

УДК 796.011.1

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СИСТЕМЕ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

*Медвецкая Наталья Михайловна, доцент кафедры ТМФК и спортивной
медицины*

*Витебский государственный университет имени П.М. Машерова,
Витебск, Республика Беларусь*

Ключевые слова: *физическая культура и спорт, студенты, личностные ценности.*

Аннотация. *В статье рассматривается отношение студентов различных специальностей к занятию физической культурой и спортом. Проведено анкетирование студентов факультета физической культуры и спорта (ФФК и С) и факультета социальной работы и практической психологии (ФСР и П) университета. Студенты, в основном спортсмены, отмечают заметное положительное влияние занятий физическими упражнениями на успехи в практической деятельности. Это в значительной мере объясняет противоречие между высокой значимостью физической культуры и спорта в системе жизненных ценностей и реальным отношением к физической культуре.*

PHYSICAL EDUCATION AND SPORT IN THE SYSTEM OF LIFE VALUES OF STUDENTS

*Medvetskaya Natalya Mikhailovna, Associate Professor of the Department of
TMFK and Sports Medicine*

*Vitebsk State University named after P.M. Masherova,
Republic of Belarus*

Key words: *physical culture and sports, students, personal values.*

Annotation. *The article examines the attitude of students of various specialties to physical culture and sports. A survey of students of the Faculty of Physical Culture and Sports (FFK and S) and the Faculty of Social Work and Practical Psychology (FSP and P) of the University was carried out. Students, mostly athletes, note a noticeable positive effect of physical exercise on success in practical activity. This largely explains the contradiction between the high importance of physical culture and sports in the system of life values and the real attitude to physical culture.*

Актуальность. Можно констатировать, что занятия физической культурой и спортом занимают достаточно высокое место в системе жизненных ценностей студенческой молодежи и представляют как самостоятельную ценность (ощущение радости и красоты движений, удовлетворенность от достигнутых результатов и т.д.), так и средство формирования и развития важнейших личностных качеств (физических, волевых, интеллектуальных) [1].

Физические качества и качества, вырабатываемые в процессе занятий физическими упражнениями, студенты отмечают их в ряду наиболее значимых личностных. Но между высокой оценкой значимости физической культуры студентами и их практической деятельностью не всегда существует взаимосвязь.

Материал и организация исследования. Проведено анкетирование студентов факультета физической культуры и спорта (ФФК и С) и факультета социальной работы и практической психологии (ФСП и П).

Результаты и их обсуждения. Студенты обоих факультетов признают важность физической культуры или хотели бы ею заниматься. Интересно, как студенты различно оценивают влияние физических упражнений на ценности и качества, которые прямо зависят от степени их тренированности.

Так 66,3% юношей и 57,3% девушек спортивного факультета отметили некоторую зависимость умственного развития от занятий физической культурой. В меньшей (незначительной) степени получены аналогичные ответы у студентов специальности социальные педагоги. Существование связи между физической подготовленностью и успеваемостью отмечено и другими исследователями

Студенты, в основном спортсмены, отмечают заметное положительное влияние занятий физическими упражнениями на успехи в практической деятельности (68,5% юношей, 66,9% девушек). В то же время влияние этих занятий на формирование подготовленности к избранной профессии вызывает у студентов ФСП и П серьезные сомнения. Это в значительной мере объясняет противоречие между высокой значимостью физической культуры и спорта в системе жизненных ценностей и реальным отношением к физической культуре [3].

Обязательным условием физической культуры личности является физическая активность. В исследованиях проблем организации двигательной деятельности студентов отмечается отсутствие положительной динамики.

По разным данным физической культурой во внеучебное время регулярно занимались не более 80% студентов, причем это утверждение относится к спортивному факультету, где обязательным по учебной программе является

повышение спортивного мастерства.

Путем анкетирования выделили факторы, отрицательно влияющие на физическую подготовленность студентов:

- пассивный отдых (более 2,5 ч в день);
- недостаток сна (менее 8 ч);
- недостаточно времени для приема пищи (менее 50 мин);
- длительная самоподготовка (более 4,5 ч).

Наиболее приемлемым студентам основным видом двигательной активности является медленная ходьба, причем 11 % студентов факультета ФСП и П вообще не желают заниматься физической культурой без объяснения причин. Студенты неизменно предпочитают организованные, а не самостоятельные занятия физической культурой и спортом [2].

Студенты социальные педагоги до 35% желают приобщиться к занятиям в спортивных секциях, но по разным причинам не могут этого сделать. Они указали основные причины:

- недостаточность свободного времени;
- включенность в активную научную деятельность;
- недостаточная требовательность к себе;
- отсутствие условий для занятий;
- наличие некоторых хронических заболеваний (сколиоз, сахарный диабет, миопии).

В 2003 году в Белоруссии была введена в действие учебная программа для высших учебных заведений (для групп специального учебного отделения).

Выводы. Составители программы указывают, что необходимость в разработке такой программы продиктована ежегодно увеличивающимся количеством студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальным медицинским группам (до 30-40%). Отклонения в состоянии здоровья данного контингента занимающихся не позволяют в полном объеме выполнять базовую программу по физической культуре, которая для данных студентов имеет свои методические особенности.

В случае невозможности распределения студентов на группы по заболеваниям необходимо комплектование учебных групп на основании показателей реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку.

Список литературы

1. Кряж, В.Н., Куликович, Е.К. Физическая культура и спорт в системе жизненных ценностей студенческой молодежи // Вопросы теории и практики физической культуры и спорта. Выпуск 23. – Мн.: Полымя, 1993. – С. 20-24.
2. Чернов Л.Я. Волейбол как средство физического воспитания студентов специального учебного отделения вуза: автореф. дис. канд. пед. наук. - Красноярск,

2000. – 25 с.

3. Якубенко Ю.Л. Сочетание учебных и самостоятельных занятий, обеспечивающее должный уровень двигательной активности и физической подготовленности студентов: автореф. дисс...канд. пед. наук. – М., 1990. – 24с.