

УДК 796:378

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

¹Мальцева Н.А., ²Шредер А.Ю., ²Салугин Ф.В., ²Коренкова Н.А., ³Майоркина И.В.¹ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»,
Омск, e-mail: biktaeva3286@mail.ru;²ФГБОУ ВО «Омский государственный медицинский университет», Омск;³ФГБОУ ВО «Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского», Омск

В статье рассмотрен путь совершенствования механизма управления студенческого спорта путем вовлечения студентов в физкультурно-оздоровительную деятельность, используя статистические данные не-отраслевых показателей. Анализ изучения общего мнения и предпочтений определенных возрастных категорий в образовательных организациях высшего и профессионального образования позволит сформировать предположения целостного видения развития студенческого спорта в регионе. Рассмотрены возможные варианты прогнозирования и перспективное развитие форм физкультурно-оздоровительной деятельности студентов внутри учебных заведений на основе принципа свободы выбора. Для объективного анализа принципа свободы выбора и возможности совершенствования механизма развития студенческого спорта, на наш взгляд, оптимально использовать показатели, которые отражают предпочтения в физкультурно-оздоровительной деятельности данных возрастных групп, независимо от их отраслевого назначения. Тенденции развития молодежных предпочтений в области физической культуры и активного досуга не всегда готовы удовлетворять потребности. Многообразие показателей и их непосредственные взаимосвязи, используемые в оценке развития физической культуры и спорта, имеют степень взаимовлияния друга на друга, поэтому возможность дальнейшего применения полученных взаимосвязей будет необходима для прогноза развития и совершенствования механизма управления студенческого спорта.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная деятельность, развитие студенческого спорта

PHYSICAL CULTURE AND RECREATION ACTIVITIES OF STUDENTS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF HIGHER AND PROFESSIONAL EDUCATION

¹Maltseva N.A., ²Shreder A.Yu., ²Salugin F.V., ²Korenkova N.A., ³Mayorkina I.V.¹Siberian State University of Physical Culture and Sports, Omsk;²Omsk State Medical University, Omsk;³Omsk State University named after F.M. Dostoevsky, Omsk

The article considers the way of improving the management mechanism of student sports by involving students in physical culture and health-improving activities, using non-statistical data of non-industry indicators. The certain age categories of higher and professional education institutions general opinion and preferences study analysis will make it possible to form assumptions about a holistic vision of the development of student sports in the region. Possible forecasting and prospective development variants of physical culture and health-improving activity form of students within educational institutions are considered, based on the «freedom of choice» principle. For the principle of «freedom of choice» objective analysis and the possibility of improving the development of student sports mechanism, in our opinion, it is optimal to use indicators that reflect preferences in physical culture and health-improving activities of these age groups, regardless of their industry purpose. The trend in the dynamics of the development of youth preferences in the field of physical culture and active leisure is not always ready to meet the needs. The variety of indicators and their direct interrelationships used in assessing the development of physical culture and sports have a degree of mutual influence on each other, therefore, the possibility of the obtained interdependencies further application will be necessary for the student sports management mechanism development and improvement prediction.

Keywords: physical culture and recreation activities, the development of student sports

Учебное заведение не только дает студентам возможность получать знания в профессиональном направлении, но и погружает их в практическую деятельность физической культуры и спорта, знакомит более углубленно со средствами и методами физического совершенствования, помогает формировать двигательные умения и навыки в процессе жизнедеятельности. Это способствует становлению культуры личности

студента, его ценностно-ориентированных качеств в формировании здорового образа жизни. В период обучения, учитывая умственные и психологические нагрузки, воздействующие на молодой организм обучающегося, важна роль регулярной физической активности.

В статье 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» говорится о пропаганде и обучении навыкам здоро-

вого образа жизни, организации и создания условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся в различных образовательных учреждениях [1]. К регламентирующим документам в образовательных учреждениях высшего и профессионального образования относят учебные программы, планы и профессиональные стандарты. На основании анализа мы видим, что дисциплина представлена элективным или теоретическим курсом по физической культуре и спорту. Студенты изучают материал, который в большей степени соотнесен с профессиональной ориентацией и направлением, в котором заложены формы и методы обучения и освоения навыков физических упражнений.

Многие ученые занимались исследованиями понятия «физкультурно-оздоровительная деятельность студентов» (ФОД), но для современного представления хотелось бы выделить научные труды Л.И. Лубышевой, которые нашли отражение в монографии «Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике». Использование социокультурного потенциала спортивной молодежной среды и его влияния на индивида позволило увидеть новые пути модернизации физкультурно-спортивной практики в современной системе образования [2, с. 10].

Понятие «студенческий спорт», с одной стороны, это массовый спорт молодежи, а с другой – спорт высших достижений [3]. Мы понимаем, что молодежная среда включает в себя достаточно широкий возрастной круг, в котором студенчество представлено в основном двумя возрастными группами: 15–18 лет – это учреждения профессионального образования и 18–22 года – это учреждения высшего образования.

Физкультурно-спортивная работа в учебных заведениях выстраивается по следующим направлениям [4]:

- учебные занятия по дисциплине «Физическая культура и спорт»;
- элективные дисциплины;
- внеурочные занятия (спортивные секции по видам спорта);
- участие в соревнованиях разного уровня.

Недостаточное внимание организации ФОД в вузах обусловлено тем, что особенности учебного заведения и учебных программ уже настраивают обучающихся на специфику будущей трудовой деятельности, уделяя внимание профессиональной ориентации, при этом вопросы о важности ведения ЗОЖ, профилактики профессиональных заболеваний средствами физической культуры и т.д. зачастую остаются практически в стороне от внимания обуча-

ющихся. Разработка программы развития также требует углубленного изучения молодежных тенденций в различных спортивных направлениях. Формирование условий для занятий физической культурой и спортом в учебных заведениях должно основываться на понимании молодежью важности ведения здорового образа жизни, профилактики профессиональных заболеваний путем регулярных физических упражнений.

Имеющийся курс дисциплин по физической культуре и спорту не всегда разработан с учетом условий будущей профессии, ее особенностей, условий деятельности и возможных рисков для здоровья.

Сегодня перед образовательными организациями высшего и профессионального образования встает вопрос о вовлечении студентов в регулярные занятия физической культурой и спортом, формировании студенческого спортивного кластера на территориях учебных заведений. Учитывая современные тенденции молодежной среды и ресурсного обеспечения учебных заведений, необходимо совершенствование механизма управления физкультурно-оздоровительной деятельностью студентов. Однако этот механизм должен сохранять баланс между поддержкой и мотивацией студентов к занятиям физической культурой и спортом и синхронностью воспитания социальных функций молодежной среды.

Условия для мотивации к дополнительным и в то же время самостоятельным систематическим занятиям физическими упражнениями должны пересекаться с условиями учреждений образования, учитывать специфику ресурсного обеспечения, в этом случае мы можем предполагать проведение дополнительной оценки эффективности управленческих воздействий. Тогда возможно соблюдение принципа свободы выбора и возможности физкультурно-оздоровительной работы среди обучающихся. Механизм управленческих воздействий на развитие физкультурно-оздоровительной деятельности среди студентов в каждом образовательном учреждении индивидуален. Однако, если сфокусироваться на изучении потребности молодежной среды, возможно увидеть динамику приоритетов определенных возрастных групп и заложить ее в основу программы развития учебного заведения, тем самым усилить ее для реализации принципа свободы выбора.

Цель исследования – спрогнозировать процесс максимального охвата большего количества студентов для занятий физической культурой и спортом на основе учета спортивных интересов возрастных групп молодежной среды в динамике пяти лет.

Материалы и методы исследования

В ходе работы применялись теоретические методы (обобщение и анализ литературы, нормативно-правовых документов).

В основу анализа были включены итоги федерального статистического наблюдения по социально-демографическим проблемам, результаты выборочных наблюдений поведенческих факторов населения, проводимые в 2013 и 2018 гг. в двух возрастных группах, 15–19 и 20–25 лет, представленные ниже в табл. 1–3 [5, 6].

Результаты исследования и их обсуждение

В настоящее время тенденции у молодежи сформированы таким образом, что до-

статочно сложно привлекать их к спорту, регулярным занятиям физической культурой административным воздействием. Постоянное изучение интересов и мотивов молодежи в динамике пяти лет позволит совершенствовать организацию студенческого спорта и обеспечить его дальнейшее развитие. Традиционная система физического воспитания учебных заведений не всегда учитывает современные видения физкультурно-оздоровительной деятельности молодежной среды, ее предпочтения, поэтому привлекательность условий для ее ведения необходимо формировать непосредственно в самом образовательном учреждении, учитывая ресурсные возможности и анализ мнения и предпочтений молодежи, которые относятся к необходимым возрастным группам.

Таблица 1

Спортивные предпочтения в разных возрастных группах (в %)

Каким видом спортивной деятельности Вы предпочитаете заниматься?	годы			
	2013		2018	
	возраст			
виды	15–19	20–24	15–19	20–24
Футбол	25,2	16,5	28,5	21,6
Хоккей	3,9	2,0	4,7	3,0
Волейбол, баскетбол	17,0	12,0	28,9	12,4
Теннис	3,6	4,1	4,8	2,6
Спортивная стрельба	0,8	0,7	0,6	0,9
Плавание	17,4	19,1	15,3	17,2
Лыжный спорт или прогулки на лыжах	10,7	5,2	10,7	10,4
Конькобежный спорт, катание на коньках	7,2	3,8	9,1	6,4
Легкая атлетика	14,0	10,2	14,3	13,3
Водный спорт	1,0	1,2	1,0	1,0
Велоспорт	15,6	11,3	7,9	10,4
Тяжелая атлетика	3,9	5,6	3,9	4,7
Единоборства (бокс, борьба, рукопашный бой и др.)	12,0	8,7	9,7	7,6
Общефизическая подготовка (занятия в тренажерном зале, на снарядах, аэробика, шейпинг, фитнес, группа здоровья и др.)	35,5	46,4	30,1	40,2
Оздоровительный бег	15,4	15,8	9,1	15,6
Йога	2,6	5,0	3,1	6,0
Танцы	7,2	4,4	12,1	6,5
Другие виды	4,3	1,0	5,2	3,7

Таблица 2

Время, затраченное на занятия физкультурой и спортом в возрастных группах (в %)

Сколько времени (в среднем в неделю) уходит у Вас на все занятия физкультурой и спортом (включая время на утреннюю гимнастику, учебные занятия)	годы			
	2013		2018	
	Возрастные группы (лет)			
	15–19	20–24	15–19	20–24
До 1 часа в неделю	6,2	12,5	6,5	12,4
От 1 до 3 часов	32,0	37,7	38,4	44,2
От 3 до 6 часов	30,2	32,9	30,7	28,5
От 6 до 9 часов	19,0	11,2	15,4	11,2
От 9 до 12 часов	6,5	2,9	3,7	1,9
От 12 до 15 часов	3,4	1,3	2,9	1,1
Свыше 15 часов в неделю	2,7	1,5	2,3	0,8

Таблица 3

Мнение в возрастных группах о полезности физической культуры и спорта (в %)

Какая, на Ваш взгляд, цель занятий физической культурой и спортом?	годы			
	2013		2018	
	Возрастные группы (лет)			
	15–19	20–24	15–19	20–24
Увеличение продолжительности жизни	19,5	23,9	34,9	37,7
Укрепление здоровья	77,5	80,5	82,7	84,8
Сохранение физической формы, фигуры	77,2	74,4	80,4	83,2
Поддержание работоспособности	16,2	26,2	33,9	38,4
Удовольствие от физической нагрузки	21,8	20,8	36,6	37,0
Психологическая разрядка	19,8	31,5	33,9	44,0
Общение с друзьями	43,6	29,0	52,1	37,1
Приятное проведение досуга	27,2	23,6	37,6	34,0
Другое	0,7	0,2	–	0,3
Затруднились ответить	1,2	0,7	0,8	–

Представленные в табл. 1–3 результаты дают общее понимание предпочтений, интересов, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом, при этом не учитывают специфику выбранного профессионального направления. Однако эти данные позволяют проследить динамику интереса у молодежи за пять лет, ее изменения или стабильные показатели, это имеет большое значение для учебных заведений, в которых имеется специфическая спортивная инфраструктура (бассейн, специализированные спортивные залы, инвентарь, лыжные и горнолыжные трассы). Согласно данным табл. 1 большой интерес и предпочтения вызывают общефизические направления, такие как фитнес, тренажерный зал, йога, шейпинг и прочие. Фитнес-тренировки позиционируются среди молодежи данных возрастных групп как составляющая так называемого «успешного» образа жизни. В последние годы масштабные рекламные проекты позволяют привлекать и мотивировать к посещению тренажерного зала. Современный образ молодого человека – это красивое, подтянутое тело и желание его совершенствовать. По популярности среди молодежи с этим видом активности могут соперничать некоторые командные, спортивные игры, такие как баскетбол, футбол, волейбол. В игровых командных видах прослеживается интерес через коммуникацию, взаимодействие, укрепление групповых связей. Спортивные залы, инвентарь для проведения тренировок по групповым видам спорта или соревнований, спартакиады, туристических слетов имеет любое образовательное учреждение.

Большое количество молодых людей предпочитают такой вид спорта, как плавание. Интерес к нему не случаен. Особенность этого вида такова, что помимо

одномоментной работы практически всех групп мышц имеется возможность сменить привычные нагрузки за счет смены повседневной среды на водную. Следовательно, учебные заведения, которые имеют такие условия или возможность реализации их в будущем, будут иметь высокий процент вовлеченных в физкультурно-оздоровительную деятельность студентов. Однако не всегда имеющаяся спортивная инфраструктура дает высокие численные показатели в спорте высших достижений. Здесь может сформироваться тенденция к занятиям физическими упражнениями по пути свободы выбора у студентов, но не для спортивного результата, а скорее для личного интереса. В данном случае необходимо включать работу наставника, тренера по узкому виду спорта, дополнительное стимулирование при получении спортивных достижений.

В вопросах совершенствования развития студенческого спорта, как вектор, направленный на сохранение здоровья молодежи, на наш взгляд, принцип свободы выбора ключевой. Для его анализа и дальнейшей реализации необходимо регулярно получать обратную связь от непосредственных студентов, а именно: предпочтения, регулярность занятий и их индивидуальную значимость для обучающегося. Учебные программы выстроены так, что студент не имеет права выбора, осваивает дисциплины в рамках образовательного процесса, поэтому мотивация и привлечение молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом должны основываться на этом принципе.

Необходимо совершенствовать механизмы управления физкультурно-оздоровительной работой со студентами в каждом отдельно взятом образовательном учрежде-

дении на основании учета мнения и предпочтения и тенденций молодежной среды, ресурсного обеспечения и возможности развития в будущем, кадрового состава и возможности формирования на основании различных видов спортивной деятельности (специалисты по видам спорта, физкультурно-спортивной работе) разнообразие спортивно-массовых мероприятий как внутри учебного заведения, так и в рамках регулярного участия в мероприятиях между учебными заведениями города.

Заключение

Использование статистических показателей отраслевого сегмента не позволяет раскрыть истинную картину развития студенческого спорта в регионе, на их основе мы можем оценивать только физкультурно-спортивную работу отдельных возрастных групп, спортивную инфраструктуру. Используя неотраслевые показатели в качестве вспомогательных, мы можем более подробно выявить недостатки и дать оценку перспективному развитию студенческого спорта на основе тенденций молодежной среды. Определить дополнительные показатели для совершенствования механизма управления физкультурно-оздоровительной деятельностью студентов, которые в дальнейшем можно использовать для построения программы развития внутри учебного заведения.

Список литературы

1. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (послед. ред.) [принят Государственной Думой 21 декабря 2012 г.; одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 г.] // КонсультантПлюс: офиц. сайт. [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_61801/ (дата обращения: 09.11.2021).
2. Лубышева Л.И., Загурская А.И., Передельский А.А., Манжелей И.В., Литвиненко С.Н., Черепов Е.А., Пешкова Н.В., Родионова М.А., Поливаев А.Г., Кондратьев А.Н., Базилевич М.В. Спортивная в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике: монография. М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2017. 200 с.
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р «Об утверждении «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» // КонсультантПлюс: офиц. сайт. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/66040.html/> (дата обращения: 09.11.2021).
4. Приказ Минспорта России от 21 ноября 2017 года № 1007 «Об утверждении Концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года» // КонсультантПлюс: офиц. сайт. [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_283321 (дата обращения: 09.11.2021).
5. Итоги выборочных наблюдений поведенческих факторов населения 2013–2018 гг. Федеральные статистические наблюдения по социально-демографическим проблемам (rosstat.gov.ru). [Электронный ресурс]. URL: http://www.gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/Factors2018_2812/index.html (дата обращения: 09.11.2021).
6. Итоги выборочных наблюдений поведенческих факторов населения 2013–2018 гг. Федеральные статистические наблюдения по социально-демографическим проблемам (rosstat.gov.ru). [Электронный ресурс]. URL: http://gks.ru/free_doc/new_site/ZDOR/Sdp2013.Bfs.Publisher/index.html (дата обращения: 09.11.2021).