. – 351 с.

## **ЭФФЕКТИВНОСТЬ УПРАЖНЕНИЯ ВАКУУМ**

**Шиманчик М. В.**

**Введение.** В этой статье я хочу рассмотреть достаточно новое для нашего населения упражнение «Вакуум» и эффективность его применения. «Вакуум» может стать хорошей альтернативой некоторым комплексам