**УДК** **316.728**

**ББК 60.5**

**Дьяченко В.М.**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ: ПРЕДПОЧТЕНИЯ И ПРАКТИКИ УЧАСТИЯ**

**Аннотация на русском языке:** *В работе физкультурно-спортивная деятельность студентов вуза рассматривается как важная составляющая их здорового образа жизни. Физкультурно-спортивная деятельность представлена в рамках учебного процесса и внеучебной работы с обучающимися в вузе. Выявлено желание студентов Курского государственного университета участвовать в спортивных мероприятиях, раскрыты их предпочтения в выборе спартакиад, оценка ими спортивной жизни университета.*

**Ключевые слова на русском языке:** *физическая культура, спорт, здоровье, здоровый образ жизни, студенчество, физическое воспитание.*

Физическая культура и спорт – по своей сущности явление массовое, вовлекающее в сферу своего влияния, хотя и с разной степенью активности, большинство членов общества. Включенность человека в активные занятия физической культурой и спортом на протяжении всей жизни во многом определяется его отношением к ним, а также осознанной необходимостью формирования здорового образа жизни.

В настоящее время спорт характеризуется как многогранное общественное явление. В качестве стимула общественного развития он является частью культуры социума, приобретая различные черты в зависимости от конкретных социальных условий. Вместе с тем спорт оказывает огромное влияние, как опосредованно, так и непосредственно на образ жизни населения и развитие общества.

Важно осознание молодежью того факта, что посредством своего участия в физической культуре и спорте и регулярных занятий данным видом деятельности, они не только показывают их значимость и востребованность, но и играют большую роль в формировании здорового образа жизни населения.

В.Н. Платонов определяет цель теории спорта как науки следующим образом: это - «… познание, описание, объяснение и предсказание объективных закономерностей, процессов и явлений спортивной деятельности, составляющих предмет ее изучение и включающих социальные, организационные, методические, педагогические, биологические и другие аспекты, с учетом тесной взаимосвязи спорта  со сферой информации и другими смежными областями» [1, с. 13]. Также известный теоретик спорта Н.И. Пономарев считает его социальным институтом воспитания, который имеет характер игровой физической деятельности [2, с. 56-58]. Исследователь спорта как социального института В.Д. Паначев придерживается мнения о том, что спорт предстает как социальный феномен процессов изменения, происходящих в отношении личности к спорту в современном обществе [3, с. 202-203].

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» указано, что студенческий спорт – это часть спорта, которая направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования, их подготовку к участию и участие в физкультурных и спортивных мероприятиях [4].

Воспитательная работа в вузе, связанная со спортивно-оздоровительной деятельностью осуществляется на протяжении всего периода обучения студентов. Этот процесс проводится на двух уровнях: учебные занятия по расписанию и внеучебная спортивная деятельность. Эти две формы взаимодополняют друг друга и представляют собой единый процесс физического воспитания студентов. Как справедливо отмечает В.Н. Яковлева, физическое воспитание – это единство общей и специальной физической подготовки, развитие форм и функций организма, физических качеств, двигательных умений и навыков [5, с. 255-257].

Нужно сказать, что основной формой физического воспитания студентов являются учебные занятия по расписанию. Они заранее прописываются в специальных планах по всем специальностям вуза, и проведение таких занятий проводятся преподавателями кафедры физической культуры и спорта. Обычно такие занятия направлены на сохранение и укрепление здоровья студентов, повышение уровней физической подготовленности и физического развития для улучшения умственной и физической работоспособности, воспитании потребности в самосовершенствовании и здоровом образе жизни.

Если говорить о внеучебных занятиях студентов физической культурой и спортом, то такие занятия позволяют уделить большое количество времени для достижения определенных спортивных целей, ускорить процесс физического совершенствования, а также помогают внедрить физическую культуру и спорт в обыденность и отдых студентов. Правильно организованные внеучебные занятия вместе с учебными обеспечивают оптимальную непрерывность и эффективность физического воспитания. Эти занятия могут проводиться во внеучебное время: в спортивных секциях или на спортивных мероприятиях.

Для выявления значимости для студентов их физкультурно-спортивной деятельности в вузе в ноябре 2015 года под руководством доцента кафедры социологии и политологии Курского государственного университета Ю.М. Пасовец был проведен социологический опрос, в котором приняли участие 250 студентов этого же университета. Также для составления более полной картины мы обратились к данным опроса, проведенного в октябре 2015 г. под руководством декана факультета физической культуры и спорта (ФФКиС) этого же университета Д.В. Беспалова (N=84 человека). Выборочная совокупность опросов формировалась как стихийная, одноступенчатая на этапе отбора респондентов выборка. Полевые социологические исследования проводились с помощью метода раздаточного анкетирования.

Прежде чем говорить о физкультурно-спортивной деятельности студентов в рамках учебных занятий, мы решили узнать, сколько вообще опрошенных студентов занимаются физической культурой и спортом. В результате исследования выяснилось, что подавляющее большинство опрошенных (80,8%) занимаются физической культурой и спортом, соответственно 19,2% – не занимаются. Установлено, что у студентов, включенных в систематические занятия физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, наблюдается развитие «престижных установок, высокий жизненный тонус.

В рамках учебного процесса физкультурно-спортивная деятельность студентов главным образом осуществляется на учебных занятиях по расписанию, в процессе проведении спортивных спартакиад и мероприятий, а также в спортивных секциях КГУ. В нашем исследовании был представлен вопрос, связанный с выявлением предпочтений видов спорта или систем упражнений при занятии физической культурой и спортом. Нужно отметить, что из числа респондентов, которые занимаются физической культурой и спортом (80,8%), только 22,8% указали, что занимаются на учебных занятиях по расписанию, хотя занятия физической культуры по расписанию являются обязательными для всех студентов. Данный вариант ответа выбрали не все опрошенные студенты, т.к. среди них присутствуют опрошенные студенты 4-х курсов и магистратуры, а физическая культура преподается только до 3 курса, за исключением факультета физической культуры и спорта.

В рамках второго исследования, проведенного на факультете ФФКиС, мы узнали, что большинство респондентов (84,5%) положительно относятся к проведению спартакиады между факультетами университета, 6% дали отрицательный ответ, а 9,5% ответили, что им все равно. В связи с этим, можно предположить, что многие студенты хотели бы участвовать в таких спартакиадах. И как следствие, вуз должен способствовать в проведении таких спартакиад и, соответственно, информировать студентов о них.

Если говорить о проведении спартакиад внутри факультета, то к положительному ответу склоняются немного меньшее количество опрошенных, по сравнению с проведением спартакиады между факультетами (70,2%). Возможно, это связано с тем, что многие студенты разных факультетов ставят перед собой цель – победить. Тем самым каждый факультет становится более сплоченным и дружным. Остальная часть опрошенных, а именно 10,7%, дали отрицательный ответ, а 19% отметили, что им все равно.

После того как мы выяснили отношение студентов к проведению спартакиад в вузе, мы захотели узнать, хотят ли вообще студенты принимать в них участие. Оказалось, что большинство студентов желают принимать участие в спартакиадах (73,2%), при этом часть опрошенных дали отрицательный ответ (26,2%). Мы полагаем, что не хотят участвовать те респонденты, которые в предыдущих вопросах склонялись к отрицательному варианту ответа.

Физкультурно-спортивная деятельность предполагает, что студенты принимают активное участие в различных спартакиадах и мероприятиях. В связи с этим у 73,2% опрошенных, желающих принимать участие в спартакиадах был задан вопрос: «В каких спортивных спартакиадах Вы хотите принимать участие?». Как выяснилось, 35,7% опрошенных студентов хотят участвовать в межвузовской спартакиаде, 31% указали, что хотят участвовать в спартакиаде внутри вуза и 21,4% внутри факультета.

Как мы знаем, спорт занимает значимое место в системе физического воспитания. Это объясняется особой действенностью спорта как средства и метода физического воспитания, его популярностью, неуклонно возрастающей общекультурной и престижной значимостью в современном мире. Поэтому нам было интересно узнать, как студенты оценивают физкультурно-спортивную жизнь в КГУ. Более половины опрошенных (56%) отметили, что оценивают физкультурно-спортивную жизнь в КГУ на том же уровне, как и в других вузах. «Лучше, чем в других вузах региона» – так ответило 40,5% опрошенных, а 3,5% указали, что оценивают физкультурно-спортивную жизнь КГУ хуже, чем в других вузах. Можно сказать, что физкультурно-спортивная деятельность КГУ, по мнению опрошенных, осуществляется не совсем на том уровне, каком хотелось бы им.

Вернемся к нашему исследованию и затронем вопросы, которые касаются внеучебной работы физкультурно-оздоровительной деятельности. Большое место в жизни коллектива физической культуры вуза занимает учебно-тренировочная работа в различных спортивных секциях. Спортивные секции рекомендуется создавать, прежде всего, по таким видам спорта, которые лучше всего обеспечивают разностороннюю физическую подготовку, повышают уровень физической и умственной работоспособности человека, укрепляют здоровье. Это легкая атлетика, лыжный спорт, плавание, гимнастика, спортивные игры и др.

На базе КГУ существуют различные виды спортивных секций, поэтому важно узнать, сколько студентов занимаются в данных секциях. В ходе исследования выяснилось, что количество опрошенных студентов, занимающихся в спортивных секциях КГУ, всего лишь 22,4%, при этом более половины опрошенных (58,4%) не занимаются в спортивных секциях КГУ. Из числа тех, кто занимается в спортивных секциях КГУ, самым популярным видом спорта считают волейбол (17,9%). Равное количество человек выбрали футбол (16,1%) и фитнес (16,1%). Самыми не значительными видами спорта среди студентов являются: самбо (1,8%), дзюдо (1,8%) и шахматы (1,9). Такой вид спорта как атлетическая гимнастика, никто не отметил из участников опроса. Также предлагались и другие варианты ответов: легкая атлетика (14,3%), тяжелая атлетика (12,5%), лыжный спорт (12,5%), баскетбол (8,9%), силовое троеборье (5,4%), армспорт (5,4%), настольный теннис (3,6%). Остальные респонденты выбрали вариант «другое» и указали свой вариант ответа, а именно: пауэрлифтинг, танцы, трэплинг.

Помимо работы спортивных секций, в КГУ проводятся и спортивные мероприятия, которые направлены на широкое привлечение студенческой молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Нам удалось выяснить, что около половины опрошенных студентов (46,8%) не принимают участия в таких мероприятиях. 30,4% респондентов принимают участие, но редко. Тех студентов, которые всегда активны и принимают участие в спортивных мероприятиях, среди опрошенных насчитывается лишь 12%. И вариант «затрудняются ответить» составило 10,8%. Нам кажется, что такие мероприятия следует оповещать на различных уровнях СМИ (студенческое телевидение, газета, информационные стенды) и оповещать кураторов каждой группы, представителей профактива факультетов и членов спортклуба.

Желающих принимать участие в спортивных мероприятиях КГУ в дальнейшем – 46,3% опрошенных. Выбравших вариант «затрудняюсь ответить» отметили 34,4%, и тех, кто не хотел бы принимать участие в этих мероприятиях, насчитывается 22% респондентов.

В результате нашего исследования также выяснилось, что треть студентов хотят не только учиться, но и заниматься спортом (33,6%), при этом хотят участвовать в спортивных мероприятиях около половины (43,6%) респондентов. Это объясняется тем, что многие студенты планируют заниматься спортом, они хотели бы участвовать в спортивных мероприятиях, что является показателем востребованности этого направления внеучебной воспитательной работы в вузе.

Таким образом, одной из важнейших проблем здорового образа жизни является формирование сознательного отношения студентов к предмету, воспитание интереса и потребности в регулярных занятиях и систем упражнений физической культурой и спорта, а также широкой пропаганды данного явления. Учебный процесс желательно корректировать согласно индивидуальным мотивам и интересам студентов. При выборе вида и формы занятий физической культуры и спорта важно создавать соответствующие условия, такие, как: обеспеченность современным оборудованием и инвентарем, подбор квалифицированных педагогических кадров, владеющих техникой. На занятиях по физическому воспитанию, а также за их пределами, с привлечением различных средств информации, применением интерактивных методов, студентам важно давать дополнительные сведения о способах оценки, сохранения и укрепления здоровья (здоровое питание, режим сна, режим труда и отдыха, вредные привычки и пр.) для формирования сознательного отношения к своему физическому развитию. Помимо того, на наш взгляд, студентам самим следует проявлять больше личной инициативы в отношении занятий физической культуры и спортом, т.к. это способствует укреплению здоровья и улучшения самочувствия, развитию физических способностей и навыков.

**Библиографический список на русском языке**

1. Теория спорта / Под ред. проф. В.Н. Платонова. – К.: Вища школа Головное изд-во. – 1987. – 424 с.

2. Пономарев Н.И.Профессиональный спорт как субкультура. Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 8. – С. 56 – 58.

3. Паначев В.Д. Проблемы управления социальным институтом спорта// Вестник ЮУрГУ. Серия: Социально-гуманитарные науки . – 2006. – № 2 . – С. 202 – 203.

4. Электронный фонд правовой и нормативно-технической документации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://docs.cntd.ru/document/902075039](URL:http://docs.cntd.ru/document/902075039) (дата обращения 06.03.16).

5. Яковлева В.Н. Физическое воспитание и физическая подготовленность студенческой молодежи // Science Time. – 2014. – № 9. – С. 255 – 257.

**Информация об авторе (-ах) на русском языке**

Дьяченко Валерия Михайловна (Россия, Курск) – студент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Курский государственный университет» (Курская область, город Курск, улица Радищева, 29, e-mail: valerya\_diachenko@mail.ru).

**Dyachenko V.M.**

**SPORTS ACTIVITY OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTION: PREFERENCES AND PRACTICIANS OF PARTICIPATION**

**Abstract.** *In this work, sports activity is seen as an important component of a sound lifestyle. Sports activity is presented within the educational process and extracurricular activities with students. Manifesting a desire to participation of students of Kursk State University sporting events are disclosed preferences in the Olympics participation, assessed the sports life of the university.*

**Key words**: *physical culture, sports, health, sound lifestyle, students, physical education.*

**About the author**

Valeria M. Dyachenko (Russia, Kursk) – student of Federal State Educational Institution of Higher Professional Education "Kursk State University" (Kursk Region, Kursk, Radishchev Street, 33, e-mail: valerya\_diachenko@mail.ru)

**Библиографический список на английском языке**

1. Theory of Sports / Ed. prof. VN Platonov. - K .: School Vishcha Head Publishing House. - 1987. - 424 p.

2. NI Ponomarev Professional Sports as a subculture. Theory and Practice of Physical Culture. - 1995. - № 8. - Pp. 56 - 58.

3. VD Panachev Management problems social institution sport // Vestnik of SUSU. Series: Social and Human Sciences. - 2006. - № 2. - Pp. 202 - 203.

4. Electronic Fund legal and normative-technical documentation [electronic resource]. - Access: http://docs.cntd.ru/document/902075039 (reference date 03.06.16).

5. Yakovlev VN Physical education and physical fitness of students // Science Time. - 2014. - № 9. - Pp. 255 - 257.