

3. Гостев Р. Г. Основные направления развития физической культуры и спорта в вузах России в начале XXI века // Физическая культура молодежи в XXI веке: Материалы I науч. -практ. конф. вузов ЦЧР России. Воронеж, 2001. – С. 127–134.

4. Лубышева Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения его обществом и личностью //Теория и практика физической культуры, 1997. – № 6. – С. 10–15.

5. <http://www.afkonline.ru/index.html>

**Граница В.Г., Андреев Т.А.**

Волгоградский государственный социально-педагогический университет,  
г. Волгоград

### **Отношение студентов к физической культуре и здоровому образу жизни**

Формирование здорового образа жизни молодежи является важной частью государственной политики, так как здоровая молодежь, здоровая нация – это залог успеха и дальнейшего процветания страны [2].

К сожалению, современную молодежь с трудом можно назвать здоровой, а, между прочим, только в здоровом теле – здоровый дух. По информации Роспотребнадзора [1], в возрасте 15-19 лет курят 40% юношей и 7% девушек, при этом в день они выкуривают в среднем 12 и 7 сигарет в день соответственно. Если представить эти данные в абсолютных числах, то окажется, что в России курят более 3 миллионов подростков: 2,5 миллиона юношей и 0,5 миллиона девушек. Алкоголизм – еще одна беда российских подростков, также нередко встречается наркомания.

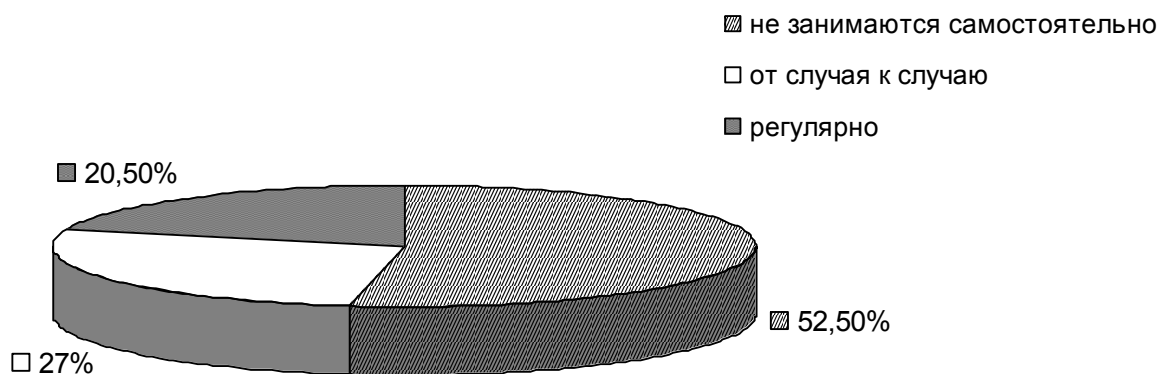
Образ жизни является одним из ведущих факторов, определяющих риск здоровья, следовательно, воспитательный процесс должен быть построен таким образом, чтобы обеспечить решение этой основной задачи. Ведущая роль отводится в этом плане предмету «Физическая культура», которая является важнейшей составляющей образовательного процесса в высших учебных заведениях. Физическая культура способствует формированию у студентов бережного и осознанного отношения к своему здоровью, воспитывает потребность в здоровом образе жизни, удовлетворяет потребность в

двигательной активности (которая является естественной потребностью гармоничного развития человеческого организма, сохранения и укрепления здоровья во всех периодах жизнедеятельности).

**Целью нашего исследования** является выявления отношения студентов ФГБОУ ВПО «ВГСПУ» к физической культуре и здоровому образу жизни.

Для реализации поставленной цели нами был проведен анкетный опрос студентов первого, второго и третьего курсов Волгоградской государственного социально-педагогического университета. В анкетировании приняли участие 37 студентов первого и второго курса факультета «Математики, информатики и физики», 16 студентов первого курса «Естественно-географического факультета», 20 студентов первого и второго курса факультета «Социальной и коррекционной педагогики», 20 студентов третьего курса факультета «Психологии и социальной работы». Всего было опрошено 93 респондента.

**Результаты исследования.** Особый интерес вызывают ответы на вопрос «Сколько часов в неделю вы занимаетесь физической культурой самостоятельно (не считая академических часов)?» (рис. 1).



**Рис. 1. Сколько часов в неделю вы занимаетесь физической культурой самостоятельно (не считая академических часов)?**

Как видно из рисунка большинство опрошиваемых респондентов (52,5%) ответили, что не занимаются самостоятельно; 27% – от случая к случаю (1-2 раза в неделю) и 20,5% – регулярно (3-4 раза). При этом основными видами занятий являются аэробика, танцы, занятия в тренажерном зале, когда не требуется никаких медицинских документов о состоянии здоровья.

В тоже время считают достаточным свой двигательный режим – 50% студентов, недостаточным – 34,5%, затруднились ответить – 15,5%.

На первом месте в здоровом образе жизни физическое воспитание и спорт считают – 17,5% опрошиваемых. Второе место – 20% опрошиваемых. Третье – 30% опрошиваемых. Четвертое – 25%. И на последнее место физическое воспитание отнесли 7,5%.

При условии необязательности посещения академических занятий только 35% респондентов всё равно посещали бы по возможности все занятия, 45% – изредка, когда появляется желание позаниматься, а 20% респондентов вообще не посещали бы их.

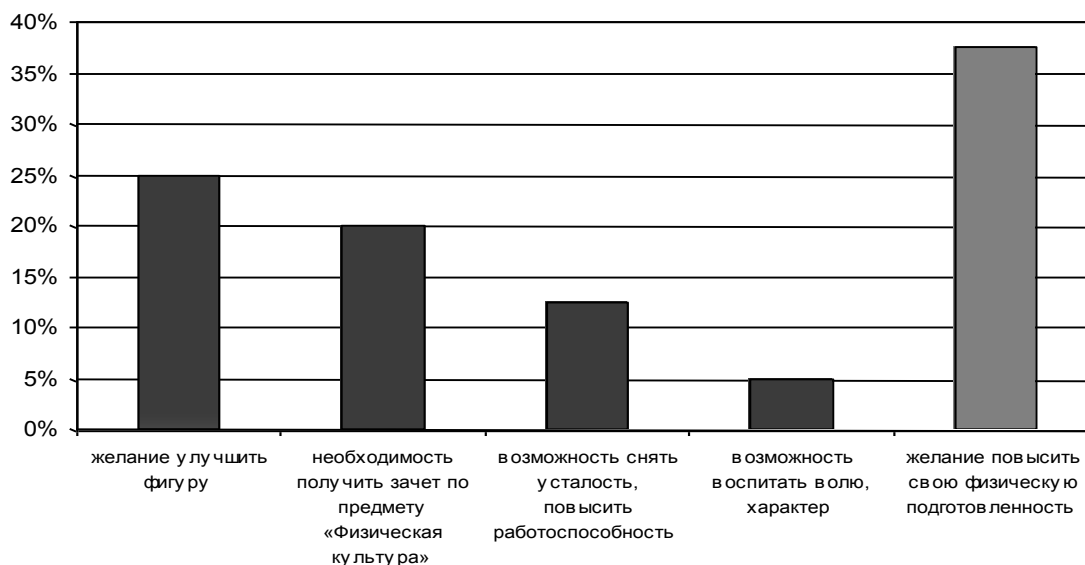
Отвечая на вопрос «О вредных привычках» – 17,5% опрошиваемых имеют какие-либо вредные привычки – 40% не имеют вредных привычек – 42,5% ответили: «можно считать, что нет».

90% из имеющих вредные привычки хотят избавиться от них, но не знают, как это сделать, 10% ответили, что это им не мешает.

Свою личную гигиену студенты оценили следующим образом: 60% поставили 5 баллов, 35% – 4 балла, 5% – 3 и 2 балла.

Ведущими мотивами занятий физической культурой, выявленными в процессе анкетирования студентов, выступают (рис.2):

- 1) желание улучшить фигуру (25%),
- 2) необходимость получить зачет по предмету «Физическая культура» (20%),
- 3) возможность снять усталость, повысить работоспособность (12,5 %),
- 4) возможность воспитать волю, характер (5%),
- 5) желание повысить свою физическую подготовленность (37,5%).



**Рис. 2. Ведущие мотивы занятий физической культурой**

Отвечая на вопрос «Чем определяются ваши интересы при занятиях физической культурой?», 47,5% респондентов отметили доброжелательную атмосферу, 35% – направленность содержания учебного процесса, 17,5% – состояние материально-спортивной базы.

На вопрос «Какие неприятные ощущения отмечаете у себя при занятиях физической культурой?» 67,5% респондентов ответили, что не испытывают никаких неприятных ощущений; 28% отметили быструю утомляемость и головную боль; испытывают состояние раздражительности – 4,5% респондентов.

На вопрос считают нужным увеличить количество часов занятий по физической культуре – 35% опрошенных не нужным, 27,5% ответили, что им все равно и 37,5% считают 2 раза в неделю занятий достаточным.

Из всего вышеизложенного можно сделать следующие **выводы**:

1. Содержание учебного процесса по физической культуре должно быть направлено на формирование у студентов комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков, на развитие физических и профессионально значимых качеств.

2. У студентов наблюдается недостаточный уровень сформированности потребности в занятиях физической культурой, что не соответствует требованиям, которые предъявляют общество и государство.

### *Список литературы*

1. Будыкина Ксения Воспитание молодежи - залог процветания страны [Электронный ресурс]. – <http://nasledie.ru/?q=content/vospitanie-molodezhi-zalog-prosvetaniya-strany>.

2. 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.

**Данилина А.И., Миронова С.П.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург

### **Информационное PR-сопровождение всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в высших учебных заведениях**

Средства массовой информации (далее – СМИ) играют важную роль в формировании общественного мнения. Многолетняя практика показала, что привлечение СМИ к решению вопросов пропаганды здорового образа жизни позволяет добиться наибольшего эффекта в целях освещения социальных, экономических, политических и юридических вопросов сопровождению общественно значимых событий. Поскольку Public relations представляет собой специфический сектор деловой активности, направленный на создание благоприятной и доброжелательной социальной среды [2, с.14].

В марте 2014 года Президент Российской Федерации подписал указ «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (далее – всероссийский комплекс), в котором провозглашается поэтапное возрождение в России комплекса ГТО – одной из основ физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни в советские годы [3]. Данный государственный проект полностью соответствует общему вектору развития страны.

Проблемным моментом выступает ознакомление с идеологическим содержанием и нормативами данного комплекса, представляющего собой