

Автор:

Пономарева Алина Игоревна

студентка

Институт социологии и регионоведения

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

Научный руководитель:

Ищенко Елена Борисовна

старший преподаватель

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ И ИХ МЕСТО В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

***Аннотация:** в статье говорится, что физическая культура – это часть осуществления целенаправленной подготовки каждого студента. На сегодняшний день уровень психоэмоциональных и физических нагрузок, возлагаемых на студентов высших учебных заведений необычайно высок. Это требует определенного уровня их работоспособности и здоровья. Авторы отмечают, что за последние несколько лет множество вузов, осуществляемых учебную деятельность на территории РФ, убрали физическую культуру из учебной программы, вследствие чего заметно повысился уровень заболеваемости студентов сердечнососудистыми и неврологическими заболеваниями.*

***Ключевые слова:** физические возможности, физическая подготовка, здоровье.*

Модернизация, направленная на реформирование высшего образования в России, выявила существенные недоработки в физическом направлении подготовки студентов. Согласно проведенным опросам и исследованиям, лишь около 35–40% средств физической культуры используются на достаточно высоком и

эффективном уровне, и немногим более 50% учащихся были реально задействованы в освоении должного уровня физической подготовки.

Работа в современных условиях предполагает значительные энергетические затраты и постоянную умственную и физическую напряженность, причем в любой профессиональной сфере, поэтому, спорт и физическая культура должны являться неотъемлемой частью профессиональной подготовки. На сегодняшний момент, физическая культура: должна способствовать развитию мыслительной деятельности, освоению прикладных навыков и умений, достижению высокопроизводительного труда, восстановления работоспособности и функциональной устойчивости. Это означает, что в структуре высшего образования физическая культура должна быть одной из первостепенных дисциплин, а не отходить на второй план. На занятиях будет уместен принцип так называемой «сознательности», который способствует мотивационному прогрессу и самостоятельному формированию у обучающихся осознания роли высокого уровня физической подготовки. Этот принцип особенно необходим в существующей системе, в которой государственные программы нацелены в основном на сдачу единых для всех, в независимости от интересов и возможностей обучающихся, нормативов. Не для кого не секрет, что такое положение не вызывает у студентов должной заинтересованности.

Реформация не изменила статус физической культуры, как одной из обязательных дисциплин и даже существенно повысила уровень заинтересованности в ней. Преподаватели физической культуры изменили педагогический процесс в лучшую сторону.

Физическая культура – одна из главных составляющих жизни человека, обеспечивающая развитие его умений и навыков и реализацию активного образа жизни. Производительность труда ряда специалистов напрямую зависит от уровня их физической подготовки. Несмотря на прогрессирующее внедрение автоматизированного производства, преимущество физического труда все так же является первостепенным; физическая подготовка по-прежнему является ключом высокопроизводительной деятельности, наряду с подготовкой по выбранной

специальности, она формирует личностные и профессиональные качества студента, развивает и совершенствует его стороны.

Расширение номенклатуры учебных дисциплин является тем самым базисом, который следует за собой повышение интенсификации учебного процесса в высших учебных заведениях и, следовательно, является причиной возрастания уровня нагрузки учащихся. Это безусловно требует повышенные требования к уровню здоровья и работоспособности студентов. Недостаточный уровень физической активности студентов приводит к низкому уровню культуры и несоответствующим отношением к своему здоровью и двигательной активности в студенческие годы.

К моменту окончания учебной деятельности наблюдается существенное ухудшение здоровья. 50% студентов имеют отклонения в состоянии опорно-двигательного аппарата, 20% – избыточный вес. Если обратиться к исследованиям и ведущейся статистике, то можно сделать вывод, что к физическому самовоспитанию приобщается действительно не более 10% от всех студентов.

Принято считать, что физическая культура, если рассматривать ее со стороны педагогики, появилась намного раньше других профессий, так или иначе связанных с педагогической деятельностью. Многочисленные факты подтверждают, что педагоги по физическому появились еще в обществе рабовладельческого строя. Подготовка социально востребованных специалистов интегрирует вуз в экономическую и социальную жизнь страны и мирового пространства. Страны бывшей социалистической ориентации, провозглашали успехи в спорте частью идеологической пропаганды, уделяли внимание «культивированию» спорта. Такая система подготовки отражала социальный заказ, успехи на международной арене рассматривались в контексте работы со стороны физической подготовки, а количество специалистов, ориентированных на работу в спорте, традиционно связывали со спортивными достижениями. Сегодня ВУЗы должны ориентироваться на более внедрение физической культуры, спектр необходимых для (социально востребованных) узких профессий будет постоянно расширяться. Высшее образование должно обеспечить профессиональную мобильность

выпускникам, чтобы на базе полученного образования специалист имел возможность при необходимости овладеть новой специализацией или даже новой специальностью

Занятия физической культуре должны реализовывать дидактический принцип «Сознательности активности», который направлен на формирование мотивации обучаемых к регулярным физическим занятиям. Такой подход способствует решению нынешней задачи «социологизации» будущих специалистов. Профессионалы высшей квалификации являются не только носителями, но и источниками культуры. Их положительное отношение к физкультуре будет способствовать более широкому внедрению физической культуры в повседневную жизнь населения.

Список литературы

1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 528 с.
2. Ананьев В.А. Биосоциальные основы физической культуры: Учеб-методическое пособие / В.А. Ананьев, Д.Н. Давиденко, В.Ю. Карпов [и др.]. – Самара: СГПУ, 2004. – 400 с.
3. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ, 2016. – 431 с.