

физической культуры в учебном труде студентов играет существенную роль в его оздоровлении и повышении работоспособности.

Приобщение студенческой молодежи к физической культуре – важное слагаемое в формировании здорового образа жизни. Наряду с широким развитием и дальнейшим совершенствованием организованных форм занятий физической культурой, решающее значение имеют самостоятельные занятия физическими упражнениями. Современные сложные условия жизни диктуют более высокие требования к биологическим и социальным возможностям человека.

Всестороннее развитие физических способностей студентов с помощью организованной двигательной активности (физической тренировки) помогает сосредоточить все внутренние ресурсы организма на достижении поставленной цели, повышает работоспособность.

Динамика учебного процесса с его неравномерностью распределения нагрузок и интенсификацией во время экзаменационной сессии является своего рода испытанием организма студентов. Происходит снижение функциональной устойчивости к физическим и психоэмоциональным нагрузкам, возрастает негативное влияние гиподинамики, нарушений режимов труда и отдыха, сна и питания, интоксикации организма из-за вредных привычек; возникает состояние общего утомления, переходящее в переутомление.

Позитивный характер изменений умственной работоспособности достигается во многом при адекватном для каждого индивида использовании средств физической культуры, методов и режимов воздействия. Обобщенными характеристиками эффективного внедрения средств физической культуры в учебный процесс, обеспечивающих состояние высокой работоспособности студентов в учебно-трудовой деятельности, являются: длительное сохранение работоспособности в учебном труде; ускоренная вырабатываемость; способность к ускоренному восстановлению; малая вариабельность функций, несущих основную нагрузку в различных видах учебного труда; эмоциональная и волевая устойчивость к сбивающим факторам, средняя выраженность эмоционального фона; снижение физиологической стоимости учебного труда на единицу работы.

1. Брехман, И. И. Валеология – наука о здоровье / И. И. Брехман. – М., 1990.
2. Васильева, О. С. Книга о новой физкультуре / О. С. Васильева, Л. Р. Правдина. – Ростов н/Д., 2001.
3. Физическая культура студента: учебник / В. И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2003.

ОЦЕНКА СТУДЕНТАМИ БГУФК КАЧЕСТВА ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛУГ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФАКУЛЬТЕТОВ ОФКИТ И СИИЕ

Цымбалюк Е.А., канд. пед. наук, доцент,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

С января 2011 года научно-исследовательский коллектив кафедры философии и истории БГУФК работает над темой «Качество высшего физкультурного образования как фактор становления профессиональной культуры специалиста: социально-антропологический аспект». В рамках заявленной проблемы представляется важным выяснить отношение студентов физкультурного вуза к содержанию и качеству преподавания отдельных дисциплин, к отдельным формам учебной работы, к собственной успеваемости и мн. др. С этой целью была разработана программа социологического исследования с соответствующей анкетой, результаты внедрения которой представлены ниже.

Анкетный опрос 34 студентов 3-го курса факультета ОФКИТ и 34 студентов 3-го курса факультета СИИЕ в феврале – мае 2013 года показал следующее. Студенты двух факультетов отличаются в своем отношении к учебному процессу. Более половины респондентов ОФКИТ (57,1 %) к учебному процессу равнодушны, в то время как подобное отношение на факультете СИИЕ испытывают менее четверти респондентов (23,25 %). Соответственно, позитивные чувства к обучению питают лишь 20,45 % респондентов ОФКИТ, в то время как на факультете СИИЕ их более половины (67,62 %). Одновременно именно на факультете ОФКИТ есть студенты, относящиеся к учебному процессу в большом интересом (17,1 %), чего нельзя сказать о респондентах СИИЕ.

При этом отношение студентов двух факультетов к отдельным циклам учебных дисциплин весьма дифференцированно. Цикл социально-гуманитарных дисциплин не воспринимается студентами как нужный для их будущей профессии, лишь трети студентов ОФКИТ и половине респондентов СИИЕ интересно содержание преподаваемых в данном цикле дисциплин, однако почти половина отмечает, что социально-гуманитарные науки читают яркие, запоминающиеся педагоги. Цикл общенаучных и общепрофессиональных дисциплин

воспринимается респондентами двух факультетов как более значимый в их профессиональном становлении (ОФКиТ – 61,7 %, СИиЕ – 91,14 %), однако содержание дисциплин воспринимается менее позитивно, чем по предыдущему циклу, а уровень профессионального мастерства преподавателей трактуется как весьма низкий. Профессиональная значимость цикла специальных дисциплин, как ни парадоксально, оценивается ниже значимости предыдущего цикла. Логично предположить, что это связано с довузовским образованием студентов, в рамках которого они получили представление о данных дисциплинах. Тем не менее, в содержательном плане дисциплины специального цикла студентам весьма интересны, профессиональный же уровень преподавательского состава по дисциплинам данного цикла оценивается весьма невысоко. Безусловную профессиональную значимость представляет для студентов цикл дисциплин специализации, однако более половины респондентов недовольны содержанием преподаваемых дисциплин и подавляющее большинство опрошенных – профессиональным уровнем преподавателей.

Большинство студентов в целом понимают содержание лекционных материалов, испытывая сложности лишь с отдельными дисциплинами (ОФКиТ – 74,5 %, СИиЕ – 61,74 %). Почти 20 % респондентов ОФКиТ и незначительный процент (2,94 %) факультета СИиЕ без особого труда воспринимают содержание лекций по всем дисциплинам. Настораживает факт, что треть респондентов СИиЕ может воспринимать лекционный материал лишь по некоторым дисциплинам, а также встречаются студенты, не владеющие навыками восприятия лекционной формы занятий в принципе.

Около половины респондентов ОФКиТ и СИиЕ конспектируют лекции с целью усвоить материал и успешно сдать сессию, четвертая часть ведет конспекты для того, чтобы не заглядывать в учебники и учебные пособия, лишь порядка 20 % нуждаются в конспектах как в средстве всестороннего профессионального развития. Малая часть опрошенных не ведет конспекты. Это связано с двумя основными причинами – либо студенты не могут следить за мыслью преподавателей (процент таких студентов на факультете СИиЕ заметно выше), либо черпают нужную информацию из других источников – интернета и учебников. Порядка 6 % ведут конспекты лишь потому, что преподаватели их периодически проверяют.

Половина опрошенных отдает предпочтение разнообразным формам подачи лекционного материала, меньше четверти предпочитает писать лекции под диктовку. По остальным позициям мнения респондентов разнятся: к проблемно-поисковым лекциям в большей мере тяготеют студенты факультета ОФКиТ, к лекциям-беседам – студенты факультета СИиЕ. При этом наблюдается закономерность, что лекции-беседы предпочитают именно те студенты обоих факультетов, которые испытывают откровенные трудности с восприятием и конспектированием лекционного материала.

Типичное отношение респондентов к семинарским занятиям выглядит следующим образом: большинством опрошенных подготовка к семинару увязывается с содержанием дисциплины, если дисциплина нравится – к занятиям готовятся, если нет – остаются пассивными, т. е. такими категориями, как «должен», «обязан», данные респонденты не оперируют. Далее, по мере убывания, идут позиции «Как правило, к занятиям не готовлюсь, стараюсь тихонько отсидеться», «Моя подготовка и мера участия зависят от личности преподавателя». Лишь минимум студентов регулярно готовятся к семинарским занятиям, не занимаясь поиском причин оправдания своей лени.

Синхронно отношение студентов факультетов ОФКиТ и СИиЕ к собственной успеваемости. Почти треть данный вопрос не волнует, менее двадцати процентов начинают думать об успеваемости лишь под воздействием личности конкретного преподавателя, почти четверть относятся к успеваемости выборочно, в зависимости от того, пригодится им данный учебный курс в будущей работе либо нет, и только немногим более двадцати процентов считают, что хорошая успеваемость есть залог профессионализма в будущем (таблица 1).

Таблица 1 – Отношение студентов к собственной успеваемости (%)

Номер ответа	Содержание ответа	ОФКиТ	СИиЕ
1.1	Этот вопрос меня не очень сильно волнует	27,7	23,52
1.2	Считаю, что хорошая успеваемость – залог профессионализма в будущем	31,3	35,28
1.3	Выборочно, во многом это зависит от личности преподавателя	17,5	14,7
1.4	Выборочно, в зависимости от того, пригодится ли мне конкретный учебный курс в будущей работе	23,5	26,46

Поступление в БГУФК респонденты связывают с разными причинами. Для респондентов СИиЕ главным явилось призвание, для респондентов ОФКиТ – советы родных, друзей и тренера. Для определенного числа респондентов ОФКиТ (17,5 %) главный мотив поступления в спортивное УВО связан с желанием устроить свою личную жизнь, в то время когда для респондентов СИиЕ подобная мотивация неактуальна. Часть респондентов СИиЕ (14,7 %) пришла в УВО, чтобы получить отсрочку от армии, для респондентов же оздоровительного факультета армия не является столь обременительным фактором (таблица 2).

Таблица 2 – Мотивы поступления респондентов в БГУФК (%)

Номер ответа	Содержание ответа	ОФКиТ	СИиЕ
2.1	Считаю, что пришел по призванию	28,9	47,04
2.2	Пришел, потому что больше никуда не возьмут	8,3	5,88
2.3	Пришел по совету родных, друзей, тренера	41,7	26,46
2.4	Учусь, чтобы не призвали в армию	0	14,7
2.5	Пришел, потому что сейчас все где-то учатся	3,1	5,88
2.6	Хочу устроить личную жизнь	17,5	0

Несмотря на спорную мотивацию поступления в БГУФК, респонденты ОФКиТ более организованны и понимают необходимость учиться. Напротив, респонденты СИиЕ, имея четкую профессиональную мотивацию, не обладают нужной силой воли и способностью планировать свое учебное время (таблица 3).

Таблица 3 – Девиз при обучении в БГУФК студентов факультетов ОФКиТ и СИиЕ (%)

Номер ответа	Содержание ответа	ОФКиТ	СИиЕ
3.1	«Учиться, учиться и еще раз учиться»	64,8	20,58
3.2	«От сессии до сессии живут студенты весело»	34,8	79,38

Мотивы поступления в БГУФК и отношение к учебному процессу не могут не влиять на профессиональные планы респондентов. Менее половины респондентов факультета ОФКиТ, обучаясь уже на третьем курсе, пока не задумывались о своих профессиональных планах, и лишь менее трети хотели бы стать мастерами своего дела. На факультете СИиЕ процент профессионально ориентированных респондентов заметно выше (таблица 4).

Таблица 4 – Профессиональные планы студентов факультетов ОФКиТ и СИиЕ на будущее (%)

Номер ответа	Содержание ответа	ОФКиТ	СИиЕ
4.1	Хочу стать мастером своего дела	28,9	44,1
4.2	Не планирую остаться в профессии	17,1	20,58
4.3	Пока серьезно не задумывался	47,9	35,28

Среди факторов, которые бы способствовали обучению в БГУФК, студенты двух факультетов не находят более или менее значимых, оценивая все факторы приблизительно одинаково (таблица 5).

Таблица 5 – Значимость факторов, способствующих обучению в БГУФК, для студентов факультетов ОФКиТ и СИиЕ (средний балл)

Номер ответа	Факторы успешного обучения	ОФКиТ	СИиЕ
5.1	Способности и сила воли студента	7,9	7,38
5.2	Рабочая атмосфера в академической группе	7,6	5,7
5.3	Бытовые условия	7	9,5
5.4	Материальный достаток	6,3	6,79
5.5	Профессиональный уровень преподавателей	7,6	7
5.6	Эмоциональная атмосфера в УВО, отношение преподавателей к студентам	7,8	8,38
5.7	Материально-техническая база УВО	7,5	7,82
5.8	Обеспеченность УВО учебниками и учебными пособиями	6,8	7,52
5.9	Доступ студентов УВО к интернет-ресурсам	7,4	7
5.10	Расписание занятий	7,7	7,14
5.11	График тренировочного процесса	6,5	6,73
5.12	Транспортное сообщение с УВО	6,6	7,05

Однако в отношении основных составляющих учебно-воспитательного процесса в УВО студенты двух факультетов высказались синхронно, но более дифференцированно. В частности, наиболее высоким баллом отмечен профессиональный уровень преподавателей УВО в целом, доступ в университете к Интернет-ресурсам и материально-техническая база УВО. Несколько ниже оцениваются расписание занятий, организация культурно-массовых мероприятий, еще ниже – график тренировочного процесса, работа кураторов, организация производственной практики, широта освещения деятельности УВО в Интернете, работа библиотеки. Достаточно низко студенты оценили условия проживания в общежитии, возможность получить койко-место и помощь УВО в поиске съемного жилья (таблица 6).

Таблица 6 – Оценка студентами факультетов ОФКиТ и СИиЕ основных составляющих учебно-воспитательного процесса в БГУФК (средний балл)

Номер ответа	Основные составляющие учебно-воспитательного процесса в БГУФК	ОФКиТ	СИиЕ
6.1	Работа куратора	6,5	7,49
6.2	Расписание занятий	7,3	6,32
6.3	График тренировочного процесса	6,8	6,26
6.4	Профессиональный уровень преподавателей УВО в целом	8	8,05
6.5	Работа библиотеки	7,4	6,23
6.6	Доступ в университете к интернет-ресурсам	7,6	6,14
6.7	Материально-техническая база УВО	7,6	6,5
6.8	Организация культурно-массовых мероприятий	7,1	6,08
6.9	Возможность получить общежитие, помощь в поиске съемного жилья	4	5,26
6.10	Условия проживания в общежитии, в съемном жилье	5,4	5,08
6.11	Организация производственной практики	6,6	6,97
6.12	Широта освещения всей деятельности УВО в интернете	6	6,26

НАПРАВЛЕНИЯ ОПТИМИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Чубанов В.В.,

Челябинский государственный университет,
Российская Федерация

Согласно концепции образования Российской Федерации в области физической культуры, ее целью является формирование физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры и спорта для повышения и длительного сохранения резервов собственного здоровья, оптимизации учебной и трудовой деятельности, организации индивидуального отдыха и досуга [1, 5].

В настоящее время двигательная активность является одним из факторов гармонизирующей эволюции, представляет собой основную форму отправления, посредством которой человек не просто взаимодействует с окружающей средой, но и осуществляет ее и свое преобразование.

Оптимальный двигательный режим – основной элемент здорового образа жизни и действенное средство укрепления здоровья, повышения работоспособности и производительности умственного и физического труда.

При этом необходимо, чтобы предлагаемая и реализуемая двигательная активность обеспечивала расширение функциональных ресурсов и укрепление тех органов и систем организма, которые наиболее уязвимы в том или ином возрасте. Физическое воспитание должно быть также органически увязано с профилактикой и даже лечением конкретных заболеваний, от которых страдает в настоящее время человечество, в первую очередь подрастающее поколение, и по отношению к которым специально организованная и самостоятельная двигательная активность, наряду с рационализацией питания, закаливанием, отказом от вредных привычек, прежде всего курения, употребления алкоголя и наркотиков, и устранением других отрицательных факторов, многократно превышает возможность традиционной медицины [2, 3, 4].

Низкий уровень физического здоровья школьников, отсутствие у них сформированных ценностных ориентаций на поддержание и укрепление здоровья, дефицит двигательной активности в рамках учебных программ, крайне слабая ориентированность на формирование и развитие активности, самостоятельности и