

*Измерение после эксперимента:* показатели «высокого уровня» самоактуализации подросли на один процент. «Средний уровень» – у 77% испытуемых. «Уровень близкий к среднему» – у остальных опрошенных.

Полученные данные говорят о положительной динамике формирования мотивационной сферы личности. Если показатели «высокого уровня» увеличились незначительно (фактически на уровне статистической погрешности), то параметры «среднего уровня» стали выше на 10–11%. При этом на 16–18% возросли показатели ближе к верхней черте «среднего уровня» и, соответственно, почти не осталось студентов, у которых показатели были на уровне близком к пороговым значениям (40–45 баллов). Всё это говорит о том, что диапазон самоактуализации большинства студентов экспериментальных групп достиг ожидаемой статистической нормы.

Таким образом, приобщение студентов к калланетике не вызывает сомнений. Её использование позволяет существенно интенсифицировать учебно-воспитательный процесс. Эта система с полным правом может быть включена в арсенал инновационной деятельности преподавателя физической культуры. Творческая адаптация статической тренировки мышц в совокупности с другими оздоровительными методиками способствует не только укреплению, поддержанию и сохранению здоровья студентов, но и значительно повышает уровень их положительной мотивационной сферы.

#### **Литература:**

1. Менхин, Ю.В., Менхин, А. В. *Оздоровительная гимнастика: теория и методика* / Ю.В Менхин, А. В. Менхин. – Ростов на/Дону: Феникс, 2002. – 384 с.;
2. Бурбо Л. *Калланетика за 10 минут в день* / Люси Бурбо. – 2-е изд. – Ростов на Дону: Феникс, 2006. – 221с.;
3. Козлова, Н. И. *Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями: метод, рекомендации* / Н. И. Козлова, В. Н. Кудрицкий, В. А. Пасичниченко. – Брест: Издательство БрГТУ, 2016. – 35 с.
4. Гозман, Л.Я., Кроз, М.В., Латинская, М.В. *Самоактуализационный тест* /Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская. — М.: Академия, 2005. – 43 с.

УДК 796.011.2:378

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ**

**Шлыкова П.Р.,** научные руководители **Шеверновский В.В., Галлер В.Н.**

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

**Введение.** Физическое воспитание является частью общего воспитания; социально-педагогическим процессом, который направлен на укрепление здоровья, гармоническое развитие форм и функций организма человека, его физических способностей и качеств, на формирование и совершенствование двигательных навыков, умений, необходимых в быту и профессиональной деятельности, на достижение физического совершенства.

Задачи, которые ставятся перед студентами высших учебных учреждений:

- развить потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и различными видами спорта;
- понять и принять социальную роль физической культуры в профессионально-личностном формировании будущего специалиста;
- овладеть знаниями научно-биологических, методических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

- сформировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре;

- научиться использовать средства физической культуры для профилактики заболеваний, поддержания психического благополучия, развития и совершенствования качеств и свойств личности;

- опытом активной физкультурно-спортивной деятельности по освоению ценностей физической культуры [4].

**Материалы исследования.** Данные интернет ресурсов, опрос обучающихся в УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины».

Ряд актуальных проблем, выявляемых в физическом воспитании:

- *проблема общего для всех физкультурного образования* (как одна из наиболее актуальных, а ориентация физического воспитания на общее физкультурное образование как приоритетная);
- *преемственность физического воспитания* (недостаточная преемственность содержания практического и теоретического разделов учебного материала, несогласованность показателей и нормативов оценки физической подготовленности);
- *проблема падения престижности здорового образа жизни, систематических занятий спортом;*
- *проблема подготовки учащихся студентов к физическому воспитанию в семье* (эффективность физического воспитания детей в семье зависит от подготовленности к нему родителей);
- *проблема укрепления здоровья студентов;*
- *проблема дифференцированного учебно-методического комплекса* физического воспитания, разработанного с учетом влияния неблагоприятных экологических условий жизни;
- *проблема индивидуализации физического воспитания;*
- *проблема о необходимости широчайшего распространения различных видов физической культуры и спорта среди разнообразных слоев населения;*
- *проблема стремительного падения престижности в обществе профессий школьного учителя физической культуры, тренера в детско-юношеских спортивных школах различной направленности* [3].

Исследователи утверждают, что в современных условиях действующая система физического воспитания студентов не справляется с проблемами ухудшения уровня физического здоровья и низкой эффективностью образовательного процесса в сфере физического воспитания. Также исследовательские данные свидетельствуют о том, что в настоящее время большинство выпускников учреждений образования имеют хотя бы одно (иногда и более) хронических заболеваний [1].

Исследованиями подтверждается, что часть молодых специалистов покидают учебные заведения с более низким уровнем физического здоровья, чем они имели по приходу в вуз. У студентов от курса к курсу увеличивается частота хронической патологии. Это связано с переходом различных функциональных отклонений в хронические формы заболеваний. Рост числа заболеваний студентов старших курсов происходит на фоне снижения уровня их физического развития и функциональной подготовленности. Проявлением этих негативных процессов является резкое увеличение частоты сердечных сокращений и артериального давления в покое у молодых людей [2].

Важной составляющей физического воспитания являются *самостоятельные занятия* – неурочная форма занятий, проводимая индивидуально или коллективно без непосредственного участия контролирующего лица.

К направлениям самостоятельных занятий относят: гигиеническое (переведение организма в активное или спокойное состояние), оздоровительно-рекреативное (восстановление работоспособности, профилактика утомления), общеподготовительное (достижение или поддержание уровня общей физической подготовки), спортивное (достижение или поддержание уровня спортивного мастерства), профессионально-прикладная (достижение или поддержание уровня физической готовности как профессионала), лечебное (восстановление здоровья и отдельных функций организма) [4].

Недостаточный уровень самостоятельных занятий можно отнести к одной из актуальных проблем в физическом воспитании. С целью изучения этой темы было проведено анкетирование студентов Учреждения образования «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины». Участвовало в данном анкетировании 50 студентов. При этом из опрошенных:

- занимается самостоятельно – 3 студента (6%);
- не занимается самостоятельно – 47 студентов (94%). Из них по причине:
- нехватки времени из-за учебной деятельности – 17 студентов (36%);
- нехватки времени из-за культурно-массовой деятельности – 10 студентов (21%);
- нехватки времени из-за научно-исследовательской деятельности – 5 студентов (11%);
- состояния здоровья – 7 студентов (15%);
- иные причины – 8 студентов (17%).

**Выводы.** По результатам исследования можно сделать выводы, что большинство студентов не имеют возможности заниматься самостоятельно ввиду того, что основная часть времени и сил уходит на обучение по специальности, получение и закрепление знаний, совершенствование практических навыков. Не следует исключать тот факт, что имеются студенты с отклонениями в состоянии здоровья, которые не позволяют им в полной мере физически овладеть возможностями полностью здорового организма. К иным причинам чаще относится элементарное нежелание самостоятельно заниматься физическими упражнениями для поддержания организма в тонусе из-за преобладания личных дел.

#### **Литература:**

1. Змановский, Ю. Ф. *Воспитаем детей здоровыми/Ю.Ф. Змановский.* - М.: Медицина, 2019. - 128 с.
2. Васильков, В. Г. *Физическое воспитание, как средство целостного развития личности студента вуза: Дис. канд. пед. наук. СПб.* – 2003. 174
3. *Курс лекций «Физическая культура»: учеб. – метод. пособие/ А.К. Сучков, В.В. Шерновский, Е.И. Мартынова.* – Витебск: ВГАВМ, 2017. – 68 с.

УДК 796.03-057.875(476.6)

## **ВНЕУРОЧНАЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ГРГУ ИМ.Я. КУПАЛЫ**

**Юраго О.Л., Храмова Т.А., Седова Н.Ф.**

УО «Гродненский государственный университет им. Я. Купалы»,  
г. Гродно, Республика Беларусь

Что побуждает личность заниматься физической культурой и спортом, какие факторы обуславливают такую ориентацию, каким образом на них можно влиять, - вот круг основных проблемных точек, которые исследуются целым рядом ученых.