

человеческого капитала средствами физического воспитания. Было бы лучше, если государство, направило часть этих средств на финансирование бесплатных спортивных секций, которых становится все меньше. Занятия физической культурой и спортом приобретают все более дорогостоящий характер, что несовместимо с идеей массовости. Посещение тренажерных залов является своеобразной модой, показателем престижного образа жизни и демонстративного потребления. Такие занятия, как правило, носят не систематический характер и не способствуют подлинному укреплению здоровья.

Или взять проблемы физкультурного образования. Кое-что делается для пропаганды здорового образа жизни, однако, этого явно недостаточно. Учителя физической культуры в школе перегружены различной методической и организационной работой, что мешает им полноценно проводить уроки. Бесплатные школьные спортивные секции практически не работают. Преобладает показная пропагандистская шумиха о здоровом образе жизни. То же самое относится и к физическому воспитанию в высшей школе. Занятия по физической культуре, несмотря на увеличение количества учебных часов, в большинстве вузов проводятся формально.

Платный характер физкультурных и спортивных услуг резко снижает возможности населения, особенно молодежи, активно и систематически заниматься физической культурой и спортом. Альтернативой в данном случае становятся компьютерные развлечения и мобильный интернет. В силу своей доступности они действительно приобрели массовый характер и ничего общего не имеют со здоровым образом жизни. Напротив, они наносят существенный вред здоровью молодежи, поскольку вызывают зависимость и приучают к сидячему образу жизни.

Заключение. Подводя итог, следует отметить определяющую роль физического воспитания в процессе формирования человеческого капитала. В условиях информационного общества человеческий капитал является самой важной формой капитала, от которой напрямую зависит развитие и статус страны. Следует возрождать массовый характер физического воспитания, а для этого необходимы существенные материальные затраты государства для создания бесплатных условий для ведения здорового образа жизни большинства людей.

Использованная литература

1. Галкин, В.В. Экономика спорта и спортивный бизнес: учеб. пособие / В.В.Галкин. – М.: КНОРУС, 2006. – 320 с.
2. Экономика физической культуры и спорта: Учебное пособие / В.В. Кузин [и др.]; под общ. ред. В.В. Кузина. – М.: СпортАкадемПресс, 2010. – 495 с.
3. Любимов, И.Л. От человеческого капитала к экономическому росту: прямая дорога или долгое блуждание по лабиринту / И.Л.Любимов // Вопросы экономики. – 2017. – № 8. – С. 5–23.

КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ КАК АКТУАЛЬНАЯ СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

С.Е. Глачаева

Государственный социально-гуманитарный университет,
г. Коломна, Российская Федерация
e-mail: glachaeva@mail.ru

Актуальность. Основополагающей задачей современного социума представляется подготовка молодого поколения к предстоящей профессиональной деятельности. Для того, чтобы трудовая практика была плодотворна, необходимо, чтобы специалисты были психофизически здоровы и имели высокий уровень физиологической подготовленности. Однако, по данным медицинского обследования подрастающего поколения нашей страны, можно констатировать факт низкого уровня

показателей здоровья и физического развития. В настоящий момент времени, можно с уверенностью говорить о том, что молодое поколение нашей страны находится в «группе риска». Согласно диагностике медицинских показателей студентов ГСГУ 42%–48% из них имеют различные отклонения в состоянии здоровья, увеличивается количество студентов, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группам, растет численность студентов с заболеваниями, которые не позволяют им заниматься физической культурой. Все это приводит к снижению успеваемости, а в последствие к низким результатам труда [1, 4].

Общеизвестно, что практические занятия физическим воспитанием оказывают продуктивное протекание процесса становления и совершенствования основных двигательных качеств, улучшают психологическое и физическое состояние организма занимающихся.

Приобщение молодого поколения к культуре здоровья поможет включить такие форматы жизнеспособности человека, при которых трансформируется процесс развития адаптивных функций организма к условиям труда и отдыха, природным катаклизмам и социуму.

Составляющей культуры здоровья человека, представляется соблюдение правил здорового стиля жизни и устойчивая мотивация к регулярной двигательной активности. Многие специалисты в области физической культуры и спорта отмечают, тот факт, что здоровый стиль жизни, должен стать ежедневной потребностью. Только воспитание этой потребности в студенческие годы, позволит обеспечить в будущем сохранения здоровья. Целесообразность укрепления уровня здоровья студентов в высших учебных заведениях важно еще потому, что именно в это время закладывается фундамент отношения молодых людей к жизненным ценностям, которыми они руководствуются в дальнейшем.

По мнению специалистов, наиболее перспективным, доступным и эффективным направлением достижения максимально положительного результата в вопросе формирования навыков здорового стиля жизни студенческой молодежи, является всестороннее использование средств физического воспитания, как основного фактора улучшения состояния здоровья молодежи. Отечественной и мировой наукой накоплен немалый опыт, который подтверждает необходимость систематических физкультурных занятий [2, 3, 4].

Цель исследования: изучение культуры здорового стиля жизни студентов ГСГУ.

Материалы и методы исследования. Теоретический анализ и обобщение литературных источников, опрос студентов.

Анализ литературных источников по опыту особенностей работы со студенческой молодежью показал, что самым сложным аспектом этого направления является проблема обеспечения внутренней мотивации и осознание студентами необходимости ведения здорового образа жизни. Достижение положительного результата в укреплении здоровья является фундаментальной основой формирования в сознании студентов потребности в здоровом образе жизни.

Результаты и их обсуждение. Анализируя опыт работы со студентами нашего вуза можно констатировать факт отсутствия внутренней мотивации и осознания студентами необходимости ведения здорового стиля жизни. Достижение положительного результата в укреплении здоровья является фундаментальной основой формирования в сознании студентов потребности в здоровом стиле жизни.

Для достижения поставленной цели исследования, нами было проведено опрос студентов 1–3 курсов экономического факультета на базе университета. При проведении анкетирования предполагалось выявить отношение студентов различных курсов к ведению здорового стиля жизни.

По данным опроса, проведенного среди студентов экономического факультета ГСГУ, здорового стиля жизни стараются придерживаться около 15% обучающихся. Лишь 12,6%

опрошенных студентов следуют критериям режима труда, отдыха и рационального питания. Более половины студентов (58%) занимаются самоподготовкой в позднее вечернее время (с 20 до 24 часов), при этом 35% из них приступают к занятиям после 23 часов, что приводит к недостаточной продолжительности сна.

Большинство опрошенных студентов согласны с мнением о том, что «культура здоровья» представляет собой неотъемлемый критерий общей культуры человека. Одной из фундаментальной составляющей здорового стиля жизни, студенты назвали корректное питание (31,7%), правильно организованный сон и отдых (27,3%), отказ от вредного воздействия курения и алкоголя (23,2%). В тоже время, недостаточно высокая оценка была у проблемы низкого уровня двигательной активности, гигиены.

По данным нашего опроса более 44,6% респондентов не знают многих вопросов по рациональному питанию, средствам физической культуры, нормам двигательного режима и т.д. Наиболее проблемными оказались знания об использовании здорового стиля жизни в современных условиях обучения студентов. Студенты, как показало исследование, не знают, как правильно использовать составляющие здорового образа жизни в режиме обучения, как сохранить и улучшить показатели собственного здоровья и т.д.

Заключение. По данным нашего исследования становится очевидным факт низкого уровня культуры здоровья студентов ГСГУ. Основопологающими задачами, на наш взгляд обозначается выполнение разъяснительных бесед о применение здорового стиля жизнедеятельности в практическом применении, повышение уровня мотивации к физкультурным занятиям, воспитание необходимости повышения функциональных и адаптивных возможностей организма, направленных на развитие и саморазвитие физической культуры человека.

Использованная литература

1. Аكوпова, М.А. Организационно-педагогические условия формирования культуры здоровья студентов гуманитарного профиля воспитания / М.А. Аكوпова, Н.В. Попова // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 2. – С. 8 – 10.
2. Боброва, Г.В. Физическое воспитание студентов специальной медицинской группы: методические рекомендации / Г.В. Боброва, Т.А. Глазина, О.В. Андронов. Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 73 с.
3. Бондарь, С.Б., Малофеев, А.Ю., Смирнова, В.А. Оптимизация функционального состояния студентов специальных медицинских групп. Актуальные проблемы теории и практики физической культуры и спорта: материалы Всероссийской научно-практической конференции / С.Б. Бондарь, А.Ю. Малофеев, В.А. Смирнова и др. Ульяновск, 2004. – С.19.
4. Перова Г. М. Исследование эффективности организации учебного процесса по предмету «Физическая культура» для студенток подготовительной группы педагогического вуза: дисс. канд. пед. наук: 13.00.04/ Галина Михайловна Перова; Тульский гос. пед. ун-т. – СПб. 2004. – С. 14-21.

РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ С УЧЕТОМ ИНТЕРЕСОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Л.А. Глинчикова, Е.О. Ширшова, В.И. Калягин

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта»,
Российская Федерация
e-mail: loraglin@mail.ru

Актуальность. Основной целью физического воспитания обучающихся в вузе является содействие подготовке высококвалифицированных гармонически развитых специалистов. Чтобы достичь данной цели необходимо решить следующие задачи. 1) Содействовать всестороннему развитию организма для сохранения, укрепления здоровья обучающихся и поддержания высокого уровня их работоспособности на