стей, ориентацию на групповые и индивидуальные действия, развивает стереотипы поведения в человеческих общностях. В разделе программы «Легкая атлетика» используются подвижные игры, направленные на закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков и метаний, на развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, способностей ориентирования в пространстве и т.п. В разделе программы «Спортивные игры» - игры и эстафеты на овладение тактико-техническими навыками изучаемых спортивных игр. В разделе «Гимнастика» - подвижные игры с элементами единоборств [2].

Структура программы включает базовую и вариативную составляющие, позволяющие сделать образовательный процесс гибким, максимально приближенным к запросам социальных заказчиков: родителей, школы, учреждения дополнительного образования: в отдельном проведении занятий для девочек и мальчиков с вариативной частью для мальчиков - футбол, перекладина, для девочек - волейбол, баскетбол, акробатика.

Базовая часть программы способствует освоению основных разделов учебной программы, вариативная - поиску учащимися себя в двигательной активности [2].

Библиографический список

1. Астафьева, Н. Г. Оценка качества жизни лиц с физическими недостатками, занимающихся адаптивным спортом / Н. Г. Астафьева, Ю. А. Кобзев, В. В. Храмов. – Социология медицины. – 2003. – № 1. – С. 41-44.
2. Евсеев, С. П. ред. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 томах. Том 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов. Серия: Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья / С. П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.

Прокаева К.А., Симонова И.М.
Уральский государственный Университет Путей Сообщения,
г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия

СТУДЕНЧЕСКИЕ СПАРТАКИАДЫ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Аннотация. Здоровье студенческой молодежи - это одна из важнейших социальных задач современного общества. Спартакиады различного уровня проводятся с целью пропаганды здорового образа жизни, для физического и духовного развития студентов и мотивации их к занятиям физической культурой и спортом.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, студенты, спартакиада, здоровье.

В современном государстве перед органами здравоохранения и просвещения стоит главная задача – поддержание и укрепление здоровья подрастающей молодежи. Физическая культура является одним из основных предметов в дошкольных, школьных и высших учебных заведениях. Каждому человеку, независимо от возраста, необходима физическая нагрузка ежедневно. Существуют различные возрастные этапы жизни человека. Это юность, подростковый возраст, зрелый возраст, пожилой возраст, старость, долгожители. Особой возрастной группой являются студенты высших учебных заведений. Забота о здоровье студентов считается одной из важнейших социальных задач современного общества. Необходимо не только готовить высококвалифицированные кадры, но и заботиться об укреплении здоровья будущих работников[1]. В студенческом возрасте происходит половое и физическое

становление. Это период адаптации к новым, изменившимся для них условиям жизни, обучение, высокие умственные нагрузки. От здоровья этой возрастной категории населения зависит здоровье всей нации [2,стр.48]. Студенты – слой населения, который можно отнести к группе повышенного риска. Весь период обучения, в особенности первые два года, связан с непростыми проблемами студентов – это высокое психоэмоциональное и умственное напряжение, приспособленность к новым условиям проживания и обучения, формирование нового круга общения. Все эти факторы, как правило, ведут к усилению ухудшения адаптации студентов к новой для них жизни. Возникают серьезные проблемы со здоровьем. Учебная программа по физической культуре предусматривает свободу выбора видов спорта для студентов основного и спортивного отделений. Студенты обязаны посещать обязательные учебные занятия по дисциплине «Физическая культура» (элективный курс в основном учебном отделении, учебно-тренировочные занятия в спортивном учебном отделении). В большинстве высших учебных заведений Екатеринбурга существует доступность и возможность заниматься спортом. [3, стр.64]. Студенты могут принимать участие в студенческих спортивных соревнованиях доступного уровня в своих учебных заведениях. Наиболее сильнейшие из них и достигшие лучших результатов, принимают участие в соревнованиях между вузами по избранным видам спорта. Вся эта система дает возможность каждому практически здоровому студенту сначала познакомиться, а затем выбрать вид спорта для регулярных занятий. Большое количество студентов считают, что посещать тренировки нужно регулярно. Как показал опрос, студенты УрГУПС посещают тренировки по различным видам спорта минимум 3-4 раза в неделю. Спортивные соревнования – одна из наиболее эффективных форм организации массовой оздоровительной и спортивной работы. Соревнования выступают не только как форма, но и как средство активизации общефизической, спортивно-прикладной и спортивной подготовки студентов. Спортивные результаты - это интегративный показатель качества и эффективности психофизической подготовки молодежи. Регулярные занятия спортом в студенческие годы имеют тренирующее воздействие на организм (повышается умственная и физическая работоспособность), повышается уровень физических качеств, формируются и совершенствуются жизненно важные двигательные умения и навыки [1, стр. 96]. Участие в соревнованиях различного уровня повышает общий эмоциональный тонус, создавая устойчивое бодрое настроение, которое служит наиболее благоприятным фоном для умственной деятельности и важным профилактическим средством против переутомления.

В Екатеринбурге каждый год проходят многочисленные спортивные и спортивно-массовые мероприятия. В этих соревнованиях принимает участие огромное количество студенческой молодежи. [4]

В данной статье нами были рассмотрены такие соревнования, как Универсиада Свердловской области и Общероссийская Спартакиада студентов транспортных вузов, приведены результаты сборных команд УрГУПС по различным видам спорта. Студенты университета имеют возможность тренироваться по 15 видам спорта в сборных командах. С 2011-12 гг. УрГУПС занимает призовые места в общем зачете Универсиады Свердловской области среди 18 вузов Екатеринбурга. Студенты стремятся попасть сначала в сборную своего факультета, а затем и в сборную университета. Универсиада Свердловской области проводится с целью популяризации в молодежной среде здорового образа жизни, привлечения студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом, патриотического воспитания, выявления сильнейших спортсменов для участия во всероссийских и международных студенческих соревнованиях и чемпионатах. Универсиада Свердловской области проводится по положению, разработанного на основании Федерального закона от 04.12.2007г.

№329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и определяет цели и задачи данного соревнования. Организационные основы его проведения согласованы с управлением по развитию физической культуры, спорта и туризма г.Екатеринбурга. [4]

По положению Универсиады Свердловской области соревнования проходят по многим видам спорта. Универсиада проводится по таким видам спорта как армрестлинг, бадминтон, баскетбол, бокс, борьба вольная, борьба греко – римская, волейбол, дзюдо, коньки, легкая атлетика, лыжные гонки, мини – футбол, настольный теннис, пауэрлифтинг, плавание, самбо, скалолазание, футбол, хоккей, шашки, шахматы.

С 2009 года в Москве проводится Общероссийская Спартакиада студентов транспортных вузов. В данных соревнованиях принимают участие студенты из Москвы, Санкт – Петербурга, Ростова, Самары, Омска, Хабаровска, Иркутска, Ульяновска и других вузов России. Соревнования проводятся согласно положению о проведении Общероссийской спартакиады студентов транспортных вузов. Положение утверждается распоряжением Министерства транспорта РФ N MC-59-р и лично министром транспорта М.Ю.Соколовым. Общероссийская спартакиада студентов транспортных вузов проводится ежегодно по инициативе и при поддержке Минтранса России в рамках мероприятия «Транспортная неделя». Спартакиада проводится среди образовательных организаций высшего образования и их филиалов, подведомственных федеральным агентствам Минтранса России, а также с участием образовательных организаций высшего образования, осуществляющих подготовку кадров для транспортного комплекса, подведомственных Минобрнауки России. Одной из важнейших задач этих соревнований является сохранение и приумножение спортивных традиций транспортной отрасли [5]. Хотелось бы отметить, что студенты УрГУПС являются восьмикратными чемпионами этой спартакиады.

В таблице 1 представлены результаты VIII Общероссийской Спартакиады студентов транспортных вузов 2016г.

Таблица 1

	Наименование ВУЗа	Виды спорта						место
		Плавание	Настольный теннис	Баскетбол	Волейбол	мини-футбол	шахматы	
	МИИТ/МГУПС	4	1	3	6, 5	,5		I – III
	ПГУПС	10	**	4	*	**	0,5	**
	РГУПС	8	**	*	*	**	5	**
С	УрГУП	2	2	2	3	,5		
	СГУПС	1	6	**	*	**	,5	**
С	ОмГУП	5	9	**	*	5	6,	**
С	ДВГУП	3	4	8	6,	5		**
С	ИрГУП	*	5	1	*	**	**	**
	МГТУ	1	3	6	1			

	ГА	3						V
0	СПбГУ ГА	9	**	1	6,	5	**	
1	УИ ГА (Ульяновск)	1	12	7	1	0,5		
2	ГУМРФ им.адм.С.О.Ма карова	1	10	9	9	0,5		I
3	ВГУВТ	1	11	1	1	5		III
4	МГАВТ	1	13	1	1	5		II
5	СГУВТ	1	**	5	*	**	**	
6	ГМУ им.адм.Ф.Ф.У шакова	1	8	*	*	,5		
7	МАДИ	7	**	*	2	5	**	
8	СамГУП С	6	7	1	4			I – III
9	МГУ им.адм.Невельс кого	*	**	*	*	0,5	**	

После участия в спартакиадах районного и областного уровня студенты имеют возможность принимать участие в международных соревнованиях, тем самым защищать честь университета и добиваться личных результатов. Студенческие спартакиады проводятся в целях пропаганды здорового образа жизни, для физического развития студентов, их духовного совершенствования, для обмена опытом в области физической культуры и спорта. Возрастные особенности студенческой молодежи, специфика учебного труда и быта студентов, особенности их возможностей и условий занятий физкультурой и спортом позволяют выделить в особую категорию студенческий спорт. Студенческие спартакиады являются одним из средств повышения мотивации к занятиям физкультурой и спортом

Библиографический список

1. Лоранский Д.Н., Лукьянов В.С.: Азбука здоровья; - М., 2000. - 176 с.
2. Андреев Ю.А.; Три кита здоровья, - М.: 2002. – 188 с.
3. Учебник: Физическая культура студента - Глава: 7.4. студенческий спорт. uchebnik.biz/book/281
4. Студенческий спорт | Сайт для студентов и о студентах... studikam.ru/studencheskij-sport
5. <https://www.mintrans.ru/news/event/spartakiada>

Рафикова А.Р.
Академия управления при Президенте Республики Беларусь,
г. Минск, Республика Беларусь

КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ МОДЕЛЬ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ КАДРОВ