

свои возможности в условиях соревнований, снижается надежность спортсмена и вероятность достижения высокого результата.

Психические напряжения юных спортсменов, постоянно сопровождающие тренировочный процесс и являющиеся основой его результативности, при определенных условиях могут привести к психическому перенапряжению. В группу риска необходимо отнести юных спортсменов, имеющих высокий уровень тревожности, что значительно снижает работоспособность. Также особое внимание следует уделить подросткам, так как в этом возрасте они наиболее подвержены стрессам и депрессивному состоянию, что, безусловно, приводит к повышению уровня тревожности, а в следствии ухудшению результатов в спортивной деятельности. За ними необходимо динамическое наблюдение, а также проведение профилактических мероприятий и разработка индивидуальных форм подготовки к ответственным соревнованиям, что предполагает необходимость психологического сопровождения.

#### *Список литературы*

1. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с. (Серия «Библиотека педагога-практика»).

**Бирюков Н.А., Коротаяева А.В., Мишнева С.Д., Симонова И.М.**

Уральский государственный университет путей сообщения, г. Екатеринбург

#### **Проблемы организации спортивно-массовой и оздоровительной работы в вузе**

Данная работа была направлена на выявление и поиск возможных способов решения проблем, связанных с организацией спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий, проводящихся для студентов университета.

Социально-экономический кризис 90-х годов прошлого столетия отрицательно отразился на социальной сфере Российского государства и, в частности, на физической культуре и спорте. Заметно снизился интерес среди

населения к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Количество граждан, занимающихся массовой физической культурой и спортом, сократилось. Проведенные социологические исследования показывают, что в настоящее время в Российской Федерации физическими упражнениями постоянно занимаются только около 11% населения [1].

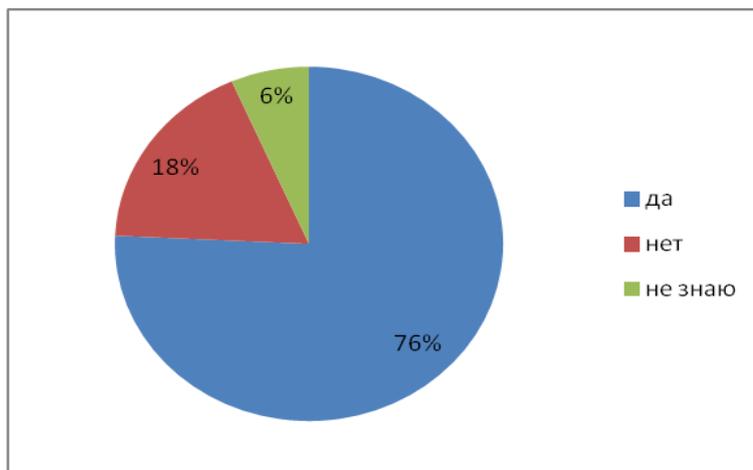
В современном мире все больше осознают важность социальной роли физической культуры и спорта, как фактора совершенствования человека и общества. Как известно, вовлеченность большинства населения в массовое физкультурно-спортивное движение, а также успешные выступления спортсменов на международных аренах являются бесспорным доказательством жизнеспособности и духовной силы нации, военной и политической мощи страны. В некоторых зарубежных странах физическая культура и спорт стали предметом национальной гордости, моральной сплоченности и национальной идеей способствующей развитию сильного государства и здорового общества [2].

Важным направлением спортивно-оздоровительной работы в вузах является пропаганда здорового образа жизни в студенческой среде с предоставлением широких возможностей для реализации ее различных направлений. Одной из приоритетных задач физического воспитания студенческой молодежи является широкое вовлечение её в систематические занятия физической культурой и спортом с учетом состояния здоровья, функциональной, физической и двигательной готовности [3].

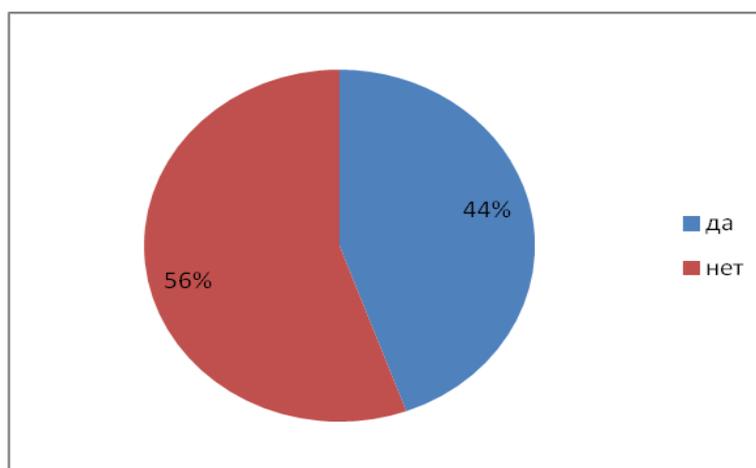
Целью данного исследования является выявление основных трудностей при организации спортивно-массовой работы в высшем учебном заведении и поиск их решений. В ходе исследования был проведен интернет-опрос среди студентов УрГУПС, который позволит определить факторы, не достаточно мотивирующие студентов на посещаемость спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.

Ниже приведен перечень вопросов и статистика полученных ответов:

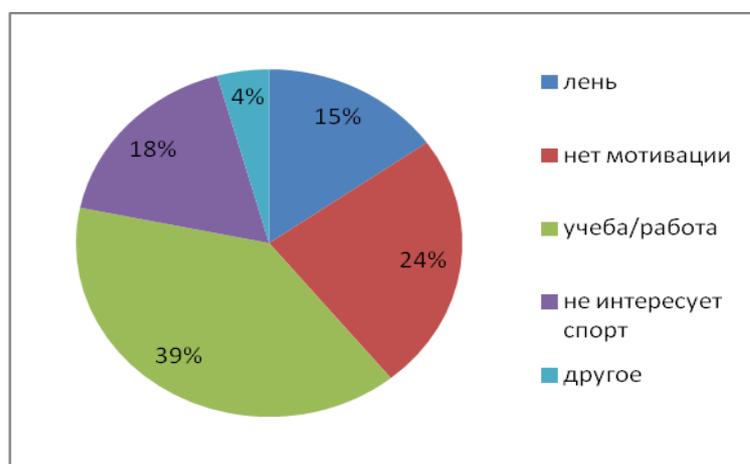
- Считаете ли Вы, что спортивно-массовые мероприятия приносят какую-либо пользу?



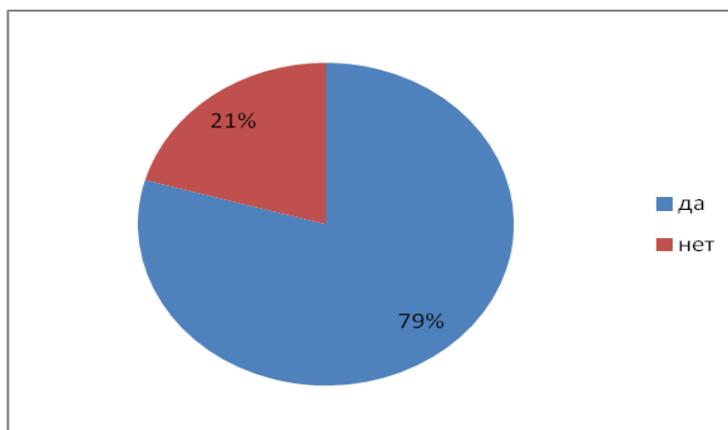
- Участвуете ли Вы сами в спортивно-массовых оздоровительных мероприятиях?



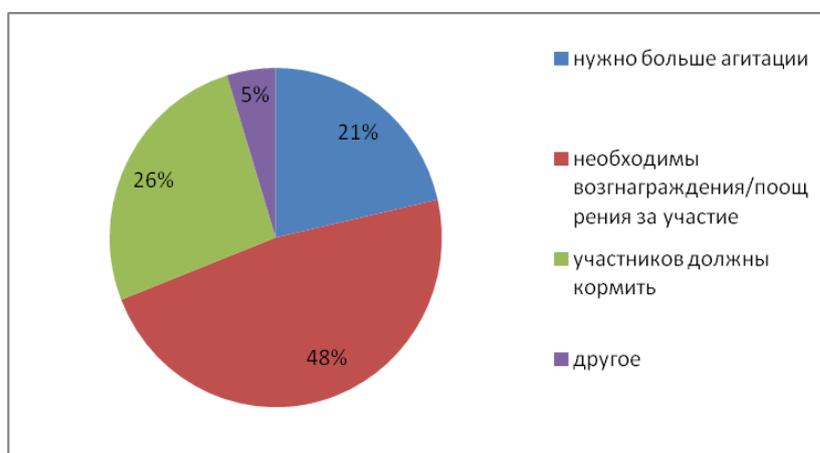
- Каковы причины Вашей незаинтересованности в этих мероприятиях?



- Бывали ли случаи, когда Вы не были проинформированы о мероприятиях, в которых бы приняли участие, если бы знали о них?



- Что, по Вашему мнению, необходимо изменить в методах организации спортивно-массовых мероприятий, чтобы привлечь большее количество людей?



Вышеприведенные диаграммы, созданные по результатам интернет-опроса 250 человек, позволяют сделать выводы о том, что:

1) 76% опрошенных считают полезными массовые спортивные мероприятия, однако, меньше половины опрошенных (44%) участвуют в них.

2) 39% опрошенных считают учебу или работу основной причиной непосещения спортивно-массовых мероприятий. 24% жалуются на отсутствие мотивации, 18% студентов не интересуются спортом, а 15% честно признались, что им лень.

3) Большое количество студентов (79%) призналось, что были случаи, когда они не посетили какие-либо мероприятия лишь по причине того, что не знали об их проведении.

4) Почти половина опрошенных (48%) готовы участвовать в спортивно-массовых мероприятиях за какие-либо поощрения или вознаграждения. 26%

студентов высказались за то, чтобы после мероприятий им предоставляли еду. 21 % студентов предложили улучшить качество агитационных мер.

Таким образом, мы пришли к выводу, что студенты осознают полезность массовых физкультурно-спортивных мероприятий и считают, что те занимают важное место в системе физкультурно-оздоровительной работы, однако, большее число студентов пока не заинтересовано в участии в спортивно-оздоровительных мероприятиях. Для увеличения числа заинтересованных студентов политика в области физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы должна быть направлена на:

- улучшение качества агитационных мер при проведении мероприятий;
- предоставление поощрений для участников;
- организацию пропаганды физической культуры и спорта;
- формирование у студентов мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом, повышению уровня знаний в области физической культуры и спорта;
- совершенствование нормативно-правовой базы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- строительство новых и модернизацию имеющихся спортивных сооружений, доступных для студентов и позволяющих предоставлять им услуги высокого качества.

#### *Список литературы*

1. Дегаева Н.А. Актуальные проблемы организации и управления физкультурно-оздоровительной и спортивно - массовой работы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/>
2. Фазлеева Е.В. Курс лекций по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://libweb.ksu.ru/>
3. Шашкин Н.Г. Организация физкультурно-оздоровительной работы в вузе [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://pravmisl.ru/>