

время поддерживать вынужденную сидячую позу, предполагает наличие устойчивости к гиподинамическому режиму деятельности.

Так, по нашим исследованиям, проведенным средствами анкетирования у пилотов, которые работают уже более 5 лет, те, кто занимался физическими упражнениями самостоятельно, на момент опроса лишь 36,7% исследованных сохранили свою физкультурную активность на том же уровне. В то же время, из тех, кто раньше занимался в спортивных секциях, к самостоятельным занятиям приступило 29,3%, а из тех, кто раньше не занимался – 34%.

Исходя из того, что психофизиологическая подготовка летного состава является комплексным процессом формирования высокой надежности организма, навыков и умений, особенно важных в сложных, экстремальных условиях деятельности, целью психофизиологической подготовки будущих пилотов становится формирование психофизиологических качеств, определяющих успех летного долголетия, устойчивость организма к экстремальным факторам профессиональной деятельности, высокий уровень работоспособности и динамического здоровья, которое означает профессиональное долголетие.

УДК 379.839(06)

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ В ВУЗЕ

*Симонова Ирина Михайловна, старший преподаватель
Уральский государственный университет путей сообщения
г. Екатеринбург*

Аннотация: Проблемы организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в вузовском пространстве на сегодняшний день достаточно актуальны. Это связано с нехваткой объема двигательной активности, необходимого для улучшения состояния здоровья и пропаганды здорового образа жизни студентов. В данной статье излагается авторское видение такой работы.

Ключевые слова: спортивно-массовая работа, физическое воспитание в вузах, формы организации физкультурной работы, спортивный клуб, функции спортивного клуба.

Abstract: the Problem of organization of physical culture and sport in high school space today are rather actual. This is due to the lack of volume of motor activity, it is necessary for improving health and promoting of a healthy way of life of students. This article presents the author's vision of such work.

Index terms: sports-mass work, physical education in higher education institutions, forms of organization of the work of physical culture, sports club, the functions of the sports club.

В условиях переустройства российского общества остро стоит вопрос о состоянии здоровья не только детей, но и студенческой молодежи. Физическая культура, спорт и соблюдение принципов здорового образа жизни как профилактика заболеваний должны стать надежной защитой, способной помочь студентам адаптироваться к новым условиям жизнедеятельности, противостоять непрерывно ухудшающейся экологической обстановке. Это, в свою очередь, актуализирует требование формирования у молодежи ценностных ориентаций и мышления относительно сознательного укрепления своего здоровья и физического совершенствования.

В ряде исследований [2] установлено, что у студентов, систематически занимающихся физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, появляется уверенность в себе, повышается продуктивность умственного труда, стимулируется интеллектуальная деятельность.

Они в большей мере коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, меньше боятся критики, у них наблюдается более высокая «эмоциональная устойчивость», выдержка, им в большей степени свойствен оптимизм, энергия, среди них больше настойчивых, решительных людей, умеющих повести за собой коллектив. Эти данные подчеркивают положительное воздействие систематических занятий физической культурой и спортом на темперамент и характер студентов.

Цель работы: рассмотреть внеучебные формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в вузе.

Спортивно-массовая работа в университете является продолжением учебно-воспитательного процесса, направленного на профилактику здоровья, по-

вышение массовости спортивных мероприятий, улучшение спортивного мастерства студентов-спортсменов.

В высшем учебном заведении общее руководство физическим воспитанием и спортивно-массовой работой среди студентов, а также организация наблюдений за состоянием их здоровья возложены на ректора, а конкретное их проведение осуществляется административными подразделениями и общественными организациями вуза (УВВР, профком студентов) Непосредственная ответственность за постановку и проведение учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию студентов в соответствии с учебным планом и государственной программой возложена на кафедру физического воспитания вуза. Массовая оздоровительная, физкультурная и спортивная работа также проводится кафедрой совместно с общественными организациями.

В нашем вузе уже более 50-ти лет существует единая система проведения спортивно-массовых мероприятий. Начальный этап – это проведение спортивно-массовых мероприятий на факультете с целью комплектования сборных команд по различным видам спорта для дальнейшего участия в Спартакиаде вуза.

Затем массовые спортивные соревнования по легкоатлетическому кроссу. Следующий этап – Кубок университета по 5-7 видам спорта. Четвертый этап – участие в Спартакиаде вуза (10-14 видов спорта) сборных команд факультетов.

Следующие этапы касаются профессиональных команд нашего университета – это участие в студенческой Универсиаде г. Екатеринбурга, в личном первенстве вузов РЖД России, Первенстве города, области, УрФ О, Первенстве и Чемпионате России и на Чемпионатах Европы, Мира.

Для того чтобы провести такую объемную спортивно-массовую работу в вузе, необходимо иметь стройную систему организации спортивно-массовой работы не только на кафедре физического воспитания, но и на факультетах. Данная система выглядит следующим образом. Куратор факультета по спортивно-массовой работе совместно с деканом и зам. декана по воспитательной работе планируют, организуют спортивно-массовую работу на факультете. При помощи куратора выбирается спортивное бюро факультета и каждого курса из

лица студентов факультета. Председатель спортивного бюро на курсе определяет своих помощников (по видам спорта). Вся работа согласуется с Управлением по внеучебной и воспитательной работе и профкомом студентов.

Высшей формой организации спортивно-массовой работы в вузе является спортивный клуб. Он осуществляет всестороннюю деятельность по развитию физической культуры и спорта, среди студентов, аспирантов, преподавателей, сотрудников высшего учебного заведения и членов их семей на демократической основе, в условиях широкой гласности, творческой инициативы и самостоятельности, выборности его руководящих органов и их отчетности перед коллективом [1, 3].

Для организации спортклуба вузу необходимы следующие показатели: наличие спортивных сооружений, оздоровительно-спортивной базы, а также массовое привлечение молодежи к занятиям физической культурой и спортом.

В своей практической деятельности спортивный клуб руководствуется постановлениями Госкомспорта РФ, Госкомитета РФ по народному образованию и другими нормативными документами.

Среди вузов г. Екатеринбурга спортивные клубы есть в таких ведущих учебных заведениях как: УрФУ, УрГЭУ, УГЛТУ, УрГМА, УГГУ, УрАГС. Среди вузов железнодорожного транспорта спортклубы работают в МИИТ, ПГУПС, ОмГУПС, ДвГУПС, Сам ГУПС.

Спортивный клуб осуществляет свою деятельность в соответствии с уставом ВУЗов г. Екатеринбурга и Управлением физической культуры и спорта г. Екатеринбурга.

Повседневное руководство работой спортивного клуба осуществляется правлением (президиумом), которое избирает из своего состава председателя, заместителя председателя, секретаря и распределяет обязанности между другими членами правления (президиума). Правление (президиум) работает по утвержденному плану, регулярно собирается для обсуждения и решения текущих вопросов.

На каждом факультете (курсе), кафедре, в подразделении высшего учебного заведения создается физкультурная организация, члены которой на общем собрании открытым голосованием избирают сроком на один год совет физической культуры. Совет физической культуры работает под руководством профсоюзного бюро факультета, кафедры, подразделения и правления (президиума) спортивного клуба.

В спортивном клубе, факультетских (курсовых), кафедральных и других физкультурных организациях для проведения учебно-тренировочных занятий и спортивных мероприятий создаются спортивные секции и команды по видам спорта. В каждой спортивной секции выбираются капитаны, которые работают под руководством совета физической культуры факультета, кафедры, подразделения и правления Спортивного клуба.

Спортивный клуб полностью выполнить свои функции может только при тесном взаимодействии и совместной работе с ректоратом, хозяйственным и другими подразделениями вуза, с деканатами факультетов, общественными организациями вуза и факультетов, кафедрой физического воспитания.

Ректорат безвозмездно предоставляет спортивному клубу помещения и спортивные сооружения, оборудование, инвентарь и спортивную форму для проведения учебно-тренировочного процесса, выделяет дотацию на питание при проведении спортивных сборов и оздоровительно-спортивных лагерей.

На ученом совете вуза обсуждаются и решаются принципиальные вопросы совершенствования массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы. Хозяйственная часть и другие подразделения обеспечивают транспорт, ремонт помещений и другие работы.

В организационном укреплении коллектива физической культуры на факультете большое значение имеет повседневная помощь деканата. Наиболее актуальные вопросы массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы на факультете в необходимых случаях декан выносит на рассмотрение ученого совета факультета и добивается их решения. К ним относятся: утверждение плана работы факультетского спортивного совета по организации спар-

такиад и смотров-конкурсов на лучшую постановку физкультурной работы, проведение массовых соревнований в учебных группах, на курсах и в общежитии, спортивных вечеров и праздников.

Большую помощь спортивному клубу и подчиненным ему звеньям оказывают деловая связь и постоянный контакт с общественными организациями. На этом уровне решаются вопросы планирования и практического проведения мероприятий. Руководители общественных организаций содействуют успешному внедрению физической культуры и спорта в ВУЗе и на факультетах, организации и проведению массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.

Литература:

1. Барыбина Л.Н. Результаты применения спортивно-ориентированной формы организации занятий в высшем учебном заведении технического профиля / Л.Н. Барыбина, Е.В. Церковная, И.Ю. Блинкин // Слобжанский научно-спортивный вестник. - 2008. № 4

2. Брусник В.В. Значение и место методической подготовки студентов в системе обучения дисциплины «Физическое воспитание» / В.В. Брусник, Н.П. Воронов, Л.Ф. Киселев // - 2008. - № 1.

3. Коник Г.А. Современные тенденции организации физического воспитания студентов / Г.А. Коник, В.А. Темченко, Т.Е. Усова // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2009. – № 4.

ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ВУЗОВСКОГО ОБУЧЕНИЯ

Марчук Светлана Азатовна,

кандидат педагогических наук, доцент

Уральский государственный университет путей сообщения

г. Екатеринбург

Марчук Владимир Анатольевич,