

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРОДНЕНСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

Мацко А.Н., студент

Научный руководитель – **Юраго О.Л.**

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

*Организация занятий по физической культуре в Гродненском государственном университете им. Я. Купалы способствует повышению уровня физической подготовленности студентов и укрепления их здоровья. **Ключевые слова:** университет, студент, физическая культура, здоровье.*

ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES AT GRODNO STATE UNIVERSITY

Matsko A.N., student

Scientific director – **Yurago O.L.**

Grodno State University named after Yanka Kupala, Grodno, Republic of Belarus

*Organization of physical education classes at the Grodno State University named after Yanka Kupala contributes to the improvement of the level of physical fitness of students and strengthening of their health. **Keywords:** university, student, physical education, health.*

Введение. Физическая культура и спорт играют важную роль в формировании здорового образа жизни, укреплении физического и психического здоровья, а также развития социально значимых качеств личности. В условиях современного общества, где наблюдается рост гиподинамии, стрессовых нагрузок и ухудшение общего состояния здоровья населения, организация эффективных занятий по физической культуре в высших учебных заведениях становится одной из приоритетных задач [2].

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, как один из ведущих вузов Беларуси, имеет значительный потенциал для развития физической культуры и спорта среди студентов.

Материалы и методы исследований. Целью данной научной работы является анализ организации занятий по физической культуре в Гродненском государственном университете имени Янки Купалы (ГрГУ) с учетом современных требований к физическому воспитанию студентов, их индивидуальных особенностей и возможностей материально-технической базы университета.

Для достижения поставленной цели мы провели:

1. Изучение текущего состояния организации занятий по физической культуре в ГрГУ.

2. Разработку рекомендаций по оптимизацию учебного процесса, внедрению инновационных методик и улучшению материально-технической базы.

Научная работа состоит из нескольких этапов исследования:

1. Подготовительный этап:

✓ определение цели, задач и гипотезы исследования;

✓ изучение научной литературы, нормативных документов и методических материалов по организации физического воспитания в высших учебных заведениях.

2. Основной этап:

✓ проведение анкетирования, опросов и интервью с участниками образовательного процесса (студенты, преподаватели, администрация);

✓ наблюдение за организацией занятий и мероприятий по физической культуре в ГрГУ;

✓ анализ материально-технической базы университета (спортивные залы, оборудование, инвентарь);

✓ оценка уровня физической подготовленности студентов и их мотивации к занятиям физической культурой.

3. Заключительный этап: формулирование выводов и предложений.

Результаты исследований. В анкетировании приняли участие студенты факультета искусств и дизайна ГрГУ им. Я. Купалы.

Тестирование физической подготовленности студентов показало, что около 60% участников соответствуют нормативным требованиям, 25% имеют результаты ниже среднего, а 15% демонстрируют высокий уровень физической подготовки.

Наибольшие трудности у студентов возникают при выполнении силовых упражнений и упражнений на выносливость, что может быть связано с низким уровнем физической активности в повседневной жизни.

Анкетирование выявило, что только 40% студентов занимаются физической культурой с интересом и высокой мотивацией. Основными причинами низкой мотивации являются: отсутствие интереса к предлагаемым видам активности (30%), недостаток времени (45%) и медицинские ограничения (25%).

Абсолютное большинство студентов (90%) положительно оценивают работу преподавателей кафедры физической культуры, отмечая их профессионализм и доброжелательность.

Вместе с тем, 40% респондентов указали на необходимость разнообразия форм занятий (введение новых видов спорта, использование современных методик).

Наблюдение за занятиями показало, что в некоторых группах наблюдается недостаточная индивидуализация подхода к студентам с разным уровнем физической подготовленности.

Анализ инфраструктуры университета выявил, что спортивные залы и оборудование в целом соответствуют требованиям, но требуют модернизации [1].

Студенты и преподаватели отметили нехватку современного инвентаря, а также ограниченное количество открытых спортивных площадок.

Предложения студентов и преподавателей:

- ✓ студенты предложили ввести дополнительные секции по популярным видам спорта (например, йога, фитнес, единоборства);
- ✓ преподаватели отметили необходимость повышения квалификации и внедрения инновационных методик обучения.

Отдельно хочется отметить мероприятия, которые проводятся в университете, направленные на укрепление физического здоровья студентов:

– соревнования в рамках гражданско-патриотического марафона «Вместе – за сильную и процветающую Беларусь!»;

– соревнования по различным видам спорта в рамках круглогодичной спартакиады среди обучающихся ГрГУ им. Я. Купалы.

Заключение. Результаты исследования показали, что организация занятий по физической культуре в Гродненском государственном университете в целом соответствует современным требованиям, но требует дальнейшего совершенствования. Для повышения эффективности физического воспитания необходимо:

- ✓ разнообразить формы и методы проведения занятий;
- ✓ модернизировать материально-техническую базу;
- ✓ повысить мотивацию студентов к занятиям физической культурой.

Реализация этих мер позволит укрепить здоровье студентов, повысить их физическую подготовленность и создать условия для формирования устойчивого интереса к здоровому образу жизни.

Подводя итоги, изучение организации занятий по физической культуре в Гродненском государственном университете имеет высокую научную и практическую значимость. Результаты исследования могут быть использованы для совершенствования учебного процесса, повышения уровня физической подготовленности студентов и укрепления их здоровья, что соответствует современным требованиям к высшему образованию и общегосударственным задачам в области физической культуры и спорта.

Литература.

1. Дьяченко, Л. С. Методические рекомендации по подготовке / Л. С. Дьяченко. – Витебск : Витеб. гос. ун-т, 2022. – 53 с.

2. Искусство взаимодействия: как продуктовый дизайн влияет на пользовательский опыт [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://habr.com/ru/articles/791634/>. – Дата доступа : 18.02.2025.