



способствовало появлению в стабильном ритме синусовой аритмии; частота сердечных сокращений была в норме; произошло увеличение симпатической регуляции, а так же была противоборствующая регуляция сердечного ритма автономным и центральным контурами управления.

Выводы Защита дипломных работ вызывает высокое нервно-эмоциональное напряжение организма студентов со стороны сердечно-сосудистой системы и ЦНС. Период после защиты сопровождается более повышенным нервно-эмоциональным напряжением, по сравнению с предзащитным периодом. Адаптивно-приспособительная деятельность организма под воздействием защиты оценена как функциональное напряжение, за счет мобилизации защитных механизмов.

Уровень нервно-эмоционального напряжения при защите дипломных работ, по данным многофакторного корреляционного анализа, зависит от уровня личностной тревожности (процент вклада в общую дисперсию составил 47,4%), затем следует этап обследования (26,3%), возраст студентов (11,9%), затем индивидуально-психологические черты личности и полученная оценка, т.е. относительный показатель уровня подготовленности студента по экзаменационному предмету (по 7,2%). У всех факторов преобладают линейные зависимости, что говорит об отсутствии сложного механизма формирования функционального напряжения организма, а полученный результат (оценка) минимально предопределяет уровень нервно-эмоционального напряжения

Список литературы:

1. Самохина, А.А. Влияние экзаменационного стресса на некоторые показатели гемодинамики и функциональное состояние нервной системы студентов. / А.А. Самохина, Г.Т. Тимова // Здоровоохранение Казахстана. - 1985. - №7. - С.20-22.
2. Стрелец, В.Б. Физиологические показатели предэкзаменационного стресса. / В.Б. Стрелец, Н.Н. Самко, Ж.В. Голыкова // Журн. высш. нерв. деятельности. - 1998. - Т.48, №3. - С. 458-463.
3. Волжид, Н.Я. Влияние экзаменов на сердечную деятельность студентов // Физиология человека - 1981 - т. 7, №6 - С. 38-41.).
4. Шедрина А.Г. Функциональное состояние организма студентов в период экзаменационной сессии. // Гигиена и санитария. - 1981. - №5. - С.18-21.

~ * ~

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СЕМЬЕ

Сафуллина А.А., Голубева Г. Н.

Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
Россия, Казань

Аннотация. В статье отражены результаты исследования об отношении взрослого населения к вопросу о физическом воспитании в семье, которые свидетельствуют о том, что большинство респондентов (55,8%) убеждены в важности участия семьи в физическом воспитании ребенка, и необходимости физической активности в первые годы жизни ребенка; 64,7% применяют различные средства физического воспитания, но согласно полученным результатам, количество родителей, занимающихся физическим развитием ребенка в первые годы жизни уменьшается к третьему году жизни ребенка в 1,8 раз, что является следствием того, что не всегда в семье складывается осознанная система физического воспитания.

Актуальность. Кульет здорового образа жизни, развитого и социально активного человека захватывает все большую часть населения мира и России в частности. Существуют множество государственных программ, которые нацелены на формирование у общества интереса главным образом к личной физической культуре, спорту, духовному просвещению и обеспечению доступа для занятий другими видами деятельности человека, способствующим формированию здоровой