

Ш.А. Имнаев

Современные проблемы развития системы образования в области физической культуры

Важной составной частью государственной социально-экономической политики является развитие физической культуры и спорта. Важный этап в развитии физической культуры – формирование физической культуры личности человека. В свою очередь, проблема формирования личности в сфере физической культуры – проблема совершенствования основ образования в области физической культуры и спорта.

Таким образом, спортивное образование студентов позволит приблизиться к решению главной задачи современности: предоставить каждому человеку возможность в изменяющемся обществе чувствовать себя уверенно, защищенно, при этом грамотно формируя и сберегая свое физическое, духовное и нравственное здоровье. Важное место в этом процессе занимают вопросы, связанные с жизнедеятельностью самого человека, его здоровьем и образом жизни. Сфера физической культуры и спорта выполняет в обществе множество функций и охватывает все возрастные группы населения.

Проблема сохранения здоровья студентов становится все более актуальной. Большинство студентов, поступающих в вуз, имеют отклонения в состоянии здоровья.

«Если заниматься физическими упражнениями, то нет нужды в употреблении лекарств», – писал ученый Авиценна (Абу-Али-Ибн-Сина).

«Знание, воление и питание» – это три кита здоровья.

Здоровье студента, это, прежде всего, процесс сохранения и развития его психических, физиологических качеств, оптимальной работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни.

Важное направление в решении оздоровления студентов – научить их быть здоровыми, научить не болеть. Здоровье как биосоциальная категория и динамический процесс управляемо.

Современная система физического воспитания студенческой молодежи имеет три составляющие; первая – оздоровительная, включаю-

щая формирование полноценного физического развития (что особенно важно для детей и молодежи), профилактика заболеваний и реабилитацию после болезней; вторая – рекреационная, использование разных средств двигательной активности для полноценного гармоничного отдыха, для развлечений; третья – спортивная направленность, привлекательная, прежде всего для молодежи.

Мы проводили исследования с аспирантом Р.В. Стрельниковым об отношении студентов вузов Ставропольского края к занятиям физической культурой.

В результате этого исследования было установлено, что весьма большое количество студентов высших учебных заведений не удовлетворено объемом занятий физической культурой (18,1%) и, самое главное, недовольно содержанием этих занятий (21,2%). Весьма тревожным является то обстоятельство, что в среднем 19,6% опрошенных студентов после занятий физической культурой чувствуют себя неудовлетворительно, а в некоторых вузах количество таких студентов достигает 58,1%. Отчетливо проявился интерес студентов вузов к расширению используемых в физическом воспитании видов физических упражнений, составляющих содержание занятий по предмету «Физическая культура».

Решение вопроса повышения мотивации к занятиям физической культурой в литературе напрямую связывают с расширением форм и содержания занятий, используемых в физическом воспитании, возможностью их альтернативного и самостоятельного выбора занимающимися мест и спортивных баз.

Организация физического воспитания на основе альтернативного выбора содержания будет способствовать не только осознанной мотивации к занятиям физической культурой, удовлетворяя при этом интересы индивидуума, но и позволит самым существенным образом индивидуализировать весь этот процесс, и в итоге, обеспечит повышение его эффективности.

Практическая реализация такого подхода к организации физического воспитания остро необходима для существенного расширения арсенала средств, методов, используемых на занятиях, и самое главное, расширение видов физических упражнений, через которые станет возможным реализация этого организационного и методического приема. Необходимо должное и адекватное материальное, кадровое и методическое обеспечение этого процесса, реформации.

1. Форма проведения
2. Содержания
3. Эффект и польза от традиционных занятий и т.д.

Для повышения эффективности процесса физического воспитания в условиях высшего учебного заведения рекомендуется:

1. Организационно модернизировать этот процесс на основе использования альтернативных программ, комплектование содержания которых осуществлять из широкого круга разнообразных видов физических упражнений, двигательных систем и при непосредственном участии студентов в их выборе.

2. В качестве содержания вариативной (альтернативные программы) части обязательной программы (построенной на основе использования традиционных видов физических упражнений) рекомендуется использовать занятия в наиболее востребованных формах: занятия оздоровительной физической культурой на открытом воздухе, занятия специальными дыхательными упражнениями, занятия атлетической гимнастикой и занятия оздоровительной аэробикой.

3. Основной задачей занятий, проводимых в рамках традиционной организационной схемы, рекомендуется ставить общую физическую подготовку и развитие общей выносливости.

Таким образом, следует обязательно учитывать, что проблема укрепления здоровья и снижения заболеваемости студентов требует расширения пропаганды здорового образа жизни, усиления борьбы с вредными привычками, улучшения оздоровительной и спортивной работы.

Следует отметить, что в последнее время прослеживается тенденция роста внимания к здоровью, ориентация на его улучшение. Это обусловлено престижностью иметь хорошее здоровье и внешность.

Осмысление понятия «здоровье» характерно для любой человеческой культуры. Происходящие в настоящее время радикальные изменения социокультурной ситуации общества порождают трансформацию понятия здоровья, расширяют спектр его значения, выдвигают на одно из центральных место в жизни современного человека культуру здоровья.

Заканчивая свое выступление, хочу пожелать Вам, дорогие коллеги, крепкого здоровья и долгих лет жизни. В немецком языке есть такое выражение «Das beste Schönheit ist Gesundheit» – «Лучшая красота у человека – это здоровье».