

Кузьмин В.П.

Сибирский государственный университет
науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева,
Лесосибирск, Россия
keffir43@yandex.ru

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В данной статье рассмотрены проблемы физического воспитания студентов и ключевые подходы к оценке физкультурно-оздоровительной деятельности студентов.

Ключевые слова: студенты, физическое воспитание, здоровый образ жизни.

Kuzmin V. P.

Siberian state university
science and technology named after academician M.F. Reshetnev,
Lesosibirsk, Russia

PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS

Abstract. The article discusses the problems of physical education of students and key approaches to the assessment of physical education and health activities of students.

Keywords: students, physical education, healthy lifestyle.

Физическая культура и спорт являются одним из наиболее важных факторов укрепления и сохранения здоровья. Цели и содержание, средства и формы, распространение и эффективность физической культуры и спорта следует рассматривать во взаимосвязи с внешней средой, бытом, питанием, возрастом и полом. Незначительные отклонения в состоянии здоровья подростков в период полового созревания и гормональной перестройки приводят к тому, что их организм не всегда адекватно реагирует на учебные нагрузки. Обучение в вузе еще более усугубляет эту тенденцию вследствие увеличения умственной нагрузки. Недостаточная двигательная активность приводит

к функциональным расстройствам, которые в дальнейшем могут перейти в хронические заболевания.

Актуальность данной статьи заключается в том, что в условиях современной России особое значение приобретают вопросы укрепления физического и духовного здоровья человека, формирования здорового образа жизни. Поэтому развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства. Кроме того, в настоящее время в нашей стране продолжают оставаться очень сложными социально-демографическая ситуация и состояние здоровья населения.

Решение задач физического воспитания – проблема многогранная и требует к себе комплексного подхода. Психолого-педагогические проблемы теории и методики физического воспитания студенческой молодежи имеют большое научное и практическое значение. Известно, что занятий в пределах учебной программы по физическому воспитанию недостаточно для решения задачи восстановления здоровья студентов. Только комплексное сочетание учебных и самостоятельных занятий физическими упражнениями может успешно формировать и совершенствовать навыки, необходимые в будущей профессиональной деятельности.

Научные исследования и обобщенный опыт свидетельствуют, что физическая нагрузка оказывает мощное противодействие многим функциональным нарушениям различных отдельных органов и систем органов. На сегодняшний день есть три ключевых подхода к оценке физкультурно-оздоровительной деятельности студентов, отражающие концепцию современного образования, – личностно ориентированный, качественный и физкультурно-оздоровительный. Первый подход признает оценку объективных возможностей организма каждого студента, обосновывая необходимость введения таких оценочных технологий и процедур, которые давали бы возможность получать высокие и достоверные результаты. Второй подход – тенденция становления уровня теоретических знаний по своевременной коррекции и самокоррекции средствами физической культуры. Третий подход – интенсификация студенческой ориентированности в процессе оценки возможностей организма – способствует нахождению новых путей, которые бы максимально учли индивидуальные особенности студентов, раскрывали их персональные достижения и недостатки.

Чтобы привлечь внимание к проблемам физического воспитания, в России, например, с 24 марта 2014 года утверждена полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны ГТО, которая регулируется «Положением о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе „Готов к труду и обороне“». Согласно ей, физическое воспитание в учебно-воспитательной сфере как составной части общей системы образования должно заложить основы обеспечения и развития физического и нравственного здоровья, формирования умственной и психологической подготовки к активной жизни и профессиональной деятельности, приоритета оздоровительной направленности, широкого использования разнообразных средств и форм физического совершенствования и непрерывности этого процесса. Указанные тенденции, в которых раскрываются проблемы теории и методики физического воспитания студенческой молодежи, модернизируются, дополняя друг друга, для достижения цели создания функционального физкультурно-оздоровительного воспитания, удовлетворяющего запросы современного общества.

Таким образом, можно сделать вывод, что при помощи применения комплексного подхода к решению задач физического воспитания можно разобраться с негативными социально-демографическими тенденциями, повысить уровень здоровья государства, снизить количество обострений хронических заболеваний и повысить качество обучения студентов, ведь с крепким здоровьем не страшны никакие физические и умственные нагрузки, что в следствии так же поднимет уровень успеваемости обучающихся в высших учебных заведениях.

Библиографический список

1. Васильков, В.Г. Физическое воспитание, как средство целостного развития личности студента вуза: Дис...канд. пед. наук. СПб. 2003. – 174 с.
2. Осипов, А.Ю. Формирование здоро-вьесберегающих компетенций будущих специалистов средствами физического воспитания / А.Ю. Осипов, Л.А. Гольм, С.А. Михайлова // Вестник Череповецкого государственного университе-та. 2012. №2 (39). Т.2. – С.178 –182.
3. Осипов, А.Ю. Физиче-ское воспитание студенческой молодежи в современных условиях / А.Ю. Осипов, В.М. Гуралев, Е.И. Кокова, В.И.

Пазенко // Вест-ник Череповецкого государственного университета. 2013. No1 (46). Т.2. – С.100 –103.

4. Югова, Е.А. Анализ структуры и содержания здоровьесберегающей компетентности студентов педагогического вуза / Е.А. Югова // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. 2011. No3 (17). Т.1. – С.213 –217.

УДК 796.06

Ларищева Е.В.

Уральский федеральный университет
имени первого Президента России Б.Н. Ельцина,
Екатеринбург, Россия

КАК НАЙТИ ИДЕАЛЬНУЮ СИСТЕМУ РЕЙТИНГА В СПОРТЕ?

Аннотация. В современном мире все большее число видов спорта переходит на различные системы рейтинга. В России таких видов спорта уже 35 из 56, которые присутствуют на Олимпиаде. Основное затруднение в создании системы рейтинга – достоверность полученных результатов, их соответствие реальному соотношению сил.

Ключевые слова: спорт, рейтинг, оценка, успешность, соревнование

Larischeva E.V.

Ural federal university
named after the first President of Russia B. N. Yeltsin,
Ekaterinburg, Russia
larishcheva@mail.ru

HOW TO FIND THE PERFECT RATING SYSTEM IN SPORTS?

Abstract. In modern sports, an increasing number of sports are switching to different rating systems. In Russia, such sports are already 35 out of 56 that are present at the Olympics. The main difficulty in creating a rating system is the reliability of the results obtained, their compliance with the real balance of power.

Keywords: sport, rating, rating, success, competition