

## ИНТЕРЕСЫ СТУДЕНТОВ ВУЗА В СФЕРЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аношкина О.Б.<sup>1</sup>, Вагапова Г.В.<sup>1</sup>, Мартынова В.А.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет имени Н.П. Огарева», Саранск, e-mail: anoshkinandrei@mail.ru, vagapova\_1992@inbox.ru;

<sup>2</sup>ФГАОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Краснодар, e-mail: viktorija2580@mail.ru

**В работе рассматривается интерес студентов вуза в сфере физкультурно-спортивной деятельности. Мы провели анализ научно-методической литературы, который показал, что студентам вузов в качестве занятий физической культуры интересны спортивные игры, в частности баскетбол. Исследования проводились на базе ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет имени Н.П. Огарева», г. Саранск, Республика Мордовия. В работе применялись следующие методы: анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетный опрос студентов; математическая статистика. В процессе опроса нами было выявлено, что обучающиеся знают, как организована физкультурно-оздоровительная работа в университете, какие секционные занятия проводятся, каковы возможности выбора вида спорта. При опросе также выявлено, что обучающиеся чаще выбирают такие виды спорта, как баскетбол, волейбол, легкая атлетика, реже – виды единоборств и новые виды спорта. При выборе спорта и посещение избранного вида основная масса спортсменов не нацелена на достижение высоких результатов, а используют для личностного развития.**

Ключевые слова: физическая культура, спорт, обучающиеся, физкультурно-оздоровительная работа, интересы студента

## THE INTERESTS OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION IN THE SPHERE OF SPORTS ACTIVITY

Anoshkina O.B.<sup>1</sup>, Vagapova G.V.<sup>1</sup>, Martynova V.A.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>National research Mordovian state university of N.P. Ogarev, Saransk, anoshkinandrei@mail.ru, vagapova\_1992@inbox.ru;

<sup>2</sup>Kuban State University of physical culture, sport and tourism", Krasnodar, e-mail: viktorija2580@mail.ru

**In work the analysis of interest of students of higher education institution in the sphere of sports activity is considered. For identification of interest of students of higher education institution in the sphere of sports activity we carried out the analysis of scientific and methodical literature. The analysis of scientific and methodical literature showed that sports, in particular basketball are interesting to students of higher education institutions to occupations of physical culture. The purpose of work is consideration of interests of students in the sphere of sports activity. Researches were conducted on the basis of The national research Mordovian state university of N.P. Ogarev, Saransk, the Republics of Mordovia. When carrying out a research the following methods were applied: analysis and generalization of scientific and methodical literature; questionnaire of students; mathematical statistics. In the course of the poll by us it was revealed that students know as work at the university what section classes are given also possibilities of the choice of sport is organized fitness work. At poll it is also revealed that students more choose such sports as basketball, the volleyball, track and field athletics, to a lesser extent choose types of single combats and new sports. When choosing sport and visit the bulk of athletes of a chosen type not on a virgin soil on achievement of good results, and use for personal development.**

Keywords: physical culture, sport, students, sports improving work, interests of the student.

В современном мире происходят заметные изменения в области инноваций оздоровительно-образовательного процесса. Тем не менее из-за ухудшения экологии окружающей среды, нестабильности жизненных ситуаций в семьях здоровье подрастающего поколения значительно снижается.

По данным Федеральной службы государственной статистики рост заболеваемости населения России с каждым годом возрастает [1].

Согласно анализу заболеваемости населения на основе данных Федеральной службы государственной статистики заболеваемость населения по основным классам болезней в 2000–2017 гг. зарегистрированных больных с диагнозом, установленным впервые в жизни, следующая: количество заболеваний в 2010 г. – 106328 случаев, в 2017 г. достигло 114382 случаев заболеваемости населения. Увеличение случаев заболеваемости, связанных с расстройствами эндокринной системы, питания и нарушением обмена веществ, в 2010 г. составило 1297 случаев, при этом в 2017 г. выявлено 2050 случаев, определенных при диагностировании впервые [2].

При анализе динамики заболеваемости населения на 1000 человек на основе статистических данных выявлено следующее: болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ в 2010 г. составили 8,9 на 1000 человек, в 2017 г. увеличились до 14,0; болезни органов дыхания составили в 2017 г. 353,5 (в 2010 г. – 296,5); болезни системы кровообращения в 2010 г. – 18,0, в 2017 г. отмечено увеличение до 32,1 [2].

В современном мире уровень здоровья студентов заставляет задуматься не только сотрудников медицинских учреждений, но и всех участников образовательного процесса в системе вузов. Проведено огромное количество исследований специалистами в области физиологии, которые указывают на снижение морфофункциональных показателей в процессе обучения не только в системе школьного образования, но и в высшем учебном заведении.

Зачастую в процессе обучения в вузе у обучающихся возникают неустойчивые эмоциональные состояния, гиподинамия, вследствие чего ухудшается обучаемость студента и снижается уровень здоровья.

По утверждению С.Ю. Ивановой, вырабатывание навыка потребности в здоровом образе жизни у обучающихся необходимо формировать еще в студенческие годы для реализации в повседневной жизни, осознанного восприятия здорового образа жизни. Человек должен обладать разного рода умениями и навыками восстановления организма после напряженной работы [3].

Современная система физического воспитания является приоритетной в формировании физической культуры молодежи, но, к сожалению, результаты исследований показывают, что эта система не во всех случаях способствует сохранению здоровья. Более того, в связи с уменьшением количества часов и переносом занятий физической культурой в аудиторную работу или в самостоятельную работу еще больше снижается эффективность процесса физического развития [4].

О.С. Ткаченко, Н.Г. Шубина, М.С. Шубин, И.Ю. Ваганова и иные предлагают использовать ВФСК ГТО для мотивации студентов к здоровому образу жизни и повышения

уровня физической активности. Авторы предлагают использовать в качестве контроля средства физического воспитания испытания ВФСК «Готов к труду и обороне», отражающего техническую и физическую подготовку, особенно для тех студентов, для которых физическая культура не является сферой профессиональной деятельности [5, 6].

Специалисты Н.П. Тагирова, Ш.Р. Зайнуллин, А.Н. Кудяшева, Р.Р. Валинуров предлагают использовать в системе школьного и вузовского физического воспитания уроки, которые построены на материале единоборств, что может служить для решения задач физического воспитания школьников, освоения основных навыков единоборств с целью приобщения к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой и спортом [7].

Авторы Ф.Р. Зотова, Ю.К. Жесткова предлагают внедрить в учебный процесс высшего и среднего специального учебного заведения бадминтон, который будет способствовать развитию физических и личностных качеств студентов, повышению их двигательной активности и сохранению их здоровья; формированию потребности в здоровом образе жизни и активной физкультурно-оздоровительной деятельности [8].

Одним из самых распространенных видов спорта в системе физической культуры в вузе являются спортивные игры. В.М. Колос утверждает, что баскетбол – это вид спорта, воздействующий равномерно, он разрабатывает все группы мышц и является средством гармонизации личности студента, не только физического, но и интеллектуального его развития [9].

Анализ научно-методической литературы показывает, что использование различных средств физической культуры благоприятно влияет на физическое развитие обучающихся [10–13].

Перед специалистами по физическому воспитанию лежит нелегкая задача: способствовать повышению активности молодежи посредством привлечения внимания к таким видам физической активности, которые рассматриваются в качестве проведения досуга.

Цель исследования – выявить интересы студентов вуза в сфере физкультурно-спортивной деятельности.

#### **Материал и методы исследования**

При проведении эксперимента применялись следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетный опрос; математическая статистика.

Анкетный опрос проводился у 100 студентов 1–3-х курсов.

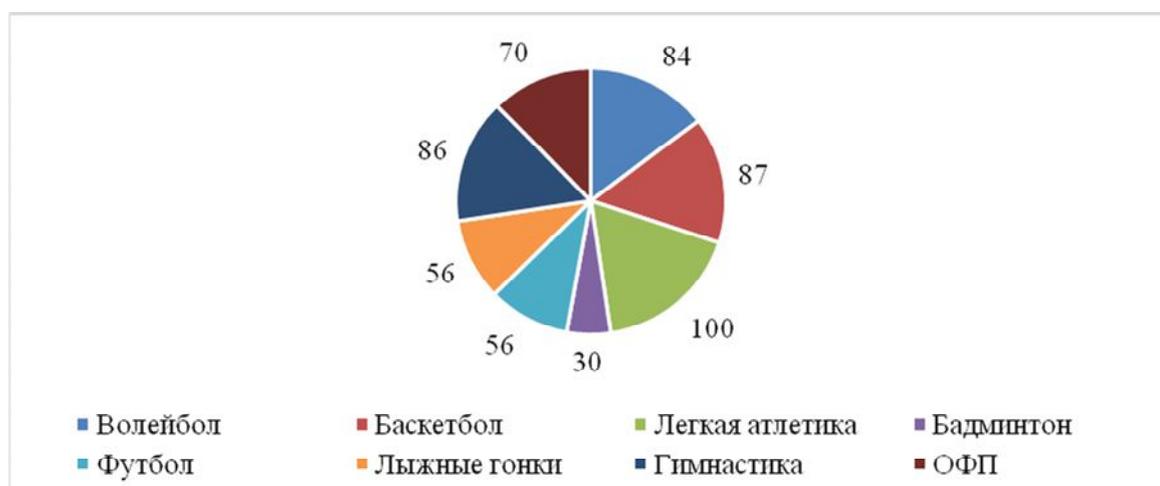
#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Как правило, выбор студентов является ключевым направлением в организации занятий по физической культуре. На базе университета функционирует спортивный клуб, в котором культивируются 14 видов спорта. Занятия по физической культуре ведут опытные специалисты в области физической культуры и спорта.

Организация учебного процесса осуществляется на основе рабочей программы кафедры физической культуры и спорта исходя из возможностей кафедры, с учетом материальной базы и специализации преподавателей. Основу программы составляют легкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, игровые виды спорта и общая физическая подготовка. Студенты специальной медицинской группы занимаются отдельно по особой программе. Основу практических занятий со студентами специальной медицинской группы составляют бег, ходьба, легкоатлетические, общеразвивающие и дыхательные упражнения. Проводится наблюдение за физической нагрузкой с соблюдением принципа индивидуального контроля и подхода в зависимости от степени и характера заболевания каждого студента.

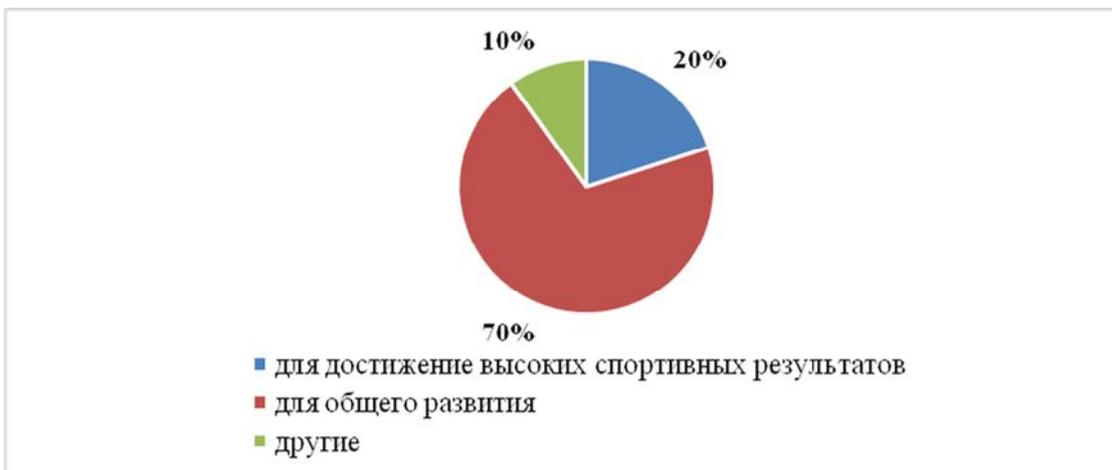
В процессе нашего исследования, целью которого являлось рассмотрение интересов студентов в сфере физкультурно-спортивной деятельности, нами проведен анкетный опрос. В ходе анкетного опроса нами выявлено следующее. На вопрос: «Какие виды спорта культивируются у вас в университете?» 100% респондентов ответили, какие виды спорта культивируются из представленного им списка, при этом список видов спорта был из более из 25 видов спорта. Данные говорят, что в университете осуществляется активная работа в физкультурно-оздоровительном направлении, студенты информированы о проводимых спортивных мероприятиях в вузе, знают, какие виды спорта культивируются, а следовательно, могут выбрать вид спорта с учетом личных интересов для повышения уровня физической подготовки и профессионального спортивного уровня.

В процессе анкетного опроса на вопрос: «Какие виды спорта используются на занятиях физической культурой?» респонденты ответили следующим образом: большое количество времени отводится легкой атлетике, баскетболу и волейболу, ОФП для организации занятий по физической культуре.



*Рис.1. Распределение ответов на вопрос:  
«Какие виды спорта используются на занятиях физической культурой»*





*Рис. 3. Распределение ответов на вопрос: «Какие цели Вы ставите в процессе занятий выбранным видом спорта?»*

Анализ научной литературы по данному направлению показал, что в работе С.Е. Шивринской, Т.С. Берцовой выявлено, что наиболее популярными физкультурно-спортивными видами среди студентов ФГБОУ ВПО «Череповецкий государственный университет» на протяжении двух лет остаются атлетическая гимнастика, оздоровительные системы физических упражнений (фитнес, аэробика) и волейбол. При этом выявлено снижение интереса к таким спортивным играм, как футбол и баскетбол. Стабильно низкорейтинговыми видами являются легкая атлетика и лыжная подготовка.

Полученные результаты мы сравнили с аналогичными выборами студентов МГУ им. М.В. Ломоносова, полученными в ходе исследования А.М. Шувалова. У студентов МГУ низкорейтинговыми видами спорта являются фехтование, шахматы и велосипедный спорт, а высокорейтинговыми – легкая атлетика, спортивные игры, плавание и лыжный спорт. Кроме того, А.М. Шувалову удалось констатировать и те виды спорта, которые следует рассматривать как вновь возникшие в выборах студентов: женская борьба, женский футбол, триатлон, аэробика, армрестлинг [3].

### **Выводы**

Анализ научно-методической литературы показал, что студенты разных вузов все чаще выбирают спортивные игры, особенно баскетбол. Это связано прежде всего с тем, что во время игры в баскетбол игрок принимает быстрые решения по ситуации, а не с помощью определенных алгоритмов решения. В данных условиях большую часть работы выполняют отделы мозга, отвечающие за скорость реакции, творческую часть. При игре человек выполняет ряд действий: быстро оценивает ситуацию, так же быстро предугадывает возможные дальнейшие действия противника и решает, какие действия надо совершить, чтобы развернуть ход игры в свою пользу. Исходя из вышесказанного баскетбол поможет

студентам многих специальностей развить способность к творческому решению задач и изобретению новых подходов к их решениям. Также интеллектуальное и эмоциональное напряжение во время игры способствует улучшению памяти, повышению подвижности нервных процессов, развивает умственную работоспособность студентов. Стоит заметить, что совокупность физических и интеллектуальных нагрузок во время игры способствует росту выносливости, что также немаловажно для студентов многих вузов.

Естественно, занятие этим видом спорта предполагает высокую двигательную активность, поэтому занятие баскетболом решает одну из главных проблем современного человека – снижение двигательной активности.

### Список литературы

1. Мартынова В.А. Модель формирования здоровьесберегающей среды в условиях дошкольного образовательного учреждения // Воспитание и обучение детей младшего возраста. 2017. № 6. С. 105-106.
2. Федеральная служба государственной статистики [Электронный ресурс]. URL: <https://www.gks.ru/folder/13721> (дата обращения: 1.10.2019).
3. Иванова С.Ю. Формирование потребности студентов вуза в здоровом образе жизни: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Кемерово, 2008. 266 с.
4. Шарифуллина С.Р., Мартынова В.А., Асхамов А.А., Жесткова Ю.К. Дифференцированный подход к организации физического воспитания будущих учителей на основе морфофункциональных показателей // Теория и практика физической культуры. 2017. № 8. С. 18-20.
5. Ваганова И.Ю. Внедрение ВФСК «Готов к труду и обороне» в систему образования: к вопросу об изменении государственных образовательных стандартов // Педагогическое образование в России: издательство Уральский государственный педагогический университет. 2015. № 1. С. 62-65.
6. Ткаченко О.С., Шубина Н.Г., Шубин М.С. Анализ готовности студентов непрофильных направлений подготовки КГУФКСТ к выполнению испытаний ВФСК ГТО: тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа 2018. С. 72.
7. Тагирова Н.П., Зайнуллин Ш.Р., Кудяшева А.Н., Валинуров Р.Р. Эффективность использования единоборств на уроках физической культуры // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. № 5 (135). С. 214-218.

8. Жесткова Ю.К., Зотова Ф.Р. Отношение студентов к внедрению бадминтона в процесс физического воспитания вуза (по данным социологических исследований) // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 11 (117). С. 55-62.
9. Колос В.М. Баскетбол: теория, практика: методическое пособие. Минск: Полымя, 1989. 166 с.
10. Айзман Р.И., Мельникова М.М., Косованова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в образовании: учеб. пособие для академ. бакалавриата: учеб.-метод. пособие для студ. пед. и мед. вузов. 2-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2018. 281 с.
11. Аршинник С.П., Мартынова В.А., Тхорев В.И. К вопросу об учете спортивных интересов школьников средних классов // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 20. № 3 (20). С. 83-87.
12. Шивринская С.Е., Берцева Т.С. Интересы студентов вуза в сфере физкультурно-спортивной деятельности // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. № 8-1. С. 33-36.
13. Шувалов А.М. Динамика спортивных интересов студентов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Малаховка, 2004. 28 с.