

## ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Физическая культура как учебный предмет является частью гуманитарного образования, значимость которого проявляется через гармонизацию духовных и физических сил личности [1; 2; 3; 4].

На занятиях по физической культуре будущие специалисты приобретают знания и умения об организации здорового образа жизни, социальном значении физической культуры и спорта в условиях производственной деятельности. Это, в свою очередь, способствует формированию физической культуры личности.

В данной статье мы попытаемся определить специфику физической культуры как учебной дисциплины в Белорусском государственном университете культуры и искусств. С этой целью нами использовались материалы по теории физической культуры, теории деятельности и теории потребности, материалы в области педагогических исследований, социальной психологии, социологии. Применялись методы анкетирования, опроса, математической статистики, а также педагогические наблюдения.

В результате теоретического обобщения имеющихся литературных данных, а также материалов собственных исследований нам удалось выявить основные тенденции и перспективы развития физической культуры студентов университета на современном этапе.

Анализ проведенного исследования, в котором принимали участие 80 студентов I–IV курсов факультета культурологии и социокультурной деятельности и 65 студентов I–IV курсов факультета музыкального искусства (42 девушки и 23 юноши), позволил нам сделать ряд выводов относительно специфики представлений о здоровом образе жизни в системе ценностных ориентаций студентов (табл. 1).

Таблица 1

Ценностные ориентации	Распределение ценностных ориентаций по рангам студентами		
	ФКСКД	ФМИ	ФМИ

		(девушки)	(юноши)
Здоровье	1	1	1
Семья	2	2	3
Беспечная жизнь	14	14	15
Образование	4	9	9
Материальная обеспеченность	5	5	4
Дружба	8	4	7
Красота	11	7	10
Счастье других	13	10	13
Любовь	3	3	2
Познание	10	13	8
Развитие	7	11	6
Уверенность в себе	6	6	5
Творчество	12	12	11
Интересная работа	9	7	12
Развлечения	15	15	14

Как видно из табл. 1, у всех групп испытуемых здоровье занимает первое место в системе ценностных ориентаций. Вместе с тем анализ результатов анкетирования позволяет сделать заключение о том, что, несмотря на то, что ранг здоровья во всех группах одинаков, количество людей, отдающих приоритет среди прочих ценностей именно здоровью, различно, что дает основание судить об отличиях отношения к собственному здоровью у испытуемых. Так, 55% учащихся факультета культурологии и социокультурной деятельности, 53% девушек – учащихся факультета музыкального искусства университета – отдают первое место в ряду ценностей здоровью, в то время как среди студентов факультета музыкального искусства таких лиц только 33,3% (т.е. каждый третий считает здоровье самой большой ценностью в жизни). Таким образом, можно заключить, что девушки придают большее значение здоровью, чем юноши (табл. 2).

Таблица 2

Перечень составляющих здорового образа жизни	Отношение к здоровому образу жизни студентов		
	ФКСКД	ФМИ (девушки)	ФМИ (юноши)
Занятия спортом	70	64	56
Отсутствие привычки к наркотикам	60	64	28

Осмысленная жизнь	15	11	-
Общение с природой	5	41	5
Положительное отношение к себе	10	5	-
Гармоничные отношения в семье	-	5	5
Ощущение счастья	-	-	-
Отсутствие пристрастия к алкоголю	65	58	50
Умеренное употребление алкоголя	-	11	5
Правильное питание	55	58	39
Духовная жизнь	-	5	5
Гармония с собой	10	-	-
Отсутствие привычки к курению	60	76	56
Умеренное курение	-	6	-
Доброжелательное отношение к другим	-	6	6
Саморазвитие	5	12	6
Отсутствие беспорядочной половой жизни	10	-	5
Закаливание	-	-	5
Гигиена	-	6	5
Оптимистичное отношение к жизни	5	-	-
Деятельность на пользу общества	10	-	-
Режим дня	20	-	28
Материальное благополучие	10	-	-
Физическое благополучие	-	-	-
Здоровье окружающих	-	-	-

Исходя из полученных данных, представленных в табл. 2, видно, что у студентов ФКСКД составляющие здорового образа жизни расположены в следующем порядке: 1) занятия спортом, 2) отсутствие пристрастия к алкоголю, 3) отсутствие привычки к наркотикам, отсутствие привычки к курению, 4) правильное питание, 5) режим дня, 6) осмысленная жизнь, 7) материальное благополучие, деятельность на пользу общества, отсутствие беспорядочной половой жизни, гармония с собой, положительное отношение к себе, 8) общение с природой, саморазвитие, закаливание, оптимистичное отношение к жизни.

У девушек-студенток ФМИ составляющие здорового образа жизни представлены так: 1) отсутствие привычки к курению, 2) занятия спортом, отсутствие привычки к наркотикам, 3) отсутствие пристрастия к алкоголю, правильное питание, 4) общение с природой, 5) умеренное употребление алкоголя, саморазвитие, осмысленная жизнь, 6) положительное отношение к себе,

гармоничные отношения в семье, духовная жизнь, умеренное курение, доброжелательное отношение к другим, гигиена.

У юношей-студентов ФМИ ранжированность имеет такой вид: 1) занятия спортом, отсутствие привычки к курению, 2) отсутствие пристрастия к алкоголю, 3) правильное питание, 4) режим дня, отсутствие привычки к наркотикам, 6) гигиена, закаливание, отсутствие беспорядочной половой жизни, саморазвитие, доброжелательное отношение к другим, духовная жизнь, положительное отношение к себе, гармоничные отношения в семье.

Следовательно, представления о здоровом образе жизни у студентов университета (независимо от факультета) прежде всего сводятся к занятиям спортом, отсутствию вредных привычек и правильному питанию.

Вместе с тем обращает внимание то, что умеренное употребление алкоголя и сигарет не рассматривается частью испытуемых как несоблюдение здорового образа жизни. Так, умеренное потребление алкоголя допускается как студентами факультета культурологии и социокультурной деятельности, так и студентами факультета музыкального искусства.

Специфика университета предопределяет ряд условий, которые необходимо принимать во внимание на занятиях по физической культуре. Так, одним из главных условий этой специфики является то, что студенты, как нами было установлено в результате проведенного исследования, в основной своей массе имеют низкий уровень физического развития. На вопросы анонимной анкеты: “Занимаетесь ли вы каким-либо видом спорта?” и “Посещаете ли Вы бассейн, тренажерный зал или др.?” – нами были получены следующие результаты. Занимаются каким-либо видом спорта лишь 32,3%, нет – 67,7%. Часто посещают бассейн, тренажерный зал и др. только 5,5% студентов, посещают редко – 32,7%, никогда не посещают – 61,8% от числа опрошенных студентов.

Такое отношение к физической культуре наряду с объективными причинами обусловлено, на наш взгляд, тем, что еще в школьном возрасте, когда занятия в общеобразовательной школе приходилось совмещать с занятиями в художественных кружках, изостудиях, специализированных художественных школах, времени на физические упражнения и спорт, игры на свежем воздухе оставалось слишком мало. В этой связи одной из особенностей студентов университета является весьма ранняя художественная специализация. Нередко обучение начинается еще в дошкольном и

младшем школьном возрасте и носит систематический характер. Такая ранняя специализация, если она не сочетается с разносторонней двигательной деятельностью, с занятиями физическими упражнениями и играми, неизбежно затрудняет развитие растущего организма.

Таким образом, большие воспитательные и образовательные перспективы физического воспитания не реализуются сами по себе, если соответствующим образом не будет решена проблема организации процесса преподавания.

Специфика неспециального физкультурного образования и спортивной деятельности в рамках высшего учебного заведения позволяет рассматривать учебную дисциплину «Физическая культура» как перспективную основу для психофизического развития и физического совершенствования студенческой молодежи.

Понимание важности физической культуры как общественной и индивидуальной значимости с учетом специфики университета будет способствовать развитию различных видов физической культуры, а также формированию современных направлений в развитии общественного мнения, мотивации и потребностей в освоении ценностей физической культуры студентами.

---

1. *Бальсевич, В.К.* Физическая культура: молодежь и современность / В.К.Бальсевич, Л.И.Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 4. – С. 2–8.

2. *Выдрин, В.М.* Физическая культура студентов вузов: учеб. пособие / В.М.Выдрин, Б.К.Зыков, А.В.Лотоненко. – Воронеж: ВГУ, 1991. – 160 с.

3. *Лубышева, Л.И.* Современные подходы к формированию физкультурного знания у студентов вузов / Л.И.Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 3. – С. 19–21.

4. *Физическая культура: примерная учебная программа для высших учебных заведений / сост.: М.Я.Виленский, В.И.Ильинич, В.А.Масляков, В.Г.Щербаков.* – М., 1994. – 54 с.