

7. Cherkasov, V.V. and Lapaev, E.A. (2020), "Research of test results of I-IV stages of the complex "Ready for labor and defense" in the aspect of changes in regulatory requirements", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (181), pp. 474–476.

Контактная информация: fursovav@bk.ru

Статья поступила в редакцию 29.01.2021

УДК 378.14.015.62

ПОИСК ПУТЕЙ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Елена Александровна Слушкина, кандидат педагогических наук, доцент, Марина Александровна Дерябина, старший преподаватель, Елена Сергеевна Воробьева, старший преподаватель, Уральский федеральный университет, Екатеринбург

Аннотация

В статье обсуждаются вопросы улучшения качества обучения по физической культуре в высшем учебном заведении на примере Уральского федерального университета. Целью данного исследования было: определение и обоснование организационно-методических условий, позволяющих повысить интерес к дисциплине «Физическая культура». Авторами были применены следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме; педагогическое наблюдение; анкетный опрос студентов. В работе представлены результаты анкетированного опроса о причинах пропусков, в опросе участвовали студенты основной медицинской группы из разных спортивных отделений. Основной причиной пропусков является болезнь – 62,9%, достаточно большой процент пропусков по обыкновенному нежеланию – 18,2%, на третьем курсе неявка на занятия по физической культуре становится еще выше в связи с материальным положением. Авторами поднимается проблема пробелов в теоретических знаниях студентов по предмету «Физическая культура»; в статье приоритетными условиями, мотивирующими студентов на занятия физической культурой, называются разнообразные по своей форме и содержанию занятия, а также занятия, объединяющие в себе, как цели педагогов, так и желания студентов; в работе рекомендованы направления по повышению мотивации к занятиям физической активностью молодежи. Результаты опроса показали, что как показал опрос, высказываются за необходимость занятий физической культурой – 86,2% студентов и лишь 13,8% говорят, что такой необходимости нет. Первый курс в большинстве своем приходит на физкультуру за оценкой, а вот старшие курсы уже идут из интереса и желания повысить свои физические данные и укрепить здоровье. Важность данного исследования отражена во взаимосвязи повышения физической активности современной молодежи с повышением уровня их здоровья и с повышением качества физкультурного образования в высшем учебном заведении.

Ключевые слова: физическая культура, образование, студенты, мотивация, посещение занятий.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.2.p296-299

SEARCH FOR WAYS TO IMPROVE THE QUALITY OF PHYSICAL EDUCATION IN A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

Elena Aleksandrovna Slushkina, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Marina Alexandrovna Deryabina, the senior teacher, Elena Sergeevna Vorobyeva, the senior teacher, Ural Federal University, Yekaterinburg

Abstract

The article discusses the issues of improving the quality of teaching physical culture in a higher educational institution on the example of the Ural Federal University. The purpose of this study was: determination and substantiation of organizational and methodological conditions, allowing increasing interest in the discipline "Physical culture". The authors used the following research methods: the analysis and

generalization of scientific and methodological literature on the problem; pedagogical observation; questionnaire survey of students. The article presents the results of the questionnaire survey on the reasons for absences; the students of the main medical group from different sports departments participated in the survey. The main reason for absenteeism is illness – 62.9%, a rather large percentage of absenteeism due to ordinary unwillingness – 18.2%, in the third year the absence for physical education classes becomes even higher due to the financial situation. The authors raise the problem of gaps in theoretical knowledge of students on the subject of "Physical culture"; in the article, the priority conditions that motivate students to engage in physical culture are classes that are diverse in their form and content, as well as classes that combine both the goals of teachers and the desires of students; the work recommends directions to increase motivation for physical activity of young people. The results of the survey showed that, as the survey has shown, 86.2% of students are in favor of the need for physical education, and only 13.8% say that there is no such need. For an assessment, but senior courses are already coming out of interest and desire to improve their physical data and improve health. The importance of this study is reflected in the relationship between the increase in physical activity of modern youth with an increase in their level of health and with an increase in the quality of physical education in a higher educational institution.

Keywords: physical culture, education, students, motivation, attending classes.

Новый федеральный закон «Об образовании» говорит о том, что высшее учебное заведение должно организовать такую среду для студента, которая бы способствовала улучшению здоровья молодого человека, и повышала престиж занятий физической культурой и спортом. Многочисленные исследования специалистов, ученых в области физической культуры отмечают, что современная молодёжь становится физически слабее по сравнению с предыдущими годами обучающихся, а развитие двигательных способностей молодых людей не соответствует уровню современных требований. У них не сформирована правильная потребность в регулярных занятиях, тренировках физическими упражнениями и спортом [Распопова Е.А., 2018; Смутин А.О., 2020]. Одним из факторов, способствующих формированию подобной ситуации, является низкий уровень интереса студентов к занятиям физической культурой. Поэтому, сегодня, как никогда, становится актуальной проблема повышения мотивации к систематическим занятиям физической культурой и спортом. В связи с вышесказанным, цель нашего исследования: определение и обоснование организационно-методических условий, позволяющих повысить интерес к дисциплине «Физическая культура».

Задачи: – проанализировать современные литературные источники по проблемам физической культуры в вузе; – выявить причины неявки на занятия по физической культуре студентов 1-3 курсов Уральского федерального университета; – провести анализ и обработку полученных результатов; – разработать организационно-методические рекомендации для студентов с целью повышения их мотивации для посещения занятий физической культурой. Решение поставленных задач решалось с помощью следующих методов: анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования; педагогическое наблюдение; анкетный опрос студентов; методы математической статистики.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Нами был проведен анкетированный опрос студентов Уральского федерального университета основной медицинской группы из разных спортивных отделений. В опросе принимало участие 275 студентов первого, второго и третьего курсов, посещающих занятия по физической культуре (2018–2019 учебный год), из них 56% это студенты 1 курса, 29,1% – студенты 2 курса и 14,9% – 3 курс. Результаты посещаемости занятий по дисциплине «Физическая культура» студентами УрФУ составляют 87,3%. Казалось бы, это высокий показатель, но если сравнить данный показатель с прошлыми годами, в 2014 году посещаемость составляла 96,4%, в 2016 году – 92,8%, в 2018 году – 89,4% и в 2019 году – 87,3%, прослеживается отрицательная динамика, тенденция к понижению посещений. Причина кроется в том, что первокурсники еще более дисциплинированы, и существует

боязь не получить зачет в конце первого семестра, поэтому опрос зафиксировал 56% ответов первокурсников и только 14,9% ответили третий курс, второй – 29,1%. Желание иметь красивую фигуру, атлетичное тело, развить определенные физические качества приходит и становится мотивирующим на старших курсах. Опрос осветил и причины пропусков занятий по физической культуре. Основной причиной пропусков является болезнь – 62,9%, достаточно большой процент пропусков по обыкновенному нежеланию – 18,2%, на третьем курсе неявка на занятия по физической культуре становится еще выше в связи с материальным положением. В это время студенты, прошедшие практику, находят интересные для себя место работы, отодвигая на второй план, занятиями физической культурой и спортом.

Физическая культура воспринимается студентами как второстепенный учебный предмет. Имея неглубокие знания по теории и методике физической культуры, студенты не воспринимают ее как учебный предмет, который имеет свой научный фундамент, методику, понятия, и принципы, средства и формы деятельности. Но одновременно, как показал опрос, высказываются за необходимость занятий физической культурой – 86,2% студентов и лишь 13,8% говорят, что такой необходимости нет. Занимаясь нерегулярно, без программы, либо выдернув бездумно спортивный комплекс физических упражнений из интернета, студенты все-таки говорят о положительном влиянии физкультуры на организм. Причиной может быть, на наш взгляд, слабая внутренняя мотивация, нет сформированной потребности в систематических занятиях.

Таким образом, приоритетными условиями, мотивирующими студентов на занятия физической культурой, являются разнообразные по своей форме и содержанию занятия, а также занятия, объединяющие в себе, как цели педагогов, так и желания студентов. Данные условия складываются из: адекватной предлагаемой физической нагрузки на занятиях, динамичная плотность занятия, индивидуальный подход к обучающимся, включение игровых, соревновательных моментов, что повышает эмоциональность занятий. Сейчас мало иметь просто стадион или спортивный зал в высшем учебном заведении, необходимо современное разнообразное спортивное оборудование, тренажеры. Вуз должен проводить физкультурно-массовые мероприятия, спортивные фестивали, поддерживать и развивать волонтерское движение, которые будут повышать популярность физической культуры и спорта в студенческой среде. На таких спортивных мероприятиях молодые люди будут испытывать радость движения и общения, будут узнавать новое о своих физических возможностях, тем самым стремясь к улучшению и совершенству своих физических кондиций. Применение следующих приемов помогает привлечь студентов к занятиям физической активностью: расширение на занятиях разнообразия двигательных действий; использование в процессе занятий музыкального сопровождения; ведение части занятий (разминка, комплекс упражнений) или всего занятия студентами под контролем педагога; увеличение популярности физической культуры, спорта в информационных порталах УрФУ; привлечение к организации и проведению спортивных мероприятий, соревнований, фестивалей; привлечение к разработке проектов и грантов по спортивной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мотивы к занятиям физической культурой студентов меняются от курса к курсу, первый курс в большинстве своем приходит на физкультуру за оценкой, а вот старшие курсы уже идут из интереса и желания повысить свои физические данные и укрепить здоровье. Чтобы повысить уровень образованности студентов в сфере физической культуры, необходимо проводить и теоретические занятия, организовывать дистанционные курсы, на которых рассказывать в научно-популярной манере о пользе двигательной активности и необходимости регулярных занятий физическими упражнениями в течение всей жизни. Важность данного исследования отражается во взаимосвязи повышения фи-

зической активности современной молодежи с повышением уровня их здоровья и с повышением качества образовательной среды города.

ЛИТЕРАТУРА

1. Байдалова О.В. Сравнительный анализ социальных ожиданий от занятий спортом: данные социологических опросов студентов региональных вузов / О.В. Байдалова, Ю.В. Миронова // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2016. – № 4. – С. 25–29.
2. Ильин, А.А. Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культурой / А.А. Ильин // Вестник Томского государственного университета. – 2012. – № 360. – С. 143–147.
3. Попова С.А. Проблема посещаемости занятий по физической культуре у современных студентов / С.А. Попова // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и безопасности жизнедеятельности: теория и практика. – 2018. – № 4. – С. 162–165.
4. Распопова Е.А. Сравнительная характеристика доминирующих мотивов, побуждающих студентов различных вузов к занятиям физической культурой / Е.А. Распопова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2018. – № 1. – С. 125–128.
5. Стародубцев М.П. Анализ мотивов, определяющих направленность занятий физическими упражнениями у студентов / М.П. Стародубцев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 11 (141). – С. 209–213.
6. Смутина А.О. Личностная мотивация студентов к занятиям физической культурой / А.О. Смутина // Молодой ученый. – 2020. – № 4 (294). – С. 316–318.

REFERENCES

1. Baidalova, O.V. and Mironova, Yu.V. (2016), “Comparative analysis of social expectations from sports: data from sociological surveys of students of regional universities”, *Physical education and sports training*, No. 4, pp. 25–29.
2. Ilyin, A.A. (2012), “Forms and methods of motivating students to physical culture lessons”, *Bulletin of the Tomsk State University Journal*, Vol. 360. – pp. 143–147.
3. Popova, S.A. (2018), “The problem of attendance of physical culture lessons for modern students”, *Actual problems of physical education, sports and life safety: theory and practice*, No. 4, pp. 162–165.
4. Raspopova, E.A. (2018), “Comparative characteristics of the dominant motives that induce students of various universities to engage in physical culture”, *Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical culture and sports*, No. 1, pp. 125–128.
5. Starodubtsev, M.P. (2016), “Analysis of motives that determine the orientation of physical exercises among students”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (141), pp. 209–213.
6. Smutina, A.O. (2020), “Personal motivation of students to physical culture lessons”, *Young Scientist*, No. 4, Vol. 294, pp. 316–318.

Контактная информация: slushkinae@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 10.02.2021

УДК 796.092.2

МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕМПА ДВИЖЕНИЙ В СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ЦИКЛИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

Руслан Сергеевич Смирнов, аспирант, **Михаил Александрович Правдов**, доктор педагогических наук, Ивановский государственный университет, Шуйский филиал, г. Шуя;
Дмитрий Михайлович Правдов, кандидат педагогических наук, Российский государственный социальный университет, г. Москва

Аннотация

Определены модельные параметры темпа движений у рекордсменов при выполнении отжиманий и подтягивания на высокой перекладине. Максимальный результат в упражнении «сгибание и разгибание рук в упоре лежа» достигается при темпе 0,54 цикл/сек., а при подтягивании – 0,4