

Выводы

Проведенное исследование показало, что процент учащихся употребляющих минеральную воду достаточно большой, однако при выборе минеральной воды многие респонденты руководствуются рекламой и вкусовыми качествами воды.

Большинство потребителей не знают что эффект от приема минеральной воды зависит не только от правильного выбора воды, но и от правил ее приема, температуры, количества, время приема и других факторов.

Огромное разнообразие минеральных вод дает большие возможности их применения для лечебного воздействия на организм человека. Минеральные воды имеют множество различных характеристик, и, руководствуясь советом врача при приеме лечебных и лечебно-столовых минеральных вод, можно правильно подобрать для себя минеральную воду, предварительно ознакомившись с составом и правилами ее употребления.

Таким образом, целесообразно проводить разъяснительную работу с молодежью, повышать информированность о правилах употребления минеральной воды, формировать потребность не заниматься самолечением минеральными водами, а обращаться к врачу при конкретных заболеваниях.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Ефремов, О. В.* Вода, которую мы пьем / О. В. Ефремов. — СПб., 2011.
2. *Николаева, Ю. Н.* Живительная сила воды. Профилактика и лечение болезней простейшими способами / Ю. Н. Николаева. — М., 2012.

УДК 796. 323

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ НА ФОРМИРОВАНИЕ ХАРАКТЕРА

Тарадейко В. В., Совпель А. В.

Научный руководитель: З. Г. Минковская

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Физическая культура, как часть общей культуры, может оказывать существенное влияние на формирование личности. Однако успешность спортивной деятельности в значительной степени обусловлена тем, насколько выбранный вид спорта соответствует склонностям, интересам, способностям и психофизиологической структуре личности. Важно, чтобы индивидуальные особенности человека соответствовали специфике выбранного вида спорта. Этот выбор обусловлен не столько социальными факторами, сколько бессознательной потребностью личности в данном виде деятельности, которая формируется под влиянием имеющихся у него индивидуальных особенностей. Люди — экстраверты предпочитают энергичные виды спорта, часто выбирая именно командные: баскетбол, футбол, водное поло, волейбол. Главным для них является дружеское общение, которое обычно завязывается в ходе игры. Интроверты же наоборот стремятся к уединенности и ограничивают свои контакты до необходимого для них минимума. Им интересны интеллектуальные виды спорта: шахматы, шашки, нарды. Интровертам интересны задачи, где надо рассчитать точность удара в бильярде, просчитать на несколько шагов вперед, построить многоходовую комбинацию. Также они довольно выносливы, поэтому им подходят виды спорта, сопряженные именно с этим качеством: бег на длинные дистанции, лыжи, плавание, занятие тяжелой атлетикой. При этом они могут входить в состав сборной или команды, но за свой результат отвечают только они сами [1].

Цель

Определить влияние занятий баскетболом на формирование характера студентов ГомГМУ.

Материал и методы исследования

Анализ учебно-методической литературы; анализ интернет-источников, проведение анкетирования среди студентов ГомГМУ (тест Айзенка) [2], математико-статистические методы обработки результатов.

Результаты исследования и их обсуждение

Было проанализировано 80 анкет студентов ГомГМУ, 40 из которых принадлежали студентам, занимаются в основной группе и 40 человек — баскетболистов.

Студентам нужно было ответить на 57 вопросов и затем определить склонность к интроверсии или экстраверсии.

По результатам анкетирования мы выяснили, что из 40 студентов, занимающиеся в основной группе, склонны к экстраверсии 26 % или являются экстравертами 20 %, среднее значение — 20 %, склонны к интроверсии — 14 % и интроверты составляет 10 % (таблица 1.)

Таблица 1 — Тип экстраверсии – интроверсии студентов основной группы, (%).

Экстраверсия – интроверсия	Количество, %
1. Экстраверт	20
2. Склонность к экстраверсии	26
3. Среднее значение	20
4. Склонность к интроверсии	14
5. Интроверт	20

Также были проанализированы результаты студентов-баскетболистов. Склонность к экстраверсии составляет 17,5 %, экстраверты — 45 %, среднее значение — 7,5 %, 20 % — склонны к интроверсии и 5 % — интроверты (таблица 2.)

Таблица 2 — Тип экстраверсии – интроверсии студентов-баскетболистов, (%).

Экстраверсия – интроверсия	Количество, %
1. Экстраверт	45
2. Склонность к экстраверсии	17,5
3. Среднее значение	7,5
4. Склонность к интроверсии	20
5. Интроверт	10

Выводы

На основании проведенных исследований, мы можем сказать, что занятие баскетболом вырабатывает у студентов настойчивость, решительность и целеустремленность, что свойственно экстравертам. Каждый игрок на протяжении игры самостоятельно определяет, какие действия ему необходимо выполнять и решает, когда и каким способом ему действовать, что формирует у занимающихся творческую инициативу. Баскетбол является коллективной игрой, что способствует выработке привычки подчинять свои действия интересам команды. После сравнения психологических профилей спортсменов, занимающихся и незанимающихся баскетболом, было выявлено, что студенты, занимающиеся баскетболом, значительно превосходят студентов из основных групп в таких личностных особенностях, как общительность. Значит, у баскетболистов наблюдается наиболее высокая нормативность поведения. Они сознательны, настойчивы, степенны.

ЛИТЕРАТУРА

1. Петрушевский, Д. А. Влияние спортивных игр на формирование личностных особенностей занимающихся / Д. А. Петрушевский // Молодой ученый. — 2015. — № 21. — С. 718–720.
2. Овчинников, Б. В. // Типы темперамента в практической психологии. — 2003.