

**ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

**FORMATION OF CULTURE OF HEALTHY LIFESTYLE
OF STUDENTS OF HUMANITARIAN SPECIALTIES**

А. А. КРАВЧЕНКО

Научный руководитель – В. А. КОЛЕДА,
ДОКТОР ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК, ПРОФЕССОР

A. A. KRAVCHENKO

SUPERVISOR OF STUDIES - V. A. KOLEDA,
DOCTOR OF PEDAGOGICAL SCIENCES, PROFESSOR

Белорусский государственный университет

Минск, Беларусь

Belarusian State University

Minsk, Belarus

e-mail: kravchenko_aa@bsu.by, BSUsport@yandex.by

Физическое воспитание студентов в учреждениях высшего образования направлено на формирование культуры здорового образа жизни, мотивацию к физическому совершенствованию и осознание значимости здоровья как ценности. Целью учебной дисциплины «Физическая культура» является формирование социально-личностных компетенций, обеспечивающих использование средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности. Лонгитюдное исследование показывает потенциальную и реальную эффективность средств и методов физического воспитания в формировании культуры здорового образа жизни студенческой молодежи.

Ключевые слова: формирование; культура; образ жизни; здоровье студентов; средства физического воспитания; социально-личностные компетенции.

Physical education of students in institutions of higher education is aimed at the formation of culture of a healthy lifestyle, motivation for physical improvement and awareness of the importance of health as a value. The purpose of the discipline “Physical Education” is the formation of socio-personal competencies, ensures the use of means of physical culture and sports for the preservation and strengthening of health and preparation for professional activities. The longitudinal study shows the potential and real effectiveness of means and methods of physical education in the formation of a culture of healthy lifestyles of students.

Key words: formation; culture; lifestyle; health of students; means of Physical Education; social and personal competencies.

Физическое воспитание студентов в учреждениях высшего образования направлено на формирование культуры здорового образа жизни, мотивацию к физическому совершенствованию, осознание значимости здоровья как ценности. Реализация взаимосвязанных социальных, педагогических, гигиенических и прикладных задач происходит в рамках требований Кодекса Республики Беларусь об образовании [1], Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» [2], Государственных программ развития физической культуры и спорта [3] и развития студенческого спорта в Республике Беларусь [4], типовых учебных программ [5], [6].

Целью дисциплины «Физическая культура» является формирование социально-личностных компетенций, обеспечивающих целевое использование средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности [6], [7].

В нашем лонгитюдном исследовании изучалась система организации и управления физическим воспитанием в Гомельском филиале «Международного университета «МИТСО». Была поставлена задача определения её эффективности в решении проблем формирования здорового образа жизни студенческой молодёжи – будущих юристов и экономистов. Нами проведён ретроспективный анализ учебных программ филиала для основного и специального учебных отделений, документов планирования и учёта, протоколов соревнований, отчётов ответственных лиц факультета экономики и права, сообщений электронных средств массовой информации. Спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе уделяется пристальное внимание. Проблемы этого важного направления идеологической и воспитательной работы всегда в поле зрения кафедры общенаучных и гуманитарных дисциплин, Совета по воспитательной работе, Совета факультета экономики и права и дирекции Гомельского филиала.

Из протоколов заседаний Совета факультета экономики и права следует, что в соответствии с календарным планом физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий филиала имели место такие ежемесячные события как «День здоровья» и соревнования различных уровней (филиал, район, город, область), требующие серьёзного подхода и соответствующей специальной подготовки.

Перечень мероприятий указывает на то, что субъектам образовательного процесса в Гомельском филиале «Международного университета «МИТСО» были предоставлены реальные и многосторонние возмож-

ности проявления социальной активности, став участником различных спортивных событий.

Команды Гомельского филиала Международного университета «МИТСО» участвовали во всех соревнованиях в соответствии с положениями о районных, городских и областных соревнованиях.

Лучшие командные результаты: первое место в спартакиаде общежитий вузов Советского района г. Гомеля, третье командное место по настольному теннису (девушки) среди вузов г. Гомеля, второе общеконкурсное место в соревнованиях вузов Советского района г. Гомеля, посвящённых Дню работников физической культуры и спорта, третье место в районных соревнованиях по мини-футболу (футзалу).

Лучшие личные достижения: Листопадов Данила (группа 1076) – призёр Кубка и Чемпионата Республики Беларусь 2013 года, чемпион Республики Беларусь 2014 года по бодибилдингу (выполнение норматива «Мастер спорта»); Сердюков Вячеслав (группа 976) – кандидат в мастера спорта, чемпион области по рукопашному бою и тайландскому боксу, победитель областных соревнований по туризму; Василенко Татьяна (группа 1272) – кандидат в мастера спорта, призёр чемпионата области, участник Чемпионата Республики Беларусь по пулевой стрельбе; Сницеренко Виталий (группа 1175з) – серебряный призёр Чемпионата Республики Беларусь 2015 года по бодибилдингу (выполнение норматива «Кандидат в Мастера спорта»).

О результативности сложившейся в филиале системе спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы преподаватели физической культуры сообщали на конференциях различного уровня, конкурсах и в публикациях (Витебск, Гомель, Гродно, Минск).

Анализ документации кафедр социально-гуманитарных дисциплин и кафедры общенаучных и гуманитарных дисциплин показал, что в течение шестнадцати учебных лет решением задач физического воспитания и здорового образа жизни в филиале занимались специалисты, имеющие высшее профессиональное образование, послевузовскую подготовку и педагогический стаж более 20 лет.

Многолетний педагогический опыт позволяет утверждать, что существенное значение для создания оптимальной образовательной и воспитательной среды имеет разносторонняя подготовленность преподавателей физической культуры. Диверсификация интересов и квалификации профессорско-преподавательского состава (ППС) позволяет выстраивать эффективную и экономную систему физического воспитания и непрофессионального физкультурного образования студентов гуманитарных специальностей.

Спортивно-массовая деятельность организована на базе филиала в 4 помещениях спортивного назначения и на 3 открытых спортивных площадках. Дополнительно арендовались спортивные залы Дворца культуры «Фестивальный» и ДЮСШ № 2, дорожки плавательных бассейнов «Дельфин» и ГУО СОШ № 61.

В общежитии филиала проживает до 50 % студентов дневной формы обучения, с которыми проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия по утверждённому расписанию работы спортивных секций по месту жительства.

Благодаря активности спортивных организаторов групп, членов БРСМ, студенческого профкома и спортивно-ориентированным студентам, проживающим в общежитии, спортивно-массовая работа по месту жительства большинства иногородних учащихся носит разнообразный, интересный и неформальный характер.

В соревнованиях спартакиады факультета экономики и права по 14 видам спорта на всех этапах в качестве спортсменов, организаторов, волонтеров, групп поддержки максимально приняли участие 546 человек из 602 студентов дневного отделения, т.е. 91 %.

Студенты специального учебного отделения также принимают сильное активное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях, что способствует формированию культуры здорового образа жизни [8].

В соответствии с календарным планом физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, положением о спартакиаде преподавателей и сотрудников в филиале проводятся соревнования по дартсу, настольному теннису, шашкам, шахматам. Кроме этого, преподаватели участвуют в соревнованиях различного уровня, в том числе международных. Старший преподаватель кафедры правоведения Туркенич С. В. – выполнил норматив «Мастер спорта» в многоповторном жиме штанги, приняв 13-15 марта 2015 года участие в открытом Чемпионате Европы (г. Киев), занял второе место. 21 марта 2015 года, выступая на международном турнире по русскому жиму в г. Минске повторно выполнил норматив «Мастер спорта». Серьёзную конкуренцию и достойный пример молодым спортсменам-студентам составляет доцент, кандидат экономических наук Ковалёв М.Н. (кандидат в мастера спорта по настольному теннису).

Таким образом, в соответствии с Кодексом об образовании (ст. 51) соблюдается норма п. 1.5., требующая от ППС вести здоровый образ жизни, пропагандировать его среди обучающихся (студентов).

Наглядно-агитационная работа проводится путем своевременного размещения информации на стендах. Систематически анализируются итоги участия команд и отдельных спортсменов в соревнованиях и ме-

роприятиях, готовятся отчёты и сообщения в СМИ. О результатах спортивно-массовой работы неоднократно писали газеты «Советский район», «Гомельские ведомости» (в том числе электронные версии). Сообщалось об успехах студенческих команд на сайтах администрации Советского района г. Гомеля и «Международного университета «МИТСО».

Необходимо отметить, что наш опыт пропаганды здорового и спортивного образа жизни, подтверждает актуальность владения ППС современными информационными технологиями. Практика показывает высокую эффективность восприятия именно электронных средств массовой информации в молодёжной среде.

Говоря о материально-технических условиях обеспечения образовательного процесса, нужно подчеркнуть уникальность расположения Гомельского филиала «Международного университета «МИТСО». Филиал находится в рекреационной зоне парка «Фестивальный», по соседству с легкоатлетическим стадионом «Луч», спортивным залом Дворца культуры «Фестивальный», бассейнами «Дельфин» (ДЮСШ № 6) и ГУО СОШ № 61, что позволяет с наименьшими временными и финансовыми затратами организовывать учебную и учебно-тренировочную работу, спортивно-массовые и оздоровительные мероприятия на арендуемых площадях.

Выводы: 1. Созданные условия позволяют студентам гуманитарных специальностей не только на достойном уровне реализовывать свои права, но и выполнять свои обязанности добросовестно и ответственно относиться к освоению содержания образовательных программ, программ воспитания; заботиться о своем здоровье, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию.

2. Администрация и ППС Гомельского филиала УО ФПБ «Международный университет «МИТСО» обеспечивают охрану здоровья обучающихся, которая включает в себя: пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни; организацию оздоровления; создание условий для занятий физической культурой и спортом; профилактику и пресечение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств, психотропных, токсических и других одурманивающих веществ в учреждении образования.

3. Обобщая наш многолетний опыт спортивно-педагогической работы, можно сделать вывод о том, что созданная и реализованная в Гомельском филиале учреждения образования Федерации Профсоюзов Беларуси «Международный университет «МИТСО» система физического воспитания и спорта решает задачи формирования культуры здорового образа жизни студентов, формирования мотивации к физическому совершенствованию и осознания значимости здоровья как ценности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании: от 13 января 2011 г. № 243-З: Принят Палатой представителей 2 декабря 2010 года Одобрен Советом Республики 22 декабря 2010 года [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://kodeksy.by/kodeks-ob-obrazovanii>. – Дата доступа: 10.03.2019.
2. О физической культуре и спорте: Закон Республики Беларусь от 4 января 2014 г. № 125-з: принят Палатой Представителей 5 декабря 2013 года: одобр. Советом Республики 19 декабря 2013 года [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://mst.by/ru/law-laws-ru/>. – Дата доступа: 10.03.2019.
3. Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016-2020 годы, утвержденная постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 12 апреля 2016 г. № 303 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://mst.by/ru/tazvitie-sporta-ru/>. – Дата доступа: 10.03.2019.
4. Программа развития студенческого спорта в Республике Беларусь н4. Программа развития студенческого спорта в Республике Беларусь на 2017-2020 годы, утвержденная постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 25 июля 2017 г. № 89 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.sporteducation.by/img/file/01.pdf/>. – Дата доступа: 10.03.2019.
5. Физическая культура: типовая учеб. программа для высш. учеб. заведений / сост.: В. А. Коледа [и др.]; под ред. В. А. Коледы. – Минск: РИВШ, 2008. – 60 с.
6. Физическая культура: типовая учебная программа для учреждений высшего образования : утв. 27.06.2017 г. / Министерство образования Республики Беларусь; сост. В.А. Коледа [и др.]. - Минск: РИВШ, 2017. – 33 с.
7. Коледа, В. А. Основы физической культуры : учеб. пособие / В. А. Коледа, В. Н. Дворак. – Минск: БГУ, 2016. – 191 с.
8. Кравченко, А.А. Физическая культура студентов специального учебного отделения: пособие для студентов вузов / авт.-сост. С.Ю. Мендубаева, А.А. Кравченко. – Гомель: ГФ «Международный университет «МИТСО», 2014. – 59 с.