

все принимать на веру, они требуют логического пояснения - почему нужно поступать так, а не иначе [2].

Создание ситуации успеха может положительно сказаться на повышении эффективности процесса обучения. Достигнутый успех в освоении предлагаемого двигательного действия повышает самоуверенность ученика, укрепляет его веру в собственные силы, начинается поиск вариантов решений более сложных задач, на фоне чего происходит развитие в различных сферах личности. Осваивая новые учебные задания, получая соответствующие знания, ученик стремится опробовать их на практике, от чего испытывает новые положительные эмоции. Успешность овладения отдельным двигательным действием создает условия для формирования взгляда «Оказывается, я могу научиться тому, чего не умел», и у ученика появляется интерес в овладении новым движением.

Заинтересованный подход учителя к ученикам положительно сказывается на морально-психологической атмосфере класса. Чем качественнее учитель подходит к преподаванию своего предмета, тем большая вовлеченность наблюдается со стороны учеников. Ученики с благодарностью принимают индивидуальный подход, проявление гуманизма, желание учителя научить каждого, поэтому они начинают добросовестно и увлеченно выполнять учебные задания учителя.

Антон Семенович Макаренко писал: «Дети не готовятся к труду и жизни, а живут и трудятся, мыслят и переживают и к ним надо относиться как к товарищам и гражданам, видеть и уважать их права и обязанности, включая право на радость и обязательность и ответственность». Школа должна дать качественное, разностороннее образование детям. Не загубить, а создать условия для раскрытия потенциала ученика и помочь его совершенствовать.

В этом отношении активность учащихся является главным условием их развития, а положительные эмоции в значительной степени повышают активность ученика. Поэтому учитель должен не только ориентироваться на то, чему научить, но в первую очередь должен заботиться о внутреннем эмоциональном состоянии ученика и создавать положительную эмоционально-психологическую атмосферу на уроке.

Литература. 1. Гребенюк, О. С. Педагогика индивидуальности : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк. – 2-е изд., доп. – М. : Юрайт, 2019. – 410 с. 2. Ильин, Е. П. Психология физического воспитания : учебник / Е. П. Ильин. – СПб. : РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. – 486 с. 3. Психология : учебник для институтов физической культуры / под ред. В. М. Мельникова. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 367 с. 4. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.

УДК 796.078:378

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ КАК СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ КАТЕГОРИИ СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ

Прохоров А.Ю.

Новополоцкая городская организация Общественного объединения «Белорусский республиканский союз молодежи»

Развитие физической культуры и спорта является одним из важнейших направлений государственной социальной политики, эффективным инструментом оздоровления нации и укрепления международного имиджа Республики Беларусь[2].

Учреждения образования рассматриваются нами как средство и институт организованной социализации учащейся молодежи, где учебно-воспитательный процесс направлен на социальное взросление и профессиональное становление личности как субъекта общественного взаимодействия. Современное общество предъявляет максимум требований к подготовке специалистов высшей квалификации, где здоровье является значимым и сопутствующим фактором личностных достижений. Учебные заведения в этом плане располагают материально техническими возможностями, специальными помещениями, квалифицированными специалистами, что позволяет целенаправленно формировать физические и психологические профессионально значимые качества, позволяющие успешно решать жизненно важные вопросы.

Рассматривая категорию здоровья с аксиологических позиций, нами были изучены отношения, убеждения и установки студентов о важности и необходимости укрепления своего здоровья, методы и средства воспитания физических качеств, понимание ими основ здорового образа жизни. В процессе исследований вышеназванных вопросов среди студенческой и работающей молодежи Полоцкого региона (опрошены 317 чел).

Абсолютное большинство респондентов, заверяя, что здоровье на сегодняшний день их устраивает (87%), высказывают сомнения о его надежности в дальнейшем. Понимая важность категории здоровья для активной творческой деятельности более половины респондентов говорили, что по существу о необходимости укрепления своего здоровья не задумывались. В дополнение к этому респонденты поясняли, что предметно о программах укрепления здоровья в молодом возрасте с ними работа не проводилась, и о мотивировочных основаниях этого аспекта социализации они имеют только общее представление. В беседах преподаватели, родители, тренеры спортивных секций, врачи поликлиник ограничивались банальными фразами о необходимости регулярных занятий физическими упражнениями, активного двигательного режима, вреде курения и алкоголя и т.п.

Попадая в новую социумную среду: отсутствие родительского контроля и наказаний, несформированное сознание часто поддается негативным влияниям «молодежных вечеринок», где допускается курение, употребление алкогольных, горячительных напитков – « ..ничего страшного», « ..один раз не считается», «.. мы уже взрослые» и т.п.. плохо сформированное сознание молодого человека, как правило, теряется и ему трудно противостоять «мнению коллектива».

Располагая общими представлениями о ценности здорового образа жизни и его значимости, следует отметить, что по мере приобретения опыта обучения в вузе, опыта трудовой деятельности, т.е. по мере взросления, влияние ближайшего окружения на поведение личности неуклонно снижается, увеличивая роль морально-нравственного выбора, устойчивости позитивного поведения.

Воспринимая здоровье как естественную ценность, данную человеку природой его эволюции, молодежь рассматривает двигательную активность как удовольствие, направленное на удовлетворение эмоциональных потребностей от игры. Однако, подвижные игры и активный отдых имеют временную характеристику, и их нельзя рассматривать как системные мероприятия, направленные на укрепление здоровья.

Современные информационные технологии в области физической культуры, представлены в виде интерактивных приложений, позволяют организовать тренировочные занятия с учетом основных закономерностей физического воспитания. С их помощью контролировать объем и интенсивность физической нагрузки, исполнять методические рекомендации профессионального инструктора. Полученные результаты показывают, что в большинстве своем молодежь знает о таких приложениях (72%), но в практике жизнедеятельности ими не пользуется (94%). Отсутствует такая практика и при организации обязательных учебно-тренировочных занятий по физическому воспитанию в высших учебных заведениях. Отдельные элементы современных гимнастических систем: ритмической гимнастики, аэробики, находят применение в системе практи-

ческих занятий, но говорить о них как о воспитательном направлении пока еще рано. Положительным в данном аспекте мы считаем методику организации занятий, которая получила название «Тропа (Дорожка) здоровья» (доцент кафедры теории и методики факультета физического воспитания ВГУ имени П.М. Машерова В. Кривцун). Суть ее в использовании простейших средств физического воспитания: бег, ходьба и общеразвивающие гимнастические упражнения и отдых, при периодическом контроле за работой сердечно-сосудистой системы (пульсометрия). Периодичность и чередование данных форм сопровождается музыкальным и вербальным сопровождением, определяющим темп и содержание выполнения тематических заданий.

Больше половины учащихся ограничиваются посещением учебно-тренировочных занятий физической культурой по расписанию занятий, которое определяет двухразовый объем по 1,5 часа в недельном цикле (62%), хотя специалистами в области теории и методики физического воспитания рекомендуемый оптимальный объем физической нагрузки для студентов вуза определяется 4-5 занятиями в неделю, где интенсивность выполнения упражнений в основной части занятия должна достигать до 160 – 170 уд. сердечных сокращений в минуту. Дефицит физической нагрузки налицо и составляет более чем 50%. Соответственно, он должен быть ликвидирован за счет дополнительных занятий физическими упражнениями, спортом.

Занятия в спортивной секции лучшим образом компенсируют дефицит физической нагрузки и двигательной активности, формируя и развивая физическую подготовку и общую культуру будущего специалиста высшей квалификации. Однако следует заметить, что такой подход оказывается результативным при наличии специалистов физической культуры, прошедших определенную специализацию, т.е. имеющих значительный личный опыт спортивной тренировки. При этом, следует отметить, что студенты-спортсмены, регулярно занимающиеся повышением спортивного мастерства, могут добиваться высоких спортивных результатов, выполняют квалификационные требования высоких спортивных званий: кандидат в мастера спорта, мастер спорта и др. Важно, чтобы занятиями спортивной направленности руководил преподаватель-тренер. Как плохому хирургу нельзя доверять проведение операции, так и учителю физкультуры нельзя заниматься тренерской работой.

Исследуя компонент внеклассной работы, нами было установлено, что кадровый потенциал профессионально подготовленных специалистов в области спортивной тренировки в высших учебных заведениях ограничен. Это сказывается на студенческом выборе вида спорта с учетом возможностей и способностей, желаний и интересов студента. Странно, но многие учебные заведения запрещают студенту заниматься в секции, работающей на базе другого учебного заведения, считая его посторонним.

Говоря о трудящейся молодежи как социально значимой группе мы пришли к выводам о том, что приоритетность физической культуры как эффективного средства социализации личности здесь не прослеживается. Физическая красота тела пока еще не стала значимым жизненным фактором, и соответственно занятия физическими упражнениями и спортом можно характеризовать как фрагментарными аспектами жизни (76%). Спортивные клубы, работающие на предприятиях, практикуют участие трудовых коллективов в физкультурно-массовых и оздоровительных мероприятиях. Однако системная работа спортивных секций на предприятиях широкого распространения в настоящее время не получила. Утренней зарядкой и производственной гимнастикой, организацией самостоятельных занятий по физической подготовке занимаются ограниченное количество лиц, относящихся к данной группе населения (27%). Отсутствует практика разработки и реализации в рамках предприятий целевых программ, например: «Трест №16 – предприятие здоровья», «Кто не курит и не пьет – у нас здорово живет!».

Таким образом, обобщая результаты исследований проблемы «Физическая культура и здоровье в моей жизни», обоснованными считаем следующее:

во-первых, молодое поколение считает, что категория «здоровье» имеет ценност-

ное значение, но в силу своих возрастных особенностей, воспринимает его как естественно заданный элемент природой эволюционного развития организма человека, не задумываясь о его укреплении и сохранении на долгие годы.

Перевод обязательных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» в учебных заведениях на факультативные, мы считаем пока преждевременным, так как в сознании молодого человека не сформированы убеждения в необходимости и незаменимости физической нагрузки в виде двигательной активности, занятий физическими упражнениями и спортом;

во-вторых, потребность в занятиях физической культуры молодыми людьми не относится к первостепенно важной. Воспринимая свое здоровье как удовлетворительное, многие из представителей данной социальной группы считают мероприятия по укреплению своего здоровья второстепенными и необязательными. Отсутствие потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и спортом у молодежи является следствием отсутствия продуманной мотивировочной программы. Считаем целесообразным разработку конкретных целевых мероприятий и программ, направленных на понимание значимости физических упражнений и спорта для укрепления здоровья и профилактики заболеваний, раскрывающих содержание принципов здорового образа жизни и устранение негативных воздействий вредных привычек;

в-третьих, организация учебных занятий с учетом спортивных интересов и способностей занимающихся, открытие спортивных секций, по-нашему мнению, является более эффективным, так как физическая нагрузка спортивной тренировки в большей степени отвечает оптимальным требованиям специалистов. С целью развития познавательных интересов и формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом необходимо широкое внедрение в практику учебно-тренировочных занятий современных информационных технологий с использованием разработанных приложений в области физической культуры.

Таким образом, физическая культура не только предполагает развитие физических качеств личности. Она выступает как элемент жизненной стратегии, предопределяя успешную и конструктивную деятельность человека во имя блага, как общества, так и самой личности. Поэтому имеет все основания рассматриваться как важный сегмент процесса и результат социализации молодого человека.

Литература. 1. Шкирьянов, Д. Э. Мобильные приложения как форма организации управляемой самостоятельной работы со студентами-медиками в рамках учебной дисциплины «Физическая культура» / Д. Э. Шкирьянов // *Инновационные обучающие технологии в медицине : сборник материалов Республиканской научно-практической конференции с международным участием / Витебский государственный медицинский университет ; редкол.: А. Т. Щастный [и др.]*. – Витебск, 2017. – С. 493–504. 2. Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016-2020 годы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.mst.by/ru/razvitie-sporta-ru/> – Дата доступа: 25.02.2019.