

4. Рапопорт Л.А. Студенческий спорт: реальность и тенденция развития – Екатеринбург: УГТУ–УПИ, 2001. – 211 с.

## **К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМЕ ЗАИНТЕРЕСОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И ЕЕ РЕШЕНИЕ**

**Другова Е.А., Ханевская Г.В.**

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

Известно, что здоровье нации во многом зависит от физического воспитания, как элемент культуры. В последние годы поступает все более тревожная информация о неблагоприятном влиянии образовательного процесса на состояние здоровья учащихся. Это касается как организации, так и содержания обучения, психологических особенностей взаимоотношений в коллективах, методических подходов к обучению и других аспектов.

Темой данной работы является анализ психологического восприятия дисциплины «Физическая культура» студентами вуза.

Анализ психологических аспектов восприятия процесса физического воспитания в вузах субъектами этого процесса позволил очертить следующий блок проблем. Существующая система школьного и вузовского физического воспитания является обязательной, следовательно, в ней отчетливо прослеживается принудительный мотив. Принуждение касается как самого факта занятий, так и возможностей свободного выбора интересующей формы, направленности, объема и интенсивности нагрузок, времени занятий и оптимального их расписания. Ситуация усугубляется обязательностью сдачи контрольных нормативов, напрямую противоречащих оздоровительным задачам физического воспитания. Такая принудительная постановка вопроса становится постоянно присутствующим негативным фоном, который

неминуемо внедряется в подсознание в виде соответствующих подсознательных программ неприятия и противодействия принуждению.

Очевидно, для повышения эффективности организации физического воспитания следует учесть как перечисленные проблемы, так и особенности психологии отношений в среде физической культуры, а для этого требуется серьезная трансформация существующей системы, предполагающая, безусловно, уменьшение принудительного компонента.

На обсуждение выносятся следующая программа коррекции:

- предоставление большей степени свободы занимающимся в плане выбора интересующих их удобных им физических практик;
- акцентирование внимания занимающихся на внутренней свободе выбора принятия решения и внутренней ответственности за принятое решение (понятие внутренней честности);
- отмена системы тестов и контрольных нормативов в том виде, в каком она существует сейчас.

Анализ существующих программ по физическому воспитанию однозначно указывает на их консерватизм. Молодежь отчетливо ощущает замедленную реакцию обучающего состава на внедрение новых элементов физических практик. Например, уже много лет новые для нашей страны, однако хорошо зарекомендовавшие себя на протяжении многих сотен лет, Восточные оздоровительные практики до сих пор практически нигде не внедрены, даже в виде отдельных элементов. Речь идет, прежде всего, о таких сверх эффективных приемах традиционных Восточных практик, как растяжки (которые оказывают преимущественное влияние на функции опорно-двигательного аппарата, в результате чего повышаются гибкость и подвижность в суставах, быстрота реакции, отчасти и сила мышц); практические навыки взаимосвязи между фазой дыхания и конкретной формой движения (дающие возможность качественно, на порядок, повысить эффективность физической работы без расширения ее объема и интенсивности); и возможно, самое главное, поскольку имеет прямое

отношение к мотивации, духовное понимание значения физического здоровья в рамках философии жизни человека.

По нашему мнению, следует резко активизировать, а, точнее, фактически начать заново широкую пропаганду современных коротких, рассчитанных на 2-3 минуты, ежедневных физических практик. Без государственной «раскрутки» в сознании широких масс необходимости, привлекательности и эффективности таких практик стремление оздоровить население, скорее всего, останется благим намерением, пустым призывом.

Наш личный опыт понимания дисциплины «Физическое воспитание» в качестве субъектов процесса, изучение мнения студентов из разных вузов и разных регионов страны, подтверждает правильность изложенного видения проблемы и подходов к ее решению.

#### Список литературы

1. Медведева С.А. Инновационная политика здоровьесбережения образовательного процесса ВУЗа: Педагогика и современность № 2, 2013. С.112-116.
2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК ОДНА ИЗ СОСТАВЛЯЮЩИХ СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ**

**Дьякова М.В., Слободчикова Т.А.**

Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего образования «Уральский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации», г. Екатеринбург, Россия

В современных условиях сотрудники органов внутренних дел выполняют ответственные задачи в сложной обстановке постоянного воздействия психогенных факторов: опасности, сопряженной с риском для жизни,