

УДК 796

**О.В. МАЦУКА**

аспирант

Полесский государственный университет,  
г. Пинск, Республика Беларусь

Научный руководитель: **А.Н. Яковлев** – канд. пед. наук, доцент



Статья поступила 7.10.2025г.

## **ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ВУЗЕ И ОСОБЕННОСТИ ЕЕ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ**

*Систематизированы результаты научных исследований, характеризующих особенности формирования ценностных ориентаций личности с учетом влияния негативных факторов, в том числе, внешней среды. Выявлены своеобразия формирования воспитательной среды на основе развития вузовского сообщества, объединенного общими ценностями, оказывающими влияние на воспитание физической культуры личности (социально-экономическая поддержка и защита студентов; профессионально-трудовое воспитание, культурно-нравственное и патриотическое воспитание; помощь талантливой молодежи и студенческого самоуправления; оздоровление сообщества; координационная, методическая и аналитическая работа в этой сфере).*

**Ключевые слова:** духовно-нравственное воспитание, физкультурно-спортивная деятельность, методика, эффективность.

**MATSUKA O.V.**, Graduate Student

Polesky State University, Pinsk, Republic of Belarus

## **FEATURES OF FUNCTIONING PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES IN A UNIVERSITY**

*This article systematizes scientific data characterizing the development of individual value orientations, taking into account the influence of negative factors, including the external environment. The article identifies key features of the educational environment based on the development of a university community united by shared values that influence the development of individual physical fitness (socioeconomic support and protection of students; vocational and labor education; cultural, moral, and patriotic education; support for talented youth and student self-government; community health; and coordination, methodological, and analytical work in the field of student education).*

**Keywords:** spiritual and moral education, physical culture and sports activities, methodology, efficiency.

**Актуальность.** Совершенствование системы воспитания студенческой молодежи всегда представляло большой интерес для ученых, наиболее результативными являются исследования, которые отражают

применение физкультурно-спортивной деятельности в процессе формирования молодежной субкультуры, где запросы личности и общества обусловлены

традициями культурной, спортивной и творческой жизни вуза [2, 3, 4, 5].

Реализация инновационной методики, направленной на воспитание физической культуры личности, связана с особенностями функционирования физкультурно-спортивной деятельности (ФСД) в вузе, которая отражает уровень спортивно-ориентированного физического воспитания с учетом физкультурно-спортивных интересов и потребностей студентов (эффективность организации учебно-воспитательного процесса, основанного на выборе студентом вида спорта).

Данная тенденция указывает на постепенный переход от традиционных учебных занятий к систематическим учебно-тренировочным занятиям, что предусматривает воспитание физических качеств, поиск решений для совершенствования спортивных умений и навыков и включение студента в соревновательную деятельность, формирование спортивной культуры студента.

**Методы исследования:** анализ литературы, наблюдение, анкетирование, тестирование; педагогический эксперимент; статистическая обработка полученных результатов.

Для поиска путей повышения эффективности образовательного процесса

должны быть проанализированы показатели, характеризующие особенности организации образовательного процесса по воспитанию физической культуры личности в динамике уровня здоровья и анализа отношения студентов к ценностям физической культуры.

**Результаты исследований и их обсуждение.** В Полесском государственном университете действует модель реализации физкультурно-спортивной деятельности, которая отражает основные этапы реализации (рисунок).

Основная задача первого этапа – процесс формирования ценностных ориентаций, которые раскрывают особенности мотивации студентов к систематическим занятиям физкультурно-спортивной деятельностью. Второй этап – практически реализовать потребности студентов после окончания занятий (услуги оздоровительной и спортивной направленности на базе ПолесГУ силами коллектива ЦФКиС, в том числе, на платной основе).

Третий этап – это оптимизация состояния здоровья и показателей устойчивости сформированных мотиваций к физическому совершенствованию и здоровому стилю жизни в контексте формирования телесного статуса личности («окультуривание личности» в условиях влияния внешних факторов).

Физкультурно-спортивная деятельность (ФСД)
1 этап: Формирование ценностно-мотивационных потребностей к занятиям ФСД
Академические занятия (общеразвивающие технологии, спортивно-видовые технологии, оздоровительные технологии)
2 этап: Форма реализации потребностей оздоровительной, адаптивной и спортивной направленности
Внеучебные виды ФСД (индивидуальные формы двигательной активности, массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, спортивное совершенствование, общественные и платные формы занятий)
3 этап: Достигнутые результаты
Самовоспитание (воспитание физической культуры личности - здоровый стиль жизни и телесный статус личности)

Рисунок – Модель реализации физкультурно-спортивной деятельности в процессе функционирования Полесского государственного университета

По окончании экспериментальной работы был проведен контрольный срез, позволяющий зафиксировать наличие изменений в уровне реализации ФСД студентов согласно выделенным критериям.

Одной из важнейших задач в системе управления учебно-воспитательным процессом в вузе является научно-теоретическое обоснование и практическое использование средств ФСД для формирования у студенческой молодежи устойчивой ориентации на здоровый образ жизни: внутренний мир способствует интеллектуальному и эмоциональному развитию, который формируется посредством общественного взаимодействия, усвоения опыта предшествующих поколений, обучения.

В рамках исследования был проведен опрос среди студентов с целью выяснения их мнения о влиянии занятий спортом на духовное развитие личности, а также общем отношении к спорту. Общее количество участников опроса составило 55 человек: 48% – студенты первого курса, 52% – студенты второго и третьего курса. Особый интерес вызвал вопрос о взаимосвязи духовного развития и занятий спортом: 58% респондентов считают, что ФСД способствует духовному развитию, в то время как 30% не видят связи, и 12% никогда не задумывались об этом аспекте.

Метод контрольных упражнений использовался в процессе проведения педагогического эксперимента (комплекс контрольных упражнений, в которых оценка контрольных нормативов по физической подготовленности студенток оценивалась как по абсолютному результату, так и в бальном измерении) (таблица 1.)

Оценка контрольных нормативов по физической подготовленности студенток определялась по тестам: бег на 100 м.; прыжок в длину с места; поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин.); подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 110 см), раз; 5) бег на 2000 м, мин; сумма баллов пяти тестов. Учитывались регистрируемые и расчетные показатели физической подготовленности, а также показатели,

отражающие функциональное состояние сердечно-сосудистой системы. Контроль за динамикой физического развития осуществлялся с помощью метода антропометрии (масса тела, рост, весоростовой индекс). Все измерения проводились в соответствии с общепринятыми методиками.

В 90% случаев наиболее слабым звеном в физической подготовке студенток является низкий уровень силовой подготовки, а ведь от его состояния зависит успех обучения по освоению упражнений в целом, новой структуры и содержания занятий по физическому воспитанию в вузе.

Рассматривая состояние физического воспитания в ПолесГУ, следует констатировать, что есть принципиальные отличия от функционирования ФСД на факультете организации здорового образа жизни, что связано с другим уровнем физического развития и физической подготовленностью, так как подготовка кадров в отрасли физическая культура и спорт требует другого научно-методологического обоснования.

Студенты ФОЗОЖ, главным образом, ориентированы на профессию тренера (в перспективе трудовой деятельности) на основе осмысления ими тренировочного процесса, изучения недостатков и потенциала резервных возможностей; по мере приближения к основным соревнованиям роль упражнений с дополнительным сопротивлением заметно возрастает.

Разработка методики диагностики сформированности профессиональных компетенций связана с коррекцией агрессии спортсменов. Тестирование показало следующее (таблица 2).

Низкий уровень компетенции имеют 70% студентов, средний – 26%, высокий уровень не выявлен. Менее сформированным является деятельностный компонент, наиболее сформированным – мотивационный. Социальный заказ на подготовку кадров для отрасли выполняется с учетом воспитания физической культуры личности, профилактики и коррекции агрессии студентов.

Таблица 1. – Оценка контрольных нормативов по физической подготовленности студенток

Показатели	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Бег на 100 м, сек.	15,0	16,5	17,2	18,0	18,7
Прыжок в длину с места, см.	200	185	170	160	140
Поднимание туловища из положения лёжа на спине, кол-во раз за 1 мин.	42	35	30	28	25
Бег на 2000 м, мин/сек	10,00	10,30	11,00	11,40	12,00
Сумма баллов пяти тестов	23	18	13	8	3
Проба Руффье, индекс	0	0-5	6-10	11-15	16-21

Таблица 2. – Сформированность компетенции в профилактике и коррекции агрессии спортсменов у студентов ПолесГУ, %.

Курсы	Уровни компетенции		
	низкий	средний	высокий
1 (n = 45)	72	28	0
2 (n = 47)	73	27	0
3 (n = 48)	71	29	0
4 (n = 48)	70	30	0
Все (n = 188)	77	23	0

До эксперимента в обеих группах студентки обладали низким и средним уровнем компетенции в профилактике и коррекции агрессии. Студентки с высоким уровнем изучаемой компетенции не было. После эксперимента в ЭГ увеличилось число лиц со средним уровнем компетенции с 6-ти до 11-ти человек, а также появилось 10 студенток с высоким уровнем изучаемой компетенции.

Необходим поиск эффективных путей при решении ситуативных проблем тренировочного процесса в рамках СПС, т.е. использование алгоритма, базирующегося на прогрессивных методах (инновационных, существующих в методике обучения и тренировке).

В этой связи оценка соматического здоровья на факультетах ПолесГУ определяется физической активностью студентов.

Так, уровень соматического здоровья студентов, занимающихся футболом ( $3,85 \pm 0,53$ ), волейболом ( $5,79 \pm 0,55$ ), оказался «ниже среднего» (2-й уровень), а студентов, занимающихся баскетболом ( $6,77 \pm 0,49$ ) и

плаванием ( $6,80 \pm 0,20$ ), – ближе к «среднему», а точнее на границе 2-го и 3-го уровней. Учитывая, что «безопасный уровень» соматического здоровья находится между 3-им и 4-ым уровнями и соответствует 12-ти баллам по шкале оценки соматического здоровья, студент должен знать свои возможности на конкретный момент подготовки, прогнозировать как качественные, так и количественные показатели, регулярный научный анализ тренировочного процесса, его осмысление.

Необходима корректировка деятельности для достижения нужной спортивной формы, что существенно повышает мотивацию, определяет и регулирует процесс выбора между различными возможными действиями.

Построение учебно-воспитательной деятельности в вузе в духе демократизации позволяет реализовать потребностно-мотивационный подход к формированию личности и рассматривать физкультурно-спортивную деятельность как возможность для создания у занимающихся потребностей, наиболее благоприятных для его здоровья, физического развития и совершенствования.

**Выводы.** Принципы организационно-педагогического обеспечения воспитания физической культуры личности являются мостом, соединяющим теоретические представления с педагогической практикой, должны быть функционально взаимосвязаны через взаимопроникновение элементов теории и практики.

Одним из путей реализации физкультурно-спортивной деятельности в вузе может рассматриваться «спортизация» как этап спортивной ориентации студентов, что во многом помогает первокурснику определиться с выбором вида спорта, которым он будет заниматься на последующих курсах.

Это диктует необходимость создания оптимальных условий для включенности в физкультурно-спортивную деятельность, в том числе и с использованием методов информационного и дистанционного обучения.

Методико-практические занятия по применению средств физкультурно-спортивной деятельности в решении воспитательных задач отражают ситуативные, деловые и патриотические игры, где практическая организация мероприятий воспитывающего характера отражает уровень организации и проведение воспитывающего обучения среди студентов и профессорско-преподавательского состава.

#### Список использованных источников

1. Карпов, В. Ю. Социально-личностное воспитание студентов в процессе физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В. Ю. Карпов, В. А. Щеголев, Ю.Н. Щедрин. – СПб.: СПбГУ ИТМО, 2006 – 248 с.
2. Кукушкин, В. С. О путях возрождения духовности. / В. С. Кукушкин, А. О. Селиванов // Высшее образование в России. – М., 1997. – № 2. – С. 39-45.
3. Лубышева Л. И. Концепция физкультурного воспитания : методология развития и технология реализации / Л. И. Лубышева // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. 1996. – № 1. – С. 5-11.
4. Мацука, О. В. Особенности духовно-нравственного воспитания студентов с

использованием средств физической культуры и спорта / О. В. Мацука, А. Н. Яковлев // Здоровье для всех. – 2024. – № 2. – С. 25-30.

5. Формирование компетенции здоровьесбережения у студентов / Т. Д. Полякова [и др.]. – Мн.: БГУФК, 2012. – 105 с.
6. Закаморный, С. О. Формирование компетенции в профилактике и коррекции агрессии спортсменов у студентов физкультурного вуза / С. О. Закаморный, В. Н. Смоленцева // Всероссийский форум «Молодые ученые – 2011» : материалы. – М., 2011. – С. 152 – 154.
7. Восприятие будущего в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью: проблемы и перспективы / А. Н. Яковлев, Е. П. Врублевский, В.И. Стадник [и др.] // Теория и практика физической культуры : научно-теоретический журнал. – 2020. – № 1. – С. 98-100.

#### References

1. Karpov V.Yu., Shchegolev V.A., Shchedrin Yu.N. *Soczial'no-lichnostnoe vospitanie studentov v processe fizkul'turno-sportivnoj deyatel'nosti* [Social and personal education of students in the process of physical education and sports activities] SPb. SPbGU ITMO, 2006, 248 p. (In Russian)
2. Kukushkin V.S., Selivanov A.O. O putyakh vrozozhdeniya dukhovnosti [On the ways of spiritual revival]. *Vy'sshee obrazovanie v Rossii* [Higher education in Russia]. Moscow, 1997, no. 2, pp. 39-45. (In Russian)
3. Lubysheva L.I. *Koncepcziya fizkul'turnogo vospitaniya: metodologiya razvitiya i tekhnologiya realizaczii* [Concept of physical education: methodology of development and technology of implementation]. *Fizicheskaya kul'tura : vospitanie, obrazovanie, trenirovka* [Physical education: upbringing, education, training]. 1996, no.1, pp. 5-11. (In Russian)
4. Matsuka O.V., Yakovlev A.N. Osobennosti dukhovno-nravstvennogo vospitaniya studentov s ispol'zovaniem sredstv fizicheskoy kul'tury i sporta [Features of spiritual and moral education of students using physical education and sports].



- Zdorov'e dlya vseh* [Health for all]. 2024, no. 2, pp. 25-30. (In Russian)
5. Polyakova T.D. et al. *Formirovanie kompetencii zdorov'esberezheniya u studentov* [Formation of health-preservation competence in students]. Minsk, BSUPC, 2012, 105 p. (In Russian)
  6. Zakamorny S.O., Smolentseva V.N. *Formirovanie kompetencii v profilaktike i korrekczii agressii sportsmenov u studentov fizkul'turnogo vuza* [Formation of competence in the prevention and correction of aggression of athletes among students of a physical education university]. *Vserossijskij forum «Molody'e ucheny'e – 2011»* [All-Russian forum "Young scientists – 2011"]. Moscow, 2011, pp. 152-154. (In Russian)
  7. Yakovlev A.N., Vrublevsky E.P., Stadnik V.I., Kravchenin A.A., Yakovleva M.A., Glushenko N.A. *Vospriyatie budushhego v proczesse zanya-tij fizkul'turno-sportivnoj deyatel'nost'yu: problemy i perspektivy* [Perception of the future in the process of physical education and sports activities: problems and prospects]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and practice of physical education]. 2020, no. 1, pp. 98-100. (In Russian)

*Received 7.10.2025*