

THE LITERATURE

- 1 Valiulina, O. Healthy lifestyle of students in the learning process through adaptive physical training: Dis... candidate. PED. Sciences. - Ufa, 2006.- p/ 189.
2. Demchenko, V. S. — the Healthy way of life of students in the context of sports and recreational activities // Actual problems of innovative development of physical culture, sports and tourism. - 2012.A healthy lifestyle of students in the context of physical activity. P. 15-25
3. INOVA U. A. Formation of installation on a healthy lifestyle as an urgent problem / by W. A. Zinova // the Seventh wave of psychology: collected papers. articles Yaroslavl: MAPS, Yaroslavl state University, — 2010. — Vol. 7. — p. 196.
4. Nikishkin V. A., Garnik V. S., Lazareva E. A. Analysis of value orientations of students of civil engineering, collection of articles of the NP and the MIND international conference, devoted to the 70 anniversary of the victory in the great Patriotic war, Moscow, p 31
5. Sorokina, L. A. Formation of knowledge about healthy lifestyle as prevention of addictive behavior / L. A. Sorokin, L. G. Bujnov // Preventive and clinical medicine. 2011. No. 3 (40). P. 59-60.
6. Fazleev, M. T., V. D. Panachev Study healthy lifestyle of students // Modern science: actual problems and ways of their solution . 2015. No. 1 (14). URL:<http://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-studentov-1>

ANALYSIS OF SURVEY OF STUDENTS NRU MSUCE VERBAL AWARENESS SIGNIFICANT VALUES HEALTH

Bumarskova Natalia,

the candidate of biological sciences, senior lecturer,

Elena Lazareva,

senior lecturer

NIU Moscow State University of Civil Engineering

Moscow, Russia

УДК 796.011.3

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Викторов Дмитрий Валерьевич,

кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Уральский государственный университет (ЮУрГУ),

г. Челябинск, Россия

Аннотация. Процесс физического воспитания в вузе построен в контексте ориентирования учащихся на обучение различным двигательным действиям, их правильном выполнении для управления физическим развитием. Отсутствие необходимой мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью, активному овладению двигательными действиями, повышению психофизических кондиций, улучшению здоровья может быть связано с преобладанием на сегодняшний день технократического или предметно ориентированного обучения.

Ключевые слова: физическое воспитание, технология, студенты, вуз.

Abstract. The process of physical education in high school is built in the context of orienting students to the learning of various motor actions, properly executed, to control physical development. The lack of motivation to practice health and fitness activities, active acquisition of motor actions, improve psychophysical condition, to improve health may be related to the dominance to date of the technocratic or subject centered learning.

Index terms: physical education, technology, students, University.

Одной из важнейших задач учебной дисциплины «Физическая культура» является приобщение студентов к физическому воспитанию, которое рассматривается как решающий аспект физкультурного образования, активно способствующий общему и профессиональному развитию, а также обеспечение физической и психофизиологической составляющей при гармоническом развитии личности будущего специалиста.

В связи с этим, в современном высшем образовании существует острая потребность в выделении и формировании системы ценностных ориентаций как основы определения учащимися и преподавателем целей обучения, поскольку мотивация и положительное отношение к предмету является важнейшим условием активизации процесса обучения, условием активизации учебно-познавательной деятельности [2].

При этом ценностный подход к изучению педагогических явлений и процессов позволяет высветить внутреннюю сторону взаимосвязи личности и общества, увидеть личностный аспект ориентации учащихся на жизненные ценности.

На практике учебный процесс по физическому воспитанию в части сохранения и укрепления здоровья и формирования здорового стиля жизни является малопродуктивным [1]: удовлетворение от самостоятельных занятий физической деятельностью получают 57,8% студентов и только 16,8% выпускников вузов. Желание заниматься самостоятельно испытывают только 37,6% студентов младших курсов, к старшим курсам это желание посещает 8,3% всех студентов. Понимание значимости физкультурно-оздоровительной деятельности для дальнейшей жизни составляет 30,9% и 7,4% для младших и старших курсов соответственно. Многие студенты проявляют пассивность и неудовлетворённость учебной деятельностью на занятиях физическим воспитанием, не умеют использовать и развивать свои двигательные и познавательные возможности, на которые их ориентируют преподаватель.

Исходя из вышесказанного, в ЮУрГУ на кафедре физического воспитания и здоровья было проведено анкетирование со студентами 1, 2 и 3 курсов. Студентам было предложено анонимно высказать своё положительное и отрицательное отношение к физической культуре с помощью составленных нами анкет, содержащих вопросы открытого, закрытого и смешанного типа. По методике изучения мотиваций к физкультурно-оздоровительной деятельности [2] нами были изучены и проанализированы теоретические основы ценностных ориентаций, определено место здорового образа жизни в жизнедеятельности студенческой молодежи и особенности условий и образа жизни лиц молодого возраста, занимающихся физической культурой и спортом.

Реализовав на практике принципы обратной связи, мы получили ценную информацию, крайне необходимую для регулирования любого процесса, связанного с поведением людей.

Изучение мотивов учащихся, позволяет заключить, что наиболее значимыми ценностями у юношей являются: здоровье, наличие хороших и верных друзей, счастливая семейная жизнь, у девушек: счастливая семейная жизнь, любовь, здоровье, наличие верных друзей. Более 65% студентов различ-

ных факультетов уделяют достаточно времени тренировкам. Занимаясь физическим воспитанием, в большей степени студенты стремились укрепить здоровье (55,4%) и овладеть искусством своей специальности (18,9%).

Наименьшим по значимости рангом юноши отметили такие ценности как: активная жизнь, творчество, благополучие отечества; девушки: физическое совершенство, творчество, благополучие отечества. Соответственно, более половины студентов повышают свой уровень знаний, читая научную литературу в области физической культуры и спорта. Решение выбрать профессию у большинства было самостоятельным. Сведения о характере профессии в основном были получены от родственников, друзей, знакомых и рекламных источников.

Большинство студентов с оптимизмом относятся к своему здоровью – 88,5% оценивают его как отличное и хорошее, что коррелирует с их двигательной активностью. 90% респондентов считают свой двигательный режим достаточным для нормальной жизнедеятельности и сохранения здоровья. Все студенты единогласно пришли к мнению, что регулярные занятия физической культурой и спортом способствуют улучшению физического состояния, меньшей утомляемости во время учебы и снижению заболеваемости. Студенты, уделяющие занятиям больше времени, более объективны в оценке своего здоровья.

Наиболее значимыми факторами, отрицательно влияющими на здоровье, по мнению учащихся обоих полов, являются: экологическая обстановка, стрессовые ситуации, наследственность, курение; по мнению юношей: экология, наследственность, стрессовые ситуации, употребление наркотиков.

Однако можно позволить отметить тот факт, что у студентов в процессе физического воспитания в рамках учебного процесса, на недостаточном уровне происходит осознание значимости данной деятельности. Это проявляется в негативном отношении учащихся к физкультурно-оздоровительной деятельности: 1) боязнь показаться неуклюжим и неловким в новом коллективе; 2) недостаток времени; 3) недостаточное использование на занятиях спортивного инвентаря и оборудования; 4) отсутствие музыкального сопровождения; 5) недостаток знаний в организации самостоятельных занятий; 6) не приветствие на занятиях популярных, современных видов двигательной активности.

Обсуждаемые результаты свидетельствуют о том, что вышеобозначенные причины не обеспечивают социальную мобильность и адаптивность личности в современных условиях жизни, в то время как в высшей школе делается поворот на подготовку не только яркой, самобытной, творческой личности, но и человека высокого уровня образованности и воспитанности, обладающего ведущими свойствами современного человека: гражданственностью, гуманностью, демократичностью, нравственностью, трудолюбием; человека, ведущего здоровый образ жизни. Параллельно анкетирование проводилось у студентов, которым была предоставлена возможность самостоятельного выбора физкультурно-оздоровительной деятельности в рамках физического воспитания. Такие учащиеся не только обладают практическими навыками создания индивидуальных программ сохранения здоровья и физического самосовершенствования, но и часто принимают руководящую роль в физкультурно-оздоровительных меро-

приятных на себя. Ими обозначалась ценность физкультурно-оздоровительной деятельности и сопутствующих ей гигиенических, медицинских, восстановительных мероприятий для укрепления и сохранения здоровья, улучшения настроения, снятия усталости, подчёркивалось её социальное значение. У таких студентов уровень физической подготовленности становится выше среднего и преобладает устойчивый интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности. Вследствие этого для дополнительного стимулирования студентов необходимо формировать ценностное отношение в рамках целостной, научно обоснованной организационно-педагогической системы, структурными компонентами которой являются развитие мотивов физического воспитания; освоение валеологических знаний, умений и навыков здорового стиля жизни; поддержание и развитие физических кондиций. Необходимо также включать в содержание учебно-тренировочных занятий личностно значимые ценности здорового образа жизни, задания для самостоятельного развития физических кондиций.

Вывод. Специфический характер мотивации к физическому воспитанию формируется не только вследствие присвоения ценностей, свободно избираемых им в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, не только ранжированием потребностей, представляемых ему обществом, а всей фактичностью обстоятельств, связывающих его с окружающей действительностью. Поэтому в реальном процессе физического воспитания нет несущественного: вся фактичность человеческого участия в мире одинаково формирует физический, психический и социальный компоненты резерва здоровья учащихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Виленский, М.Я. Основы здорового образа жизни студентов / М.Я. Виленский. – М., 1995. – 216 с.
2. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2004. – 509 с.
3. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2006. – 320 с.

THE LITERATURE

1. Vilensky, M.Y. Fundamentals of a healthy lifestyle of students / M.Y. Vilensky. – M., 1995. – 216 p.
2. Ilyin, E.P. Motivation and motives / E.P. Ilyin. – SPb.: Peter, 2004. – 509 p.
3. Smirnov, N.K. Health saving educational technologies and health psychology at school / N.K. Smirnov. – M.: ARKTI, 2006. – 320 p.

PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION

Viktorov D.V.

*the candidate of pedagogical sciences, associate professor,
the South Ural State University
Chelyabinsk, Russia*