

## РОЛЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО КОМПОНЕНТА В АКТИВИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

**И.В. Якимец, Н.И. Волкова**

Белорусский государственный университет физической культуры, niifks@mail.ru  
Белорусский государственный технологический университет

По данным Министерства здравоохранения, в республике наблюдается значительное снижение количества здоровых школьников и студентов. В настоящее время количество студентов, отнесенных к специальному учебному отделению в Республики Беларусь составляет около 30% от общего количества занимающихся в вузе [1]. В связи с прослеживаемой тенденцией увеличения количества студентов, имеющих те или иные отклонения в состоянии здоровья, на первый план выходит задача совершенствования системы физического воспитания специального учебного отделения.

Формирование сознательного отношения студентов к своему здоровью, развитие потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, формирование уверенности в своих силах и возможность преодолевать значительные физические нагрузки, особенно в условиях повышенной нервно-эмоциональной и психической напряженности — одна из важнейших задач процесса физического воспитания в вузе [3]. Студенты с более высокой физической подготовленностью лучше адаптируются к новым условиям, возникающим на начальном этапе обучения, и это положительно отражается на их самочувствии, психическом состоянии, учебе. Существует очевидная взаимосвязь между физическим и психическим состоянием учащейся молодежи. На протяжении ряда лет учеными и практиками разрабатываются новые подходы к организации и проведению и проведению занятий, учитывающих состояния здоровья студентов.

В настоящее время большинство исследований по данной проблеме сводятся к изучению влияния различных нетрадиционных методик (упражнений хатха-йоги, пилатеса, у-шу, фитбол-гимнастики и др.) на состояние здоровья студентов с различной патологией. Сторонники данного подхода говорят о том, что данные виды физических упражнений вызывают наибольший интерес у молодежи и, тем самым, повышают их активность на занятиях.

Менее распространенным на сегодняшний день является подход к активизации двигательной деятельности через приобретение студентами знаний о здоровом образе жизни, и, в первую очередь, о роли оптимальной двигательной активности. От того, насколько целенаправленно и последовательно будет реализовываться образовательная направленность физического воспитания, зависит эффективность качественной подготовки будущих специалистов, способных сознательно и активно обращаться к ценностям физической культуры и спорта.

Целью преподавания предмета «Физическая культура» в вузе является формирование социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовке к профессиональной деятельности [3]. Особенностью данной учебной дисциплины является то, что студенчески период — это последняя возможность получить знания по физической культуре, сформировать умения и навыки в рамках государственной системы образования.

Целью данной работы являлось изучение и сравнительная характеристика отношения студентов 1 и 2 курса к занятиям физической культурой и оценка уровня их знаний в данной области.

Оценка отношения к физической культуре проводилась путем использования анкетирования, в котором приняли участие 397 девушек специального учебного отделения, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (198 человек — студентки 1 курса, 199 — студентки 2 курса).

На вопрос «Что значит для Вас физическая культура?» более половины опрошенных студенток первого курса (58,6%) выбрали вариант, в соответствии с которым физическая культура выступает как приятное времяпрепровождение, игра, развлечение. Н втором курсе количество студенток, выбравших этот вариант ответа, несколько уменьшается (45%), однако по-прежнему остается наиболее популярным. Это говорит о том, что у студенток недостаточно сформировано представление об истинном месте физической культуры в жизни человека.

Далее мы попытались выяснить наиболее значимые причины, побуждающие студенток заниматься физической культурой и спортом (каждая могла выбрать не более 3-х вариантов ответа). У девушек и первого, и второго курса на первом месте стоит возможность оптимизировать вес, улучшить фигуру (28,6% и 27,2% соответственно), на втором — желание повысить физическую

подготовленность (18,2% и 19,3%) и на третьем – получить зачет по физической культуре (16% и 22,7%). Здесь прослеживается негативная тенденция, связанная с увеличением количества девушек, занимающихся физической культурой из-за получения зачета по данной учебной дисциплине. Можно предположить, что после окончания обязательных занятий режим их двигательной активности будет снижен до минимума. Из полученных данных также видно, что у опрашиваемых студенток отсутствуют специальные знания о пользе двигательной активности и необходимости систематического выполнения специальных упражнений для профилактики прогрессирования имеющихся заболеваний.

Для определения исходного уровня владения теоретическими знаниями по физической культуре у студентов первого курса нами использовались тестовые задания, разработанные Коледой В.А. с соавт. [2]. На сегодняшний день именно тестовая форма оценки знаний позволяет дать достоверные и точные сведения о качестве усвоения студентами изучаемого материала. Данные тестовые задания прошли проверку на пригодность в соответствии с требованиями, предъявляемыми к тестам. Тестовая методика включала в себя следующие блоки вопросов: правила безопасного поведения во время занятий физической культурой; историко-культурные знания; теоретико-методические знания; естественнонаучные знания.

Количество правильных ответов на вопросы, касающихся правил техники безопасности на занятиях по гимнастике, спортивным играм, плаванию, лыжным спортом составило соответственно 77%, 66%, 50% и 67% соответственно. В то же время на вопрос по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике было получено 72% неверных ответов.

Значительную трудность у первокурсников вызвали вопросы по оказанию первой помощи. Около трети опрошенных не знают, как оказать доврачебную помощь пострадавшему от теплового (солнечного) удара (30%), а также какие мероприятия необходимы при получении тяжелых ушибов во время занятий физическими упражнениями (30%) или при получении раны (29%). 78% опрошенных не знают правила оказания доврачебной помощи при отморожениях.

Анализ полученных данных свидетельствует о мозаичности знаний студентов, их недостаточной упорядоченности и взаимосвязи. Известно, что путь к общекультурному развитию, а, следовательно, и к здоровью, начинается с овладения знаниями. Они опережают практику, указывают путь ее преобразования, превращают знания в элемент сознания, расширяя и перерабатывая их в убеждения.

Основной источник информации для студентов – занятия по физической культуре, как практические, так и теоретические. Именно совершенствованию образовательного компонента данных занятий необходимо уделять особое внимание и в первую очередь, у студентов первого курса, имеющих те или иные отклонения в состоянии здоровья.

В Белорусском государственном технологическом университете в практические занятия по физическому воспитанию включен теоретический раздел, представленный в форме обязательных лекций и бесед. При этом в процессе формирования у студентов необходимых знаний общетеоретического и методического характера мы используем комплекс специальных методических приемов, направленных на активизацию мышления занимающихся. При традиционной форме объяснения материала студент выступает лишь как объект педагогических воздействий, и знания достаточно быстро забываются. По нашему мнению, усвоение знаний происходит намного эффективнее, когда занимающиеся выступают полноправными субъектами образовательного процесса.

### **Литература:**

1. Колос, В.М. Оздоровительная физическая культура учащихся и студентов: учеб. пособие / В.М. Колос. – Минск: БГУИР, 2001. – 154 с.
2. Тесты для определения уровня усвоения теоретико-методических знаний по физической культуре / Авт-сост. В.А. Коледа и др. – Минск: ФУСТ БГУ, 2003. – 32 с.
3. Физическая культура: типовая учебная программа для вузов / Под общ. ред В.А. Коледы. – Минск: РИВШ, 2008. – 60с.