

судьями, казначеями и т.д. Их труд ежегодно оценивается более чем в 2 млрд. долларов. Миллионами участников создан настоящий рынок спорта, в котором члены являются лучшими потребителями по сравнению со спортсменами высокого класса, период выступления которых в большом спорте значительно короче.

Немецкие клубы придерживаются следующих практических принципов. Помимо предложений заняться определенным видом спорта клуб предполагает и наличие компании товарищей. Во время занятий, праздников члены клуба сближаются друг с другом и знакомства, завязанные во время занятий спортом, часто переходят в совместное времяпрепровождение, клуб становится «вторым домом». Инструкторы по физической подготовке и спорту уделяют внимание каждому занимающемуся. Спортивные залы оснащены современными тренажерами. Молодые люди могут самостоятельно организовать свое свободное время и участвовать в разработке программ.

В последние годы за рубежом все большую популярность приобретают многоцелевые клубы. Например, в США почти каждый четвертый клуб является многоцелевым. Эти клубы предназначены для удовлетворения самого широкого спектра спортивно-оздоровительных интересов клиентов и предоставления услуг. Такие клубы имеют, как правило, различные сооружения: спортивные залы, тренажерные залы, залы для детей, плавательный бассейн, дорожки для бега и т.д.

Президент РФ Владимир Путин 12 декабря 2012 года поддержал идею создания Ассоциации студенческих спортивных клубов: «Считаю необходимым поддержать идею Ассоциации студенческих спортивных клубов. Эта ассоциация призвана не только содействовать развитию студенческого спорта, но и стать в известном смысле социальным лифтом для талантливой, целеустремленной и активной молодежи». Создание Ассоциации студенческих спортивных клубов это очень значимый этап в развитии физической культуры и спорта страны, который выводит Россию к пониманию необходимости создания в стане глобальных Ассоциаций спортивных клубов. Прежде всего, это касается массового спорта.

Спортивные клубы должны рассматриваться как один из самых эффективных направлений в развитии физической культуры и спорта, способствующие созданию патриотического, спортивного, сильного населения страны.

## **ОПЫТ И ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

Михайлюк Людмила Павловна,  
старший преподаватель,

Комсомольский-на-Амуре государственный технический университет  
г. Комсомольск-на-Амуре

*Аннотация.* Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме развития физической культуры среди студентов вузов и пути их решения. Статья включает в себя статистические данные и пояснения к ним.

*Ключевые слова:* физическое воспитание, студенты, двигательная активность, гипокинезия, здоровый образ жизни.

*Abstract.* Article contains theoretical and methodological materials on the development of physical culture among university students and their solutions. Article includes statistics and explanations.

*Index terms:* physical education, students, physical activity, hyperkinesias, healthy lifestyle.

Физическая культура как общественное явление занимало важное место в жизни человека на протяжении всей истории его существования.

Обучение двигательной активности необходимо в любой деятельности. В сфере физического воспитания изучение ее является ядром обучения, здесь двигательная активность выступает и как объект, и как средство, и как цель совершенствования.

Целью физического воспитания в вузах является содействие подготовке развитых, высококвалифицированных специалистов.

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 высших учебных заведений является физическая подготовка студентов.

Непосредственная ответственность за постановку и проведение учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию студентов в соответствии с учебным планом и государственной программы возложена на кафедру физического воспитания вуза.

Физическое воспитание направлено на формирование двигательных навыков и физических качеств студента, совокупность которых в решающей мере определяет его физическую работоспособность.

Хронический дефицит двигательной активности в режиме жизни современных студентов стал реальной угрозой их здоровью и нормальному физическому развитию.

У многих учащихся потребность в движении удовлетворяется не полностью. Проведенный опрос студентов в нашем вузе о том, чем они занимаются в свободное время, показал что: 72% студентов занимаются расширением своего кругозора, читают книги, посещают кино, дискотеки, смотрят телевизор, играют в компьютер и т.п.; 16% студентов подрабатывают; всего 9% учащихся ходят в спортивные секции и 3% затруднились ответить на поставленный перед ними вопрос.

Негативное влияние гипокинезии на организм учащихся очень велико. Недостаточная двигательная активность студентов приводит к ухудшению зрения, заметному снижению координации, внимания, точности и быстроты движений, реакции.

Семья и вуз – структуры, которые в основном определяют уровень здоровья студента. Система тесного сотрудничества с учащимися является острой необходимостью.

Организуя взаимодействие со студентами по вопросам их физического воспитания, мы используем следующие формы работы:

Анкетирование, опросники, тесты.

Этот метод позволяет получить информацию от учащихся по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в вузе, получить информацию о студенте, о его жизни в семье.

Собрания, конференции.

Это действенные формы работы со студентами, пропагандирующие лучший опыт физического воспитания.

Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Организуются с целью получения ответов на все интересующие студентов вопросы.

Наглядно-информационные формы.

Взаимодействия направлены на обогащение знаний учащихся.

1) Информационные стенды – информация о программах по физической культуре, перечень, рекомендуемой литературы, упражнения, которые можно делать в домашних условиях и др.;

2) Рекомендации, практические советы;

3) Фотосессии студентов, выполняющих различные физические упражнения.

Совместные физкультурные праздники и развлечения.

Спортивные мероприятия в вузе проводятся в течение года по разным видам спорта. Основная цель – помочь каждому студенту проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, показать свои лучшие качества.

Работа по физическому воспитанию студентов, сочетающая традиционные и нетрадиционные формы работы, рассчитана не на один год. Но уже сейчас видно, что отношение студентов к физической подготовленности изменилось.

Среди проведенных исследований в нашем университете мы сделали выводы, что всех студентов можно разделить на три категории: активные участники, наблюдатели и пассивные слушатели. Если число студентов рассматривать в процентном соотношении, то можно сделать вывод, что с периода 2010-2011 гг. на период 2011-2012гг. число активных участников увеличилось с 7% до 19%, число наблюдателей уменьшилось с 33% до 30% и число пассивных слушателей уменьшилось с 60% до 51%.

Исходя из данных, мы видим рост числа студентов, принимающих активное участие в работе по физической подготовке. Активных участников стало в два раза больше, по сравнению с предыдущим годом.

Мы не останавливаемся на достигнутом увеличении активных участников, ищем новые формы и методы совместной работы преподавателей и студентов. Наша главная задача - охватить нетрадиционными формами работы не менее 50 % студентов, шире привлекать учащихся к организации оздоровительной работы в вузе.

## **НОВОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ТЕКУЩЕМУ ТЫСЯЧЕЛЕТИЮ**

Когтев Рафаил Николаевич,  
кандидат технических наук, профессор,  
Санкт-Петербургский государственный университет  
Полякова Екатерина Рафаиловна,  
доцент,  
Санкт-Петербургский государственный университет  
г. Санкт - Петербург

*Аннотация.* Статья содержит теоретические исследования инновационной концепции физической культуры. Концепцией предлагаемой работы является системный подход. Современное представление о физической культуре излагается как **новое**, не только в содержательном, но и в терминологическом плане, отражая при