

2. Vashlyaev, B. F. (2000), *Organization of training influences in the preparation of qualified all-round skaters*, dissertation, Yekaterinburg.

3. Martynenko, I. V. (2017), “Methodology of sports training for skaters-sprinters of high qualification in a two-year cycle”, *Problems of modern pedagogical education. Science Magazine*, Vol. 57 No. 5, pp. 236–245.

4. Oreshkina, I.N. (2019), “Practical aspects of using Firstbeat round-the-clock monitoring in skating training”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (170), pp. 251–254.

5. Polozkova, N.F. (2007), “Algorithm for the individualization of training highly qualified skaters”, *Theory and practice of physical culture*, No. 9, pp. 46–48.

6. Trutaeva, I.N. (2010), “Peculiarities of the process of training highly qualified skaters in an annual cycle in an indoor ice rink”, *Theory and practice of physical culture*, No. 1, pp. 58–59.

Контактная информация: Gaika_ira@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.04.2021

УДК 796.034.2

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА ПО ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Николай Юрьевич Патаркацишвили, старший преподаватель, Сибирский федеральный университет, Красноярск; Дмитрий Александрович Завьялов, доктор педагогических наук, профессор, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева; Людмила Ивановна Александрова, доцент, Ольга Николаевна Линкевич, старший преподаватель, Роман Самирович Исаев, преподаватель, Лариса Юрьевна Никитина, старший преподаватель, Сибирский федеральный университет, Красноярск

Аннотация

В данной статье рассматривается проблемы формирования и необходимость гармоничного развития подростков и студентов, которая в свою очередь оказывает влияние на укрепление и сохранения здоровья молодых людей средствами общей физической культуры, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни. Оценка формирования готовности студенческой молодежи для их профессиональной деятельности. Ведь спорт в наше время – мощное социальное явление, способное формировать как социальную реальность, так и саму личность. Из понимания социальных аспектов проблемы соотношения спорта и образа жизни людей во многом зависит от жизни подрастающего поколения. Физическая активность студентов заключается в том, что это сочетание наиболее эффективных средств и методов физического воспитания, одна из основных форм подготовки человека к труду и другим, общественно необходимым видам деятельности.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, физическая активность, физическая культура, физические упражнения, физическое воспитание, учебный процесс, успеваемость, тестирование, физическая подготовленность, студент, упражнения, компетенции, специальная выносливость, комплексный подход, спортивные игры.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.5.p301-305

PROBLEMS AND PROSPECTS OF TEACHING STUDENTS IN APPLIED PHYSICAL CULTURE AT THE UNIVERSITY

Nikolai Yurievich Patarkatsishvili, the senior teacher, Siberian Federal University, Krasnoyarsk; Dmitry Alexandrovich Zavyalov, the doctor of pedagogical sciences, professor, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev; Lyudmila Ivanovna Alexandrova, the senior lecturer, Olga Nikolaevna Linkevich, the senior teacher, Roman Samirovich Isaev, the teacher, Larisa Yurievna Nikitina, the senior teacher, Siberian Federal University, Krasnoyarsk

Abstract

This article examines the problems of formation and the need for the harmonious development of adolescents and students, which in turn has an impact on strengthening and maintaining the health of young people by means of general physical culture, tourism and sports, attracting the younger generation to a healthy lifestyle. Assessment of the formation of student youth readiness for their professional activities. After all, sport in our time is a powerful social phenomenon capable of shaping both social reality and the personality itself. From understanding the social aspects of the problem of correlation between sports and the way of life of people largely depend on the life of the younger generation. The physical activity of students lies in the fact that it is a combination of the most effective means and methods of physical education, one of the main forms of preparing a person for work and other socially necessary types of activity.

Keywords: health, healthy lifestyle, physical activity, physical culture, physical exercise, physical education, educational process, academic performance, testing, physical fitness, student, exercises, competencies, special endurance, integrated approach, sports games.

Обзор публикаций ведущих ученых в области физического воспитания студентов и подросткового поколения, формирования личности средствами физической культуры позволяет сделать неутешительный вывод о ее значимости. Недоценка роли физического воспитания в сохранении здоровья молодежи и студентов [1; 2].

По мнению К. Хардмана, физическое воспитание сегодня находится под угрозой практически во всех регионах мира. Постоянно сокращающееся время, затрачиваемое на физическое воспитание в учебной программе, бюджетные ограничения и нехватка материальных и человеческих ресурсов – это основания для серьезной озабоченности ситуацией в области физического воспитания в университетах по всему миру [2; 3; 4; 7]. Проведенные автором исследования показывают, что физическое воспитание студентов не проводится в соответствии с учебным планом, правилами или ожиданиями руководителей образовательных учреждений. И так происходит во многих странах, с наибольшим процентом отклонений от профессиональной направленности учебных программ в Африке (75%) и Азии (67%). Уровень отклонения в США составляет 26%, в Канаде – 43% и в Европе – 13% [3; 4; 7]. К сожалению, в его исследовании не представлены данные о состоянии физического воспитания молодежи (студентов) в Российской Федерации.

В этой связи следует отметить, что физическое воспитание имеет определенные трудности и многочисленные научные публикации, о чем свидетельствуют российские ученые в нашей стране [5]. Таким образом, цель статьи заключается в следующем, это изучить и указать на существующие проблемы в организации процесса физического воспитания и дальнейшие перспективы его развития в высших учебных заведениях России. Так как большинство студентов не знают о пользе физического воспитания для своего здоровья, профессиональной деятельности и подготовленности. Существуют различные организационные, психологические и другие барьеры, нарушающие учебный процесс [7]. Растут опасения по поводу значительного снижения физической активности среди студенческой молодежи и роста ожирения среди детей и молодого поколения [4].

Несмотря на то, что одной из заявленных целей системы здравоохранения в США является увеличение количества студентов, активно занимающихся физической культурой. В Российской Федерации, по некоторым данным, массовая практика физического воспитания в университете ориентирована только на достижение определенного уровня физического состояния студентов в ущерб духовно-ценностному сознанию и творческому мышлению данной молодежи [3; 4]. В 90-е годы в нашей стране произошла деградация материально-технической оснащенности процесса физического воспитания в учебных заведениях [7]. Дело в том, что в большинстве российских вузов преподаватели ориентируют учащихся студентов только на прохождение минимальных нормативных оценочных тестов по предмету «Прикладная физическая культура» и не занимаются формированием конкретных знаний, навыков и компетенций, позволяющих молодым людям поддерживать и укреплять свой уровень физического здоровья [7; 8; 10]. Исходя из этого, серьезной проблемой является низкий уровень мотивации молодежи к регулярным занятиям

физической культурой. В связи с этими негативными обстоятельствами возникает необходимость создания эффективной системы привлечения студентов, ведущих здоровый образ жизни и регулярная физическая нагрузка с использованием современных технологий, для вспомогательного управления и контроля учебным процессом [6; 8; 9; 10].

Многие ученые считают, что определенная спортивная популяризация учебного процесса по прикладной физической культуре студентов является эффективным способом преодоления имеющихся психологических трудностей в условиях загруженной учебной деятельности. Некоторые же специалисты считают, что спортивно-ориентированный подход в вузе поможет пополнить кадровые резервы, где необходима физическая подготовка для будущей профессиональной деятельности, для этого необходимо активно заниматься прикладной физической культурой и спортом с первых дней в вузе [7; 8; 10].

В связи с этими обстоятельствами нами были проведены исследования по анализу эффективности различных форм физического воспитания студентов для функциональной готовности молодых людей, поступивших в вуз. Исследование проводилось в течение одного учебного семестра с января по май 2021 года, в одном из крупных вузов города Красноярск: Сибирском федеральном университете (СФУ).

Для исследования случайным образом были отобраны 180 молодых людей – студентов 1 курса различных институтов и специальностей. Разделены они были на две группы, в состав группы входило 90 случайно выбранных студентов. Студенты первой группы были задействованы по программам физического воспитания на спортивно-ориентированный подход к организации и проведению занятий. Такой подход представляет собой специфическую трансформацию выбранных студентами приемов и методов обучения спорту. Молодых людей приглашали на занятия по физическому воспитанию по таким видам спорта, как туризм, легкая атлетика, лажная подготовка, вольная борьба, футбол, баскетбол, гольф и занятия по общефизической подготовке, по выбору. Студенты второй группы обучались по учебной программе, которая включала определенную нагрузку с учетом исходного уровня физического здоровья и функциональной подготовленности.

Таким образом, общий объем и интенсивность обучения студентов, выполняющих физические упражнения, были ограничены функциональным состоянием молодежи и не зависели от мнения преподавателя, которое зачастую является субъективным [5]. Занятия включали ряд общеразвивающих упражнений, бег трусцой и ходьбу, подвижные игры, спортивные игры. Для анализа эффективности форм выполнения занятий авторы использовали комплекс контрольных тестов, которые преподаватели по прикладной физической культуре и спорту использовали для оценки уровня физического развития и функциональной квалификации студентов. О развитии физической силы оценивали по количеству подтягиваний на перекладине, скорость – по времени преодоления дистанции 100 м, гибкость – по наклону вперед в положении стоя на скамье, выносливость – по времени преодоления 3000 метров по пересеченной местности и заключительный тест, включающий 30 приседаний в максимальном темпе на время. Этот тест широко используется в практике спортивной медицины и педагогики. Для получения результатов необходимо измерить частоту сердечных сокращений и артериальное давление учащихся. Измерения проводятся до и после выполнения данного теста.

Таким образом, уровень развития основных физических качеств и функциональной подготовленности студентов обеих групп был примерно одинаков (таблица 1).

Таблица 1 – Сравнительные данные результатов тестовых испытаний студентов

Тесты	группа №1	группа №2
Тест на силу – подтягивание на перекладине из виса (кол-во)	6±3	7±4
Тест на скорость – бег на 100 метров (сек)	15,01±2,4	16,00±3,9
Тест на гибкость – наклон вперед, стоя на скамье (см)	8±4	11±2
Тест на выносливость – бег на 3000 метров (мин/сек)	13.15±1.45	13.43±1.28
Тест, 30 приседаний в максимальном темпе (сек)	56±5	55±6

Следовательно, в начале обучения в вузе (на 1 курсе) предпочтительно использовать индивидуальные формы и программы контроля во время физического воспитания молодежи для значительного повышения их уровня, для физической и функциональной подготовки. Анализ научных исследований, проведенных как российскими, так и зарубежными специалистами, показывает, что в современном мире явно недооценивается важная роль физического воспитания молодежи в укреплении их физического здоровья и профилактике различных заболеваний. Так же выявлены существенные различия в стандартах учебных программ, сокращение времени, отводимого на занятия физической культурой и прочие разногласия. В то же время исследования показывают значительное ухудшение физического здоровья современной молодежи, недостаточная физическая активность и значительное количество страдающих ожирением студентов. Разобраться и решить данные проблемы возможно в случае поиска и внедрения новых современных эффективных форм и технологий за контролем здоровья для полноценной организации занятий по прикладной физической культуре в образовательный процесс, что указано в исследованиях как российских, так и зарубежных специалистов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Подрезов И.Н. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни / И.Н. Подрезов, Р.В. Еремин // Наука–2020. – 2018. – № 1-1 (17). – С. 163–168.
2. Осипов, Д.В. Спорт и его влияние на организм человека / Д.В. Осипов // Наука–2020. – 2018. – № 2-2(18). – С. 92–95.
3. Биналиев, А.Т. Сравнительный анализ преподавания физической культуры в Российской Федерации и за рубежом / А.Т. Биналиев, В.С. Киреев // Физическая культура, спорт, здоровье и долголетие : сборник материалов восьмой международной научной конференции, Ростов-на-Дону, 11–13 декабря 2019 года. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет. – 2019. – С. 57–61.
4. Хардман, К. Сравнение состояния и статуса физического воспитания в школах в межконтинентальном и внутриконтинентальном контекстах / К. Хардман // Международные спортивные исследования. – 2001. – № 23 (1/2). – С. 68–87.
5. Степанова, Т.А. К вопросу о заключении трудового договора спортивных тренеров в сфере профессионального спорта / Т.А. Степанова, Э.В. Мануйленко, А.А. Ташиян // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2018. – № 3 (53). – С. 70–74.
6. Болотин, А.Э. Структура и содержание образовательных технологий управления здоровым образом жизни студентов / А.Э. Болотин, В.В. Бакаев // Журнал физического воспитания и спорта. – 2015. – № 15 (3). – С. 362–364.
7. Ташиян, А. А. Обучение студентов физической культуре в России: проблемы и перспективы развития / А. А. Ташиян // Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов : сборник статей Всероссийского круглого стола, Орёл, 27 июня 2019 года. – Орловский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.В. Лукьянова. – 2019. – С. 258–261.
8. Патаркацишвили, Н.Ю. Индивидуальные способы применения электронных современных устройств за контролем физической нагрузки / Н.Ю. Патаркацишвили, Д.А. Завьялов, А.А. Близневский // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 9 (187). – С. 288–292.
9. Мотивация студентов к занятиям физической культурой современными электронными приложениями и устройствами / Н.Ю. Патаркацишвили, Д.А. Завьялов, Р.С. Исаев, А.В. Бикбулатов, С.А. Михайлова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 2 (192). – С. 248–253.
10. Обоснование эффективности применения современных электронных технологий контроля показателей здоровья у студентов / Н.Ю. Патаркацишвили, Д.А. Завьялов, А.А. Близневский, А.А. Ташиян, О.Г. Матонина, Н.А. Маслובהва // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 3 (193). – С. 320–325.

REFERENCES

1. Podrezov, I.N. and Eremin, R.V. (2018), “Problems of the formation, strengthening and preservation of the health of children, adolescents, young people by means of physical training, tourism and sports, attracting the younger generation to a healthy lifestyle”, *Science–2020*, No. 1-1 (17), pp. 163–168.
2. Osipov, D.V. (2018), “Sport and its influence on the human body”, *Science–2020*, No. 2-2 (18), pp. 92–95.
3. Binaliev, A.T. and Kireev V.S. (2019), “Comparative analysis of teaching physical culture in the Russian Federation and abroad”, *Physical culture, sport, health and longevity: collection of materials of the eighth international scientific conference*, Rostov-on-Don, 11-13 December 2019, pp. 57–61.
4. Hardman, K. (2001), “Comparison of the state and status of physical education in schools in the intercontinental and intracontinental contexts”, *International sports research*, No. 23 (1/2), pp. 68–87.
5. Stepanova, T.A., Stepanova, T.A., Manuilenko, E.V. and Tashchiyan A.A. (2018), “On the issue of concluding an employment contract for sports coaches in the field of professional sports”, *Bulletin of the Kaliningrad branch of the St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*, No. 3 (53), pp. 70–74.
6. Bolotin A.E. and Bakaev V.V. (2015), “The structure and content of educational technologies for managing the healthy lifestyle of students”, *Journal of Physical Education and Sport*, No. 15 (3), pp. 362–364.
7. Tashchiyan, A.A. (2019), “Teaching physical culture students in Russia: problems and development prospects”, *Improving the physical training of law enforcement officers: a collection of articles from the All-Russian round table*, Oryol, pp. 258–261.
8. Patarkatsishvili, N.Yu., Zavyalov, D.A. and Bliznevsky, A.A. (2020), “Individual ways of using modern electronic devices for physical load control”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 9 (187), pp. 288–292.
9. Patarkatsishvili, N.Yu., Zavyalov, D.A., Isaev, R.S., Bikbulatov, A.V. and Mikhailova, S.A. (2021), “Motivation of students to engage in physical education with modern electronic applications and devices”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (192), pp. 248–253.
10. Patarkatsishvili, N.Yu., Zavyalov, D.A., Bliznevsky, A.A., Tashchiyan, A.A., Matonina, O.G. and Masloboeva N.A. (2021), “Substantiation of the effectiveness of the use of modern electronic technologies for monitoring health indicators in students”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (193), pp. 320–325.

Контактная информация: nputincev@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.05.2021

УДК 796.011.3

**АНАЛИЗ ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИХ ИНИЦИАТИВ В СФЕРЕ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

Владимир Анатольевич Пегов, кандидат педагогических наук, доцент, Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма

Аннотация

В работе дан анализ знаковых теоретико-практических инициатив в сфере физического воспитания. Осуществляемый на практике ряд инновационных подходов (спортизация, олимпийское образование, спартианское воспитание, этносport) имеет проблемы гносеологического и методологического характера. Одни из них зауживают область телесных проявлений человека, сводя к их узкоспециализированной практике спорта и спортивной подготовки (спортизация физического воспитания, олимпийское образование). Другие, стремясь преодолеть эту узость, пытаются решать педагогические задачи общеобразовательной школы, тем самым, подменяя её (спартианское воспитание). Возврат к телесным практикам прошлого (в первую очередь, народным играм) игнорирует принцип историчности и задачи современного этапа эволюции человека (этноспорт). Без принципиального изменения гносеологического и методологического подходов все попытки частичных изменений в сфере физического воспитания так и будут носить частичный характер.