

Думчене Аудроне Леоновна

д-р социальных наук, профессор

Беитнарас Лукас Видматавич

студент

Литовский спортивный университет

г. Каунас, Литовская Республика

ФИЗИЧЕСКАЯ САМОИДЕНТИФИКАЦИЯ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ

***Аннотация:** в статье рассматривается вопрос самооценки и физической самоидентификации учителей физической культуры. Применяя опросник самооценки и физической самоидентификации PSDQ, исследователями опрошено 87 учителей физкультуры (среди них 37 мужчин и 50 женщин). Определено, что мужчины оценивают себя статистически достоверно ($p < 0,05$) выше по сравнению с женщинами по семи из девяти показателей самооценки.*

***Ключевые слова:** самооценка, физическая самоидентификации, учитель, физическая культура, мужчина, женщина.*

***Введение.** Данные показывают, что достаточно высокий уровень самооценки может послужить защитным средством против депрессии и ожирения [1]. В свою очередь высокий уровень физической самоидентификации способствует повышению уровня общей самооценки [2]. Результаты исследований с подростками, взрослые и пожилыми людьми выявили положительную взаимосвязь между уровнем физической самоидентификации со здоровьем и физической активностью [3; 4].*

Суть научной проблемы данного исследования состоит в вопросе: имеются ли достоверные различия по показателям самооценки и физической самоидентификации между учителями физической культуры женщинами и мужчинами.

Методы и организация исследования. Для достижения поставленной цели в качестве методического инструментария был использована короткая форма опросника PSDQ-S (Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ-S) – Опросник

физической самооценки) [5]. Опросник состоит из 9 шкал специфичных для физической самооценки – активность, внешний вид, жирность, координация, выносливость, гибкость, здоровье, спорт, сила, и две общие шкалы – общая самооценка и общая физическая самооценка [5].

Опросник для самооценки и физической самооценки содержит 47 утверждений, которые предлагается оценить по 1–6-балльной шкале Лайкерта. Психометрические свойства опросника PSDQ были подтверждены в нескольких исследованиях, в том числе различных популяций и культур [6; 7]. Более высокие оценки отражают и более высокую самооценку.

Для статистической обработки данных применялась программа SPSS-21 for Windows. Коэффициент Кронбаха α равнялся 0,87 для выборки данного исследования.

В нашу выборку мы отобрали 87 учителей физкультуры (37 мужчин и 50 женщин).

Результаты. Применение *t*-теста Стьюдента показало статистически значимые различия между двумя исследуемыми группами по семи из девяти показателей самооценки и физической самоидентификации учителей физической культуры (таблица 1).

Таблица 1

Показатели по уровню качества жизни

Показатели самооценки и самоидентификации	Учителя		<i>t</i> и <i>p</i>
	Женщины $n_1 = 50$	Мужчины $n_2 = 37$	
Физическая активность	$5,21 \pm 0,81$	$5,76 \pm 1,43$	$-1,34; p < 0,05$
Внешний вид	$3,93 \pm 1,26$	$4,11 \pm 1,29$	$-0,17; p > 0,05$
Жирность	$4,67 \pm 1,52$	$4,24 \pm 0,97$	$1,22; p < 0,05$
Координация	$4,46 \pm 1,32$	$4,77 \pm 0,89$	$-1,37; p < 0,05$
Выносливость	$3,37 \pm 1,22$	$4,05 \pm 0,87$	$-1,96; p < 0,05$
Гибкость	$4,08 \pm 0,98$	$4,32 \pm 1,12$	$-1,97; p < 0,05$
Здоровья	$4,77 \pm 1,64$	$4,88 \pm 1,09$	$-0,27; p > 0,05$
Спортивная компетенция	$3,82 \pm 0,92$	$4,35 \pm 0,82$	$-2,57; p < 0,05$
Сила	$3,87 \pm 1,02$	$4,57 \pm 0,93$	$-3,18; p < 0,05$
Общая самооценка	$4,87 \pm 0,92$	$4,96 \pm 1,06$	$-0,21; p > 0,05$
Общая физическая самооценка	$4,12 \pm 0,97$	$5,09 \pm 1,21$	$2,26; p < 0,05$

Результаты данного исследования показали, что учителя физической культуры мужчины оценивают свою физическую активность, жирность, координацию, выносливость, гибкость, силу, спортивную компетенцию и общую физическую самооценку достоверно ($p < 0,05$) выше чем женщины. Однако их мнения о своей внешности, состоянии здоровья и общей самооценке отличались незначительно, хотя мужчины себе ставили более высокие оценки чем женщины.

Обсуждение. Следует отметить, что полученные данные, свидетельствующие, что учителя физической культуры мужчины по большинству параметров себя оценивают более высоко чем учителя женщины, не противоречить итогам исследований других исследователей [8–10].

Заключение. Общая физическая самооценка учителей физкультуры мужчин выше чем учителей женщин. Можно предполагать, что женщины более критично смотрит на себя, хотя оценки внешнего вида, здоровья и общей самооценки практически не различаются.

Список литературы

1. Park J. (2003). Adolescent self-concept and health into adulthood. Supplement to Health Report, 41–52.
2. Fox K.R. (2002). Self-perceptions and sport behaviour. In T. Horn (Ed.) *Advances in Sport Psychology* (2nd edition). Champaign, IL: Human Kinetics, 83–99.
3. Amesberger G., Finkenzeller T., Würth S. & Müller E. (2011). Physical self-concept and physical fitness in elderly individuals. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21, 83–88.
4. Monroe C.M., Thomas D.Q., Lagally K. & Cox A. (2010). Relation of college students' self-perceived and measured health-related physical fitness. *Perceptual and Motor Skills*, 111, 229–239.
5. Naida D. Peart, Herbert W. Marsh and Garry E. Richards (2005). The Physical Self Description Questionnaire: furthering research linking physical self-concept, physical activity and physical education. Paper Presented at the Australian Association for Research in Education Annual Conference, Parramatta 2005.

6. Asçi F.H., Alfermann D., Çağlar E. & Stiller J. (2008). Physical self-concept in adolescence and young adulthood: A comparison of Turkish and German students. *International Journal of Sport Psychology*, 39, 217–236.

7. Tsorbatzoudis H. (2005). Psychometric evaluation of the Greek Physical Self-Description Questionnaire. *Perceptual and Motor Skills*, 101 (1), 79–89.

8. Dolenc P. (2015). Physical Self-Concept in Slovenian Adolescents: Differences by Gender and Sports Participation. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 13 (1), 57–66.

9. Patrizia O., Sebastiano C., Rosalba L. (2013). Physical Self-Concept and Its Relationship to Exercise Dependence Symptoms in Young Regular Physical Exercisers. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 1 (1), 1–6.