

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ВУЗАХ-  
ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ  
Н. Н. Ляликова, Т.В. Байбакова**

Омский государственный технический университет, Омск, Россия, fizomgtu@mail.ru

В развитии физической культуры личности жизненный цикл от 18 до 25 лет имеет большое значение. В этот период молодые люди завершают среднее специальное или высшее образование. В большинстве своём это возраст выбора и начала профессиональной деятельности, семейной жизни. Выпускники вуза – интеллектуальный потенциал и ведущая сила общества. Борьба за их творческое долголетие – одна из основных идей физкультурного воспитания в студенческие годы.

Чем же объясняется безразличие огромной массы молодёжи к своему здоровью, физической культуре, спорту?

Корни физической безграмотности молодых людей, их равнодушие (до определённой поры) к своему здоровью многолики. Они не только в отсутствии непрерывности, преемственности программ и действий в общей системе физического воспитания, в неудовлетворительной постановке его в вузах. Видимо, они заданы укладом самой жизни, отношением общества к здоровью людей как составляющей производственных отношений. Академик Н.А. Амосов (1987) выразился кратко: «Народ здоров, если здорово общество» [1].

Радикальные перемены в жизни нашего общества предопределили и большие изменения в мировоззрении и идеологии, в культуре и образовании. В условиях реформирования современной России особое значение приобретают вопросы укрепления физического и духовного здоровья человека, формирования здорового образа жизни, реализации человеческой индивидуальности, которые рассматриваются как критерии социального прогресса.

Сегодня нельзя не учитывать того, что кардинально изменился рынок труда, а, соответственно, и образовательный рынок, который предполагает гибкость и мобильность в выполнении социальных запросов государства. Модернизация образования, являющаяся общенациональной задачей, требует повышения качества обучения, разработки новых педагогических технологий, обеспечивающих индивидуализацию образования, личностно ориентированное обучение и воспитание.

Учебно-трудовая деятельность студентов вузов характеризуется постоянным ростом объема информации, высокой интенсивностью процесса обучения, наличием стрессовых ситуаций, гипокинезией, поэтому вопросы повышения их двигательной активности становятся весьма актуальными. Требуется сбалансировать повышение нагрузки на умственную деятельность с необходимым объемом и интенсивностью двигательной деятельности и положительным эмоциональным фоном.

Проблема совершенствования физического воспитания в вузе уже давно является предметом изучения многих специалистов, уделяющих все большее внимание личности студента, спортивным интересам и мотивам физического совершенствования студенческой молодёжи, представляющей собой значительную часть будущих специалистов различных отраслей народного хозяйства, которым предстоит решать обострившиеся социально-экономические проблемы [2].

Наилучшие результаты развития моторики человека обеспечиваются при возможно более полном учете индивидуальных двигательных способностей, морфофункциональных характеристик, социально-психологических факторов. Реализация принципа вариативности и многообразия форм

физического воспитания требует отказа от излишней унификации и стандартизации содержания процесса воспитания, создания альтернативных программ, учитывающих национальные, культурно-исторические традиции, материально-техническую обеспеченность конкретных учебных заведений с учетом особенностей и интересов занимающихся и профессиональных возможностей педагогических коллективов[4].

В последнее время всё большее внимание уделяется физическому воспитанию студентов, не занимавшихся регулярно спортом до поступления в институт. Но вопросы обучения студентов технических вузов, имеющих слабую подготовку по видам спорта, остаются недостаточно изученными.

Становится очевидной необходимость внесения кардинальных изменений в процесс физического воспитания студентов - совершенствование учебного процесса средствами определенного (избранного) вида спорта.

Целесообразность занятий со спортивной направленностью подтверждена рядом научных исследований. Однако в практике пока ещё отсутствуют научно обоснованные формы организации и планирования учебного процесса в группах-специализациях на весь период обучения студентов в вузе.

Таким образом, проблемная ситуация состоит в том, что, с одной стороны, имеется большое количество студентов, желающих заниматься избранным видом спорта, а с другой стороны - недостаточная разработанность и научная обоснованность эффективных средств, методов, форм физического воспитания в вузе. Поэтому возникает необходимость существенно пересмотреть и обновить содержание физического воспитания, придать ему деятельностный характер, жизненную и практическую направленность, сделать его личностно ориентированным, личностно значимым и прежде всего соответствующим индивидуальным особенностям студентов.

По мнению В.И. Ляха, В.А. Сальникова, И.И. Сулейманова, несмотря на многочисленные сложности и трудности современной реформы системы образования, она позволила достаточно основательно утвердиться одному из кардинальных признаков демократии – свободе построения системы образования в вузах. Одним из критериев данной свободы является формирование целого ряда концептуальных подходов построения процесса физкультурного образования студентов: комплексный (традиционный), базово-вариативный, личностно-ориентированный, дифференцированный, региональный, образовательный, тренировочный, спортивно-видовой, инструкторский, «ежедневный», а также возможные их сочетания [3].

Современные представления о физической культуре личности не ограничиваются понятиями здоровья, развития физических качеств, морфофункциональными возможностями организма и двигательными способностями. Наряду с ними важнейшими компонентами формирования физической культуры студента становится мировоззрение, потребностно-мотивационная сфера личности, широта и глубина знаний в области физической культуры и спорта. Сегодня актуальным становится не формирование личности с заданными свойствами, а создание условий для полноценного проявления и соответственно развития личностных функций субъектов образовательного процесса. Личностные функции - это проявления личности, которые и реализуют социальный заказ «быть личностью».

Возможности современного арсенала физической культуры перекрывают известный нам диапазон индивидуальных двигательных способностей человека и позволяют каждому выбрать вид спортивной деятельности, который способствовал бы его морфофункциональному и психофизиологическому статусу и личностным мотивациям. Реализация этого положения и должна стать принципиальной основой организационной перестройки существующей системы физкультурного образования.

За последние годы в практике работы вузов вопросы оптимальной направленности и планирования учебного курса по физическому воспитанию являлись дискуссионным. В ходе анализа учебного процесса по физическому воспитанию выяснилось несколько направлений, сложившихся в практике работы вузов: оздоровительное, общей физической подготовки, профессиональной ориентации на будущую деятельность и спортивной специализации.

Анализ литературных источников позволяет предположить, что самым перспективным направлением физического воспитания являются занятия по различным видам спорта в отделениях спортивной специализации.

В своей работе Кафедра физического воспитания и спорта ОмГТУ руководствуется законами РФ «Об образовании» и «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», в которых отмечается, что образовательные учреждения с учетом местных условий и интересов обучающихся

самостоятельно определяют формы занятий физической культурой, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий физической культурой на основе государственных образовательных стандартов и нормативов физической подготовленности.

В Омском государственном техническом университете для занятий физической культурой открыты 10 спортивных специализаций по видам спорта: аэробика, баскетбол, волейбол, футбол, легкая атлетика, плавание, лыжные гонки, пауэрлифтинг, борьба «самбо», греко-римская борьба, а также группы общей физической подготовки и специальные медицинские группы.

На кафедре реализуется личностно-ориентированный подход в обучении студентов. Сегодня студенту предлагаются виды физкультурно-спортивной деятельности согласно его интересам, природным способностям, физическому развитию и уровню здоровья.

Проанализировав научно-методическую литературу, можно сформулировать следующие проблемы физического воспитания студентов:

- **формирование мотива, интереса к активным занятиям физической культурой основного контингента студентов;**

- **индивидуализация обучения;**

- **формирование физического потенциала студентов;**

- **развитие интеллектуальной сферы личности студентов.**

Но в настоящее время появились и другие проблемы, носящие субъективный характер, т.е. зависящие только от студентов:

- пропуски занятий без уважительной причины,

- низкая учебно-познавательная активность,

- низкая информированность студентов о позитивном действии физических упражнений на организм занимающихся,

- отсутствие мотивационных установок к занятиям физической культурой с целью сохранения и укрепления здоровья.

На кафедре физического воспитания и спорта проведено анкетирование (март 2013 г.) среди студентов 2 – 4 курсов с целью выявления их удовлетворенности качеством образовательного процесса, условиями для занятий, отношениями с преподавателями.

Результаты проведенного анкетирования свидетельствуют о том, что оценка профессионализма преподавателей при проведении практических и лекционных занятий, а также учет индивидуальных возможностей и особенностей при проведении занятий по данной дисциплине осталась достаточно высокой.

Кроме того, не изменилось мнение студентов при оценке здорового психологического климата на занятиях, современность и содержательность учебной программы по специализациям.

### **Литература:**

1. Амосов, Н.М. Раздумья о здоровье / Н.М. Амосов.– М.: Физкультура и спорт, 1987. – 8с.
2. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособие для вузов, изучающих дисциплину "Физическая культура", кроме направлений в обл. физ. культуры и спорта/ М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. -М.: Гардарики, 2007.-218с.
3. Лях, В.И. Концепция физического воспитания детей и подростков / В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, Л.Б. Кофман // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.– 1996. - № 9. – С.5-11.
4. Рожков, П.А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства / П.А. Рожков // Теория и практика физической культуры. - № 1. - 2002. – С.2-8.