

2. Волков А.В. Проблемы физического воспитания студенческой молодежи // Проблемы современной науки и образования. – 2016. – № 13 (55).

3. Конева Е.В., Почечура Н.Н. Теоретико-методологическое обоснование проблемы формирования физической культуры личности учащихся школ // Вестник Калининградского государственного университета. Серия: Социально-педагогические проблемы образования. 2004. № 2. С. 39-44.

4. Бильданова В.Р., Бисерова Г.К., Шагивалеева Г.Р. Психология стресса и методы его профилактики: учебно-методическое пособие // Елабуга: Издательство ЕИ КФУ – Елабуга. – 2015. – С. 21-26.

5. Ильинич В.И. Физическая культура студента. М., 2000. 197 с.

Черепков К.С., Миронова С.П.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Инновационные технологии в физической культуре и спорте

Физическая культура и спорт – неотъемлемая часть нашей жизни. Физическая культура представлена в высших учебных заведениях как обязательная учебная дисциплина, на которую выделяется 408 аудиторных (обязательных) часов.

Однако, у некоторых студентов проявляется негативное отношение к занятиям физической культурой, нежелание посещать занятия и частые прогулы. К сожалению, у студентов часто отсутствует осознание связи физической культуры с общечеловеческой культурой и поэтому часть студенческой молодежи воспринимает физическую культуру не всегда положительно. Хотя для будущих профессионалов регулярные занятия физической культурой и поддержание здоровья крайне необходимы.

У студентов нет полного понимания того, что труд в наше время требует значительного напряжения, как интеллектуальных способностей так и психических и физических сил. Так, любая профессия устанавливает собственную степень развития психофизических качеств, собственный

перечень теоретических и практических профессиональных умений, и навыков [1].

В результате проведенного опроса студентов (45 человек) высших учебных заведений г. Екатеринбурга (Российский государственный профессионально-педагогический университет и Уральский федеральный университет) об отношении к занятиям физической культурой были получены следующие результаты.

На вопрос «Как Вы относитесь к занятиям физической культурой в университете?» больше всего студентов выбрали вариант «Нейтрально» (32,5 %). Вариант «Негативно» выбрали 25 % опрошенных; 22,5 % не посещают занятия по причине освобождения по состоянию здоровья и лишь 20 % выбрали вариант «Положительно».

В настоящее время современные инновационные технологии могут изменить такое отношение к физкультуре, так как даже не связанные со спортом бренды выпускают технологии, способствующие популяризации физической культуры и спорта [4].

Один из таких примеров является Apple, который ещё в самом своем начале выпускал плееры для занятий спортом iPod, отличающийся компактностью и легким доступом к музыкальному сопровождению при выполнении упражнений.

В настоящее время так же популярны смарт часы, которые созданы в первую очередь для эффективного занятия физической культурой, у той же фирмы разработаны спортивные часы Apple Watch [2], преимуществами которых являются следующий функционал:

- отслеживание параметров тренировок;
- мониторинг частоты сердцебиения;
- отображение ЭКГ;
- контроль маршрута движения и пройденного расстояния по спутникам GPS;
- режим обнаружения падения;

- функция подачи сигнала SOS.

То есть функционал, который не только помогает спортсменам контролировать и улучшать свои показатели в спорте, но также побуждают обычных пользователей уделять больше времени своему физическому состоянию, каждый раз напоминая, о том, что человек либо долго сидит на месте, или же слишком мало передвигается в течении всего дня.

Кроме того существует множество интересных инновационных решений, способствующих порождению своих спортивных движений. Так, например, было с интересным устройством Flyboard [5] – представляющим собой полёты на специальной доске, приводимой в движение за счёт реактивной силы потока воды, нагнетаемого подключённым к флайборду гидроциклом, или за счет воздушно-реактивных двигателей, работающих на керосине и прикреплённых к флайборду.

Создают технологии, позволяющие заниматься спортом там, где это не всегда возможно, так фирма «Найк» подошла к этому вопросу с интересной стороны.

Социальная инициатива #MiPista [3], представленная недавно компанией NIKE, направлена на то, чтобы обеспечить местами для игры в футбол даже те районы, где нет собственного стадиона. Конечно, упомянутый производитель одежды не начал строить стационарные спортивные площадки. Фирма подошла к этому вопросу с фантазией, она решила превращать в таковые любые свободные пространства на улицах городов – парковки супермаркетов, пешеходные улицы и площади, дворы и т.п., транспортируя площадки с помощью микроавтобуса в различные уголки испанской столицы.

Технологии в наше время постоянно развиваются, существует огромное множество электронных устройств, как способствующих физической культуре, так и дополняющих её новыми направлениями. Но самое главное, что все эти технологии прививают молодежи интерес к физическому воспитанию, способствуют повышению его эффективности и побуждают заниматься физической культурой и спортом в свободное время.

Список литературы

1. Зароднюк Г.В. Формирование потребности к занятиям физическими упражнениями как основа здорового образа жизни // Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2012. – Т. 7. – № 1. – С. 221-222.
2. Watch–Apple (RU) [Электронный ресурс] – Режим доступа <https://www.apple.com/ru/watch/>.
3. Лазерная футбольная площадка от NIKE [Электронный ресурс] – Режим доступа <https://novate.ru/blogs/260613/23323/>.
4. Новые технологии в спорте: образование, инновации, примеры [Электронный ресурс] – Режим доступа <https://viafuture.ru/katalog-idej/novye-tehnologii-v-sporte>.
5. Флайборд – Википедия [Электронный ресурс] – Режим доступа <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%BB%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B4>.

Черкасова Е.А., Ханевская Г.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Мечта студентов: наш университет при создании всех условий

«Здоровые студенты – здоровая нация» – именно к такому выводу приходят современные медицинские работники, ученые и политики. В 21 веке особенно важно поддерживать здоровье молодежи при плохой экологии, постоянном стрессе и хронической усталости из-за обилия информации. Главная цель данной статьи – выяснить, какие способы можно применить для решения этой проблемы. Для начала необходимо узнать, какие компоненты входят в понятие «здоровье». Здоровье - это состояние полного физического, психического, духовного и социального благополучия. Существуют некоторые виды здоровья[2].

1. Соматическое – состояние систем органов и самих органов на данный момент.