

Министерство спорта, туризма и молодежной политики
Департамент по молодежной политике, физической культуре, спорту
Администрации Томской области
Томский государственный университет
Факультет физической культуры

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

*Материалы Всероссийской научно-практической конференции
памяти В.С.Пирусского*

Томск, 12-13 ноября 2009 года

по сравнению с теми показателями, что мы наблюдали до применения экспериментальной методики.

Список литературы:

1. Виленский М. Я. Студент как субъект физической культуры / М.Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 10. – С. 2-5.
2. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия: Пер. с англ.– М.: ФиС, 1989. – 224 с.
3. Оздоровительная аэробика: методические рекомендации. Часть 1 / Сост.: Л.М. Беженцева, Е.С. Иноземцева, Л.А. Черепанова. – Томск: Изд-во ТГУ, 2008. – 55 с.
4. Потовская Е.С., Кабачкова А.В., Шилько В.Г., Капильевич Л.В. Воспитание силовых качеств у студенток физкультурной специализации «бодибилдинг» // Теория и практика физической культуры. 2008. № 10. С. 17 – 20.
5. Шилько В.Г. Физическое воспитание студентов с использованием личностно-ориентированного содержания технологий избранных видов спорта: Учебное пособие / В. Г. Шилько. – Томск: ТГУ, 2005. – 176 с.

**К ВОПРОСУ О РОЛИ МОТИВАЦИИ В ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ
К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Радаева С.В. (Томский государственный университет, г. Томск)

В настоящее время выявление ценностей молодежи является актуальным. Эта актуальность связана также с повышенным динамизмом сегодняшних социальных процессов и с их содержанием. Прежде чем перейти к анализу предпочтений студентов в сфере физической культуры, мы сочли необходимым проанализировать их мотивационные предпочтения в отношении профессиональных интересов, образа жизни и распределения свободного времени. Для этого были проанализированы результаты анкетного опроса студентов 1–3-го курсов, посещавших учебные занятия по физическому воспитанию в учебное и свободное от основных занятий время. Анкетирование проводилось дважды – в начале 1-го курса и по окончании 3-го курса (табл. 1).

Таблица 1

Удовлетворенность студентов выбором будущей профессии, %.

Вариант ответа	Учебная форма занятий				Внеучебная форма занятий			
	Мужчины		Женщины		Мужчины		Женщины	
	1-й курс	3-й курс	1-й курс	3-й курс	1-й курс	3-й курс	1-й курс	3-й курс
Да	24,3	42,6%	58,3%	48,1%	18,2%	74,8%	36,6%	54,1%
Нет	13,1	10,5%	7,8%	12,4%	18,5%	8,3%	32,8%	25,5%
Затрудняюсь ответить	62,6	46,9%	33,9%	39,5%	63,3%	16,9%	30,6%	20,4%

Профессиональная мотивация, несомненно, так или иначе, связана с жизненными ценностями молодежи и отражается в их жизненных целях, планах и предпочтениях. На вопрос, удовлетворены ли студенты выбором своей профессии, выяснилось, что на первых курсах они еще не имеют полного представления о будущей специальности, поэтому представители обеих экспериментальных групп ответили «затрудняются ответить» на этот вопрос. Эта ситуация вполне закономерна, поскольку на первых курсах респонденты только начинают знакомиться со спецификой своей будущей профессии. Лишь на третьем курсе они смогли дать более точный ответ; к этому времени у многих уже имеется более или менее определенный жизненный план.

Постоянно возрастающий объем учебных нагрузок в вузах предъявляет высокие требования к работоспособности. В то же время интенсификация учебной деятельности приводит к снижению объема двигательной активности, повышению утомляемости и другим негативным последствиям, что отрицательно сказывается на состоянии здоровья. В третьем вопросе нашей анкеты, мы попросили студентов указать те причины, которые мешают им иметь более высокие показатели в учебе. Проведя статистический анализ результатов, мы обнаружили, что в настоящее время у мужчин приоритетными причинами в порядке значимости являются «состояние здоровья», «низкий уровень физического развития» и «отсутствие свободного времени». Следом в порядке убывания оказались «плохие бытовые условия», «длительное отсутствие семейного уюта» и «плохие условия организации обучения».

Для женщин в разряд актуальных причин попали также «состояние здоровья», «отсутствие свободного времени», «тяжелые климатические условия», затем «низкий уровень физического развития», «плохие бытовые условия» и «длительное отсутствие семейного уюта» (табл. 2).

Таблица 2

Причины, влияющие, по мнению студентов, на показатели учебной деятельности, %

Причины	Учебная форма занятий				Внеучебная форма занятий			
	Мужчины		Женщины		Мужчины		Женщины	
	1 курс	3 курс	1 курс	3 курс	1 курс	3 курс	1 курс	3 курс
Низкий уровень физич. развития	35,8	32,6	28,9	26,7	35,3	31,6	28,9	37,1
Низкая работоспособность	25,8	21,4	23,2	23,3	25,3	33,3	22,2	28,7
Плохие бытовые условия	18,1	28,6	18,0	30,0	17,6	19,0	20,1	14,3
Тяжелые климатические условия	16,2	15,3	12,5	16,1	13,5	14,7	12,0	13,0
Длительное отсутствие от семейного уюта	16,9	14,6	10,1	13,3	10,6	13,8	12,6	12,3
Плохая организация обучения	16,8	13,1	14,2	11,6	11,7	12,8	13,3	12,6
Состояние здоровья	45,2	38,6	38,0	28,3	35,8	43,1	32,4	44,6
Другое	51,3	46,2	34,1	21,6	44,9	47,6	33,8	34,0

Конечно, тревожным моментом является то, что студенты указали «состояние здоровья» как одну из важных причин, которая мешает им иметь более высокие показатели в учебе. Результаты полученных данных подтверждают, что уровень физического развития в определенной мере отражает состояние здоровья человека. Следовательно, систематическое наблюдение за показателями физического развития студентов можно использовать в качестве критерия при проведении профилактических мероприятий по сохранению здоровья.

Под причиной «Другое» студенты подразумевали отсутствие свободного времени. Свободное время студентов – эта та часть внеучебного времени, которая посвящается отдыху, общественной деятельности, самообразованию, занятиям по интересам, в том числе физической культурой и спортом. В среднем у студентов 1–3-го курсов ТГУ оно составляет от 2 до 3,5 часов в сутки. Его нехватка отрицательно сказывается на показателях в учебе. Именно наличие

свободного времени, по мнению респондентов, определяет возможность реализации личности в духовном и физическом совершенствовании.

«Тяжелые климатические условия» занимают следующее место в рейтинге причин. Дело, очевидно, в том, что значительное число студентов ТГУ приехали из разных городов, областей, республик, где климато-географические условия отличаются от условий Сибири.

У первокурсников эта причина выражена заметней, что, вероятно, вызвано изменением социального статуса, а для некоторых и места жительства; это можно связать и с адаптацией организма к новым климатическим условиям. Существенного различия в ответах студентов экспериментальных групп не выявлено, т.е. причины, которые мешают иметь более высокие показатели в учебе, являются для обеих форм обучения одинаково значимыми.

Подводя итоги по следующему нашему вопросу: «Устают ли студенты во время основных занятий и занятий физической культурой», мы получили такие данные. На первых курсах студенты ведущее место отводят причине, связанной с усталостью от напряженной учебы, с перестройкой образа жизни. В то же время это свидетельствует об их слабой образовательной подготовке, отсутствии ясных представлений о возможности восстановления умственной работоспособности средствами физической культуры. По этой же причине студенты не владеют обратной связью, раскрывающей положительные сдвиги в состоянии здоровья под влиянием систематических занятий физическими упражнениями.

Так как учебная деятельность – напряженный труд, требующий полной отдачи сил, одной из важнейших задач современной педагогической науки является разработка алгоритма двигательной активности, способствующего повышению физической подготовленности и укреплению здоровья студентов. Анализ результатов социологического опроса позволяет сделать вывод, что большую усталость студенты испытывают после основных учебных занятий. На занятиях физической культурой «не чувствуют усталость» и чувствуют ее «лишь иногда» главным образом студенты, которые занимаются по учебному расписанию, особенно это прослеживается у мужского контингента. Учитывая, что двухразовые занятия физической культурой в неделю не решают проблему обездвиженности современного студента, целесообразно во время занятий больше внимания уделять формированию потребности в регулярных занятиях физической культурой. Эту задачу успешно могут решить самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Таким образом, структура мотивационных устремлений является важным компонентом физической культуры человека и во многом определяет вовлеченность в занятия физическим воспитанием. В результате исследований было установлено, что структура мотиваций и форма (учебная и внеучебная) их реализации являются важными факторами в формировании мотивационных устремлений студентов к профессиональной деятельности.

Список литературы:

1. Шилько В.Г. Физическое воспитание студентов с использованием личностно-ориентированного содержания технологий избранных видов спорта: Учебное пособие для студентов вузов. Томск: ТГУ, 2005.
2. Радаева С.В. Физическое воспитание студентов нефизкультурного вуза на основе спортивно-ориентированных технологий: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. Красноярск, 2008.

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ПОВЫШЕНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ

Серeda O.H.

(ГOУ СПO Киселевский педагогический колледж, г. Киселевск)

Физическое воспитание, физическая культура, спортивная тренировка - неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса. В Киселёвском педагогическом колледже, где имеется физкультурное отделение, которое готовит учителей физической культуры с дополнительной подготовкой в области спортивной тренировки, роль перечисленных компонентов особенно велика. Физическое воспитание и физическая культура студентов направлена не только на укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности, но и на развитие творческой активности студентов в повышении уровня знаний в области спортивной тренировки. Деятельность учителя физической культуры и тренера связана со многими областями знаний - физиологией, анатомией, теорией и методикой физического воспитания, биохимией, педагогикой, психологией, а также со специальными учебными дисциплинами, которые необходимы будущим тренерам. С 2003 года студенты физкультурного отделения колледжа обучаются по программе повышенного уровня. Тем самым им даётся возможность изучить глубже и шире методику избранного вида спорта, овладеть необходимыми знаниями, умениями и навыками в проведении тренировочного занятия, совершенствовании методики отбора юных спортсменов и т.д.

Спортивная тренировка является продолжением физического воспитания студенческой молодёжи. Студенты Киселёвского педагогического колледжа физкультурного отделения посещают тренировочные занятия по баскетболу, волейболу, легкой атлетике в обязательном порядке, студенты отделения преподавания в начальных классах и дошкольного образования - по своим спортивным данным.

Спортивная тренировка студентов состоит из общей физической подготовки, специально-физической подготовки, интегральной, тактической, морально-волевой, технической, теоретической подготовки.