

*Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э.* Профориентология личности: Учеб. пособие. / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк – Екатеринбург: Изд. Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2005. – 186 с.

Профессионально-педагогическое образование в современных условиях: результаты исследования / Г.М. Романцев, В.А. Федоров, А.А. Жученко, И.В. Осипова, О.В. Тарасюк. – Екатеринбург: Изд. Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2003. – 68 с.

*Раевский Р.Т.* Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов: учеб. пособие / Р.Т. Раевский. – М.: Выш. шк., 1985. – 136 с.

*Романцев Г. М.* Личностно ориентированное профессиональное образование / Г.М. Романцев, Э.Ф. Зеер // Педагогика. 2002. № 3. С. 16-21.

*Тюленьков С.Ю.* Технология преподавания физической культуры в вузах / С.Ю. Тюленьков, С.Н. Зуев, Л.М. Крылова // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 5. – С. 50-54.

*Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.* Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 480 с

*Якиманская И.С.* Личностно ориентированное обучение в современной школе / И.С. Якиманская – М., 1996. – 96 с.

Петрушевский В.М.

*Уральская Государственная юридическая академия (УрГЮА)*  
*г. Екатеринбург*

### НАЦИОНАЛЬНАЯ БОРЬБА КАК СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ УрГЮА.

В настоящее время национальный компонент физического воспитания в ВУЗах развит слабо или отсутствует совсем, хотя программа по физическому воспитанию его предусматривает. Тем не менее, предпочтение отдается традиционным видам физического воспитания: спортивным играм, легкой атлетике, общефизической подготовке и т.п. Главная проблема заключается в том, что основную массу студентов составляют выходцы из других регионов России и ближнего зарубежья. И хотя в национальных традициях народов России много общего есть и специфичные виды физического воспитания присущие определенной национальности и обусловленные местными особенностями ее развития. Как правило, в рамках другого региона отсутствует необходимая материально-техническая база и квалифицированные кадры для

поддержания и развития этих традиций на должном уровне, особенно, в условиях отдельно взятого ВУЗа. Тем не менее, отдельные национальные виды физического воспитания, имеющие общие традиции могут успешно использоваться в формировании здорового образа жизни студентов различных национальностей.

Одним из таких видов является борьба. Она включает в себя различные национальные элементы и в тоже время объединяет их силовым единоборством с максимальным проявлением всех физических качеств его участников. В Уральском регионе основу коренного населения составляют татары и башкиры, среди этих народов большой популярностью пользуется борьба на поясах и борьба до касания. Элементы этих видов борьбы присутствуют практически во всех видах национальной борьбы других народов России и ближнего зарубежья. Учитывая специфику проведения учебных занятий по физическому воспитанию в УрГЮА (отсутствие борцовского зала) был выбран второй вид борьбы – борьба до касания. Она не требует специально оборудованных мест и может проводиться как в зале, так и на улице. Суть ее состоит в том, что участники проводят поединок до тех пор, пока один из них не коснется любой частью тела (кроме стоп) земли или пола. При этом борьба до касания используется на занятиях по профессионально-прикладной подготовке (рукопашный бой). Поединки проводятся без ограничения времени и веса соревнующихся, что способствует максимальному развитию их физических и волевых качеств. В экспериментальной группе борьба до касания проводилась на каждом занятии, в контрольной группе 2-3 раза в месяц. В конце семестра были проведены контрольные тесты по физической подготовке, которые выявили прирост результатов в экспериментальной группе на 5% и выше, чем в контрольной. При этом отмечен перенос деятельности с экспериментальной группы на другие группы студентов не занятых в эксперименте на внеучебное время, использование борьбы до касания в самостоятельных занятиях студентов. Нужно отметить, что активное участие в этих занятиях принимают студенты различных национальностей из разных регионов России и ближнего зарубежья. Это позволяет сделать вывод – национальная борьба, независимо от национальности учащихся, является успешным фактором формирования здорового образа жизни студенческой молодежи и может быть включена как национальный компонент в программу профессионально-прикладной физической подготовки в ВУЗе.