

ОТВЕЧАЕТ ЛИ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ ВЫЗОВАМ СОВРЕМЕННОСТИ?

В. А. Коледа, В. И. Новицкая

Белорусский государственный университет, г. Минск

Kaliada@bsu.by

Сущность и содержание физкультурно-спортивной деятельности студенческой молодежи постоянно меняется в связи с условиями, качеством и стилем жизни. В статье обоснованы пути совершенствования физического воспитания студентов в современных социально-экономических условиях модернизации и реформирования системы высшего образования.

The essence and content of physical and sports activity of students is constantly changing due to the conditions, quality and style of their life. The article is devoted to the search and justification of effective ways to improve physical education of students in the contemporary socio-economic conditions, in the circumstances of the modernization and reformation of the higher education system.

К л ю ч е в ы е с л о в а: образование; модернизация; физическая культура студентов; педагогические технологии.

К e y w o r d s: education; modernization; physical education students; educational technology.

Физическая культура как учебная дисциплина концептуально определена образовательным системным фактором, основу которого составляют компоненты физического, психосоматического, социального, профессионального, нравственного развития человека. Все эти компоненты подчинены законам жизнедеятельности, а также ее конкретным (специфическим) направлениям и особенностям. Поэтому при освоении дисциплины (предмета) «Физическая культура», где бы она ни преподавалась, законы, направления, особенности жизни и деятельности человека являются основополагающим первичным критерием – материалом для формирования физической культуры личности. Так, если мы говорим о признаках физического развития, то необходимо учитывать наследственность, возрастную динамику, единство организма и окружающей среды; если мы рассматриваем профессиональное

развитие и становление личности, то важно соотносить общеоздоровительное направление и профессиональную физическую культуру и т. д.

Историческая практика показывает, что главные законы жизни не меняются, в то время как средства, формы, методы и даже виды физической культуры могут претерпевать значительные изменения. Здесь следует уточнить, что общепринятые виды физической культуры — базовая, оздоровительная, адаптивная, спорт — постоянно проходят эволюционные преобразования в сторону их совершенствования и прогресса. Мы не можем подчинить физическую культуру одному направлению или закону в силу ее вариабельности, этапной автономности в течение жизни. Она не может быть однотипной как по своей структуре и содержанию для всех категорий населения, так и для всех разновидностей деятельности (профессиональная, образовательная, социальная и т. д.). Именно поэтому первостепенное значение имеет профессионализм спортивного педагога: учителя, преподавателя, организатора, методиста, руководителя. Здесь следует иметь в виду, что именно спортивный педагог-организатор несет ответственность не только за подбор и использование средств в учебно-воспитательном процессе, но и за адекватный выбор вида физической культуры для конкретного индивида, группы или коллектива. Предпочтения, интересы и мотивы занимающегося являются доминирующим фактором для занятий и вовлечения в спортивную подготовку.

Не менее важным и значимым для физкультурно-спортивной деятельности студенческой молодежи является уровень самооценки индивидуального здоровья. От этого во многом зависит соблюдение принципов здорового образа жизни и успешность профессиональной подготовки специалиста. Так, при опросе студентов 1-го курса БГУ к концу учебного года взаимосвязь между уровнем общего физкультурного образования и успешностью будущей профессиональной деятельности составила в основном от 40 до 70 %. Самооценку своего здоровья в текущем учебном году большинство из опрошенных (240 человек) классифицировали как отличное (80 чел., или 32,1 %) и удовлетворительное (160 чел., или 64,3 %). 157 студентов (63,1 %) считают, что их здоровье и самочувствие по отношению к прошлому году не изменилось, а у 63 респондентов (25,3 %) эти показатели улучшились. Здесь необходимо уточнить, что, по мнению опрошенных, только 69 студентов (27,7 %) подготовлены к выполнению упражнений с высокой интенсивностью (соревновательного характера).

Существенным дополнением в содержании системного подхода к формированию физической культуры студента является контрольное тестирование как физической подготовленности, так и функционального состояния организма занимающихся. Важно отметить, что студенты отдают предпочтение тестированию функционального состояния и указывают на необходимость знаний о своих индивидуальных возможностях и динамике основных показателей организма при занятиях физической культурой и спортом.

Поэтому физическая культура студента не может рассматриваться только как учебная дисциплина. Усиление роли физической культуры предопределено комплексом организационных, нормативных, междисциплинарных, информационных, здоровьесберегающих форм и средств, направленных на сохранение и повышение качества жизни студенческой молодежи.

Роль физической культуры и спорта значительно возрастает в условиях современной студенческой жизни на основании следующих предпосылок:

— во-первых, есть динамика ухудшения состояния здоровья как первокурсников, так и всех студентов;

— во-вторых, объективная потребность будущего выпускника в сохранении и повышении работоспособности, эффективном усвоении программного материала, проведении интересного досуга, совершенствовании деятельности и т. д.

Полноценным будущим специалистом можно стать только в том случае, если студент-выпускник состоялся как личность, т. е. нашел свое предназначение в обществе. Именно физическая культура и спорт предоставляют такие возможности. Подтверждением этому являются известные теории и законы о возрастной эволюции моторики человека и динамике физического развития, о сопряженности духовного и телесного содержания физической культуры, о системообразующем основании двигательной деятельности. Очевидно, что физическая культура в аксиологическом аспекте представляет ценность человеческой цивилизации, следовательно, и отношение к ней должно быть соответствующее, т. е. не только как к обязательной учебной дисциплине, а в первую очередь как к одному из ведущих компонентов здоровьесформирующего потенциала.

Интересен факт отношения студентов-первокурсников в период адаптации (осенний семестр) к показателям, влияющим на состояние здоровья. При опросе 952 студентов выявлены следующие наиболее характерные для этого адаптационного периода особенности:

- 22,6 % оценивают свой уровень физической активности как высокий, а 71 % – умеренный;
- 90,5 % студентов считают, что физические нагрузки, предлагаемые на занятиях, достаточны;
- 90,3 % из опрошенных не курят и 64,7% не употребляют алкоголь в принципе;
- 89,7 % не употребляют энергетические напитки;
- 42,5 % не соблюдают принципов правильного (сбалансированного, регулярного, калорийного) питания, а 41% соблюдают эти принципы изредка, при появлении различных проблем в организме;
- 54,1 % студентов не всегда высыпаются в дни занятий физической культурой, а 23,2 % не высыпаются постоянно;
- 21,7 % регулярно, не реже 2 раз в неделю, самостоятельно занимаются физическими упражнениями (видами спорта) в свободное от учебы время, а 53,5 % занимаются нерегулярно;
- основными видами хронических заболеваний являются: сердечно-сосудистые (9 %), опорно-двигательного аппарата (14,6 %) и нарушения зрения (17,4 %).

Результаты исследования подтверждают необходимость усиления организационных и методических основ в управлении физическим воспитанием на основе интегративности физической культуры, здоровьесформирующего потенциала и технологического построения занятий. В основе организации учебного процесса по физической культуре студентов уже на начальном этапе важно обеспечить адаптацию к физическим нагрузкам и взаимосвязь физической культуры с индивидуальными особенностями здоровья занимающихся, включая их психофизическое развитие и физкультурную образованность.

Таким образом, физическая культура обусловлена насыщенным арсеналом собственных ценностей, предпочтениями студента, практическим опытом, что может быть источником для инновационных подходов к технологическому построению учебного процесса. Поиск и обоснование эффективных путей совершенствования физического воспитания в современных условиях все больше определяются сущностью и содержанием всей физкультурно-спортивной деятельности студентов, которая по своим узловым механизмам, результату, избирательности средств и структуре постоянно меняется в связи с переменами условий, качества и стиля жизни студенческой молодежи.