

НОЧЕВНАЯ Инга Сергеевна

*Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь*

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ЮНОШЕЙ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

На основании анализа данных анкетирования и анализа практического опыта в статье рассматриваются особенности физического воспитания юношей в учреждениях высшего образования. Конкретизированы мотивационно-ценностные ориентации студентов для повышения качества проведения учебных занятий.

Ключевые слова: здоровье; физическая культура; физическая подготовленность; интерес; учебные занятия; студенты.

PECULIARITIES OF PHYSICAL EDUCATION FOR MALE STUDENTS IN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

Based on the analysis of the questionnaire data and practical experience, the peculiarities of physical education for male students in higher educational establishments are considered in the article. Students' motivation and value orientations are concretized to improve the quality of training sessions.

Keywords: health; physical culture; physical fitness; interest; training sessions; students.

Введение. Многочисленные научные исследования показывают, что в современном обществе наблюдается устойчивая тенденция к ухудшению здоровья населения, в том числе студенческой молодежи. Одной из ключевых социально-личностных компетенций выпускника учреждения высшего образования, согласно образовательному стандарту, является владение им навыками здоровьесбережения [3].

Большая часть жизни студента проходит в стенах университета. Физкультурно-спортивная деятельность юношей в учреждениях высшего образования является одним из эффективных механизмов объединения личных и общественных интересов, развития общественно значимых индивидуальных потребностей [4].

Система физической культуры в университете должна быть направлена на то, чтобы организовать физическое воспитание с учетом интересов каждого студента, т. е. личность студента рассматривается в качестве главной ценности педагогического процесса [4, 5].

При планировании учебного процесса по физической культуре с юношами, под-

боре средств и методов обучения необходимо учитывать как анатомо-физиологические, психические особенности, так и мотивационный компонент. При воспитании личностных качеств и развитии физических способностей необходимо также помнить, что юношам предстоит служба в армии.

Интерес к занятиям физическими упражнениями возникает на основе тех мотивов и целей физкультурно-спортивной деятельности, которые связаны: с удовлетворением самим процессом занятий (эмоциональность, новизна, разнообразие, общение); с достижением результата (приобретение новых знаний, умений и навыков, овладение разнообразными двигательными действиями, улучшение результата); с перспективой занятий (физическое совершенство и гармоничное развитие, воспитание личностных качеств, укрепление здоровья, повышение спортивной квалификации) [4, 5].

Основная часть. Целью настоящего исследования было выявление особенностей физического воспитания юношей в учреждениях высшего образования.

При проведении исследования были использованы следующие методы:

– анализ научно-методической литературы, освещающей состояние проблемы в современном обществе;

– социологический опрос в форме анкетирования посредством заполнения Google формы;

– математико-статистическая обработка данных.

Исследование проводилось в январе – феврале 2022 года. В нем приняли участие 333 студента 1–4-х курсов основного (52,9 % или 176 человек) и подготовительного (47,1 % или 157 человек) учебных отделений. Из них 62 студента Минского государственного лингвистического университета (МГЛУ), 209 студентов Белорусского национального технического университета (БНТУ), 62 студента Белорусского государственного медицинского университета (БГМУ).

Численность анкетированных по курсам обучения распределилась следующим образом: 47,7 % (159 человек) – студенты 1-го курса, 27,9 % (96 студентов) – 2-го курса, 14,7 % (49 человек) – 3-го курса, 9,7 % (29 респондентов) студенты 4-го курса.

Анкета включала в себя перечень вопросов, позволяющих выявить оценку собственного здоровья, круг спортивных интересов, отношение студентов к занятиям физической культурой в школе и в университете, а также самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

В ходе опроса по субъективным ощущениям состояния своего здоровья было выявлено, что только 39,6 % респондентов оценили его как хорошее, 53,7 % – как удовлетворительное, 2,7 % – как неудовлетворительное, 1,8 % – плохое, 2,2 % – затруднились ответить. По частоте заболеваемости респираторными заболеваниями 70,9 % респондентов отметили, что болеют 1–2 раза в год, но не более недели, 14,1 % – болеют более 3 раз в год или более месяца, 15,0 % – не болеют. Хронические

заболевания есть у 23,7 % респондентов. 45,9 % респондентов отводят на сон в среднем 6–7 часов, 43,9 % – 8–9 часов, 8,7 % – 4–5 часов, 1,5 % – 10–12 часов. Режим питания у 52,0 % респондентов хаотичный. Спиртные напитки 1–2 раза в неделю употребляют 19,2 % респондентов, 37,8 % – не употребляют, 40,2 % – употребляют по праздникам, 2,8 % – чаще 2 раз в неделю. Подвержены курению 26,1 % опрошенных.

Переходя к модулю о физической культуре в школе было выявлено, что 79,6 % респондентов посещали уроки физической культуры в школе и занимались на них, 11,7 % – занимались от случая к случаю, 6,3 % – не посещали, 2,4 % респондентов дополнили вариант ответа «другое» следующим образом: не посещал; посещал, но занятия не проводились; сидел на скамейке. 24,3 % респондентов отметили отрицательное отношение к урокам физической культуры в школе, 18,0 % – затруднялись ответить, 57,7 % – нравились уроки в школе.

Только 16,2 % респондентов считают свою физическую подготовленность отличной, 69,4 % – удовлетворительной, 14,4 % не удовлетворены своей физической подготовленностью. 51,1 % опрошенных занимались различными видами спорта, 10,8 % из них имеют спортивный разряд от третьего и выше.

33,7 % респондентов считают, что учебная дисциплина «Физическая культура» должна быть факультативной на всех курсах обучения, 26,4 % – что дисциплина нужна только на 1–2 курсе, и только 21,0 % – что дисциплина нужна на всех курсах, 12,0 % – дисциплина не нужна, 6,9 % – затруднились ответить.

39,0 % опрошенных считают достаточным занятия 1 раза в неделю, 51,4 % – 2 раза в неделю, 9,3 % – 3 раза в неделю, 0,3 % – 4 раза в неделю. После поступления в университет у 61 % опрошенных отношение к учебной дисциплине не изменилось, у 9,5 % респондентов изменилось в лучшую сторону, у 19,5 % отношение ухудшилось.

На вопрос «Как Вы считаете нужно ли разделять группы на занятия по половому признаку?» только 16,5 % опрошенных ответили утвердительно, 71,8 % считают, что в этом нет необходимости, 11,7 % – затруднились ответить.

Только 54,1 % респондентов занимаются физической культурой и спортом вне учебного времени. Наиболее частые виды двигательной активности – это посещение тренажерного зала, игровые виды спорта (баскетбол, волейбол).

Целью посещения учебных занятий для 77,8 % респондентов является получение зачета, в оставшиеся 22,2 % вошли такие ответы, как укрепить здоровье, иметь разностороннюю физическую подготовку. Главными причинами пропусков занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» 35,7 % респондентов указали уважительную причину, имея оправдательный документ, 19,2 % отметили неудобное расписание, 11,1 % респондентов пропускают из-за работы, в основном это студенты 3–4 курсов, 4,9 % пропускают, так как не любят данную дисциплину, 28,8 % респондентов не пропускают занятия, 1,2 % – поездка домой.

Только 8,4 % респондентов принимают участие в спортивных мероприятиях, проводимых в УВО, 65,2 % опрошенных не принимают участие и не знают о них. Предположительно это связано с пандемией Covid-19, когда большинство физкультурно-спортивных мероприятий в университете были отменены. 26,4 % опрошенных ответили, что хотели бы принять участие.

Только 25,5 % респондентов улучшают свои результаты контрольных нормативов из года в год, 21,7 % – не улучшают, 31,8 % – не знают свои результаты, 21,0 % – это не важно.

41,1 % респондентов посещают учебные занятия по физической культуре в безразличном настроении, 53,2 % – испытывают позитивный настрой, 5,7 % респондентов

идут на занятия в плохом настроении. В целом 76,0 % респондентов удовлетворены качеством проведения занятий по физической культуре.

В процессе анкетирования студентам было предложено оценить педагогическое мастерство и профессионализм своего преподавателя. 44,3 % респондентов отметили грамотность преподавателя и хорошее владение предметом, 48,8 % выбрали такие варианты ответа, как опытный, внимательный, тактичный, 2,1 % – невнимательный, 1,4 % – неграмотный, 3,4 % – нудный. Общекультурный уровень преподавателя респонденты оценили следующим образом: 48,4 % – культурный, доброжелательный, 43,8 % – вежливый, коммуникабельный, 2,0 % – грубый, 2,1 % – безразличный, 0,7 % – посредственный, 2,0 % – неуравновешенный. Большая часть респондентов – 43,2 % отметили, что учебные занятия разнообразные, познавательные и развивающие, 22,7 % – однообразные, 15,3 % – неинтересные, 10,6 % – бесполезные, 8,2 % – скучные.

На вопрос «Получаете ли Вы теоретические знания на занятиях по «Физической культуре»? утвердительно ответили 63,7 % респондентов. 25,5 % опрошенных отметили, что хотели бы получать знания о влиянии физических упражнений на организм, 52,1 % – средствах для формирования телосложения, 22,4 % – средствах для развития двигательных способностей.

В следующем модуле вопросов респондентам было предложено оценить уровень практических навыков, сформированных на учебных занятиях по физической культуре: 33,9 % респондентов оценили его, как высокий, 57,4 % – как средний, 8,7 % отметили низкий уровень практических навыков.

Самостоятельно составить комплекс общеразвивающих упражнений могут 44,1 % опрошенных, 37,9 % не пробовали это сделать, 18,0 % дали отрицательный ответ.

Значительное место в процессе обучения занимает материально-технический

фактор. 49,2 % респондентов оценило качество спортивной базы как отличное, 44,1 % – удовлетворительное, неудовлетворительным место занятий считают 6,7 % респондентов. Также студентам было предложено оценить разнообразие и качество спортивного инвентаря, используемого на занятиях: 76,9 % опрошенных ответили, что есть в наличии и используется разнообразный инвентарь, 15,6 % – инвентарь есть в наличии, но не используется, 7,5 % респондентов – инвентарь находится в неудовлетворительном состоянии.

В рамках проведенного анкетирования было выявлено, что наиболее часто на занятиях используются следующие виды двигательной активности: 42,9 % – атлетическая гимнастика, 15,4 % – легкая атлетика (бег, ходьба), 9,4 % – настольный теннис, 10,4 % – баскетбол, 7,7 % – волейбол, 9,8 % – футбол, 4,4 % – плавание.

«Какие современные оздоровительные системы используются на занятиях?»: 76,5 % – оздоровительная аэробика, 6,3 % – пилатес, 14,2 % – ритмическая гимнастика, 2,1 % – стретчинг, 3,9 % – ничего из перечисленного.

Для выявления интересов юношей им был предложен вопрос «Чем бы Вы хотели заниматься на учебных занятиях на постоянной основе?»: 18,4 % – плавание, 4,2 % – настольный теннис, 28,5 % – атлетическая гимнастика, 14,7 % – волейбол, 11,8 % – баскетбол, 19,2 % – футбол, современные оздоровительные системы (йога, пилатес) – 3,2 %.

О необходимости занятий во время сессии/каникул 51,1 % респондентов ответили, что они нужны тем, кто сам хочет, 9,9 % – занятия нужны всем, 36,9 % – занятия не нужны, 2,1 % – затруднились дать ответ.

Заключение. Результаты проведенного исследования позволяют сформировать следующие выводы:

Реализация такой ценности как «здоровье» в повседневной жизни у студентов сформирована недостаточно, что препятствует его сохранению и укреплению. Важным аспектом является формирование у юношей мотивов и потребности в систематических самостоятельных занятиях физическими упражнениями во внеучебное время. Реализация данной цели возможна на основании общего физкультурного образования студентов.

Широкое применение информационно-коммуникативных технологий в обучении дает возможность студенту в большей степени освоить теорию и методику физического воспитания и расширить свои знания.

Для повышения заинтересованности студентов в физкультурной деятельности следует активнее привлекать юношей к участию в физкультурно-оздоровительных и/или спортивно-массовых мероприятиях.

При построении и организации учебных занятий необходимо использовать индивидуальный подход, учитывать интересы, мотивы юношей, а также делать упор на подготовку к будущей профессиональной деятельности и службе в армии.

1. Коледа, В. А. *Основы физической культуры : учеб. пособие* / В. А. Коледа, В. Н. Дворак. – Минск : БГУ, 2016. – 191 с. : ил.

2. Коледа, В. А. *Педагогика физического воспитания студентов* / В. А. Коледа, В. И. Новицкая // Журнал Белорусского государственного университета. Журналистика. Педагогика. – 2019. – № 2. – С. 74–80.

3. Купчинов, Р. И. *Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи: пособие для преподавателей и кураторов средних специальных и высших учебных заведений* / Р. И. Купчинов. – Минск : ИВЦ Минфина, 2004. – 211 с.

4. *Физическая культура студента : учеб.* / под ред. В. И. Ильича. – М. : Гардарики, 2000. – 448 с.

5. Хижевский, О. В. *Физическое воспитание студентов. монография* / О. В. Хижевский, Р. И. Купчинов. – Минск : БГПУ, 2019. – 400 с.