

Список литературы

1. Байгулов, Ю. П. Большой теннис. Вчера, сегодня, завтра: учебник / Ю. П. Байгулов. – М. : Гранд, 2012. – 231 с.
2. Теннис. Примерная учебная программа / И. В. Всеволодов [и др.]. – М: «Советский спорт, 2007. – 136 с.
3. Губа, В. П. Особенности подготовки юных теннисистов / В. П. Губа, Ш. А. Тарпищев, А. Б. Самойлов – М : СпортАкадемПресс, 2003. – 132 с.
4. Иванов В. С. Теннис: учебное пособие / В.С. Иванов, В. В. Коллегорский. – М.: ФиС, 2008. – 231 с.
5. Теннис для начинающих: учебно-методическое пособие / Управление по физ. культуре, спорту и туризму Мингорисполкома; Минский городской учеб.-метод. центр по физкульт.-оздоров. работе и спортивному резерву. – Минск, 2005. – 71 с.

УДК 378.016.796

ТЕНДЕНЦИИ В ПОДХОДАХ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

TRENDS IN APPROACHES TO THE USE OF PHYSICAL EDUCATION MEANS FOR STUDENTS

Янович Ю. А., канд. пед. наук, доцент,

Дюмин И. М., канд. пед. наук, доцент

Белорусский государственный университет, г. Минск

АННОТАЦИЯ. Результаты изучения научной и методической литературы свидетельствуют о разнообразии средств и подходов, применяемых в физическом воспитании студентов. Выявлена тенденция совершенствования физического воспитания студентов на основе использования средств спорта в соответствии с требованиями специализированной ориентации системы высшего профессионального образования.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: физическое воспитание; подходы; студенты.

ABSTRACT. The results of the study of scientific and methodological literature testify to the variety of means and approaches used in the physical education of students. The tendency to improve the physical education of students based on the use of sports in accordance with the requirements of the specialized orientation of the system of higher professional education has been revealed.

KEY WORDS: physical education; approaches; students.

Одной из основ системы физического воспитания, организуемого для учащихся учреждений общего среднего, среднего специального, профессионально-технического образования и студентов учреждений высшего образования (УВО) является общая физическая подготовка занимающихся. В УВО наряду со сказанным отведена важная роль лично-ориентированной профессионально-прикладной и спортивной подготовке. По окончании высшей школы, физическое воспитание (ФВ) в которой осуществляется на основе общеподготовительного и специализированного направления, выпускники получают общее физкультурное образование.

Основными средствами ФВ, используемыми в процессе общей и специальной физической подготовки обучающихся, являются разнонаправленные физические упражнения, оздоровительные системы, фитнес технологии, виды спорта в целом, элементы спорта в частности [1]. В проведении учебных занятий по дисциплине «Физическая культура» со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, преподаватели руководствуются основами общеподготовительного и оздоровительного направлений.

В соответствии со сказанным целью исследования было выявление тенденций в подходах к использованию средств ФВ студентов.

Методы исследования: анализ научной и методической литературы, личного опыта работы и опыта работы ведущих специалистов отрасли.

Одним из исторически сложившихся компонентов физической культуры общества является спорт, возможности которого позволяют с одной стороны решать задачи оздоровления, психофизического совершенствования, отдыха и восстановления работоспособности,

с другой стороны спорт – это профессиональный труд и зрелище. Такая разносторонность делит спорт на массовый и спорт высших достижений (профессиональный или большой спорт). Одним из видов массового спорта является студенческий спорт [2–5].

В ходе изучения результатов педагогических исследований выяснилось, что система ценностей студенческой молодежи отражает лишь общие гуманистические приоритеты, низкий уровень запросов и потребностей совершенствования физических и связанных с ними качеств важных для будущей профессиональной деятельности, включая такой аспект, как поддержание профессионального здоровья [6, 7].

В соответствии с вышесказанным необходимость усиления работы кафедр ФВ с целью вовлечения большинства студентов в физкультурно-спортивную деятельность, повышения их физкультурной образованности, формирования содержательного досуга для восполнения дефицита двигательной активности и сегодня является актуальной проблемой.

Среди эффективных форм ФВ специалисты выделяют: проведение физкультурно-спортивных праздников, массовых соревнований, мероприятий социально-политического значения с использованием средств физической культуры, а также Дни спорта, культурно-спортивные праздники УВО или факультета, турниры по игровым видам спорта с участием ветеранов спорта, профориентированные мероприятия с частичным использованием спортивной тематики, лекции и семинары.

Большинство педагогов в этом ключе отмечают положительное изменение мотивации к занятиям физической культурой и спортом, взяв на вооружение проведение спортивных праздников на природе с музыкальным сопровождением, играми и аттракционами.

Ряд ученых подчеркивает потенциал методики ФВ, уделяющей большее внимание развитию не отстающих, а ведущих свойств каждого студента на основе реализации лично ориентированного подхода. Ключевым моментом в этом случае является возможность выбирать элементы или вид спорта с учетом социально-генетических особенностей и психомоторного статуса студента, а также удовлетворяющих его интересам и позволяющих развивать ведущие двигательные и определенные личностные качества [8].

У студентов, систематически занимающихся спортом по выбору, ценностно-мотивационная составляющая физической культуры личности (ФКЛ) более сформирована. Достоверность этого факта подтверждают результаты, полученные в ходе формирующего педагогического эксперимента, в котором принимали участие студенты, осваивающие чирлидинг с помощью подхода, позволившего интегрировано реализовать основы общеподготовительного и спортивного направлений в учебной дисциплине «Физическая культура». Одним из обязательных условий при этом было участие студентов-чирлидеров в собственно-соревновательной деятельности [9].

Спортивное зрелище, к которому причисляются соревнования и различные состязательные конкурсы, через присущие им функции (нравственная, информативная, идеологическая), бесспорно, представляют собой эффективное средство воспитания, влияние которого распространяется на участников, зрителей, волонтеров, болельщиков [10].

Исследование влияния спортивных соревнований на отношение к занятиям физической культурой и спортом позволило ученым установить, что после посещения таких мероприятий в качестве зрителя возникает решение заниматься спортом, а первое выступление на соревнованиях в большинстве случаев формирует устойчивый интерес к занятиям спортом, порождает желание достичь совершенства, усиливает веру в свои возможности. Участие в спортивных соревнованиях вызывает у спортсменов такие эмоции, как чувство азарта и воодушевления, чувство долга и ответственности, эмоциональный подъем [11].

Проведение соревнований по упрощенным правилам позволяет всем желающим участвовать в них, показывать свои знания, проявлять умения и навыки, что повышает популярность участия в спортивно-массовой активности в студенческой среде и побуждает к саморазвитию. В условиях интеграции экономического и образовательного пространства, диктующих необходимость совершенствования важных профессиональных качеств выпускников УВО (конкурентоспособность, партнерство, командное взаимодействие и др.), особую актуальность в ФВ студентов приобрел соревновательный метод [12].

К числу наиболее популярных в УВО видов спорта как средств ФВ студентов относятся волейбол, футбол баскетбол, настольный

теннис, ритмическая и атлетическая гимнастика, легкая атлетика, лыжный спорт, плавание. Дополняют ряд бодибилдинг, армрестлинг, прикладное плавание, элементы гимнастики и акробатики, ориентирование, самбо, рукопашный бой и другие виды борьбы, востребованные в учреждениях, выпускающие специалистов с высшим образованием для работы в силовых структурах.

Однако перечисленные виды спорта не всегда отвечают спортивным интересам молодежи, необходимо предоставить обучающимся больше возможностей для выбора. Опытным путем подтверждено, что использование экспериментальных программ, инновационных подходов, разработанных для учебных занятий на основе привлечения специалистов из популярных в молодежной среде видов спорта, но не культивируемых в УВО, преимущественно способствуют повышению эффективности образовательного процесса по физической культуре, совершенствованию ФКЛ [7–11].

В заключении необходимо подчеркнуть, что работа профессорско-преподавательского состава со студенческой молодежью сегодня строится с учетом востребованности на рынке труда разносторонне подготовленных молодых специалистов. Освоение вида спорта по выбору студента с последующим его участием в соревнованиях позволяет совершенствовать физические и непосредственно связанные с ними важные для будущего специалиста качества: целеустремленность, выдержку, готовность к интенсивным усилиям, умение мобилизоваться на преодоление препятствий.

Таким образом, тенденции в подходах к использованию средств ФВ студентов обусловлены необходимостью реализации практико-ориентированной парадигмы высшего профессионального образования. Сегодня как никогда ранее актуальны технологии в физическом воспитании студенческой молодежи, благодаря применению которых создается фундамент для адаптационного потенциала к предстоящей трудовой деятельности и профессионального роста.

Список литературы

1. Физическая культура : типовая учеб. программа для учреждений высшего образования / сост.: В. А. Коледа [и др.] ; под ред. В. А. Коледы. – Минск : РИВШ, 2017. – 33 с.

2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физического воспитания (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) : учеб. для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
3. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В. Н. Платонов. М. : Спорт, 2019. – 656 с.
4. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие / А. Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : РИВШ, 2021. – 492 с.
5. Физическая культура студента : учеб. для студентов вузов; под ред В. И. Ильинича. – М. : Гардарики, 2007. – 447 с.
6. Юшкевич, Т. П. Анализ физической подготовленности студентов Могилевского государственного университета продовольствия / Т. П. Юшкевич, А. В. Моисеенко // Мир спорта. – 2020. – № 2 (79). – С. 89–92.
7. Клинова, О. А. Использование индивидуальных программ физического развития / О. А. Клинова // Вестник Югорского гос. ун-та. – 2016. – Выпуск 1 (40). – С. 183–188.
8. Развитие личности учащейся молодежи в процессе занятий физической культурой и спортом : монография / И. М. Туревский [и др.] ; под общ. ред. И. М. Туревского. – Тула : ТППО, 2017. – 395 с.
9. Янович, Ю. А. Интеграция общеподготовительного и спортивного направлений в учебной дисциплине «Физическая культура» (на примере чирлидинга) / Ю. А. Янович // Мир спорта. – 2019. – № 1 (74). – С. 74–78.
10. Плотников, А. В. Художественно-спортивные зрелища как феномен социокультурной реальности [Электронный ресурс] / А. В. Плотников, Г. Г. Плотникова, И. Н. Подольская // Сервис plus. – Т. 14, № 4. – 2020. – С. 76–86. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/hudozhestvenno-sportivnye-zrelischa-kak-fenomen-sotsiokulturnoy-realnosti>. – Дата доступа: 25.09.2022.
11. Соломченко, М. А. Экономика физической культуры и спорта : учеб.-метод. пособие [Электронный ресурс] / М. А. Соломченко. – Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2014. – 125 с. – Режим

доступа: <https://www.iprbookshop.ru/33455.html>. – Дата доступа: 25.09.2022.

12. Янович, Ю. А. Особенности физического воспитания студентов и курсантов под влиянием интеграционных процессов в сферах образования и экономики / Ю. А. Янович, Ю. И. Масловская, Л. В. Кудина // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта – 2021. – Т. 16, № 2. – С. 62–69.

ТРЕНАЖЕРЫ И АППАРАТНО-ПРОГРАММНЫЕ КОМПЛЕКСЫ СПОРТЕ, ФИТНЕСЕ

УДК 378.016:796+796.02

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

TECHNICAL SUPPORT OF FITNESS TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

Гриб П. В., преподаватель

Белорусский национальный технический университет, г. Минск

АННОТАЦИЯ. В статье анализируются особенности технического обеспечения фитнес-технологий в физическом воспитании студентов.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: фитнес-технологии; физическое воспитание; студенты; информационные технологии.

ABSTRACT. The article analyzes the features of the technical support of fitness technologies in the physical education of students.

KEY WORDS: fitness technologies; physical education; students; information technologies.