

Позднякова Л. Д., Андронов В. А.

Самарский государственный университет путей сообщения,
Самара, Россия

**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ САМАРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
УНИВЕРСИТЕТА ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ**

Аннотация. В работе рассматриваются вклад физкультурно-оздоровительной деятельности в СамГУПС, цели физического воспитания, а также процесс организации занятий на конкретном примере.

Ключевые слова: здоровье молодежи, физкультурно-оздоровительная деятельность, физическое воспитание, состояние здоровья.

Pozdnyakova L. D., Andronov V. A.

Samara State University of means of communication,
Samara, Russia

**PERFORMANCE EVALUATION OF PHYSICAL EXERCISE AND
RECREATIONAL ACTIVITIES OF THE SAMARA STATE UNIVERSITY
OF MEANS OF COMMUNICATION**

Abstract. In this work the contribution of sports recreational activities in SamGUPS, physical education, as well as classes on specific example.

Keywords: health, youth health fizkul'turnaâ activities, physical education and health.

Современные реалии предстают перед нами в новых красках, неустанный прогресс требует большой человеческой отдачи. Ключевую роль здесь играет здоровье подрастающего поколения. Здоровье молодежи имеет государственную ценность. Вопросы сохранения здоровья населения различных социально-демографических групп и, в особенности, нового поколения приобрели особую значимость и остроту в связи с радикальными социальными изменениями, характерными с 90-х гг. XX века и продолжающимися до настоящего времени. Результаты ряда исследований, а также статистические данные показывают, что состояние здоровья молодого поколения в Российской Федерации ухудшается. В среднем в России только 10% выпускников школ могут считаться абсолютно здоровыми [1; 35–36].

Фундаментальная основа в наше здоровье вкладывается с детства, преобразуется в школе и достигает своей зрелости во время учебы в ВУЗе (за исключением профессиональных занятий спортом). Здоровье определяется множеством факторов, однако решающее значение среди них принадлежит физкультурно-оздоровительной деятельности. Физкультурно-оздоровительная деятельность образовательных учреждений занимает основную позицию в сфере здоровья студентов. Как проявление двигательной активности человека, она является социальным процессом, выражающимся в физических действиях и оздоровительных процедурах, способствующих укреплению здоровья, овладению физической культурой, формированию ценностей, повышающих эффективность трудовой и иной социальной деятельности человека. Физкультурно-оздоровительная деятельность состоит из двух видов деятельности. К первому относятся физические движения, различные виды физических упражнений; ко второму – гигиенические оздоровительные процедуры. Физкультурно-оздоровительная деятельность является основным фактором, который студенты используют для укрепления здоровья. Занятия оздоровительной физической культурой способны коренным образом изменить отношение студентов к

собственной личности, жизни и, сформировать социальные связи взаимодействия, улучшая физическое и социальное самочувствие.

Оценка эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности СамГУПС по охране и укреплению здоровья осуществляется различными методами: физиологическими, психофизиологическими, гигиеническими; проводится оценка состояния здоровья, физического развития учащихся и так далее. Наиболее распространенным методом оценки эффективности проводимых в СамГУПС здоровьесберегающих мероприятий остается динамический контроль показателей здоровья и оценка заболеваемости как одного из качественных параметров, характеризующих состояние здоровья студентов. Так в проекте Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" предусмотрено обязательное проведение в ВУЗах мониторинга здоровья учащихся – медико-педагогического анализа физического и психического развития студентов. Мониторинг обеспечивает широкий, комплексный и объективный анализ состояния здоровья, учебной нагрузки, двигательной активности, физического и моторного развития обучающихся, условий обучения и здоровьесберегающей активности общеобразовательных учреждений [2; 112–114].

Целью физического воспитания в СамГУПС является содействие подготовке гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов. В процессе обучения в СамГУПС по курсу «Физическое воспитание и спорт» предусматривается решение следующих задач: всесторонняя физическая подготовка студентов; воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств; сохранение и укрепление здоровья студентов, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения; профессионально - прикладная физическая подготовка студентов с учётом особенностей их будущей трудовой деятельности; воспитание у студентов убеждённости в необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом.

Процесс обучения организуется в зависимости от состояния здоровья, уровня физического развития и подготовленности студентов, их спортивной квалификации, а также с учётом условий и характера труда их предстоящей профессиональной деятельности. Одной из главных задач СамГУПС является физическая подготовка студентов. В СамГУПС длительность курса «Физическое воспитание и спорт» составляет три года обучения (с первого по третий курс – на протяжении 6 семестров). Располагая замечательной базой Физкультурно-оздоровительного комплекса, в котором расположены: бассейн, тренажерный зал, теннисный, борцовский и большой спортивный залы. Каждый новый семестр в программе занятий по курсу «Физическое воспитание и спорт» происходят изменения таким образом, что студенты за все время своего обучения успевают пройти полный курс программы. Так в первом семестре студенты занимаются плаванием в бассейне, во втором – волейболом или баскетболом в большом спортивном зале, в третьем – теннисом и так далее. Так образом, за три года студенты проходят своего рода спортивную «ротацию», многие из них «вырастают» из любителей в нацеленных, на достижение спортивных высот спортсменов. Структуру развития спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в СамГУПС можно посмотреть на рисунке.



Рис. Структура развития спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в СамГУПС

Важное значение имеет медицинское обследование и наблюдение за состоянием здоровья студентов в течение учебного года осуществляемое поликлиникой или медпунктом СамГУПС, регулярное проведение медицинских комиссий. Так студенты, чье состояние здоровья не вызывает сомнений, занимаются в основной группе, так же есть специальные группы где занимаются те, кому противопоказаны большие нагрузки. То к какой группе будет относиться студент, зависит от медицинских показателей его здоровья. Так же в СамГУПС профессионально занимаются студенты по 11 видам спорта: волейболу, баскетболу, плаванию, настольному теннису, футболу, борьба, бокс, тяжелой атлетике, легкой атлетике, лыжным гонкам, аэробике, а также студенты занимаются и другими видами спорта.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что физкультурно-оздоровительная деятельность СамГУПС занимает важное место в сфере развития физической культуры и является основным фактором, способствующим укреплению здоровья современной молодежи, а оценки ее эффективности очень многообразны.

Литература

1. Положение молодежи в России. Аналитический доклад. – Москва: Машмир, 2005. – С. 35–36.
2. Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского. Естественные науки. №1(5). Выпуск посвящен 60-летию Естественно-географического факультета. – Пенза: Изд-во ПГПУ, 2006. – С. 112–114.

Позднякова Л. Д., Сафиуллин К. Х.

Самарский государственный университет путей сообщения,
Самара, Россия

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ САМАРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ

Аннотация. В работе рассматриваются эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности кафедры «ФВС», цели физического воспитания, а также процесс организации занятий на конкретном примере, проведен SWOT-анализ.