

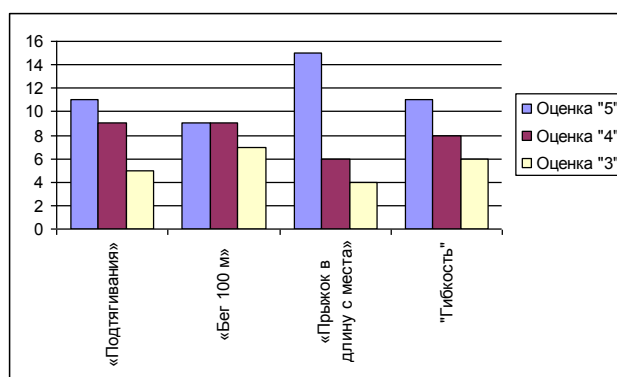


Рисунок 1. Анализ контрольных нормативов студентов УрГУПС.

В заключении хочется отметить, что общая физическая подготовка обеспечивает всестороннее развитие баскетболиста и создает предпосылки для наиболее эффективного проявления специальных физических качеств в баскетболе. Она должна иметь специфическую направленность, а именно: укреплять органы и системы организма спортсмена применительно к требованиям баскетбола, способствовать переносу тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на основные действия.

Библиографический список

1. Журнал «iScience»
2. Кондрашин В. П., Корягин В. М. Тренировка баскетболистов высоких разрядов. Киев, 1978.
3. <http://sportkompas.ru/stati/v-chem-polza-basketbola/>

Андреева Е.П., Потапова Н. В.
Уральский Государственный Университет Путей Сообщения,
Екатеринбург, Россия

УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ - ВУЗ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ

Аннотация: В каждом высшем образовательном учреждении в рамках воспитательной работы ведется деятельность по сохранению и укреплению здоровья учащихся. В данной статье мы познакомимся с многообразной физкультурно-спортивной жизнью студентов УрГУПС.

Ключевые слова: студенты, спорт, активный отдых, спортивно-массовые мероприятия.

Здоровый стиль жизни – это определение, суммирующее все возможные пункты стиля жизни, благоприятствующие крепкому здоровью человеческого организма.

Как написано в уставе Всемирной организации здравоохранения: «Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов». Однако это определение не может быть использовано для оценки здоровья на популяционном и индивидуальном уровне. По мнению ВОЗ, в медико-санитарной статистике под здоровьем на индивидуальном уровне понимается отсутствие выявленных расстройств и заболеваний, а на популяционном процессе снижения уровня смертности, заболеваемости и инвалидности. [1]

Уральский государственный университет путей сообщения – это учреждение здорового образа жизни, которое старается привлечь максимальное внимание обучающихся к физической культуре. В нашем университете уделяют большое внима-

ние созданию благоприятных условий для занятий спортом. Одним из важнейших направлений является организация спортивно-массовой работы. Перед коллективом кафедры физического воспитания стоит задача привлечения студентов к занятиям физической культурой и спортом, организации и совершенствования спортивных мероприятий.

В настоящее время в группах спортивного совершенствования университета студенты занимаются по 20 видам спорта: армспорт, спортивная аэробика, бадминтон, баскетбол, бокс, борьба дзюдо, борьба самбо, волейбол, гребля на байдарках и каноэ, гребля на лодках класса «Дракон», каратэ, легкая атлетика, лыжные гонки, мини-футбол, настольный теннис, пауэрлифтинг, плавание, футбол, хоккей, шахматы. УрГУПС – это возможность заниматься разными видами спорта на профессиональном уровне, в спортзалах и на современных спортивных площадках; это возможность получить развитие в спортивной дисциплине или же повысить свои достижения. В группы входят спортсмены высокой квалификации, а также студенты, проявившие свои способности в определенном виде спорта в процессе обучения. Выше перечисленное – является конкурентным преимуществом вуза при наборе студентов. [2]

Преподаватели физической культуры – одна из золотых жил университета, ведь именно на их плечах лежит ответственность за здоровье и полноценность студентов, за привитие им любви к спортивной жизни, дисциплине и развитие внутреннего стержня. Безусловно, у каждого тренера имеется своя технология формирования физического воспитания студентов, но они все служат одним целям: развить физический потенциал, мотивационную потребность, физическую активность, когнитивный компонент.

Каждый учебный год наш университет принимает участие во Всероссийских массовых соревнованиях, таких как: «Кросс нации», «Лыжня России», «Лед надежды нашей»; комбинированные эстафеты «Вечерний Екатеринбург», «Юность», «Весна победы». Но на этом спортивная жизнь не заканчивается, кафедра «Физическое воспитание и спорт» проводят посезонно немалое количество внутриуниверситетских соревнований, тем самым привлекая всех студентов принимать участие.

В своем университете мы провели масштабный опрос на тему: «Что значит здоровый стиль жизни?». Участие приняли все факультеты УрГУПС- с 1 по 3 курс, общее количество отвечавших составило 254 студента.

Результаты опроса показали, что 95% опрошенных знают о понятии здоровый образ жизни. Таким образом, в настоящее время для многих студентов правильное питание и отказ от вредных привычек остаются приоритетными факторами. Большинство опрошенных в ходе анкетирования отвечали, что ведут здоровый образ жизни, но при этом 50 процентов из них употребляют алкоголь и табачные изделия, что говорит, к сожалению, что для них здоровый образ жизни является лишь модным лозунгом.

Но все-таки, постоянная работа кафедры физвоспитания в области здоровьесбережения, стимулирует развитие личности обучающихся. Организация спортивных мероприятий, свои методики обучения, проведения занятий в разных залах для ознакомления с огромным количеством снарядов и многое другое открывает для студента другой мир, который он прежде не видел или не пробовал. Из года в год преподаватели стали замечать, что студенты на первом году обучения стараются записаться в отделение общей физической подготовки (ОФП), где имеется возможность реализовать себя в различных индивидуальных видах, таких как легкая атлетика, лыжные гонки, гребля, борьба, бокс, армспорт и т.д. Именно из отделения ОФП большинство студентов отбираются для участия в соревнованиях и фестивалях ВФСК ГТО.

Спустя семестр/год обучения, начинают раскрываться спортивные таланты, которые преподавателю необходимо направить в нужное русло, дабы помочь в развитии и не дать пропасть начинающему спортсмену, некоторые проходят в сборные команды университета по другим видам спорта.

Благодаря внимательности преподавателей, ребята выступают на соревнованиях за свой университет и привозят призовые места. Также в УрГУПС проведен 1 этап приема норм ВФСК ГТО среди студентов 3 курса. По итогам которого 300 студентов получили один из знаков отличия.

Территория университета имеет большую парковую зону, где студенты самостоятельно занимаются физической культурой на свежем воздухе (пробежки, разминки). Имеется в открытом доступе стадион, снабженный тренажерами, беговой дорожкой и полем для футбола, так же есть зоны для волейбола и баскетбола. В УрГУПС созданы все условия, обеспечивающие возможность студентам, преподавателям и сотрудникам вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, получать доступ к развитой спортивной инфраструктуре.

Библиографический список

1. Википедия – свободная энциклопедия. URL:<https://ru.wikipedia.org/wiki> (дата обращения: 20.11.2017).
2. УрГУПС, общая информация. <http://www.usurt.ru> (дата обращения: 18.11.2017).

Антипов В. , Кетриш Е.В.
Российский государственный
профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Россия

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ С ДЕТЬМИ, ОКАЗАВШИМИСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Аннотация. В статье рассмотрены проблемы, с которыми сталкиваются дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, обозначена важность работы тренера-преподавателя с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации, рассмотрены ее особенности. В конце сделан вывод о большом значении в образовательной и воспитательной деятельности работы с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации: склонными к совершению правонарушений и преступлений, опекаемыми детьми, детьми из многодетных и малообеспеченных семей.

Ключевые слова: дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, тренер-преподаватель, этапы работы с детьми.

В настоящее время появилось немало детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. К этой категории относятся дети из семей, бюджет которых не позволяет организовать полноценный отдых, в результате чего они, как правило, предоставлены сами себе. Все это ведет к росту правонарушений среди детей и подростков.

Дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, это:

- дети, оставшиеся без попечения родителей;
- дети, состоящие на учете в подразделении по делам несовершеннолетних;
- дети из неблагополучных и малоимущих семей;
- дети из семей беженцев и вынужденных переселенцев [1].