

УДК 37.013.77

*Ходеев Д.А.,
ассистент кафедры спортивных дисциплин
Белгородский государственный национальный исследовательский
университет
Россия, г. Белгород
Коротких В.В.,
студент
2 курс, факультет «Мировая экономика»
Институт экономики и управления
Россия, г. Белгород*

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПОДГТОВКЕ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

***Аннотация:** Статья посвящена роли физической культуры для студентов, проходящих программы высшего образования, а именно бакалавриата, магистратура и аспирантура. Рассмотрены основные цели, задачи и проблемы реализации спортивных программ в высших учебных заведениях. Проанализирована роль физических активностей в поддержании физической формы учащихся и их эмоционального состояния. Отдельно выделили важность реализации программ физкультурной подготовки для отдельных специальностей высшего образования, рассмотрели особенности проведения физических активностей в настоящее время.*

***Ключевые слова:** физкультура, физические активности, высшее образование, физическая форма.*

***Abstract:** The article is devoted to the role of physical culture for students undergoing higher education programs, namely bachelor's, master's and*

postgraduate studies. The main goals, tasks and problems of the implementation of sports programs in higher educational institutions are considered. The role of physical activities in maintaining the physical form of students and their emotional state is analyzed. Separately highlighted the importance of the implementation of physical training programs for certain specialties of higher education, considered the features of physical activities at the present time.

Keywords: *physical education, physical activity, higher education, physical fitness.*

В современном мире наблюдается активная тенденция продвижения спорта и спортивных движений, что связано с особенностями работы и жизни в целом в 21 веке. Развитие информационных технологий открыло простор для развития науки и техники с одной стороны, а с другой развитие и дальнейшее углубление капиталистической системы общества утвердило новый порядок и правила работы и труда, что в свою очередь отражается в появлении повышенного стресса, значительном уровне безработицы и экономическими колебаниями деловой активности. Более того, общая цифровизация повлияла на условия осуществления работы, теперь большая часть общества продолжает свою работу в офисах, где целый день проводит за персональными компьютерами, ухудшая своё зрение, осанку и эмоциональное состояние.

Сферу высшего образования общая цифровизация также затронула, тем не менее, наблюдается чёткая тенденция «отстаивания» роли физической культуры в жизни студентов. Например, вузы часто вводят факультативы по занятию спортом, спортивные эстафеты, соревнования, проведение общегосударственного ГТО. Всё это помогает популяризировать спорт среди студентов.

Важно отметить необходимость осуществления спортивных программ для студентов высшего образования.

Во-первых, с помощью различных физических упражнений учащиеся могут поддерживать свою физическую форму на постоянном уровне, при интенсивных занятиях улучшать свои физические показатели.

Во-вторых, спорт помогает бороться с различными эмоциональными проблемами и депрессией, которые часто возникают в современном мире и являются издержками развития технологий и общей урбанизацией городов.

В-третьих, физическая культура является отличным средством социализации, особенно это относится к командным видам спорта, студенты могут общаться, выполнять работу в команде, ставить измеримые цели и достигать их [1, с.105].

Основной целью физической культуры является приобщение общества к спорту, поддержание здоровья нации, улучшения эмоционального состояния, объединение людей с общими интересами.

Рассмотрим основные задачи физической культуры для учащихся высших учебных заведений:

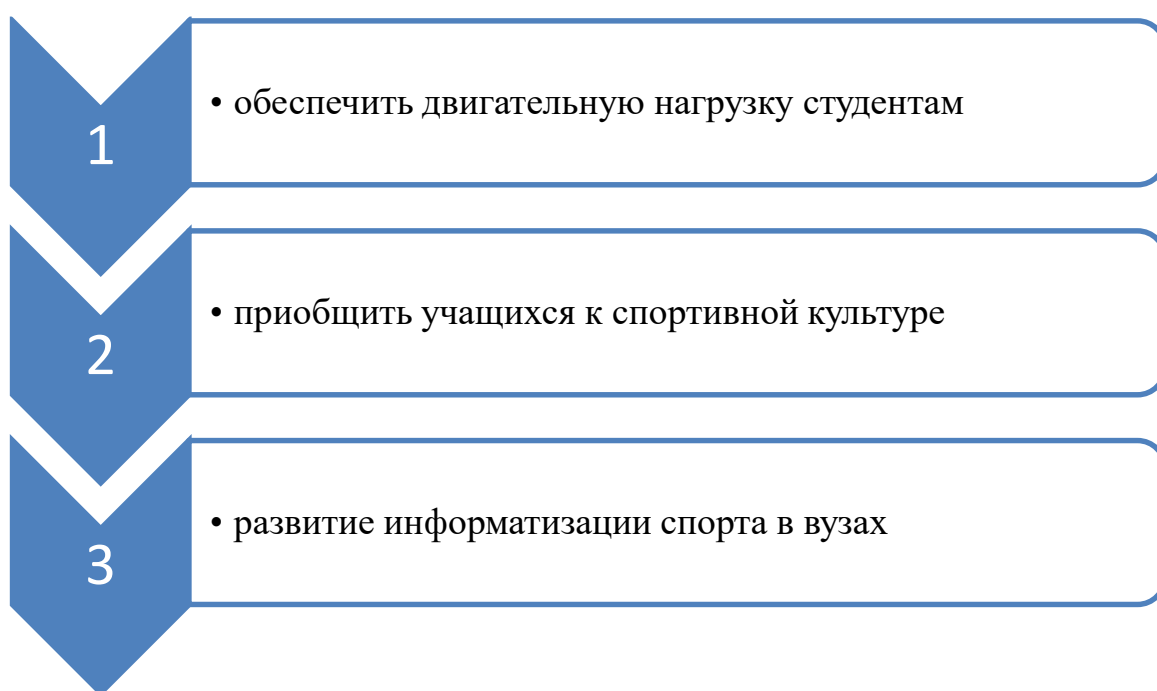


Рисунок 1. основные задачи физической культуры для учащихся высших учебных заведений [2, с.100]

Рассмотрим каждую особенность отдельно.

Двигательная нагрузка необходима из-за проведения обучения в пассивном режиме, а именно в основном сидя за партой в одном положении. Так, например, обучающиеся на медицинских факультетах, где учёба особенно сложная посещают физическую культуру на протяжении всего обучения для поддержания физической и ментальной формы, простыми словами эмоциональной разгрузки.

Второй немаловажной особенностью является приобщение обучающихся по программе высшего образования к спортивной культуре. Во время советского союза данная проблема отсутствовала, так как органы государственной власти проводили значительную агитацию о роли спорта в жизни человека. В современном мире данная культура начала возрождаться, но не на государственном уровне, отсюда следует, что высшие учебные заведения осуществляют агитацию к привлечению к спортивным мероприятиям среди молодёжи для развития их общей физической культуры.

Развитие общей цифровизации образования связано с карантинными ограничениями в 2020 году, из-за чего проведение спортивных мероприятий в очном формате было не возможно. В связи с этим, вузы начали внедрять систему цифрового спорта для поддержания физической формы студентов на дистанционном обучении.

Уделим внимание проблемам реализации спортивных программ в высших учебных заведениях.

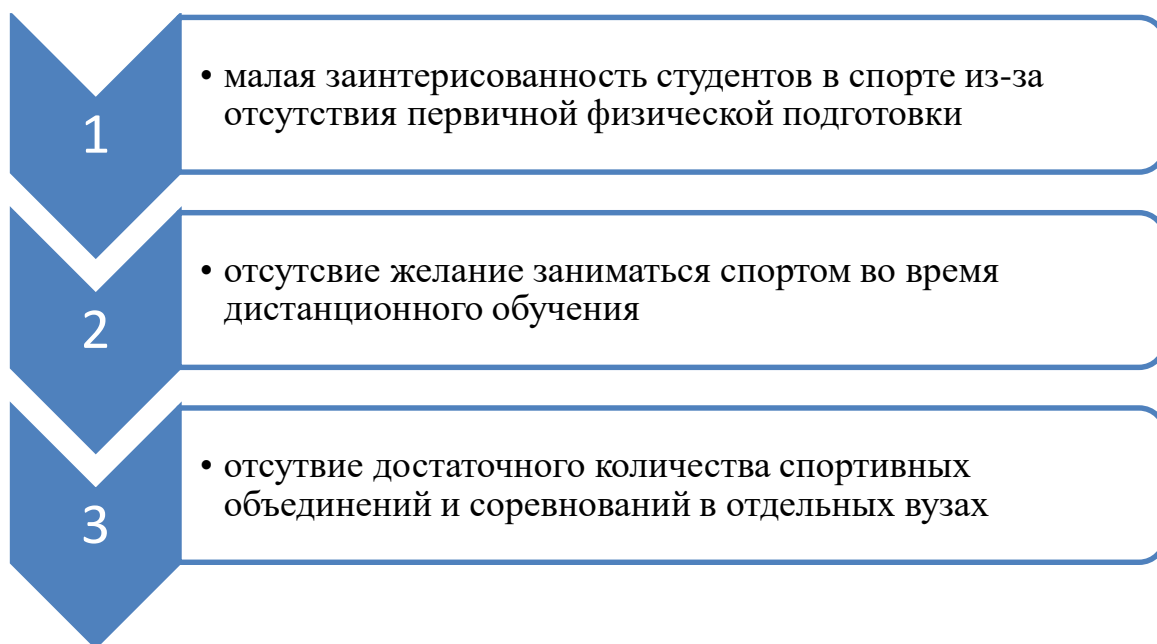


Рисунок 2. проблемы реализации спортивных программ в высших учебных заведениях [3, с.25]

Уделим внимание каждой проблеме отдельно.

Первая проблема связана с общей проблемой физической культуры в нашей стране, будущие студенты не получают необходимой физической подготовки в школе из-за чего приходят в вуз не в лучшей форме. Это является главной причиной отсутствия интереса в реализации спортивных программ.

Вторая проблема связана с недостатками организации физической культуры во время дистанционного обучения, это связано с несовершенством платформы обучения и сложностью организации образовательного процесса.

Третья проблема касается отдельных вузов, в целом наблюдается тенденция, которая показывает, что достаточное количество спортивных объединений встречается в основном крупных и популярных вузах, что отражает их престиж. Тем не менее, на данный момент ситуация улучшается с каждым годом [4, с.35].

Особое внимание необходимо уделить важности физической культуры для отдельных направлений подготовки высшего образования. Важно выделить в первую очередь военные высшие учебные заведения, где без

необходимой физической подготовки не поступить, лётчикам также необходима серьёзная физическая подготовка, чтобы переносить перепады давления. Отдельные профессии, которые связаны с пассивной деятельностью и сложностью обучения требуют физических активностей, чтобы сохранять физическую форму и эмоциональное состояние. Например, высшее медицинское образование, техническое высшее и так далее [5, с.55].

Таким образом, реализация высших образовательных программ требует обязательного внедрения физической культуры для повышения общего уровня физического и эмоционального здоровья обучающихся, более того занятие спортом помогает научиться работать в команде и пройти необходимую социализацию, которая необходима в дальнейшей жизни для осуществления профессиональной деятельности после обучения в высшем учебном заведении.

Использованные источники:

1. Ильинич В.И. Физическая культура студента: учеб. – М.: Гардарики, 2020. – 448 с.
2. Лукъянов В.П. Физическая культура: Основы знаний: учеб. пособие. – Ставрополь, 2019. – 345 с.
3. Большая советская энциклопедия: в 30 т. – М.: Советская энциклопедия, 1969–1978. – Т. 24.
4. Еркомайшвили И.В. Основы теории физической культуры: курс лекций. – Екатеринбург: УГТУ, 2004. – 192 с.
5. Садохин А.П., Грушевицкая Т.Г. Культурология. Теория культуры: учеб. пособие для вузов. – М.: Юнити-Дана, 2020. – 365 с.