

Заметно меньшее число студентов ВГАВМ проводит выходные на природе, а также «постоянно полагается на собственное внутреннее чутье». Но при этом больше студентов этой группы получают удовольствие от работы в саду.

**Заключение.** Студенты аграрного вуза не отличаются от студентов факультета ФКиС по уровню двигательного интеллекта.

Список литературы

1. <http://isskystvoboya.ru/raznoe/fizicheskiy-intellekt-test>

## ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

*Т.А. Шелешкова, О.В. Головинец  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Актуальность темы обусловлена практикой реализации закона Республики Беларусь «О государственных минимальных социальных стандартах». В нём пристальное внимание уделяется вопросам образования, здравоохранения и здорового образа жизни. Здесь важное место принадлежит физической культуре.

Целью исследования является анализ и обобщение опыта работы кафедры физического воспитания ВГУ им. П.М. Машерова по формированию у студентов устойчивой мотивации к укреплению здоровья и потребности в физическом самосовершенствовании.

**Материал и методы.** Базой исследования стал педагогический факультет университета. Эксперимент проводился в три этапа: 1) октябрь - декабрь 2013 года (студенты 1 курса); 2) февраль - апрель 2014 года (студенты 2 курса); 3) октябрь - декабрь 2014 года (студенты 3 курса). Студенты 1 курса занимались по типовой программе физического воспитания, а студенты 2 и 3 курсов с учётом гендерного состава обучающихся - по экспериментальной программе, в которую были включены и занятия по комплексу классической аэробики. Причём как до, так и после эксперимента во всех академических группах было проведено тестирование уровня развития физических качеств. При изучении данной проблемы, нами использовались как общенаучные методы (единство исторического и логического, восхождение от абстрактного к конкретному, эксперимент, регистрация фактов и т.д.), так и формально-логические методы (анализ, синтез, индукция, дедукция и др.), а также такие специальные методы, как: педагогические наблюдения, анализ научных источников, беседа, математическая обработка данных и др.

**Результаты и их обсуждение.** Путём анкетирования и устного опроса было выявлено, что наиболее популярными у девушек видами оздоровительных занятий были названы аэробика и шейпинг, а у юношей – атлетическая гимнастика и бодибилдинг. Из видов спорта девушки отдают предпочтение волейболу, а юноши футболу и восточным единоборствам. На последующих местах по популярности находятся спортивные игры и оздоровительное плавание.

Результаты исследования неоднократно обсуждались на заседаниях кафедры, Совете педагогического факультета и докладывались на международных и региональных конференциях [1]. Опираясь на практический опыт, нами проанализированы некоторые особенности реализации минимальных социальных стандартов в сфере спортивно-массовой работы с девушками-студентками. Можно утверждать, что далеко не все девушки готовы к вузовскому интенсивному учебному графику и не в состоянии выдерживать связанные с ним социальные, психические, физические перегрузки и хорошо адаптироваться к ним. При этом большинство студенток оценивают свое здоровье как удовлетворительное, хотя и это не всегда соответствует действительности. Проведя анкетирование студенток 1 – 4 курсов, мы выяснили, что более 55% опрошенных первокурсниц желают посещать занятия по физической культуре, но не имеют чёткого представления, чем они хотят заниматься. В то же время нами зафиксировано, что к 4 курсу удельный вес студенток, увлечённых физической культурой, значительно возрастает. Здесь уже свыше 80% респондентов конкретно формируют свою цель - улучшение фигуры и укрепление здоровья.

Главной особенностью организации физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности выступает формирование и дальнейшее развитие мотивационной сферы и, активной гражданской позиции с тем, чтобы здоровье и физическая подготовленность вошли в число ведущих ценностей и стали насущной потребностью у молодежи. Поэтому особую значимость приобретает проблема саморазвития культуры здоровья студентов. Творческое освое-

ние программы по физической культуре предполагает своеобразный «диалог» с интеллектуальной и эмоционально-волевой сторонами личности студента. Физическая культура человека связана не только и не столько с развитием его двигательных качеств, но и со здоровьем в широком смысле слова, с широтой и глубиной знаний человека и его мотивацией в процессе занятий в учебное и внеучебное время. Преподавателям предоставлена свобода в выборе путей, средств и методов реализации требований государственных стандартов. Речь идёт и об авторских курсах, и о проведении разнообразных по форме учебных занятий и контрольных мероприятий.

Реализация задачи по включению физической культуры в здоровый образ жизни каждым студентом может рассматриваться с двуединой позиции - как личностно значимая и как общественно необходимая. В связи с этим учебно-воспитательный процесс основывается на мотивационной сфере личности, широте и глубине теоретических и практических знаний, умений и навыков в области физической культуры. Ценностное отношение к физической культуре приобретает молодой человек в процессе собственной активной деятельности. Эффективность данного процесса зависит в конечном счёте от реализации принципа единства физического, интеллектуального и нравственного потенциала личности.

Особенности формирования мотивационной сферы обусловлены не в последнюю очередь ухудшением состояния здоровья студенческой молодежи.

Так, в настоящее время наблюдается рост числа студентов, освобожденных от занятий или отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. По некоторым данным, ухудшение физического состояния характерно также и для женского контингента, занимающегося в основной медицинской группе. В этой связи важно организовать занятия физической культурой так, чтобы избежать образования так называемого «порочного круга». Суть его заключается в том, что двигательная недостаточность приводит к ухудшению функционального состояния организма, а это, в свою очередь, ведет к нарушению способности выполнять физические нагрузки, столь необходимые для достижения оздоровительного эффекта. Так, складывается парадоксальная ситуация: организм нуждается в физических упражнениях, но, будучи «недогружен» ими, утрачивает способность к проявлению двигательной деятельности. При этом у подавляющего большинства студентов данной категории, как правило, нет и интереса к занятиям физической культурой. Это усугубляется и отсутствием должного стимулирования студентов специальных медицинских групп к занятиям физической культурой. Различного рода увещевания о пользе и значимости занятий по физической культуре к тому же носят абстрактный характер. Реализация личностного практико-ориентированного подхода может осуществляться, как отмечается в специальной литературе, путем применения индивидуальных программ [2]. Привлечение студентов к разработке программ коррекции «для себя», на наш взгляд, также способствует самоактуализации готовности к занятиям физическими упражнениями и отчетливому осознанию поставленных целей и путей их достижения. Кроме того, в процессе такой работы возникает потребность в получении необходимых для этого знаний, что способствует саморазвитию и стимулирует самостоятельное изучение литературы. Из опыта работы следует и то, что в результате занятий по индивидуальным программам улучшается психоэмоциональное состояние девушек, занимающихся не только в основной, но и в специальной медицинской группе.

**Заключение.** Таким образом, при реализации социальных стандартов сфере образования и здравоохранения важно учитывать многие факторы. В первую очередь речь должна идти об укреплении здоровья женского студенческого контингента, независимо от того, к какой медицинской группе относятся девушки по состоянию здоровья. В практической работе необходимо также шире использовать популярные среди молодёжи виды двигательной активности, такие, например, как плавание, аэробика, спортивные танцы, волейбол и др. Кроме того, в современном обществе невозможно привлекать к спорту только административным путем. Нужно постоянно изучать интересы и мотивы студентов с целью совершенствования организации студенческого спорта и обеспечения его дальнейшего развития. Необходим непрерывный мониторинг спортивных интересов студенчества, отслеживание их динамики и своевременное реагирование на изменение ситуации. Только на этой основе должна вестись разработка действенных рекомендаций по совершенствованию спортивно-массовой работы в вузе с учётом государственных социальных стандартов.

#### Список литературы

1. Актуальные проблемы профессионального образования в Республике Беларусь и за рубежом. /Сборник научных статей участников I (первой) Международной научно-практической конференции, Витебск, 5- 6 декабря 2013 г.: Витебский филиал Международного университета «МИТСО», 2013, Ч.2.; Материалы XVII научной сессии преподавателей и студентов./ Витебск, 7 мая 2014г.: Витебский филиал Международного университета «МИТСО», 2014, Ч.3 и др.

2. Белкина, Н.В. Здоровье формирующая технология физического воспитания студенток вуза. /Теория и практика физической культуры. – 2006, №2, с.7-9; Семёнов, Л.А., Шлыков, П.В. Коррекция физической подготовленности студентов специальных медицинских групп с использованием индивидуальных программ. /Теория и практика физической культуры. – 2005, №1, с. 43-46; Соколова Т.В. Мотивационная сфера личности как компонент её профессиональной направленности. /Вісник Брєсцкага унїверсітєта. Сер.3. Фїлалогїя. Педагогїка. Псїхалогїя.- 2012,-№2.

## **ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ КАК ОДИН ИЗ КРИТЕРИЕВ ЭФФЕКТИВНОСТИ РАБОТЫ ГРУПП ПОВЫШЕНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА**

*Д.Э. Шкирьянов, Л.И. Марцинович  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

В последнее десятилетие подготовка педагогических кадров в области физической культуры вышла на качественно новый этап развития. В настоящее время процесс педагогического образования изучен отечественными и зарубежными учеными с различных сторон. В научно-методической литературе с точки зрения философии (С.И. Гессен, 1995; В.И. Гинецинский, 2001) и педагогики (А.И. Бондаревская, 2004; О.В. Гукаленко, 2001) широко описана взаимосвязь образования и культуры; специалистами психологии и педагогики рассмотрены системы педагогических ценностей деятельности учителя, а также отражены исходные положения педагогического творчества, мастерства и структуры профессионально-личностных качеств (В.В. Загвязинский, 1997; В.И. Марков, 2007) [1]. При этом существует тенденция поиска новых и совершенствования существующих подходов к организации образовательного процесса по профилю «Физическая культура» в учреждениях высшего образования [2].

С практической точки зрения, одним из актуальных вопросов данного направления является оценка и анализ эффективности работы групп повышения спортивного совершенствования (ПСМ) с целью разработки наиболее эффективных методик тренировочных занятий, что закономерно согласуется с политикой в области качества и охраны труда ВГУ имени П.М. Машерова. Согласно результатам анализа нормативно-правовых документов, оценка эффективности целевой ориентации такого рода должна осуществляться с учетом динамики уровня физической подготовленности (УФП) и соответствующего развития двигательных способностей студентов, прироста функциональных возможностей их организма, а также совершенствования технико-тактических действий в избранном виде спорта. В совокупности это определило цель, предмет и объект нашего исследования в рамках НИР кафедры легкой атлетики и лыжного спорта. В контексте данных тезисов представлены промежуточные результаты констатирующего педагогического эксперимента.

Цель исследования: анализ динамики показателей физической подготовленности студентов группы повышения спортивного мастерства отделения легкой атлетики, обучающихся по профилю «Физическая культура».

**Материал и методы.** Педагогическое исследование проводилось на базе факультета физической культуры и спорта ВГУ имени П.М. Машерова. В нем приняла участие группа испытуемых из 12 юношей 19–20 лет имеющих третий разряд по легкой атлетике. В соответствие с учебной программой, в период лонгитюдного педагогического эксперимента, студенты посещали 3 раза в неделю занятия в группе ПСМ, специализация - спринт. Программа эксперимента предусматривала оценку и анализ уровня физической подготовленности юношей в начале и в конце 2013-2014 учебного года (сентябрь, май) на основании данных следующих контрольно-педагогических испытаний: бег 30 и 1000 м (с), наклон вперед (см), прыжки в длину с места (см), подтягивания на перекладине (количество раз).

В работе использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, контрольно-педагогические испытания, педагогический эксперимент, математико-статистические методы (SPSS Statistics 21,0).

**Результаты и их обсуждения.** Согласно результатам исследования физической подготовленности юношей (таблица), в начале педагогического эксперимента ее среднегрупповой показатель составлял  $38,25 \pm 0,62$  балла, что согласно существующим нормам оценки соответствует высокому уровню (В.В. Тимошенко, 2013) [4]. При этом, УФП от 35,00 до 37,50 баллов отмечен у 30,80 % испытуемых, от 37,60 до 40,00 – 53,80 % и от 40,10 до 43,00 – 15,4 %. В конце исследования, при росте среднегруппового показателя УФП до  $43,58 \pm 0,52$  баллов ( $P < 0,05$ ) у