

## ПОИСК ПУТЕЙ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

**М.В. ГАВРИЛИК**

*Полесский государственный университет,  
г. Пинск, Республика Беларусь, marina.gavrilik@rambler.ru*

**Введение.** Физическое воспитание обучающихся как часть системы образования развивается в единстве социокультурных преобразований. Особое внимание, прежде всего, уделяется повышению эффективности физического воспитания молодежи, что обусловлено ухудшением состояния здоровья молодых людей, снижением уровня их физической подготовленности, интереса к занятиям физической культурой, несформированностью у них потребности в здоровом образе жизни. Поэтому важной социальной задачей в системе образования является модернизирование системы физического воспитания.

**Результаты и их обсуждение.** Процесс физического воспитания в вузе направлен на формирование основ здорового образа жизни, физической культуры студента как системного качества личности, неотъемлемой части общей культуры будущего специалиста, способного реализовать ее в социально–профессиональной деятельности.

В соответствии с Концепцией национальной безопасности Республики Беларусь, утвержденной Указом Президента Республики Беларусь от 9 ноября 2010 г. № 575, повышение общего уровня здоровья населения входит в число основных национальных интересов [8].

Развитие физической культуры и спорта является одним из важнейших направлений государственной социальной политики, эффективным инструментом оздоровления нации и укрепления международного имиджа Республики Беларусь.

Актуальность повышения эффективности физического воспитания в вузе обусловлена еще и тем, что большинство граждан не имеют возможности систематически заниматься физической культурой и спортом.

Согласно результатам социологического опроса, проведенного Информационно–аналитическим центром при Администрации Президента Республики Беларусь, чаще всего занимаются физической культурой и спортом жители г. Минска и областных центров, мужчины и молодежь. Наименее вовлеченными в занятия физической культурой и спортом являются граждане пенсионного возраста и население, проживающее в сельской местности и малых городах. Каждый второй житель Республики Беларусь независимо от социально–демографических характеристик считает, что государство должно создавать условия для занятий физической культурой и спортом.

Практически две трети населения, ссылаясь на личный опыт, полагают, что физической культурой и спортом сегодня занимается меньшая часть взрослого населения страны.

Более половины участников опроса положительно оценивают работу организаций по развитию физической культуры и спорта. Однако поддержку руководства в содействии занятиям физической культурой и спортом и создание соответствующих условий отмечают не более половины работающих граждан.

Создание условий, обеспечивающих повышение эффективности преподавания физической культуры в образовательных учреждениях, возможность для молодежи вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом – ключевая задача на современном этапе.

В государственной программе развития физической культуры и спорта на 2016–2020 годы определены следующие задачи: формирование инфраструктуры активного отдыха, популяризация здорового образа жизни, привлечение различных категорий населения, особенно сельских жителей, к постоянным занятиям физической культурой и спортом и т.д.

В настоящее время существуют различные концепции и подходы к совершенствованию системы физического воспитания студентов. Наиболее известны концепции: спортивно ориентированного физического воспитания [1, 2, 5], профессионально–прикладного, дифференцированного, оздоровительного.

В последние годы некоторые авторы качественное улучшение процесса физического воспитания обучающихся связывают с созданием физкультурно–спортивной среды образовательного

учреждения как совокупности условий и возможностей для саморазвития и самовыражения личности в сфере физической культуры и спорта.

Проблема организации физкультурно–спортивных сред [7] рассматривается многоаспектно: в контексте гуманизации учебно–воспитательного процесса по физической культуре, различной образовательной направленности, повышения мотивации занятий, социализации индивида, становления физкультурно–спортивного стиля жизни, оптимальной самореализации личности и др. [3, 4, 6, 9, 10].

Для изучения потребностно–мотивационной сферы двигательной активности студентов, их удовлетворенности организацией физического воспитания в школе, а также их отношения к здоровому образу жизни проводилось анкетирование студентов первого курса Полесского государственного университета в 2012–2015гг.

Анализ проведенных исследований показывает, что низкая эффективность традиционного физического воспитания определяется его направленностью на решение задач общей подготовки, доминированием навязанного содержания уроков и режимов физической активности, осуществляемых в жестких стандартных формах, сохранением нормативного подхода, что приводит к снижению интереса школьников к урочным занятиям.

Было выявлено, что студенты не достаточно осознают социальную ценность здоровья в жизни общества и структуре жизнедеятельности. Большинство респондентов (54%) отнесли себя к спортсменам и физкультурникам, и 41% опрошенных студентов считают достаточным собственный двигательный режим для повседневной деятельности и сохранения здоровья. Однако лишь 13% студентов занимаются самостоятельно физическими упражнениями, и тратят на это 4–6 часов в неделю.

Всего лишь 23 % опрошенных респондентов считают необходимыми занятия физической культурой для успеха в будущей профессиональной деятельности.

На вопрос: «Почему Вы самостоятельно не занимаетесь физкультурой и спортом?», студенты 1 курса ответили:

- 1) не могу перебороть себя, хотя и понимаю, что занятия нужны – 23%;
- 2) просто не знаю, с чего начать и где можно заниматься – 37%;
- 3) активно занимаюсь – 13%;
- 4) нет денег – 20%;
- 5) плохое состояние здоровья – 5%;
- 6) сильно устаю в университете – 7,3%;

С целью изучения заинтересованности в занятиях физической культурой проводилось анкетирование студентов 2–3 курса которое показало, что удовлетворены занятиями физической культурой только 51,1 % студентов, остальные не испытывают интереса к занятиям, вследствие чего и не испытывают потребности в качественном изучении и выполнении учебного материала, а посещают занятия лишь для получения зачета.

При оценивании мнения студентов по вопросам о необходимости изменений в организации физического воспитания в вузе выявлено, что наиболее значимы для студентов:

- 1) необходимость снижения требований к студентам при выполнении контрольных нормативов (41,9 %);
- 2) изучение видов спорта по желанию студентов (39,6 %);
- 3) сделать уроки физической культуры факультативными – 35,9 %.
- 4) отмена уроков физической культуры, а вместо них введение различных занятий по интересам и спортивных секций (30,5 %).

**Выводы.** Сравнительный анализ показал, что низкая эффективность физического воспитания в школе и вузе определяется его направленностью на решение задач общей и профессионально–прикладной подготовки, строгим регламентированием содержания и режимов физической активности, сохранением нормативного подхода, невозможностью реально сочетать на занятии образовательную и двигательную деятельность, что в свою очередь приводит к снижению интереса школьников и студентов к занятиям.

В то же время существующая в вузах система внеаудиторного физического воспитания (спортивные секции, кружки и т. п.) в основном организуется только для студентов, имеющих высокий уровень физической подготовленности, способных защитить честь вуза на соревнованиях различного уровня. Тогда как основная часть студентов остается за пределами физкультурно–оздоровительной работы.

Принудительный характер физического воспитания не способствует формированию потребности в физических упражнениях. Поэтому можно наблюдать, что, завершив обязательную двигательную активность в вузе, подавляющее большинство молодых людей полностью прекращают занятия физическими упражнениями. Изменить сложившуюся ситуацию возможно в том случае, если в процессе обучения у студентов будет сформирована потребность в занятиях физической культурой.

Исходя из проведенного анализа, возникает проблема объективной потребности модернизации физического воспитания в учреждениях высшего образования, отвечающего современным требованиям общества, потребностям личности, и наличием альтернативных подходов к его совершенствованию. При этом кардинальные изменения нужны, прежде всего, в структуре образования, а затем в содержании и методике.

По мнению автора, одним из путей решения названной проблемы является разработка концепции физического воспитания студентов, основанной на создании интегрированной физкультурно-спортивной среды как одного из важных факторов модернизации физического воспитания с использованием возможностей вариативной части содержания программы по физической культуре и решению вопросов планирования, организации и контроля самостоятельной работы, что создаст более благоприятные условия для включения студентов в самостоятельную двигательную деятельность.

Предоставление студентам права свободы выбора видов физкультурно-спортивной деятельности и индивидуальных направлений самосовершенствования согласно их интересам, потребностям и возможностям будет способствовать формированию мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре и повысит их заинтересованность к занятиям в целом.

Повышение эффективности физического воспитания студентов может быть реализовано на основе организации интегрированной физкультурно-спортивной среды, которая позволяет создавать условия для гармоничного развития личности учащегося и его самореализации в физической культуре и спорте.

Важными путями реализации интегрированной физкультурно-спортивной среды являются: внедрение гуманитарных технологий, способствующих повышению эффективности условий развития личности студентов; повышение профессиональной компетентности и мобильности преподавателей в освоении и внедрении инновационных подходов в практике физического воспитания; актуализация целей физического воспитания на всестороннее, гармоничное развитие личности студента, понимаемое как достижение оптимального психофизического состояния и приобретение ценностной ориентации на здоровый стиль жизни; интеграция воспитательной и физкультурно-спортивной среды.

## Литература

1. Бальсевич, В.К. Концепция информационно-образовательной кампании по развёртыванию национальной системы спортивно ориентированного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных школах Российской Федерации / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. – № 1: спец. выпуск. – С. 11–17.
2. Бальсевич, В.К. Спортивно-ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 19–22.
3. Бутыч, Н.С. Формирование у студентов готовности к самообразованию в физкультурно-спортивной среде учреждений среднего профессионального образования : дис. канд. пед. наук : 13.00.04 / Н.С. Бутыч.– Тюмень, 2012. – 205 с.
4. Кадиев, Т.Т. Гуманизация образовательно-спортивной среды как условие формирования личности будущего учителя : дис. ... канд. пед. наук / Т. Т. Кадиев. 13.00.01. – Махачкала, 2003. – 162 с.
5. Коледа, В.А. Физическая культура в формировании личности студента / В.А. Коледа.–Минск: БГУ, 204.–167с.
6. Манжелей, И.В. Актуализация педагогического потенциала физкультурно-спортивной среды : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Манжелей Ирина Владимировна. – Тюмень, 2005. – 441 с.
7. Манжелей, И.В. Средо ориентированный подход в физическом воспитании / И. В. Манжелей // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 8. – С. 7–11.

8. Постановление Совета Министров Республики Беларусь 12.04.2016 № 303 «Об утверждении Государственной программы развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016–2020 годы

9. Филимонова, С. И. Физическая культура и спорт как пространство формирования оптимальной самореализации личности : дис. д-ра пед. наук 13.00.04 / С.И. Филимонова. – М., 2004. – 492 с.

10. Шинкаренко О.В. Организация физкультурно–образовательной среды для формирования потребности в занятиях физической культурой и спортом у студентов (на примере технического вуза): автореф. дис. канд. пед. наук./ О.В. Шинкаренко. – Набережные Челны, 2009. 23 с.

## **SEARCH FOR WAYS OF INCREASING THE EFFECTIVENESS OF PHYSICAL EDUCATION ON STUDENTS**

***M. V. GAVRILIK***

### *Summary*

Annotation: the problems of physical education among students are analysed in this article, the ways of increasing the effectiveness of physical education of students are determined.

Also the result of research concerning students attitude of students on physical education classes in university. The major reasons of declining of student's interest in systematic physical education and sports classes are studied in the article. Comparative analysis of school and university students interest in P.E. classes is provided. The most popular types of motion activity among students are revealed.

**Key words:** physical education, physical sporting environment, the satisfaction, physical culture.

*Статья поступила 13 сентября 2016г.*