

цессе игры, что и будет являться целеполаганием. Содержание игры должно отражать актуальные производственные проблемы. Затем составляется сценарий игры с описанием конкретной ситуации, в которой участникам предстоит действовать. После этого следует распределить роли, уточнить задания каждому участнику, разработать правила игры.

При достаточной сложности подготовки и проведения дидактическая игра себя оправдывает, так как позволяет студентам перейти на более высокий, профессиональный, уровень, когда усвоенные знания становятся руководством к действию, а залогом успеха профессионального маркетолога являются качественная теоретическая подготовка и обширная практика.

**С. А. Марчук,
В. А. Марчук**

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Сферу физической культуры можно отнести к одной из основных по уровню проявления творческих возможностей молодежи. Неспроста в последнее время возникло столько инновационных видов спорта, нетрадиционных оздоровительных практик, различных форм двигательной активности и пр. Отличительной особенностью данной сферы является ее обширность, что позволяет студентам самостоятельно решать проблему выбора форм, видов занятий и уровня проявления активности. Столь широкие возможности наблюдаются далеко не во всех сферах человеческой деятельности. Например, в математике, физике, музыке и других областях лишь немногие могут найти, реализовать себя, в отличие от физкультурной деятельности, которая обусловлена не только культурой, но и врожденной способностью и потребностью каждого человека в двигательной активности.

Правильно организованные занятия физической культурой позволяют студентам исследовать себя в широком диапазоне собственных психофизических возможностей, найти наиболее оптимальные индивидуальные формы и средства физической культуры для целей личностного развития. Такая поисковая активность, нахождение для себя нового в двигательной сфере представляет собой творческий процесс и, что не менее важно, процесс, повышающий потенциал здоровья.

Обобщение педагогического опыта показывает, что, несмотря на попытки использования различных образовательных проектов или педагогических технологий, огромные потенциальные возможности гуманизации образовательного процесса по физической культуре реализуются недостаточно. Преподавателям не удается добиться осознанной активности студентов, направленной на самоопределение в пространстве физической культуры. На практике очевидны проблемы снижения уровня здоровья студентов и сокращения количества занимающихся физической культурой и спортом за период обучения в вузе. Отмечается недостаточная образованность студентов в области физической культуры и, в частности, здоровьесбережения. К сожалению, приходится констатировать и тот факт, что инновационные проекты и технологии зачастую не находят в полной мере своего применения на практике.

Поскольку освоение ценностного потенциала физической культуры является активным процессом со стороны занимающихся, то остановимся на рассмотрении предпочтений студентов в физкультурно-оздоровительной сфере. Опрос студентов выявил, что ценностное отношение к физической культуре чаще всего связывается с желанием улучшить здоровье (40,2 %), повысить свою физическую подготовленность и приобрести хорошую фигуру (27,4 %), снять умственное и психическое напряжение (8,6 %); для 23,8 % опрошенных мотивирующей причиной является необходимость получить зачет.

Необходимо отметить, что большая часть студентов правильно оценивают роль физической культуры как важного фактора укрепления здоровья, однако в реальной жизни более 30 % из них отдают предпочтение пассивным формам досуга. По-видимому, это обусловлено недооценкой ими роли физической культуры в здоровьесберегающей деятельности студента.

Для подавляющего большинства опрошенных студентов физическая культура является лишь приятным времяпрепровождением, игрой, развлечением. Причины такого отношения студентов к физической подготовке в основном заключаются в лени и усталости после занятий, незаинтересованности и недооценке физических упражнений. Наиболее значимые внешние факторы, препятствующие физкультурно-оздоровительной деятельности студентов, – недостаток свободного времени, физкультурных знаний, материального обеспечения. Чем старше становится студент, тем меньшую систематичность приобретают его занятия физической культурой и спортом. Так, на 1-м курсе при двухразовых занятиях не занимаются физиче-

ской культурой и спортом 23,4 %, на 2-м – 26,5 %, при одноразовых занятиях на 3-м курсе не занимаются 30,6 % опрошенных студентов (в это количество входят и студенты, освобожденные от практических занятий), на 4-м и 5-м курсах студенты вообще не имеют возможности заниматься практическими занятиями по физической культурой, так как это не предусмотрено учебной программой.

О том, что занятия по физической культуре являются важнейшей составляющей здоровьесберегающего обучения, говорят и пишут многие исследователи. В то же время во многих исследованиях отмечаются слабые стороны организации и проведения практических занятий по физическому воспитанию. Например, констатируется, что сегодняшняя организация физической подготовки и нормативные требования, предъявляемые к студентам, устарели. Студенты не хотят посещать занятия по физической культуре, объясняя это следующими обстоятельствами: во-первых, не каждый студент может выполнить требования двигательных нормативов и многие, стесняясь этого, пропускают занятия; во-вторых, неудобны время и место проведения занятий, отсутствие душевых комнат создают дополнительный дискомфорт; в-третьих, студентам не нравятся устаревшие формы проведения занятий. Следовательно, для привлечения студентов к занятиям физической культурой необходимо изменить условия, содержание, формы и методы организации и проведения занятий.

Одним из факторов, влияющих на повышение уровня здоровья студентов, является высокий уровень физической подготовленности. Между тем многочисленные публикации свидетельствуют, что у большинства студентов физическая подготовленность находится на низком уровне, а общепринятая методика занятий по физическому воспитанию приводит хотя и к положительному, но несущественному ее изменению на младших курсах и стабилизации или снижению на старших.

Тестирование физической подготовленности студентов выявило, что нормативы федеральной программы по физической культуре выполняют на высоком уровне только 5,2 %, на среднем – 42 %, на низком уровне – 52,8 % студентов.

Анализ научно-исследовательских работ показал, что неудовлетворительное состояние здоровья и физической подготовленности молодежи связано не только с негативными изменениями социально-экономических условий жизни, биологических факторов, экологической среды, но и с не-

дооценкой в обществе оздоровительной роли физической культуры и спорта, низким уровнем физкультурной образованности и знаний по основам теории и методики физического воспитания. Одной из причин этого является смещение акцента в физическом воспитании студентов на двигательный компонент, а именно на развитие физических качеств, в то время как интеллектуальному компоненту до сих пор уделялось недостаточное внимание, что подтверждается низким уровнем теоретической подготовленности студентов, особенно 1-го курса.

По данным ВОЗ, здоровье человека на 50–55 % зависит от его образа жизни. Главным фактором здорового образа жизни является физическая культура, которая должна прививаться в детском возрасте как элемент общей культуры. Вместе с тем анализ практики физического воспитания в вузах свидетельствует о негативном отношении студентов, их родителей, а также администрации к физической культуре. Многими авторами отмечается, что интерес к занятиям физическими упражнениями катастрофически падает из-за устаревших методологических подходов, и особенно в отношении обязательных видов спорта, рекомендованных для включения в программы по физической культуре (отдельные беговые дисциплины легкой атлетики, лыжные гонки). Сегодня интересы молодежи лежат в области таких видов спорта, как тай-бо, шейпинг, калланетика, танцевальная аэробика, аэроденс, футбол, стритбол, плавание и т. д. При этом одной из важнейших причин невозможности реализовать интересы студентов в области физической культуры и спорта является отсутствие современной материальной базы проведения учебно-тренировочных занятий. К примеру, многие вузы Екатеринбурга не имеют спортивных сооружений, соответствующих требованиям проведения занятий по физической культуре и спорту. Так, корты и площадки зачастую находятся вблизи мусорных контейнеров или автостоянок, спортивные залы не соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям (отсутствует нормальная вентиляция, залы плохо освещены, годами не делается ремонт, протекают крыши и т. п.). Нерациональное расписание занятий (физическая культура может стоять в учебном расписании единственной первой или пятой парой в течение учебного дня) и неудобное месторасположение залов являются существенными причинами для непосещения занятий. На одно занятие по физической культуре студенту приходится ехать на транспорте в другое учебное здание, затем возвращаться, что при нынешних условиях является для него существенной материаль-

ной затратой. Напрашивается вопрос: может быть, руководители институтов и университетов не знают об этих проблемах? или просто не хотят о них знать?

Также необходимо отметить, что в настоящее время недостаточно решаются вопросы использования средств физического воспитания и форм проведения занятий для студентов с ослабленным здоровьем и освобожденных от физических нагрузок (в настоящее время в специальных медицинских группах насчитывается около 30 % студентов и более 10 % – это студенты, освобожденные на длительное время от практических занятий), желающих при этом заниматься различными видами оздоровительного фитнеса и повышать физическое образование. Студенты, освобожденные на длительное время от практических занятий по состоянию здоровья, в большинстве случаев пишут рефераты, а студенты специальных медицинских групп вынуждены заниматься вместе со студентами подготовительного отделения из-за отсутствия спортивных залов, что не решает проблемы оздоровления данной категории учащихся, а наоборот, может негативно отразиться на состоянии их здоровья. Необходимо формировать отдельные группы студентов с ослабленным здоровьем и освобожденных от физических нагрузок, применяя такие формы занятий, как лечебная физическая культура или адаптивные тренировки по фитнесу, методические занятия с использованием автоматизированных обучающих программ, индивидуально-групповые консультации по самостоятельным занятиям.

Анализируя исследования в области здоровья, можно отметить, что в высшей школе явно недостаточно внимания уделяют формированию готовности студентов к здоровьесбережению. В образовательный процесс вузов крайне мало внедряют современные педагогические технологии, направленные на воспитание потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ) и формирование готовности студентов к здоровьесбережению. Преобладающее большинство преподавателей вузов сами не владеют здоровьесберегающими технологиями, в основном из-за собственного низкого уровня физической подготовки, недостатка специальных знаний по проблемам педагогики здоровья и недостаточной информированности о новейших технологиях здоровьесбережения студентов.

В заключение хотелось бы отметить, что значимость проблемы здоровья студенческой молодежи определяется ее государственной важностью, так как только здоровое в физическом и нравственном отношении поколе-

ние может обеспечить прогрессивное социальное развитие государства, его безопасность и международный авторитет.

Повышение уровня здоровья студентов как будущих специалистов — важное направление работы кафедры физического воспитания при поддержке администрации вуза. Без создания современной материально-технической базы, методического обеспечения, автоматизированных обучающих оздоровительных программ, убеждения студентов в необходимости систематически заниматься физической культурой проблема формирования готовности молодежи к осознанной активности, направленной на самоопределение в пространстве физической культуры, повышение мотивации к ЗОЖ, не будет решена.

Перевод занимающихся из состояния управления в режим самоуправления — одна из важнейших задач физического воспитания. На современном этапе требуется изменить отношение к подготовке в вузе, которая должна способствовать формированию потребности студентов стать активными участниками здоровьесберегающего процесса через самознание, познавательную активность, самостоятельность. Поэтому сегодня актуальны вопросы развития и внедрения такой системы физического воспитания, которая сможет ориентировать процесс обучения студентов наряду с традиционными целями (простое усвоение знаний, приобретение умений и навыков, опыта творческой и познавательной деятельности) на цели формирования средствами физической культуры активно-преобразующего отношения к получаемой информации, способности выстраивать индивидуальный здоровый стиль жизни и навыков его коррекции. От психического, физического и социального здоровья сегодняшней молодежи зависит не только ее будущее, но и будущее страны в целом.

Е. С. Набойченко

СИЛОВАЯ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ МИНИ-ФУТБОЛЬНЫХ КОМАНД ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Помимо развития выносливости в подготовительном периоде мини-футбольной сборной Уральского федерального университета (УрФУ) не меньшее внимание уделяется силовой, а также технико-тактической подготовке.