

МАССОВАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ОПТИМИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ

Л. Н. Рябова

В условиях высшего учебного заведения массовая физическая культура призвана занимать важное место, являясь методом приобщения студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников к активной двигательной деятельности с целью сохранения и укрепления здоровья, повышения уровня физической подготовленности, воспитания активной жизненной позиции, гражданственности, патриотизма и повышения физкультурной грамотности с помощью соответственным образом подготовленных мероприятий.

Между тем существующее положение массовой физической культуры в вузе можно назвать критическим, т.к. массовость участия в физкультурно-спортивной деятельности достигается как правило за счёт студентов в процессе физического воспитания на основе государственного стандарта. Вместе с тем, физическое воспитание профессорско-преподавательского состава, т.е. людей среднего и старшего возраста находится только под их личным контролем и на самостоятельных началах.

Безусловно, массовая физическая культура не исключает участия преподавателей и сотрудников в этом процессе, но и не чего специального, отвечающего их потребностям и интересам не предлагает.

Канули в лету времена лозунгов, призывов и социалистических соревнований. Переустройство российского общества привело к возникновению множества проблем в сфере образования и в физическом образовании в частности. Можно отметить, что физическая культура и спорт как инструмент воспитания таковы, каково общество, в котором они функционируют, и какие цели оно ставит перед профессорско-преподавательским составом.

Причина плохого развития физической культуры среди преподавателей является:

1. Негативные изменения в постановке функционально-оздоровительной нормативной работы в трудовом коллективе.
2. Многократное повышение стоимости физкультурных и оздоровительных услуг.
3. Недостаточное материально-техническое развитие спортивных сооружений.
4. Недостаточная пропаганда спортивного стиля жизни в университете, в средствах массовой информации.

5. Отсутствие у преподавателей устойчивой мотивации и материальной заинтересованности у специалистов физической культуры и спорта.

Исследуя проблему неблагоприятного развития массовой физической культуры и спорта среди преподавателей и сотрудников в вузе нами выявлены противоречия между:

1. Целями физического воспитания и практикой организации массовых оздоровительных физкультурных и спортивных мероприятий во вне рабочее время и выходные дни для профессорско-преподавательского состава.
2. Наличием имеющейся материально-технической базы, квалифицированных специалистов и отсутствием интереса преподавателей вуза к физкультурно-спортивной деятельности.
3. Высокой умственной работоспособностью, творческим долголетием преподавателей и их низкой двигательной активностью.
4. Позицией администрации университета которая только декларирует заботу о здоровье преподавателей
5. Отсутствие системы смотря – конкурса на лучшую постановку массовой физкультурной работы на факультетах и коэффициентом участия в них профессорско-педагогического состава вуза.
6. Необходимостью материального стимулирования здорового образа жизни преподавателя и отсутствием критериев его оценки.
7. Необходимостью укрепления здоровья, устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды и низкой стрессоустойчивостью, подверженностью организма инфекционным заболеваниям профессорско-преподавательского состава.

Для решения этих противоречий нужно не только развить прежние, но и внедрить новые формы и методы физического воспитания, чтобы поднять на должный уровень физкультурно-спортивную активность каждого педагога и массовость занятий физической культурой как показатель общества в целом.

Чтобы повысить экономический эффект от преподавательской деятельности, т.е. взять от преподавателя много больше нужного и дать ему несколько больше, предоставить возможность снять утомление, повысить работоспособность, укрепить здоровье, сплотить трудовой коллектив и дав почувствовать, что о нём кто-то думает.

Задача состоит в том, что бы создать благоприятную атмосферу для физической деятельности преподавателей и сотрудников. Необходимо ввести в практику тщательный контроль состояния здоровья преподавателей в вузе – «Паспорт здоровья» и ввести моральное и материальное стимулирование за счёт средств об экономии снижения уровня заболеваемости.

Следует внедрить практику «спартакиады здоровья» среди профессорско-преподавательского состава вузов города, тогда и вуз позволит поддерживать массовую физическую культуру и спорт. и разрешить выявленные противоречия

Для этого необходимы совместные усилия и общая заинтересованность управления по развитию физической культуры, спорта и туризма, администрации вуза, профсоюзной организации кафедры физического воспитания, что бы поднять статус физической культуры как рода занятий.

НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОК

А.В. Савельева

На современном этапе, несмотря на значительное количество исследований и методических разработок, проблема дефицита двигательной активности учащейся молодежи остается по-прежнему актуальной и вызывает большой интерес как отечественных, так и зарубежных специалистов в сфере физического воспитания. Недостаток объема движений, по мнению ряда авторов, вызывает в организме человека ряд негативных изменений, которые снижают его работоспособность и приводят к развитию заболеваний (Булич Э.Г., 1986; Амосов Н.М., Бендет, 1989 и др.).

Учебно-трудовая деятельность студентов характеризуется постепенным повышением объема научной информации и повышением интеллектуальных нагрузок, что делает данную социальную группу наиболее подверженной отрицательным последствиям гипокинезии (Иванов Г.Д., 1993).

Сочетание интенсивного умственного труда с малоподвижным образом жизни является одной из причин роста заболеваемости среди студенток (Менхин Ю.В., 2002; Амосов Н.М., 1987 и др.). Это вызывает необходимость изыскания новых организационных форм физической культуры в реабилитации студенток с ослабленным здоровьем.

Изучая потребностно-мотивационные ориентации студенток, ученые принимают во внимание большое количество мотивов, среди которых ведущее место, почти во всех исследованиях, занимают – улучшение телосложения и повышение уровня здоровья (70-80% опрошиваемых). Студентки 1-2 курсов на первое место по значимости мотивов - улучшение телосложения, когда на наиболее старших курсах – здоровье, так как рост заболеваемости имеет возрастную прогрессию от курса к курсу (Бородахин В.А., 1977 и др.).