

## ПЕДАГОГИКА

**Корбукова Неля Алексеевна**

канд. пед. наук, доцент, доцент, заведующая кафедрой  
ФГБОУ ВПО «Московский государственный  
университет пищевых производств»  
г. Москва

### **РАЗВИТИЕ МАССОВОГО СПОРТА В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ И ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

*Аннотация: в статье рассматриваются вопросы развития массового спорта в России и популяризации здорового образа жизни среди современной молодежи. Приводится ряд примеров, иллюстрирующих современные тенденции развития в данной сфере общественной жизни на примере Московского государственного университета пищевых производств. Сделаны выводы о необходимости развития массового спорта в Российской Федерации с целью укрепления и улучшения физического здоровья подрастающего поколения.*

**Ключевые слова:** массовый спорт, здоровье, пропаганда.

Развитие массового спорта в современном российском обществе – это актуальный вопрос чрезвычайной важности. Сейчас, после нескольких кризисов в нашей стране, молодёжь постепенно возвращается в спорт. Создаются всевозможные секции, которые в своей основе призваны повысить уровень спортивной подготовки молодёжи. Массовый спорт дает возможность миллионам людей: совершенствовать свои физические качества и двигательные возможности, укреплять здоровье и продлевать творческое долголетие, а значит, противостоять нежелательным воздействиям на организм современного производства и условий повседневной жизни.

Цель занятий различными видами массового спорта – укрепить здоровье и улучшить физическое развитие.

Это связано с решением ряда частных задач: повысить функциональные возможности отдельных систем организма, скорректировать физическое развитие и телосложение, повысить общую и профессиональную работоспособность, овладеть жизненно необходимыми умениями и навыками, приятно и полезно провести досуг, достичь физического совершенства. Задачи массового спорта во многом повторяют задачи физической культуры, но реализуются спортивной направленностью регулярных занятий и тренировок.

Именно массовый спорт имеет наибольшее распространение в студенческих коллективах. Сегодня действующая программа по учебной дисциплине «Физическая культура» для студентов высших учебных заведений позволяет практически каждому здоровому студенту и студентке любого вуза приобщиться к массовому спорту. Это можно сделать не только в свободное время, но и в учебное. Причем вид спорта или систему физических упражнений выбирает сам студент.

Как пример, можно рассмотреть структуру кафедры Физическая культура и спорт ФГБОУ ВПО «МГУПП», при проведении учебного процесса. Распределение студентов происходит в сентябре на первых учебно-спортивных занятиях и после выбора отделений, которые созданы и работают исходя из потенциальных возможностей кафедры (педагогического и материального ресурсов) и сложившихся традиций, студенты прикрепляются к ним: «Легкая атлетика», «Лыжный спорт», «Водные виды спорта» (базовый вид – плавание), «Спортивные игры» (баскетбол, волейбол, футбол) и специальное медицинское отделение (прикрепляются студенты с ослабленным здоровьем).

Каждое учебное отделение возглавляется опытным руководителем. Количество преподавателей, работающих в отделении, зависит от вышеуказанных потенциальных возможностей кафедры. Численность состава учебной группы в расчете на одного преподавателя не должна превышать 12–15 человек. А в специальных медицинских группах – 8–12 человек.

Студенты специального медицинского отделения и студенты, освобожденные от практических занятий, обучаются в E-learninge, где для них разработан преподавателями кафедры электронный теоретический курс с методико-практическими заданиями и рубежными аттестациями по дисциплине «Физическая культура».

В учебно-спортивных отделениях могут создаваться студенческие группы спортивного совершенствования, работающие по углубленным (специальным тренировочным) планам. Уровень спортивного мастерства в таких группах должен быть не ниже 2-го взрослого спортивного разряда и занимающиеся студенты 1–5 курсов, аспиранты МГУПП. Эти студенты регулярно выступают на соревнованиях не ниже городского уровня. Студенты, имеющие высокие спортивные разряды Мастера спорта и выше, имеют возможность продолжать спортивное совершенствование в своих спортивных клубах.

Для совершенствования и повышения эффективности обучения специалистов в вузе на основе современной педагогической технологии в первую очередь важны такие факторы, как:

- мотивация студентов на систематический процесс учёбы и самообразования, стремление достичь наивысшей готовности к профессиональной деятельности;
- стимулирование администрацией и преподавателями активных творческих усилий студентов в овладении профессией;
- интенсификация обучения за счёт повышения педагогического искусства и старания преподавателей и внедрения активных форм обучения.

Отсюда можно сделать вывод: массовый спорт способствует укреплению и улучшению своего физического здоровья. Массовый спорт – это непрерывный социальный эксперимент, в ходе которого человечество познает свои возможности, накапливает и совершенствует человеческий капитал, расширяет свой потенциал. Массовый спорт, выполняя развивающие, воспитательные, патриотические, коммуникативные функции, объединяет и координирует индивидов и социальные группы, развивает нацию.

### **Список литературы**

1. Подкопаева Е.Г., Корбукова Н.А., Владимиров О.В., Сердюков А.А. Методы исследования антропометрического самоконтроля студентов бакалавров всех специальностей // Сборник научных статей Фундаментальные и прикладные исследования, разработка и применение высоких технологий в экономике, управлении проектами, педагогике, праве, культурологии, языкоznании, природопользовании, биологии, зоологии, химии, политологии, психологии, медицине, филологии, философии, социологии, математике, технике, физике, информатике, г. СПб.: Изд-во «КультИнформПресс», 2014, С. 112–115.
2. Подкопаева Е.Г., Корбукова Н.А., Владимиров О.В., Сердюков А.А. Морфологические особенности строения студента являются важной составляющей жизнедеятельности и работоспособности бакалавра // Сборник научных статей Фундаментальные и прикладные исследования, разработка и применение высоких технологий в экономике, управлении проектами, педагогике, праве, культурологии, языкоznании, природопользовании, биологии, зоологии, химии, политологии, психологии, медицине, филологии, философии, социологии, математике, технике, физике, информатике, г. СПб.: Изд-во «КультИнформПресс», 2014., С.115–118.
3. Подкопаева Е.Г., Корбукова Н.А. Актуальность антропометрического исследования у студентов бакалавров всех специальностей. 21 век: фундаментальная наука и технологии // Материалы III международной научно-практической конференции, г. Москва, 2014, С.105–116.
4. Корбукова Н.А., Подкопаева Е.Г. Компьютерные технологии в учебном процессе высшей школы. Академическая наука – проблемы и достижения. Материалы III международной научно-практической конференции, г. Москва: 2014., С.96–104.
5. Корбукова Н.А. Использование всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в образовательном процессе высшей школы и интерактивных технологий обучения в контроле качества дисциплины физическая культура // Научный журнал Сборник научных трудов SWorld, «Научные исследования и их

практическое применение. Современное состояние и пути развития 2013», г. Одесса, выпуск 3, том 25, Куприенко С.В., 2013–100 с.

6. Nely Alecseevna Korbukova, Evgenia Gennadyena Podkopayeva, Anatoly Aleksandrovich Serdyukov, Irina Anatolyevna Budnikova, Natalya Pavlovna Soltan, Качество питания студентов и формирование культуры питания в студенческой среде / Quality of food of students and formation of culture of food in the studenchesky environment scopus// American-Eurasian Journal of Sustainable Agriculture ISSN: 1995-0748 AEJSA 2014 May; 8(6): pages 49-51. Published.

7. Корбукова Неля Алексеевна, Будникова Ирина Анатольевна Карелина Наталия Николаевна, Шелегин Иван Викторович Шупейко Ростислав Владимирович, Подкопаева Евгения Геннадьевна, Сердюков Анатолий Александрович, Тарасов Александр Владимирович. Технология применения индивидуального паспорта здоровья у бакалавров по дисциплине физическая культура. Коллективная монография по медицине. Теоретические и практические аспекты психологии и педагогики г. Уфа, ООО «Аэтерна», 2014, С. 48–65.

8. Корбукова Неля Алексеевна. Физическая культура в вузе, как важнейшее средство развития и формирования личности студента. Международная научно-практическая конференция Приоритетные научные направления: от теории к практике. г. Уфа, РИО МЦИИ «Омега Сайнс», 2014, С. 70–72.

9. Корбукова Неля Алексеевна. Инновационные процессы контроля качества в образовательном процессе высшей школы. Международная научно-практическая конференция Инновационные процессы современности. – Уфа: РИО МЦИИ ОМЕГА САЙНС, 2014. – 144 с.

10. Корбукова Н.А., Подкопаева Е.Г., Сердюков А.А. Использование аутотренинга и психологической подготовки к соревнованиям у студентов-спортсменов. III международная научно-практическая конференция.

11. Физическое развитие студента и использование антропометрического исследования в учебном процессе. III международная научно-практическая конференция.

12. Корбукова Н.А., Куртев А.Н. Повышение роли физической культуры и спорта в качестве высшего профессионального образования и развитии личности студента // Научно-практический журнал «Глобальный научный потенциал», ВАК №3(24) 2013 материалы международной научно-практической конференции, г. Санкт Петербург, изд. дом «ТМБпринт», 2013. – С.23–27.
13. Корбукова Н.А., Подкопаева Е.Г. Технологии и продукты здорового питания в формировании культуры студента // Научно-практический журнал «Перспективы науки», ВАК № 3 (42) 2013, материалы V международной научно-практической конференции «Наука на рубеже тысячелетия», г. Санкт-Петербург, изд. дом «ТМБпринт», 2013. – С.19–23.
14. Корбукова Н.А. Интерактивные технологии и всероссийский физкультурно-спортивный комплекс в высшей школе // Научно-практический журнал «Глобальный научный потенциал», ВАК № 9 (30) 2013, материалы международной научно-практической конференции, г. Санкт-Петербург, изд. дом «ТМБпринт», 2013. – С.171–172.
15. Будникова И.А., Карелина Н.Н. Влияние комплекса аэробных упражнений на состояние сердечнососудистой системы девушек-студенток I-II курсов. // Сборник научных трудов SWorld. – Выпуск 3. Том 52. Одесса: Куприенко С.В., 2013. – ЦИТ:313-0580. – С.65–71.
16. Карелина Н.Н. Снижения уровня реактивной тревожности с помощью кардио-силовых тренировок под классическую музыку у студентов // Сборник научных трудов SWorld. – Выпуск 4. Том 55 – Одесса: Куприенко С.В., 2013 – 232с., С. 83–87.