

Иппотерапия – безмедикаментозный метод и не имеет побочных эффектов. Существенно важным элементом в достижении положительного результата при использовании метод иппотерапии является личная мотивация человека к занятиям - желание заниматься с лошадью, познавать окружающий мир с ее помощью. Ее уникальность заключается в гармоничном сочетании телесно-ориентированных и когнитивных приемов воздействия на психику пациента. Она оказывает биомеханическое воздействие на организм человека, укрепляя иммунитет и здоровье человека.

### **Литература.**

1. Иппотерапия // Loshadi.info [Электронный ресурс]. - Режим доступа : <https://loshadi.info/bolezni/ippoterapiya-eto>. – Дата доступа : 16.05.2019.
2. Иппотерапия // wikipedia.org [Электронный ресурс]. - Режим доступа : <https://ru.wikipedia.org/wiki/Иппотерапия>. – Дата доступа : 16.05.2019.
3. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Мн., 2003. – 528 с.
4. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А.А. Васильков. – Ростов-н/Д.: Феникс, 2008. – 381 с.

УДК 378.147:796.8

## **СПОРТИВНАЯ БОРЬБА КАК СРЕДСТВО МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Сучков А.К., Дегтеренко А.А.**

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины, г. Витебск, Республика Беларусь

Введение. В настоящее время исследователи образовательного процесса в области физического воспитания студентов уделяют большое внимание мотивации к занятиям по учебной дисциплине «Физическая культура». Вышеназванный предмет является обязательной учебной дисциплиной для всех специальностей учреждений высшего образования (гл. 4, ст. 32, п. 7 Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте»). Кроме обязательных четырех учебных часов в неделю, также предусмотрены занятия в форме факультатива и управляемой самостоятельной работы [1], мотивация к которым и является одним из главных факторов эффективного формирования социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности. Мотивация студента к учебным занятиям помогает воспитывать студента как творчески активную личность, являющуюся деятельным участником педагогического процесса, позиционировать его как субъекта познания. В связи с этим следует организовывать педагогический процесс с установкой на активизацию самосовершенствования студента, мотивировать его к занятиям физической культурой. Так, дополнительное изучение популярных, востребованных в студенческой среде видов спорта на учебных занятиях позволяет формировать устойчивую потребность в регулярных занятиях. Ориентация на тренирующий эффект в группах с дополнительным изучением определенного вида спорта – оптимизирующий фактор для совершенствования физических качеств, что необходимо для студенческого возраста, когда происходят активные

процессы физического развития. Такая форма учебных занятий спортивной направленности является фактором мотивации студентов, что нужно учитывать при организации учебного процесса.

Цель статьи – обоснование использования на учебных занятиях тренировочных средств спортивной борьбы как фактора мотивации к учебной дисциплине «Физическая культура».

Материал и методы. В наших исследованиях, проводимых в 2019–2020 учебном году, мы использовали следующие методы: анализ литературных источников, наблюдения и опрос (анкетирование, беседы). Анализ литературных источников включал изучение работ ведущих специалистов в области физического воспитания студентов, а также в области спортивной борьбы. Также нами было проведено анкетирование студентов 1–4 курсов ( $n = 486$  человек) учреждения образования «Витебская государственная академия ветеринарной медицины» (УО ВГАВМ) и беседы с выпускниками разных лет ( $n = 103$  человека), занимающимися во время обучения в УО ВГАВМ в секциях спортивной борьбы.

Результаты и их обсуждение. Личностная ориентация образовательного процесса предоставляет возможность учащимся на право дополнительного выбора вида спорта для совершенствования с учетом личностных особенностей и потребностей, что позволяет индивидуализировать процесс обучения, мотивировать студентов к учебным и самостоятельным занятиям, формировать у них устойчивую потребность в самосовершенствовании. Знания, умения и опыт, приобретенные на учебных занятиях в группах с дополнительным изучением видов спорта, студенты эффективно используют на самостоятельных занятиях. Ежегодно получаемые нами сведения о количестве студентов УО ВГАВМ, самостоятельно занимающихся физкультурой и спортом, могут показать, насколько мотивированы студенты из различных учебных групп на физическое совершенствование в свободное от учебных занятий время. Обработка данных, полученных в 2019–2020 учебном году, показала, сколько студентов посещают спортивные сооружения в вечернее время не реже двух раз в неделю: занимающихся на учебных занятиях в группах с дополнительным изучением определенных видов спорта – 29,8 %, занимающихся по традиционной учебной программе (без дополнительного изучения вида спорта) – 16,2 % и занимающихся в специальных медицинских группах (с отклонениями в состоянии здоровья) – 7,3 %.

Далее, основываясь на анализе литературных источников и собственных наблюдениях, кратко охарактеризуем занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» с дополнительным изучением спортивной борьбы.

Современная спортивная борьба выступает в системе физического воспитания не только как средство повышения уровня физической подготовленности студента, но главным образом как социальный институт, формирующий личность молодого человека [2]. На учебных занятиях, в процессе физического совершенствования важны осознанные самостоятельные шаги управления собой, связанные с самоконтролем, индивидуальными наблюдениями, фиксированием отдельных психофизических параметров. В то же время обучение борьбе, как технически сложному виду спорта, связано со строгой дисциплинированностью обучаемых. Это согласуется с мнением авторов, отмечающих, что грамотное сочетание самостоятельности, инициативы и дисциплины развивает выдержку, самообладание, способность к самооценке, организованность [3]. Занятия в группах с дополнительным изучением спортивной борьбы заставляют студента сконцентрироваться на изучении данного конкретного вида спорта. В связи с этим, наряду с совершенствованием физических качеств, осуществляется концентрация внимания, тренировка памяти, вырабатывается психофизическая устойчивость [4].

Для изучения влияния занятий спортивной борьбой во время обучения в учреждении образования на последующую профессиональную деятельность, нами, посредством бесед были опрошены выпускники разных лет, занимавшиеся видами борьбы в спортивных секциях, либо на учебных занятиях по физической культуре (n = 103 человека). Все они имели различные спортивные разряды. Анализ ответов респондентов дал следующие результаты. Как оказалось, 58,2 % опрошенных занимаются физкультурой и спортом, причем 24,8 % - не реже одного раза в неделю. Мотивацией к занятиям являются укрепление здоровья и поддержание высокой работоспособности. Свое физическое состояние оценили как удовлетворительное 19,3%, хорошее – 64,5% и отличное – 14,3% респондентов. Многие из них отмечают положительное влияние занятий борьбой на свое здоровье, самочувствие и работоспособность – 78,1 %.

**Заключение.** Для мотивации студентов к учебной дисциплине «Физическая культура» в учреждении высшего образования образовательный процесс следует организовывать не на шаблонных формах и методах педагогической деятельности, а на гуманистической ориентации на индивидуальные познавательные запросы и возможности каждого студента, его интересы и способности. В настоящее время, учитывая популярность единоборств как у юношей, так и у девушек, использование тренировочных средств спортивной борьбы будет выступать как фактор мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом. С одной стороны, это будет способствовать повышению эффективности образовательного процесса, а с другой – более полной реализации личностных потребностей и возможностей студентов.

### ***Литература.***

1. Физическая культура : типовая учебная программа для учреждений высшего образования / В. А. Коледа [и др.]. – Минск, 2017. – 33 с.
2. Греко-римская борьба / И.И. Иванов [и др.]; под общ. ред. Ю.А. Шулики. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 800 с.
3. Греховодов, В.А. Спортивная борьба: проблемы методического обеспечения / В.А. Греховодов // Теория и практика физической культуры. – 2005, №4 – С. 63.
4. 178. Юшков, О. П. Спортивная борьба / О. П. Юшков, В. И. Шпанов. – М. : МГИУ, 2001. – 92 с.

УДК 796.83

## **ДИАГНОСТИКА И КОНТРОЛЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЗДОРОВЬЯ И РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БОКСОМ**

**Прохоров Ю.М., Горошко Е.М.**

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Занятия боксом предполагают всестороннее развитие личности и направлены: *во-первых*, на укрепление здоровья студенческой молодежи. Системность учебно-тренировочных занятий по боксу помогает оптимальной организации режима дня, создавая условия для изменения видов деятельности, сочетая умственный труд и физический. После большой физической нагрузки на учебно-тренировочных занятиях спортсмены отдыхают. Как правило, они используют активные формы организованного досуга с учетом своих потребностей, желаний и