

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
МИНСКИЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
И СПОРТА УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ
БЕЛОРУССКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР
ГЕНДЕРНЫХ ПРОБЛЕМ

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ –
ОСНОВА ИХ ПОСЛЕДУЮЩЕЙ УСПЕШНОЙ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

II Международный научно-методический семинар

г. Минск, 6 февраля 2008 г.

МАТЕРИАЛЫ СЕМИНАРА

Минск
Изд-во МИУ
2008

УДК 796
ББК 75
Ф 48

Редакционная коллегия:

Т.Д. Полякова – проректор по науч. работе БГУФК, д-р пед. наук, профессор;

В.А. Коледа – зав. кафедрой физ. воспитания БГУ, д-р пед. наук, профессор;

Ю.Л. Сиваков – проректор по воспит. работе МИУ, канд. юрид. наук, доцент;

Б.А. Цариков – зав. кафедрой физвоспитания МИУ, канд. пед. наук, доцент

Ф 48 **Физическая культура студентов – основа их последующей успешной профессиональной деятельности:** М-лы II междунар. науч.-метод. семинара, г. Минск, 6 февраля 2008 г. / Под науч. ред. д-ра экон. наук, проф. Г.А. Хацкевича. – Минск: Изд-во МИУ, 2008. – 240 с.

ISBN 978-985-490-396-5.

Сборник содержит материалы докладов II международного научно-методического семинара «Физическая культура студентов – основа их последующей успешной профессиональной деятельности», состоявшегося 6 февраля 2008 г. в Минском институте управления. Темой его обсуждения стали актуальные вопросы состояния физической культуры среди студенческой молодежи, перспектив ее развития.

Предназначен для преподавателей физической культуры, студентов, специалистов, работающих в областях спорта, медицины, психологии.

УДК 796
ББК 75

ISBN 978-985-490-396-5

© Оформление. МИУ, 2008

СОДЕРЖАНИЕ

ПЛЕНАРНЫЕ ДОКЛАДЫ

| | |
|--|----|
| Хацкевич Г.А. Открытие семинара. Приветственное слово участникам..... | 8 |
| Сиваков Ю.Л. Формирование потребности здорового образа жизни у молодежи..... | 10 |
| Коледа В.А., Кулинкович Е.К., Лосева И.И. О новых учебных программах и образовательном стандарте по физической культуре в Республике Беларусь..... | 13 |
| Шаблык С.И. Состояние и перспективы развития студенческого спорта в Республике Беларусь..... | 24 |
| Лосева И.И. Оптимальный режим двигательной активности как фактор улучшения здоровья и непосредственного влияния на продление профессионального и творческого долголетия..... | 28 |
| Полякова Т.Д., Панкова М.Д. Новые специальности в отрасли физической культуры и спорта..... | 33 |

СЕКЦИЯ 1

Современные методики и использование инновационных технологий в учебном процессе по физическому воспитанию

| | |
|---|----|
| Фурманов А.Г., Ярошевич В.Г., Петрашкевич Н.И. Инновационные образовательные технологии в педагогическом процессе по физическому воспитанию..... | 43 |
| Астрейко Н.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе..... | 48 |
| Свитин В.Ф., Иванов А.В., Рудлевский А.В. Применение экспресс-метода контроля в СМГ, занимающихся в тренажерном зале..... | 52 |
| Малахов С.В., Григоревич И.В., Калюнов Б.Н., Саликова Н.Н., Вашкевич А.А., Белоус О.В. Мониторинг физического состояния студентов факультета естествознания БГПУ..... | 56 |
| Глазько Т.А., Суша З.Н., Лепешинская И.А. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических вузов..... | 59 |

| | |
|---|-----|
| ✓ Сущенко В.Н., Сущенко Г.Н., Коптев С.А., Гунич Н.В. Организация досуговой деятельности студентов средствами физического воспитания с целью формирования потребности ведения здорового образа жизни..... | 148 |
| Игнатович Д.А., Мойсеенко Г.Н., Сущенко Г.Н. Самостоятельная работа по физической культуре как элемент профессионального саморазвития студентов педагогического вуза..... | 151 |
| ✓ Гунич Н.В., Сущенко В.Н., Коптев С.А., Сущенко Г.Н. Физическое воспитание студентов с ограниченными физическими возможностями в БГПУ им. М. Танка..... | 155 |
| Баешко Т.А. Физическая подготовка курсанта – основа его профессиональной деятельности..... | 157 |
| Павловская Л.И., Сереброва Л.Н. Формирование здорового образа жизни у студентов технических специальностей в процессе обучения иностранному языку: проблемы содержания учебной дисциплины..... | 161 |
| Костюкевич В.В., Змачинский А.А. Преподаватель и его роль в повышении эффективности учебного процесса по физическому воспитанию студентов..... | 166 |

СЕКЦИЯ 3

Спортивная специализация и физическая культура студентов

| | |
|--|-----|
| • Калюнов Б.Н., Григоревич И.В., Малахов С.В., Вашкевич А.А., Саликова Н.Н. Белоус О.В. Роль самостоятельных занятий физической культурой и спортом..... | 169 |
| Жолудева Г.С. К вопросу о дифференцированном обучении плаванию студентов непрофильных вузов..... | 172 |
| Пилецкий В.П., Ярец Г.Г. Организационно-методические основы обучения и тренировки игроков в мини-футбол в вузе..... | 177 |
| Рысюкевич Н.С. Кто он: спортивный лидер?..... | 179 |
| Ивкова Т.П. Использование волейбола как средства коррекции осанки..... | 190 |
| Кузьмина А.В. Влияние занятий плаванием в условиях вуза на физическое и функциональное состояние студенток..... | 193 |
| Богданова Н.Л., Сазонова А.В. К вопросу о повышении мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом..... | 196 |

| | |
|---|-----|
| Бюгаревич П.О., Сетько Е.В. Программа повышения эффективности процесса подготовки студенток-волейболисток..... | 200 |
| Сазонова А.В. Повышение эффективности процесса обучения технике ударов у студентов БГЭУ, специализирующихся в настольном теннисе..... | 204 |
| Овсянкин В.А., Вереник Д.И., Пауков Ю.Н. Факторы, определяющие активность студентов в занятиях физической культурой и спортом..... | 208 |
| Кавецкий И.Т., Беляев С.А., Старовойтов С.В. Возможности использования полиграфа в оптимизации спортивной деятельности..... | 210 |
| Зенькович Н.В., Шмаргунов Д.А. Изучение специальной работоспособности как фактора повышения результативности в борьбе дзюдо..... | 213 |
| Куликович Е.К. Физическое воспитание студентов через спортивную специализацию..... | 216 |
| Рысюкевич Н.С., Бучинская Н.И. Лидерство в спортивных командах..... | 219 |
| Уваров Ю.В. Любительское направление видов спорта эстетической направленности: тенденции и перспективы..... | 222 |
| Чеповская Т.И. Спорт и туризм как средство физического воспитания с студенческой среде..... | 231 |
| Кукель А.А., Никель И.В., Хорошилова Т.В. Изучение мотивации к занятиям плаванием у студенток, испытывающих водобоязнь..... | 233 |
| ✓ Лю Юн Цянь, Кишкурно В.М., Пауков Ю.Н. Структура мотивации спортивной деятельности студенческой молодежи на современном этапе..... | 236 |

На основании этого физическая нагрузка имеет волнообразный характер, она ступенчато увеличивается, затем снижается до полного восстановления и снова увеличивается. Оценивая деятельность преподавателя, надо понимать, что студенты, занимающиеся физической культурой и спортом, должны стать гармонично развитыми, здоровыми, сильными и смелыми людьми с высоким уровнем физической и умственной работоспособности.

Что касается материально-технической базы, она имеет безусловное важное значение для организации и проведения учебных тренировочных занятий по физическому воспитанию студентов. Тренажерные залы, волейбольные и баскетбольные площадки, футбольные поля и бассейны можно использовать не только для повышения двигательной активности, физической подготовленности воспитания и дальнейшего развития двигательных способностей, но закалывания и оздоровления и активного отдыха занимающихся. С этой целью желательно занятия проводить на свежем воздухе как летом, так и зимой.

Бесспорно, трудно найти другую профессию, которая была бы так связана с очень многими сторонами воспитания человека, в том числе и студенческой молодежи. Преподавателя интересуют вопросы, связанные с обучением, техникой и тактикой физической и психологической подготовкой, воспитанием морально-волевых качеств и другим разделам физкультурно-спортивной деятельности. В этой связи необходимо отметить, что из многообразия ее деятельности, основной направленностью преподавателя является проводимая им воспитательная работа. Преподавателю нужно постоянно думать об этой важной стороне подготовки студентов, искать оптимальные и наиболее действенные подходы к воспитанию занимающихся и улучшению их волевых качеств, психической подготовленности и т.д.

Наряду с этим не остается без внимания преподавателя и вопросы, связанный с установлением благоприятного климата и доброжелательной обстановки, коллективизма, взаимопонимания и взаимовыручки.

На основании вышеизложенного можно резюмировать, что перечисленные факторы, связанные с деятельностью преподавателя оказывают существенное влияние на повышение эффективности учебно-тренировочного процесса по физическому воспитанию студентов в вузе.

Секция 3

СПОРТИВНАЯ СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ

РОЛЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Б.Н.Калюнов, И.В.Григоревич, С.В.Малахов,
А.А.Вашкевич, Н.Н.Саликова, О.В.Белоус
Белорусский государственный педагогический
университет им. М. Танка

В настоящее время самостоятельные занятия приобретают важную роль в процессе физического воспитания студентов. Самостоятельные занятия студентов физической культурой, спортом, туризмом способствуют лучшему усвоению учебного материала, позволяют увеличить общее время занятий физическими упражнениями, ускоряют процесс физического совершенствования, являются одним из путей внедрения физической культуры и спорта в быт и отдых студентов. В совокупности с учебными занятиями правильно организованные самостоятельные занятия обеспечивают непрерывность и эффективность физического воспитания.

Самостоятельные занятия имеют также большое воспитательное значение. Они вызывают интерес к спортивной деятельности, воспитывают инициативу, самообладание, критическое отношение к своим успехам и недостаткам. В процессе этих занятий повышается активность и дисциплинированность занимающихся.

На факультете естествознания Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка было проведено анкетирование о роли и значении самостоятельных занятий среди студентов.

На вопрос анкеты об отношении к физической культуре и спорту 86,7% опрошенных студентов ответили, что относятся положительно, 3,5% – отрицательно и 11,8% – безразлично.

В 2002 году [1] эти показатели выглядели следующим образом: 80,1 % респондентов относились положительно, 3,6% отрицательно и 16,3% – безразлично. Если сравнить эти данные, то они не

слишком отличаются и отношение студентов к физической культуре и спорту остаётся стабильным. Полученные результаты (86,6%) говорят о том, что у большинства студентов сформирована положительная установка на занятия физической культурой и спортом. Однако 3,5% студентов относятся отрицательно и 11,8% безразличны к этой сфере деятельности, что вызывает озабоченность и тревогу. Тем более, что процент таких студентов возрастает с первого курса к третьему, соответственно 11,9% и 17,8%.

При выявлении причин отрицательного отношения к занятиям физическими упражнениями и отсутствием желания заниматься выяснилось следующее. На первое место студенты ставят отсутствие свободного времени. Причём дефицит времени возрастает от младших курсов к старшим (1 курс – 20,7%, 2 – 33,3%, 3 – 34,3%). Можно предположить, что у студентов третьего курса появляются более привлекательные увлечения и занятия, которым отдаётся предпочтение в свободное время, а не физической культуре и спорту. Чтобы изменить ситуацию, необходимо знать эти занятия и увлечения студенческой молодёжи. И предложить более современные формы организации занятий физическими упражнениями, которые заинтересовали бы студентов. 14,1% участников опроса не испытывают потребности в занятиях физической культурой. Такое количество студентов (14,2%) раньше не занимались физическими упражнениями и бояться начинать. Между этими двумя ответами существует связь, так как студенты, не испытывающие потребности в физических упражнениях, как правило, в школьные годы не занимались ими. Можно сделать предположение, что для этой группы студенческой молодёжи безразличны собственное физическое состояние и развитие. Родители дома и учителя в школе не привили им интереса к физическим упражнениям, играм и «мышечной радости», которую дают эти занятия.

Неожиданными выглядят ответы 66,6% студенток на этот вопрос, которые не испытывают потребности в занятиях физической культурой. Хотя можно предположить, что девушкам свойственно заботиться о своём внешнем виде и фигуре, которую можно совершенствовать физическими занятиями. Однако этого не происходит и снова приходится констатировать, что не сформирована потребность в занятиях физическими упражнениями. Определённый интерес представляют ответы студентов на эти вопросы в зависимости

от места проживания, до переезда в Минск на учёбу. Число студентов, не испытывающих потребности в занятиях физической культурой и спортом из сельской местности, равно 19,6%, районных городов – 21,5%, областных центров – 35,2% и г. Минска – 23,5%. Исходя из этих данных, наиболее подготовленный контингент – это студенты из деревень и посёлков, которые приучены к физическому труду и им в радость занятия физической культурой и спортом. Наиболее проблемными являются областные центры.

В следующем блоке вопросов была поставлена задача выявить виды спорта или упражнения, которые студенты наиболее охотно включают в самостоятельную тренировку. Оказалось, что наибольшей популярностью пользуется утренняя гигиеническая гимнастика (22,8%). Она была на первом месте и в опросе 2002 года. Далее идут спортивные игры (21,6%), оздоровительный бег (18,9%), аэробика (10,2%), пешие и лыжные прогулки (7,2%). На последующих местах расположились атлетическая гимнастика (6,3%), фитнес (5,1%), шейпинг (3,9), катание на коньках (2,9%). Приблизительно одинаковым числом студентов самостоятельно занимаются футболом (8,7%) и волейболом (7,6%). Немного меньше увлечена студенческая молодёжь баскетболом (3,1%), бадминтоном или теннисом (2,2%). Значение, придаваемое студентами утренней гимнастике, спортивным играм, оздоровительному бегу, следует, очевидно, считать результатом популяризации этих средств физической культуры, проводимой на факультете.

На вопрос о цели самостоятельных занятий физическими упражнениями респонденты ответили следующим образом: 87% студентов занимаются для укрепления здоровья и 13% для повышения спортивного результата. Полученные данные конкретизируют ценность ориентации студентов по отношению к физической культуре и спорту.

В ходе анкетирования были получены положительные ответы об улучшении умственной работоспособности после физических упражнений. Правда, только 43,6% ответов утвердительных. Налицо явная недоработка средств массовой информации и преподавателей, ведущих предмет физическая культура на факультете, хотя в этом направлении достаточно много работает весь педагогический коллектив.

Ответ на вопрос анкеты: «Если вы не занимаетесь физической культурой и спортом, то хотели бы заниматься?» позволяет судить о потенциале и возможностях студенческой молодежи (75%).

В результате анкетирования выявлено, что самыми приемлемыми для студентов являются 2-3 разовые занятия физической культурой – 53% ответов. Учёные давно уже обосновали, что тренировочный эффект проявляется после трехразовых занятий, как при этом начинают улучшаться показатели физического развития и подготовленности. Эти данные ещё раз подтверждают физическую культуру как предмет и самостоятельные занятия следует рассматривать как единый тренировочный процесс.

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что подавляющее большинство студенческой молодежи положительно относится к физической культуре и понимают её значимость. Одно из препятствий к занятиям физическими упражнениями, к сожалению, ещё не ставшее неотъемлемой частью их образа жизни. Одной из причин сложившейся ситуации является недостаточная образованность в сфере физической культуры, которая существенно влияет на формирование потребности в проведении самостоятельных тренировок. Исследования на факультете естествознания Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка имеют ряд результатов для привлечения студентов к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

Литература

1. Калюнов Б.Н., Григоревич И.В., Макаревич С.В., Мардас Д.К., Саликова Н.Н., Вашкевич А.А. Гимнастика в системе самостоятельных занятий студенческой молодежи. Мн.: БГПУ, 2005. – 48 с.

К ВОПРОСУ О ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ НЕПРОФИЛЬНЫХ ВУЗОВ

Г.С. Жолудева

Академия управления при Президенте Республики Беларусь

В практике физического воспитания современного вуза наряду с традиционными типами обучения применяются новые, такие как

проблемное, программированное или получившее свое дальнейшее развитие, дифференцированное обучение.

Дифференцированное обучение предполагает, во-первых, объединение обучающихся в группы с учетом индивидуально-типологических особенностей, во-вторых, различное построение учебного процесса в сформированных группах (Осмоловская И. М., 2004).

Главный вопрос, который необходимо решить преподавателю при организации такого обучения, – это выбор тех индивидуальных особенностей личности, которые могут выступать в качестве критериев дифференциации и будут положены в основу комплектования групп. Как известно, студенты отличаются друг от друга возрастом, ростом, весом, разным уровнем знаний, умений и способностей, а также множеством других особенностей. Поэтому при отборе критериев, необходимо учитывать их значимость для процесса обучения, возможность диагностирования в процессе работы, широту распространения среди обучающихся. (Перевозный А.В., 1995; Осмоловская И.М., 2004).

В настоящее время имеется немало диссертационных работ, посвященных дифференциации процесса обучения в практике физического воспитания, в которых подход к выбору критериев дифференциации различен. Так, в одних работах критериальной основой являются соматические и психологические особенности (Борисова О.В., 2006), в других – особенности телосложения и биологическая зрелость занимающихся (Пономарев А.А., 2006). Есть мнение, что такими критериями может стать гармоничное физическое развитие (Бобкова Е.Н., 2006) или интегральный показатель физического состояния (Борцова А.Н., 2006). Однако среди специалистов в области педагогики данный вопрос рассматривается более широко. Так, для выбора основания дифференциации Платонов К.К. и Осмоловская И.М. рекомендуют использовать не один или несколько особенностей, а изучать личность по четырем основным подструктурам: социальнопсихической, психосоциальной, психической и биопсихической, выделяя в каждой из них те, которые наиболее значимы для учебного процесса.

С целью организации дифференцированного обучения плаванию мы изучали по вышеназванным подструктурам некоторые индивидуальные особенности студенток I курса Академии управления при Президенте Республики Беларусь.