

## Профессионально-ориентированное физическое воспитание студентов

Кандидат педагогических наук, доцент  
Гайдук Сергей Александрович  
Институт Следственного комитета  
Республики Беларусь

### Задачи учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждениях высшего образования:

**образовательная** (изучение теоретико-методических основ физической культуры; обучение и совершенствование техники физических упражнений; формирование навыков, необходимых в различных видах спорта; развитие физических качеств, как условия повышения уровня физической подготовленности);

### ЦЕЛЕВЫЕ УСТАНОВКИ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

1. «Традиционная», отвечающая требованиям учебных программ любого учреждения образования.
2. Непосредственно связанная с будущей профессиональной деятельностью.
3. Необходимость в знаниях об основах здорового образа жизни, влиянии физических упражнений на организм, необходимости самостоятельных занятий для поддержания и укрепления здоровья, профессионального долголетия, профилактики общесоматических и профессиональных заболеваний; приобретение физкультурных знаний и практических навыков и умений для последующего воспитания собственных детей.

### ФАКТОРЫ, КОТОРЫЕ, ПО МНЕНИЮ ЗАНИМАЮЩИХСЯ, МЕШАЛИ ЗАНИМАТЬСЯ СВОИМ ФИЗИЧЕСКИМ СОВЕРШЕНСТВОМ

1. Отсутствие свободного времени –64,4%;
2. Лень – 38,2%;
3. Отсутствие желания и мотивации –32,0%;
4. Неинтересное содержание занятий по физической культуре –11,0%;
5. Отсутствие необходимой материально-технической базы –6,8%;
6. Недостаток теоретических знаний по сохранению своего здоровья, здоровому образу жизни – 4,9%;
7. Недостаточный уровень подготовленности преподавателей – 1,6%.

Развитие физической культуры и спорта является одним из важнейших направлений государственной социальной политики. Физическое воспитание оказывает влияние на весь процесс развития и деятельность человека – в биологическом, социальном, профессиональном и др. аспектах. Средства физической культуры являются единственными немедикаментозными средствами поддержания и укрепления здоровья, что, в свою очередь, является одним из основных национальных интересов в демографической сфере нашего государства.

**оздоровительная** (привитие привычки занятий физическими упражнениями; формирование основ здорового образа жизни; использования физических упражнений для закаливания и профилактики респираторных заболеваний, поддержания здоровья на потребном уровне; укрепление функциональных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательного

**воспитательная** (формирование морально-волевых качеств личности, умения работать в команде, быть членом коллектива);

### Оценка уровня физической подготовленности и состояния здоровья студентами БГПУ

Вопросы анкеты	1 курс (n=528)	2 курс (n=349)	3 курс (n=179)	1-3 курс (n=1056)
Как Вы сейчас оцениваете свое состояние здоровья и уровень физической подготовленности?				
Отличное	43 (8%)	29 (8%)	21 (12%)	93 (9%)
Хорошее	183 (35%)	109 (31%)	60 (33%)	352 (33%)
Удовлетворительное	245 (46%)	168 (48%)	76 (42%)	489 (46%)
Плохое	32 (6%)	27 (8%)	12 (7%)	71 (7%)
Затрудняюсь ответить	25 (5%)	16 (5%)	10 (6%)	51 (5%)
Изменились ли –состояние здоровья и уровень физической подготовленности за время обучения в университете?				
В лучшую сторону	211 (40%)	119 (34%)	50 (28%)	380 (36%)
В худшую сторону	45 (9%)	57 (16%)	36 (20%)	138 (13%)
Не изменилось	272 (51%)	173 (50%)	93 (52%)	538 (51%)

В современных, быстромеменяющихся условиях жизни, связанных с информатизацией как трудовых процессов, так и всех сторон жизни, мобильностью и уровнем образованности работников, меняются не только требования к осуществлению профессиональной деятельности, ее условия, но и сам характер деятельности. В этом случае нуждается в мобильности и система физического воспитания работника, что не всегда и не в полной мере происходит. Следует отметить, что еще Л.П. Матвеев (1991) предвидел, что в перспективе «...усилится тенденция к совмещению и динамическому обновлению профессиональных специальностей, что потребует соответствующего изменения характера профессиональной подготовки, в том числе физической ...»

**профессионально-прикладная** – подготовки студента к непосредственной конкретной будущей деятельности (изучение особенностей будущей профессиональной деятельности, которые детерминируют необходимость формирования профессионально важных физических качеств (ПВФК) и профессионально значимых прикладных двигательных навыков (ПЗПДН); непосредственное формирование ПВФК и ПЗПДН для успешности будущей профессиональной деятельности; формирование функциональной и эмоциональной устойчивости к действиям неблагоприятных внутренних и внешних факторов деятельности).

### МОТИВЫ, ПОБУЖДАЮЩИЕ СТУДЕНТОВ ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ВО ВРЕМЯ ОБУЧЕНИЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ

1. Желание получить зачет и сдать сессию без отработок занятий – 643 положительных ответов (60,9%);
2. Желание повысить уровень физической подготовленности – 385 (36,5%);
3. Необходимость коррекции фигуры (оптимизировать вес, улучшить пропорции, избавиться от лишнего жира) – 343 (32,5%);
4. Возможность снять усталость и повысить работоспособность – 240 (22,7%);
5. Желание сформировать волю, характер 171 (16,2%).