

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.