

of improving of profitability of movements”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 125, No. 7, pp. 46-51.

4. Panchenko, I.A., Volkov, A. V. and Bolotin, A. E. (2014), “Pedagogical model of ensuring physical readiness of staff of mine-rescue divisions”, *Theory and practice of physical culture*, No. 2, pp. 32-34.

5. Rudenko, G.V. and Bolotin, A. E. (2015), “Organizational and pedagogical conditions necessary for introduction of the GTO new complex”, *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 97-99.

Контактная информация: davydovaOS@inbox.ru

Статья поступила в редакцию 19.02.2018

УДК 796.011.3

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Алла Владимировна Данилова, кандидат педагогических наук, доцент,

Анна Ивановна Попова, кандидат педагогических наук, доцент,

*Чайковский государственный институт физической культуры (ФГБОУ ВО «ЧГИФК»),
Чайковский*

Аннотация

В статье анализируются результаты исследования активности молодёжной среды: сфера интересов; информационная среда; социальная, познавательная и двигательная активности; мотивы посещения занятий физической культурой и спортом. Предлагаются возможные пути повышения познавательной и двигательной активности студентов в системе физического воспитания вуза.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенческая среда, профессиональная деятельность, сфера интересов, активность, познавательная активность, двигательная активность.

PHYSICAL EDUCATION AS UNIVERSITY STUDENTS' ACTIVITY FORMING FACTOR

Alla Vladimirovna Danilova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Anna Ivanovna Popova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Tchaikovsky State Institute of Physical Education, Tchaikovsky

Annotation

The article analyzes the results of the study of youth activity: the sphere of interests; information environment; social, cognitive and motor activities; motivation to physical culture and sports classes. It suggests possible ways of increasing students' cognitive and motor activities in the system of physical education in the higher school.

Keywords: physical education, student environment, professional activity, sphere of interests, activity, cognitive activity, motor activity.

ВВЕДЕНИЕ

Успешность профессиональной деятельности человека во многом зависит не только от его уровня профессиональных знаний, умений и навыков, но и от способностей к работе в команде, лидерских качеств, целевых установок, нравственных и патриотических ценностей, навыков самоорганизации и способности к саморазвитию. При этом современные условия жизни требуют от работника любой сферы высокого уровня как умственной, так и физической активности. Высокий уровень умственной активности позволяет сохранять и своевременно получать новую информацию, а физической – сохранять здоровье и повышать работоспособность [1-3].

ВВЕДЕНИЕ

Успешность профессиональной деятельности человека во многом зависит не только от его уровня профессиональных знаний, умений и навыков, но и от способностей к работе

в команде, лидерских качеств, целевых установок, нравственных и патриотических ценностей, навыков самоорганизации и способности к саморазвитию. При этом современные условия жизни требуют от работника любой сферы высокого уровня как умственной, так и физической активности. Высокий уровень умственной активности позволяет сохранять и своевременно получать новую информацию, а физической – сохранять здоровье и повышать работоспособность [1-3].

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В течение двух лет в рамках совместной научно-исследовательской работы студентов Удмуртского государственного университета и Чайковского государственного института физической культуры проводилось исследование активности молодёжной среды.

На первом этапе изучалась сфера интересов молодёжи в возрасте от 16 до 25 лет (школьники 10-11 классов и студенты вузов). Всего 187 человек. На втором этапе исследования с целью изучения информационной среды студентов, их рода занятий и складывающихся желаний (интересов) приняло участие около 300 человек в возрасте 17-21 года.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Результаты опроса (сводные данные по учащейся молодёжи) представлены на рисунке 1.

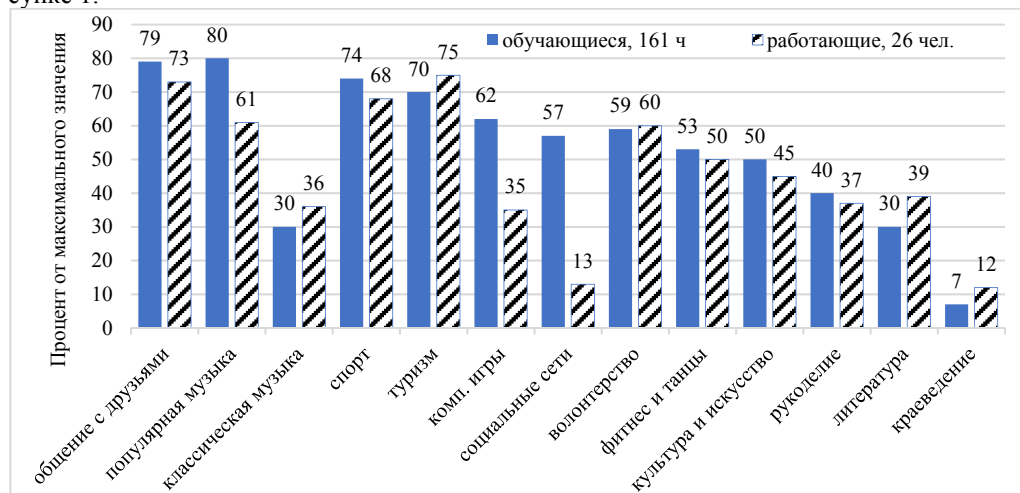


Рисунок 1 – Результаты оценки сферы интересов молодёжи

В соответствии с рисунком 1 выявлен ряд особенностей активности учащейся молодёжи, связанных с её интересами:

- наибольшей привлекательностью помимо основной деятельности (учёба, работа) для молодёжи являются: общение с друзьями, развлекательная музыка, спорт и туризм;
- танцы и фитнес (оценка составила 50% от максимальной) постепенно, но неуклонно уступают место увлечению компьютерными играми и электронному общению;
- растёт популярность волонтерского движения, более половины опрошенных принимают участие в различных добровольческих движениях и оказывают посильную помощь в организации и проведении социальных, культурных, физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях различного уровня.

Опираясь на результаты оценки сферы интересов молодёжи можно с уверенностью утверждать, что одним из инструментов повышения её активности можно считать систему физического воспитания. Целью физического воспитания студентов в вузе является формирование физической культуры личности и способности направленного использования

разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, а также психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности, так как психофизическая подготовка – это формирование устойчивых реакций на разные типы раздражителей в условиях повышенного стресса.

Именно в условиях вуза обучающийся формирует способность противостоять повышенным нагрузкам различного характера (бытовым, социальным, гигиеническим), где, порой, усугубляется их влияние на здоровье студента. Вместе с тем, согласно Всемирной организации здравоохранения – здоровье человека на 50–55% зависит от образа жизни, где ключевую роль играет двигательная активность.

Многочисленными исследованиями учёных установлено, что у студентов, включённых в систематические занятия физической культурой и спортом, и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определённый стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, наблюдается развитие престижных установок, высокий жизненный тонус. Они радуются социальному признанию, в большей мере коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, меньше боятся критики. У них наблюдается более высокая эмоциональная устойчивость, выдержка, им в большей степени свойственен оптимизм и энергия. Среди них больше решительных и настойчивых людей, умеющих повести за собой коллектив. Этой группе студентов в большей степени присущи добросовестность, собранность, чувство долга. Они успешно взаимодействуют в работе, требующей напряжения, постоянства, свободнее вступают в контакты, более находчивы, среди них чаще встречаются лидеры. Все эти характеристики подразумеваются и в формировании универсальных компетенций: способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде; способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования; способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Активность, проявляемая студентами вуза в процессе физического воспитания, может быть представлена в двух видах: познавательная и двигательная. Познавательная активность обучающихся заключается в восприятии учебного материала и осмысленном отношении к нему, что вызывает прочное его освоение. Двигательная активность учащихся связана с непосредственным, мотивированным и осознанным выполнением физических упражнений. И познавательная и двигательная активности, характеризуется психической активностью человека.

Чтобы оценить возможные пути совершенствования физического воспитания в вузе необходимо проследить истоки формирования мировоззрения молодёжи и её активность в отношении различных сфер жизнедеятельности. С этой целью был проведён второй этап исследования: изучение информационной среды студентов, их рода занятий и складывающихся желаний (интересов). В анкетировании приняли участие около 300 человек в возрасте 17-21 года. Рассмотрим основные результаты исследования:

1) студенческая среда имеет высокий уровень социальной активности. При этом наибольший интерес вызывает общение в кругу друзей-ровесников вне образовательных учреждений (77% опрошенных), далее следуют одноклассники (68%), родители (55%), знакомые среди взрослых (27%) и преподавателей (16%);

2) познавательная активность студентов в основном проявляется в изучении информационных ресурсов:

– интерес к печатным и электронным источникам информации распределен следующим образом: Интернет – 60%, центральное телевидение – 47%, местное – 24%, газеты и журналы – 35%. Интерес к научно-популярной, художественной и познавательной литературе отметили 22%;

– самую высокую оценку по привлекательности получили видеofilмы развлекательного характера (это отметили 85% респондентов) и зарубежная музыка (55%);

– около 30% обучающихся проявляют устойчивую познавательную активность в различных сферах деятельности, включая проявление интереса к процессу обучения (оценки «хорошо» и «отлично» по учебным дисциплинам); участие в научно-исследовательской деятельности вуза (работа в студенческом научном обществе, выполнение исследовательских работ, участие в конференциях и публикации в научных изданиях);

– 24% студентов посещают кружки и секции культурно-познавательной направленности; 17% – регулярно принимают участие в организации и проведении интеллектуальных игр, конкурсов и викторин («Хотим всё знать!», «Интеллектуал вуза», «Знатоки» и др.);

3) двигательная активность молодёжи в основном связана с посещением учебных занятий элективных дисциплин по физической культуре и спорту, занятий в секциях и клубах по избранным видам спорта, здоровым стилем жизни, участием в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях вуза.

По результатам опроса отношение студентов к здоровому образу жизни можно приближённо смоделировать по следующим показателям: 40% обучающихся относят занятия физкультуры к числу любимых, 30% занимаются дополнительно в спортивных клубах и секциях, 43% считают достаточными свои успехи на спортивном поприще, а 10% мечтают повысить результаты. При этом анализ истоков формирования сферы интересов в системе физического воспитания показал, что 45% респондентов полностью устраивает организация занятий физической культурой в вузе, 35% – устраивает частично, 12% – частично не устраивает, 2% – полностью не устраивает. Следует отметить, что 84% студентов активно бы занимались физической культурой, если бы физическая культура была бы не обязательной дисциплиной. Отвечая на вопрос «Что мешает вам заниматься физической культурой и спортом?», 64% сетуют на отсутствие свободного времени, 12% – неумение организовать время, 24% – осознают свою лень.

Основными мотивами посещения занятий у 62,7% респондентов является улучшение состояния здоровья, 17,9% занимаются с целью достижения спортивного результата, 32% – преследуют цель улучшения фигуры. Ради общения с друзьями занимается 7,5%, и лишь 6,8% студентов занимаются только ради получения зачёта.

ВЫВОДЫ

Подводя итоги проведённого исследования, можно выделить основные моменты, характеризующие возможные пути повышения познавательной и двигательной активности студентов в системе физического воспитания:

1) так как ценностные приоритеты молодёжи складываются в основном в собственном кругу под влиянием видеofilьмов, Интернета и развлекательных программ центрального телевидения, с целью повышения познавательной активности в сфере здорового образа жизни, физической культуры и спорта, при организации самостоятельной работы студентов, рекомендуется использовать информационно-коммуникативные технологии: специализированные Интернет-ресурсы; электронные образовательные системы; дистанционные технологии; мультимедийные образовательные комплексы; видео-программы и мобильные приложения с упражнениями, smart-устройства;

2) для поддержания активности студентов на занятиях физической культурой необходимо, на наш взгляд, придерживаться следующего: преподаватель должен соблюдать дидактические принципы организации педагогического процесса, а также обеспечивать оптимальную трудность учебных заданий, учитывать трудозатраты самостоятельной работы студентов и элементы творческого подхода при выполнении заданий; а студенты – проявлять осознанное отношение к физическим упражнениям. Должна присутствовать связь обучения с профессиональной деятельностью и образом жизни обучающихся; учитываться индивидуальные особенности каждого студента. Нельзя забывать и о мотивации к двигательной активности, которая будет иметь решающее значение в поведении и

стимуляции активной деятельности;

3) мотивацию к двигательной активности, можно усилить, путём включения в учебный план дисциплин по физической культуре и спорту по выбору (с учетом физической подготовленности, интересов и спортивной специализации обучающихся). Поэтому одной из главных задач кафедр физического воспитания становится поддержка стремлений студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом и создание возможно большего числа альтернативных программ с учётом материально-технической оснащённости спортивной базы вузов;

4) в процессе организации внеучебной деятельности необходимо учитывать интересы молодёжи к музыке, танцам, фитнесу, спорту, туризму и волонтерству, включая в план физического воспитания проведение культурно-познавательных, научно-практических, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, участие в массовых молодёжных и общегородских мероприятиях, олимпиадах и конкурсах, волонтерской деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ардашев, А.Е. Социально-педагогическая картина мотивационной сферы учащейся молодежи различных образовательных учреждений / А.Е. Ардашев, А.И. Попова // Вестник Челябинского государственного университета: Образование и здравоохранение. – 2013. – Вып. 2. – № 34 (325). – С. 73-80.

2. Попова, А.И. Мотивационные аспекты рейтинговых систем контроля успешности обучения / А.И. Попова // Вестник Ижевского государственного технического университета. – 2011. – № 1. – С. 146-148.

3. Попова, А.И. Пути совершенствования системы физического воспитания студентов / А.И. Попова, Л.В. Родыгина, Л.В. Бузмакова // Спортивно ориентированное физическое воспитание – новая педагогическая технология XXI века : сборник материалов Всерос. науч-практ. конф. / Удмуртский государственный университет. – Ижевск, 2011. – С. 191-192.

REFERENCES

1. Ardashev, A.E. and Popova, A.I. (2013), “Social and pedagogical picture of the motivational sphere of studying youth of various educational institutions”, *Bulletin of the Chelyabinsk State University: Education and Health*, Vol. 5 No. 2, pp. 73-80.

2. Popova, A.I. (2011), “Motivational Aspects of Rating Monitoring Systems of Success of Training”, *Bulletin of the Izhevsk State Technical University*, No. 1, pp. 146-148.

3. Popova, A.I., Rodygina, L.V. and Buzmakova L.V. (2011), “Ways to improve the system of physical education of students”, *Sports-oriented physical education – a new pedagogical technology of the XXI century*, *Izhevsk*, 2011. pp. 191-192.

Контактная информация: lab.chifk@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 27.02.2018

УДК 796.011

ПОСТРОЕНИЕ КОНЦЕПЦИИ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Максим Валерьевич Звягинцев, кандидат педагогических наук, преподаватель, Кузбасский институт федеральной службы исполнения наказаний (КИФСИН), г. Новокузнецк

Аннотация

В данной статье сформулирована личностно-ориентированная концепция преподавания физической культуры, которая отвечает современным тенденциям развития образовательной парадигмы позволяя максимально способствовать развитию личности исходя из её потребностей, возможностей и способностей.

Ключевые слова: личностно-ориентированная физическая культура, развитие личности, концепция преподавания физической культуры.