

УДК 796.01:378

РОЛЬ И МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Хорькова А.С.

*ФГБОУ ВО «Югорский государственный университет», Ханты-Мансийск,
e-mail: horkova755@yandex.ru*

Статья посвящена вопросу роли и места дисциплины «Физическая культура и спорт» в системе высшей школы. Цель эмпирического исследования – выявление заинтересованности дисциплиной «Физическая культура и спорт» у студентов в общей системе изучаемых предметов. В работе для реализации цели задан анкетный опрос студентов Югорского государственного университета г. Ханты-Мансийска. Постиндустриальный этап общества сформировал новые видения и направления развития, в том числе и в образовании. Ориентир на рыночные отношения и модернизация высшего образования Российской Федерации сформировали необходимость в современных технологиях, методах обучения, воспитания и оздоровления студенческой молодежи. Перед научно-педагогическими работниками высших учебных заведений стоят важные задачи по воспитанию здорового специалиста, отвечающего компетентным требованиям. Занятия физической культурой и спортом благоприятно влияют на индивида: развиваются не только физические, но личностные умения и навыки, что содействует становлению гармоничной личности. Формирующим фактором производства и воспроизводства конкурентоспособного и высококвалифицированного человеческого капитала является система физического воспитания учащейся молодежи, целью которой является такое профессиональное, социальное и физическое становление личности, которое будет отвечать всем современным вызовам и максимально удовлетворять потребности самой личности, общества и государства. Научным изучением области физической культуры и спорта в условиях высшего образования занимались такие российские исследователи, как И.С. Барчуков, Е.Г. Ермакова, В.С. Матяжов, Е.Ю. Пермякова и другие. В общепринятом понимании физическая культура и спорт – это составная часть общей культуры, которая представляет собой ценности, нормы, знания, это область социальной деятельности, которая направлена на достижение физического развития человека при помощи осознанной двигательной активности.

Ключевые слова: высшее образование, двигательная активность, дисциплина «Физическая культура и спорт», студенты, физическое воспитание

ROLE AND PLACE OF DISCIPLINE PHYSICAL CULTURE AND SPORT IN THE SYSTEM OF HIGHER EDUCATION

Khorkova A.S.

Yugra State University, Khanty-Mansiysk, e-mail: horkova755@yandex.ru

The article is devoted to the question of the role and place of the discipline «Physical culture and sport» in the system of higher school. The purpose of the empirical research is to identify the place and interest in the discipline «Physical culture and sport» of students in the general system of subjects studied. In the work for the realization of the goal involved a questionnaire survey of students Yugra State University, Khanty-Mansiysk. The post-industrial stage of society has shaped new visions and directions for development, including in education. The orientation on market relations and the modernization of higher education in the Russian Federation have shaped the need for modern technologies, teaching methods, education and rehabilitation of students. The teaching staff of higher educational institutions faces important tasks in educating a healthy specialist who meets competent requirements. Physical culture and sports have a positive impact on the individual: not only physical, but also personal skills are developed, which contributes to the formation of a harmonious personality. The forming factor in the production and reproduction of competitive and highly qualified human capital is the system of physical education of young students, the purpose of which is a professional, social and physical formation of the individual, which will meet all modern challenges and meet the needs of the individual, society and the state. Scientific study the field of physical culture and sport in terms of higher education engaged in such Russian scientists as I.S. Barchukov, E.G. Ermakova, V.S. Materov, E.Y. Permyakov and others. In the conventional understanding of physical culture and sport – is an integral part of the overall culture, which is a value, norms, knowledge, is an area of social activity, which is aimed at achieving the physical development of a person with the help of conscious motor activity.

Keywords: higher education, motor activity, discipline «Physical culture and sport», students, physical education

Сохранение, формирование и укрепление здоровья граждан является одним из приоритетных направлений политики Российской Федерации.

В марте 2019 г. на заседании Совета при Президенте по развитию физической культуры и спорта В.В. Путин сказал: «Еще раз хотел бы подчеркнуть: физкультура и спорт – это не какая-то развлекуха. Это чрезвычайно важное государственное, без

всякого преувеличения, дело. От этого зависят и решения наших демографических проблем и задач, здоровье нации, это и политическая задача, связанная с престижем страны на международном уровне, демонстрация наших достижений в области социальной политики, здравоохранения». При этом Президент потребовал разработать новую спортивную стратегию нашей страны до октября 2020 г.

Здоровый образ жизни населения приобретает как никогда острую злободневность. Его можно охарактеризовать и как эффективно обоснованный способ экономической деятельности государства. Грамотная пропаганда здорового образа жизни, ориентированная на двигательную активность, спорт в целом, развитие соответствующего мышления, ответственного отношения к себе и к окружающим способствует повышению качества жизни людей. Прививая населению ценности здоровьесбережения, государство воздействует на подрастающее поколение. Студенческое сообщество как потенциальное будущее страны нуждается в наибольшей пропаганде здорового образа жизни. Поэтому дисциплина «Физическая культура и спорт» в высшей школе должна занимать одно из ведущих мест среди дисциплин, решать важные общепедагогические задачи и способствовать развитию правильного здорового образа жизни студентов.

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования «Физическая культура» обязывает студента вуза обладать общими профессиональными компетенциями, в которые входят формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни [1].

Значимость двигательной активности как компонента физической культуры и спорта бесспорна. Она укрепляет здоровье, повышает стрессоустойчивость, предупреждает психическую нестабильность, выступает профилактическим средством асоциального и девиантного поведения. Влияние неблагоприятных антропогенных и техногенных факторов вкпе с дефицитом физической активности отрицательно воздействуют на генетическую программу формирования и жизнедеятельности организма человека, а неправильное питание, образ жизни и следование вредным привычкам могут необратимо сказаться на общем состоянии здоровья молодого человека.

Актуальность темы обусловлена возрастанием беспрецедентных современных нагрузок на организм человека в целом и будущего специалиста, в частности, когда информационные перегрузки, проблемы социума, невротизирующая среда обитания, увеличение экологических и техногенных рисков истощают функциональные резервы и приводят человека к дестабилизации и нездоровью.

Минздрав бьет тревогу: в России не осталось здоровых старшеклассников. По

данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГАУ «Национального научно-практического центра здоровья детей» Минздрава РФ среди одиннадцатиклассников абсолютно здоровых детей уже не осталось. Доля «практически здоровых» снизилась до 34%. У каждого второго выпускника диагностированы хронические заболевания. Самые распространенные отклонения: нарушения сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, органов дыхания, нервной системы и психической сферы, а также расстройства зрения. Наиболее часто встречающиеся хронические заболевания: язвенная болезнь, гастродуоденит, сколиоз, близорукость средней и высокой степени. Отмечается, что по сравнению с началом 1990-х гг. состояние здоровья учащихся ухудшилось в 2,4–2,7 раза, а хронические болезни стали встречаться у них чаще на 40–70% [2]. А это будущие студенты высших учебных заведений.

Физическая культура и спорт способны решить сегодняшние проблемы здоровьесбережения нации, и в системе высшего профессионального образования выполняют и социальную, и педагогическую, и оздоровительную роль.

Цель исследования: определить место и роль дисциплины «Физическая культура и спорт» у студентов, обучающихся в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Югорский государственный университет».

Физической культурой и спортом называют неотъемлемую часть культуры, область социальной деятельности, представляющую совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых социумом с целью гармонического развития и физического укрепления здоровья личности [3]. В настоящее время основополагающим стало определение термина «здоровье», предложенное ВОЗ: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней». Известно, что «виды, не отвечающие эволюции, вымирают».

Физическое здоровье – это связующее звено интеллектуального, эмоционального и духовного воспитания человека. Для решения сложных аналитических задач необходимо обладать способностью в преодолении эмоциональных и физических перегрузок [4]. Физическая культура со свойственными ей методами, методиками и средствами полноценно может развивать данную способность у студентов, следовательно, существует необходимость в обо-

значении высокой роли этой дисциплины в высшем образовательном пространстве.

Материалы и методы исследования

Для выполнения обозначенной цели в исследовании был использован метод теоретического анализа современных документальных источников, а также метод педагогического наблюдения и анкетирования. Релевантная литература изучаемой тематики позволила подчеркнуть важность здорового образа жизни студенческого сообщества в образовательной структуре, обозначить понятийно-категориальный аппарат, раскрыть значимость влияния общих физических нагрузок на организм человека. Педагогические наблюдения велись с целью вовлеченности и заинтересованности студентов в занятиях по дисциплине «Физическая культура и спорт». Анкетирование применялось с целью сбора первичной информации в форме письменных ответов респондентов на стандартные социологические вопросы, задачами которых ставилось выяснение отношения студентов к дисциплине «Физическая культура и спорт». В исследовании приняли участие 112 студентов третьих курсов различных нефизкультурных специальностей и направлений подготовки, обучающихся по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Сущность дисциплины «Физическая культура и спорт» в учреждениях высшего образования должна включать следующие критерии:

- соответствовать ожиданиям и интересам социума в вопросах всестороннего развития студентов;
- ориентировать студентов на непрерывное поддержание (укрепление, сохранение, развитие, становление) здорового образа жизни;
- в комплексе физических и эстетических составляющих воспитать красивую манеру и культуру движений, привлекать внимание к участию в спортивной жизни университета;
- обеспечивать знания, навыки и умения в организации и проведении занятий спортивного содержания;
- формировать мыслительную деятельность, проявлять уважение к окружающим и собственной личности, содействовать самоопределению [5].

Формат образовательной системы сегмента физической культуры базируется на образовании, воспитании и оздоровлении. Для реализации обозначенной цели всем субъектам образовательного пространства необходимо объединить личные интересы и потребности студентов и интегрирую-

щие материально-технические, кадровые и иные возможности вуза для трансляции знаний и всестороннего воспитания, нацеленные на доминантные ценности человека – его здоровье, продуктивную работоспособность и профессиональную успешность, качественное выполнение социальных функций, активное долголетие и счастливую жизнь.

Занятия физической культурой и спортом способствуют включению студентов в процесс самосознания и самопознания. Эти процессы основываются на анализе собственного физического состояния и духовно-нравственной жизни.

Студенты непосредственно вовлечены в процесс самопознания. К примеру, оценка физического состояния происходит до и после выполнения упражнений, определяется общее самочувствие, по частоте сердечных сокращений устанавливается реакция организма на нагрузку. Самооценка физических умений позволяет анализировать причины несовершенства, формирует осознание физических недостатков и необходимость работы над собой, самосовершенствования [6].

Результаты исследования и их обсуждение

Нами было проведено эмпирическое исследование среди студентов третьих курсов на базе ФГБОУ ВО «Югорский государственный университет». Целью социологического исследования являлось выявление заинтересованности студентов дисциплиной «Физическая культура и спорт» в общей системе изучаемых предметов.

На вопрос «Нужна ли дисциплина “Физическая культура и спорт” в ВУЗе?» 74% студентов дают положительные оценки о необходимости проведения этого предмета; 18% студентов относятся равнодушно к физкультурным занятиям, находя смысл в других видах деятельности; 6% опрошенных студентов занятия физкультурой не нравятся, и они испытывают отрицательное расположение к данной дисциплине; 2% респондентов занятия физкультуры не посещают по состоянию здоровья.

По мнению студентов, повышению интереса к дисциплине «Физическая культура и спорт» будет способствовать учет личных и индивидуальных интересов по выбору форм и разнообразных средств на занятиях по данной дисциплине – 62%, различное содержание проводимых занятий – 27%, осуществление личностного подхода – 11%.

На вопрос «Какова степень удовлетворенности занятиями физической культу-

рой и спортом?» 34% студентов ответили, что вполне удовлетворены проводимыми занятиями; 29% опрошенных респондентов достаточно удовлетворены занятиями; 26% – частично удовлетворены; 11% – не удовлетворены осуществляемыми занятиями физической культурой и спортом.

Анализ результатов анкетирования показал, что большинство студентов положительно отозвались о проведении в учебном заведении дисциплины «Физическая культура и спорт». Больше количество студентов указали на то, что данная дисциплина является единственной формой повышения физического потенциала, и считают ее необходимым элементом общей культуры личности студента. По мнению студентов, эффективному повышению интереса к занятиям физической культурой и спортом способствуют учет личных и индивидуальных интересов студентов по выбору форм и разнообразных средств к проведению занятий, различное содержание занятий, использование в работе преподавателя личностного подхода к занимающимся [7].

Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт» для студентов системы высшего образования базируется на широком применении разработанных специалистами программ и методик, ориентированных на приобретение индивидуального и коллективного опыта в физкультурно-спортивной деятельности. На занятиях студенты приобретают базовые знания практического характера, поддерживают определенный уровень функциональной подготовленности, приобретают опыт в регулировании и корректировании индивидуального физического становления, используют средства физической культуры для последующей организации активного отдыха, изучают технику безопасности для предотвращения травматизма, проводят профилактические мероприятия врожденных и приобретенных заболеваний.

Физическая культура и спорт в высшем профессиональном образовании формирует личностные качества учащихся, такие как трудолюбие, целеустремленность, выносливость, лидерство, ориентация на сплоченность, ответственность, самоконтроль, самооценка и другие. Физическая культура влияет и на духовно-нравственную сферу человека, что говорит о ее социальной функции и месте в системе образования [8].

Заключение

В современном мире технократии крайне актуален вопрос формирования осознанной потребности в занятиях физической

культурой и спортом, ведении не только здорового, но и спортивного образа жизни.

Педагогическая наука как гуманитарная система отличается принципом неопределенности. И она не всесильна и часто стеснена в средствах и методах формирования серьезного отношения студентов к физической культуре в системе высшего образования. Вчерашний школьник, став студентом вуза, ощущает отсутствие ограничений в свободе выбора поведенческих программ и форм досуга, мало заинтересован в сохранении и укреплении собственного здоровья. Задача вуза – не допустить девальвации ценности физической культуры, формировать потребность здоровьесбережения у современной молодежи, поддерживать высокий уровень физической активности. Но речь идет не только о телесных, эстетических, двигательных качествах, истинное физическое совершенство – это синтез физического и духовного уровня развития человека. «Качая железо», студентам необходимо наращивать интеллектуальный и духовно-нравственный потенциал средствами физической культуры. Особенно остро стоит этот вопрос для «юноши, обдумывающего житье, решающего, делать жизнь с кого» в период его самоопределения, его взросления, когда закладываются основы физически и социально здоровой, профессионально успешной личности.

«Физическая культура на личностном уровне – это потребность и способность человека к максимальной самореализации на основе использования природных резервов здоровья». Физическое совершенство при этом предполагает созидание прежде всего внутреннего духовного мира, правильной системы ценностей.

Физическая культура на социальном уровне – социальная адаптация, реабилитация и интеграция молодежи в общество и спортивное сообщество.

Физическая культура на государственном уровне – это престиж страны на спортивной международной арене, это мир, взаимопонимание и соревновательный диалог между народами, это решение демографических проблем, это сбережение нации.

Таким образом, высшее учебное заведение как социальный институт должно готовить не только квалифицированного специалиста, но и полноценную здоровую личность со сформированным духовно-этическим кодексом. Роль физической культуры и спорта в этом контексте трудно переоценить.

Физическая культура и спорт всегда ценились в обществе на должном уровне. Известная всем физкультурно-оздоровитель-

ная система СССР с ее нормами ГТО, где население страны было более здорово морально, физически и психически, чем в нынешних реалиях. Основную роль в этом сыграли физическая культура и спорт.

Физическое воспитание в высшем учебном заведении необходимо осуществлять комплексно на протяжении всего периода обучения студентов. «Воспитание – величайший вопрос человеческого духа. Педагогика – первое и высшее из искусств, потому что она стремится к выражению совершенства не на полотне, не в мраморе, а в самой природе человека», – сказал К.Д. Ушинский. К этому нечего добавить.

Список литературы

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. № 940 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» [Электронный ресурс]. URL:

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71688814> (дата обращения: 10.06.2019).

2. Минздрав: в России не осталось здоровых старшеклассников // Столетие: информационно-аналитическое издание фонда исторической перспективы. 20.06.2017. [Электронный ресурс]. URL: http://www.stoletie.ru/lenta/minzdrav_v_rossii_249.htm (дата обращения: 10.06.2019).

3. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура: учебник. 2-е изд., стер. М.: КНОРУС, 2016. 214 с.

4. Попов С.Н., Валеев Н.М., Гарасева Т.С. Лечебная физическая культура: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. М.: ИЦ Академия, 2013. 416 с.

5. Рахматов А.И. Некоторые аспекты повышения интереса студентов вузов к занятиям физической культурой // Образование и воспитание. 2018. № 5. С. 68–70.

6. Ермакова Е.Г. Значение физической культуры и спорта в жизни студента // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2018. № 5. С. 43–44.

7. Хорькова А.С. Развитие силовых способностей у студентов с использованием модульной технологии в процессе физического воспитания: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва, 2011. 24 с.

8. Соловьев В.Н. Роль физической культуры вуза в социализации будущего специалиста // Фундаментальные исследования. 2008. № 5. С. 113–117.