УДК 796.011.3

ИЗУЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ

***Константин Васильевич Малашенко**, кандидат педагогических наук, доцент, Кубанский государственный технологический университет, **Сергей Павлович Аршинник**, кандидат педагогических наук, доцент, **Наталья Александровна Амбарцумян**, старший преподаватель; **Михаил Юрьевич Пушкарный**, кандидат педагогических наук, доцент, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма; Краснодар*

Аннотация

В рамках исследования осуществлялось изучение предпочтений студентов-первокурсников в отношении занятий спортом, в частности, популярности видов спорта, наличия у обучающихся спортивной квалификации, выбора вида спорта в рамках академических занятий по дисциплине «Физическая культура». Методы исследования: анализ данных научной литературы, анкетирование, статистические методы. Результаты исследования и выводы. Проведенное исследование позволяет констатировать, что около 60-ти % студентов 1-го курса КубГТУ до поступления в вуз имели опыт систематических занятий спортом, при этом лишь 4,8% из них являются квалифицированными спортсменами; наиболее популярными видами спорта для учебных занятий по дисциплине «Физическая культура» среди студентов-первокурсников КубГТУ являются игровые виды спорта; в результате исследования установлена достаточно высокая степень совпадения тех видов спорта, которыми студенты занимались ранее, с теми видами, которыми они изъявили пожелание заниматься в рамках учебной дисциплины «Физическая культура»; применение спортивно-ориентированного подхода в процессе физического воспитания студентов ограничивается наличием материально-технической базы вуза.

Ключевые слова: студенты, спортивно-ориентированный подход, популярность видов спорта, анкетирование.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p284-289

STUDY OF SPORTS PREFERENCES OF FIRST-YEAR STUDENTS

***Konstantin Vasilyevich Malashenko**, candidate of pedagogical sciences, docent, Kuban State Technological University, **Sergey Pavlovich Arshinnik,** the candidate of pedagogical sciences, docent, **Natalia Alexandrovna Ambartsumyan**, the senior teacher; **Mikhail Yuryevich Pushkarny**, candidate of pedagogical sciences, docent, Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism; Krasnodar*

Abstract

Within the framework of the study, the preferences of first-year students in relation to sports were studied, in particular, the popularity of sports, the presence of sports qualifications among students, the choice of a sport within the framework of academic classes in the discipline "Physical Culture". Research methods: analysis of scientific literature data, questionnaires, statistical methods. Research results and conclusions. The conducted research allows us to state that about 60% of 1st-year students of KubSTU before entering the university had experience in systematic sports, while only 4.8% of them are qualified athletes; the most popular sports for training in the discipline "Physical Culture" among first-year students of KubSTU are game sports; as a result of the study, a sufficiently high degree of coincidence of those sports that students were engaged in earlier with those types that they expressed a desire to engage in within the framework of the discipline "Physical Culture" was established; the use of a sports-oriented approach in the process of physical education of students is limited by the availability of the material and technical base of the university.

Keyword: students, sports-oriented approach, popularity of sports, questionnaires.

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время спортивно-ориентированный подход в физическом воспитании студентов приобретает все большую популярность [2, 3, 6 и др.]. Благодаря исследованиям основоположников спортизированного физического воспитания [1, 4] и их последователей

[7, 8 и др.] признана целесообразность применения данного подхода в качестве самостоятельной технологии [9].

Вместе с тем еще существуют определенные «резервы» в обосновании целесообразности применения данного подхода, выявленные специалистами [5, 9 и др.], в том числе, связанные с внедрением новых образовательных технологий и изменением спортивных пристрастий обучающихся в процессе их обучения в образовательной организации. Исходя из этого, необходимо регулярно отслеживать интересы обучающихся с целью формирования актуальных программ «спортивно-физического воспитания».

В связи с вышеизложенным, целью настоящего исследования послужило изучение мнений студентов для определения популярности у них различных видов спорта, а также предпочтений обучающихся относительно использования различных видов спорта в рамках учебного процесса по физическому воспитанию.

МЕТОДИКА

Исследование состояло в проведении анкетирования и последующего анализа данных анкетного опроса студентов 1 курса ФГБОУ ВО «Кубанский государственный технологический университет» различных направлений и профилей подготовки в составе 1865 человек (1293 обучающихся мужского и 572 женского пола). Основными методами исследования явились: анализ данных научной литературы, анкетирование, а также методы математической статистики. Анкетирование включало актуальные вопросы, отражающие популярность видов спорта у обучающихся, наличие спортивной квалификации, а также выбор вида спорта в рамках академических занятий по дисциплине «Физическая культура».

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Прежде всего, стоит отметить, что 58,9% студентов-первокурсников до поступления в вуз имели определенный опыт занятий спортом (фитнесом). Из них в спортивных школах занимались 21,0%; остальные – либо в школьных секциях, либо в коммерческих организациях (фитнес-клубах).

Стоит также отметить, что лишь 14,0±0,65% студентов на момент поступления в университет имели спортивный разряд, при этом только 4,8% студентов-первокурсников являлись квалифицированными спортсменами (I спортивный разряд и выше); лишь 4 студента (0,2%) имеют спортивное звание мастера спорта (таблица 1). Таким образом, 86% выпускников общеобразовательных организаций (школ, гимназий и т. п.) либо вовсе не занимались спортом, либо занимались на «весьма любительском уровне» (без достижения спортивного разряда).

Таблица 1 – Спортивная квалификация студентов первого курса КубГТУ

Спортивная квалификация	Кол-во	% от всех студентов
Без разряда	1603	86,0±0,65*
I–III юношеский	69	3,7±0,44
III	39	2,1±0,33
II	63	3,4±0,42
I	52	2,8±0,38
КМС	33	1,8±0,31
МС	4	0,2±0,10
Примечание: здесь и далее представлены следующие статистические параметры: доля (в%) и ошибка доли.		

В целом, юноши чаще занимаются спортом по сравнению с девушками: у студентов опыт соответствующих занятий имеют 65,0% (от всех студентов-первокурсников мужского пола), а у студенток – 45%. В этой связи стоит напомнить целевые показатели предыдущей Стратегии («Стратегия развития физической культуры… до 2020 года), которые должны были составлять 80% систематически занимающихся физической культурой и спортом для категории «обучающиеся» (достигнуть данных целевых показателей планировалось к 2020

году).

Таким образом, степень спортивной подготовленности студентов-первокурсников оставляет желать лучшего и требует коррекции.

Очевидно, что доля занимающихся спортом во многом зависит от популярности конкретного вида спорта. Стоит отметить, что суммарно студенты-первокурсники КубГТУ до поступления в университет занимались более чем 70-ти видами спорта (двигательной активности). Проведенный опрос также показал, что популярность видов спорта у опрошенных студентов существенно различается (таблица 2). При этом наиболее выбираемыми оказались спортивные игры (прежде всего, футбол, волейбол и баскетбол), различные виды единоборств и плавание.

Таблица 2 – Виды спортом, которые студенты занимались до поступления в университет

Каким видом спорта занимались до поступления в вуз	Кол-во	% от «студентов-спортсменов»
Спортивные игры, в том числе:		
Футбол	167	15,5*±1,10
Волейбол	124	11,5±0,97
Баскетбол	96	8,9±0,87
Гандбол	20	1,9±0,42
Теннис, настольный теннис, бадминтон	17	1,6±0,38
Другие спортивные игры (хоккей, регби, лапта, водное поло)	9	0,8±0,27
Единоборства, в том числе:		
Бокс, тайский бокс, кикбоксинг	88	8,2±0,84
Восточные единоборства (айкидо, джиу-джитсу карате, тхэквондо, ушу), за исключением дзюдо	60	5,6±0,70
Дзюдо, самбо	58	5,4±0,69
Армейский рукопашный бой, ММА	45	4,2±0,61
Спортивная борьба (вольная борьба, греко-римская борьба, грэпплинг)	44	4,1±0,60
Другие виды единоборств (капоэйра, кудо, фехтование)	9	0,8±0,27
Другие виды спорта, в том числе:		
Плавание	110	10,2±0,92
Силовые виды (атлетическая гимнастика, пауэрлифтинг, тяжелая атлетика, армрестлинг, гиревой спорт и др.)	38	3,5±0,56
Легкая атлетика	37	3,4±0,55
Танцевальный спорт	37	3,4±0,55
Гимнастические виды спорта (акробатика, спортивная гимнастика, художественная гимнастика, прыжки на батуте)	32	3,0±0,52
Фитнес (йога, пилатес, стретчинг и др.)	25	2,3±0,46
Шахматы	16	1,5±0,37
Гребной спорт, парусный спорт, виндсёрфинг	13	1,2±0,33
Спортивный туризм, спортивное ориентирование	7	0,6±0,24
Другие виды (велоспорт, конный спорт, современное пятиборье, пулевая стрельба, лыжные гонки и др.)	47	4,4±0,62
Примечание: здесь и далее сумма превышает 100%, поскольку респонденты указывали 2 или более вида спорта.		

Анализ полученных данных свидетельствуют, что многие олимпийские виды спорта (легкая атлетика, спортивная гимнастика, прыжки на батуте, гандбол), к сожалению, утрачивают популярность у подрастающего поколения. В то же время набирают популярность «новые» виды двигательной активности (иногда, не имеющие статуса вида спорта), в частности, такие как пэйнтбол, страйкбол, трюковый самокат и др. Данный факт, с одной стороны свидетельствует о расширении спортивных интересов обучающихся; с другой – об определенном кризисе традиционных видов спорта.

В процессе исследования также был проведен опрос об ограничениях здоровья обучающихся, препятствующих занятиям физической культурой и спортом. Проведенный анализ полученных результатов показал, что до поступления в вуз ограничения в состоянии здоровья имели 10,5% студентов, из них 7,1% соответствовали специальной медицинской группе, а остальные (3,4%) – имели освобождение от занятий или инвалидность.

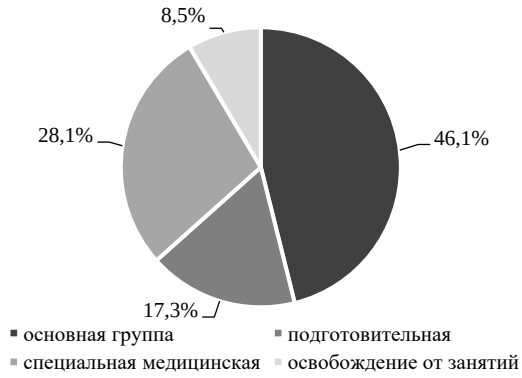


Рисунок – Распределение студентов 1-го курса КубГТУ по медицинским группам

Вместе с тем, организованный и проведенный медицинский осмотр обучающихся показал несколько иную картину: лишь 46% студентов-первокурсников имеют основную медицинскую группу, а свыше трети обучающихся (36,6%) относятся к специальной медицинской группе или вовсе имеют освобождение от занятий физической культурой и спортом по состоянию здоровья (рисунок). Данный факт существенно усложняет процесс обучения студентов по дисциплине «Физическая культура».

Следующий этап исследования состоял в опросе студентов-первокурсников об их предпочтениях относительно использования видов спорта в рамках реализации учебной дисциплины «Физическая культура». Полученные результаты опроса представлены в таблице 3.

Проведенный анализ позволил установить, что количество видов спорта, которыми студенты хотели бы заниматься на занятиях по физической культуре в рамках учебной дисциплины, существенно снизилось и составило, приблизительно, 50 видов. Это, по всей видимости, обусловлено тем, что студенты понимают, что заниматься некоторыми видами спорта в рамках учебных занятий не всегда представляется возможным. В частности, применение спортивно-ориентированного подхода лимитируется наличием спортивной базы университета. Например, если в вузе нет бассейна, то проведение занятий по плаванию организовать весьма проблематично. Поэтому, преимущественно, указывались те виды спорта (спортивные дисциплины) и виды двигательной активности, которыми реально можно заниматься в рамках учебной дисциплины.

Таблица 3 – Предпочтения студентов 1 курса КубГТУ в выборе вида спорта для занятий в рамках учебной дисциплины «Физическая культура»

Чем бы хотели заниматься на занятиях по ФК	Кол-во	% от всех студентов
Волейбол	530	28,4±1,04
Футбол	261	14,0±0,80
Баскетбол	257	13,8±0,80
Легкая атлетика	85	4,6±0,49
Теннис, настольный теннис, бадминтон	68	3,6±0,43
Единоборства	47	2,5±0,36
Силовые виды (атлетическая гимнастика, тяжелая атлетика, гиревой спорт и др.)	44	2,4±0,35
Плавание	34	1,8±0,31
Фитнес	33	1,8±0,31
Гимнастика, акробатика	24	1,3±0,26
Шахматы	16	0,9±0,22
Другие (велоспорт, лыжный спорт и др.)	14	0,8±0,21

Анализ полученных в ходе опроса данных свидетельствует, что наиболее популярными видами спорта являются спортивные игры (волейбол, футбол и баскетбол); причем футбол и баскетбол существенно уступают по популярности волейболу. Со значительным отставанием от указанных видов спорта упоминались: легкая атлетика, теннис (в т. ч. настольный), единоборства, а также силовые виды спорта. Весьма небольшое число упоминаний имеют такие виды спорта и двигательной активности, как плавание, фитнес, гимнастика, шахматы, а также некоторые другие спортивные дисциплины, упоминаемые иногда, в единичных случаях.

Таким образом, можно констатировать целесообразность составления рабочей программы дисциплины «Физическая культура» на основе преимущественного использования

спортивных игр. При этом элементы таких видов спорта, как легкая атлетика, гимнастика, фитнес, силовые и др. виды, могут использоваться в качестве средств развития физических качеств студентов.

Стоит также отметить достаточно высокую степень совпадения (в 38,9% случаях) тех видов спорта, которыми студенты занимались ранее, с теми видами, которыми они изъявили пожелание заниматься в рамках учебной дисциплины «Физическая культура». Это также необходимо учитывать в процессе учебных занятий, в частности, при формировании спортивных отделений.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование позволяет сформулировать основные выводы:

– анкетный опрос показал, что около 60% студентов-первокурсников КубГТУ до поступления в вуз имели опыт систематических занятий спортом (фитнесом); однако уровня спортивного разряда достигли 14% респондентов, лишь 4,8% из которых являются квалифицированными спортсменами;

– наиболее популярными видами спорта для учебных занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» среди студентов-первокурсников КубГТУ являются спортивные игры (волейбол, футбол и баскетбол);

– установлена достаточно высокая степень совпадения (почти в 40% случаях) тех видов спорта, которыми студенты занимались ранее, с теми видами, которыми они изъявили пожелание заниматься в рамках учебной дисциплины «Физическая культура и спорт»;

– применение спортивно-ориентированного подхода в процессе физического воспитания студентов ограничивается наличием материально-технической базы вуза.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. – Москва : Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.

2. Интериоризация студентами ценностей физической культуры при применении спортивно ориентированных форм физического воспитания / К.Д. Чермит, Р.Д. Хунагов, А.Г. Заболотний, С.А. Ляушева, В.Н. Нехай. – Гуманитарий Юга России. – 2022. –Т.11, № 3. – С. 110–119.

3. Кожанов В.В. Саморазвитие культуры здоровья студента в процессе спортивно ориентированного физического воспитания / В.В. Кожанов // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 2. – С. 12–14.

4. Лубышева Л.И. Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике / Л.И. Лубышева. – Москва : Теория и практика физической культуры, 2017. – 200 с.

5. Непомнящих Т.А. Спортивно ориентированное физическое воспитание студентов в процессе реализации работы вузовской секции спринтерского бега: монография / Т.А. Непомнящих, И.Ю. Горская, В.Н. Попков. – Омск : Издательство СибГУФК, 2018. – 210 с.

6. Усенко А.И. Спортивно-ориентированное физическое воспитание студентов факультета информатики и вычислительной техники Академии ИМСИТ / А.И. Усенко, Н.А. Рыбачук // Успехи современной науки. – 2016. – Т. 2, № 6. – С. 85–88.

7. Фонарев Д.В. Теоретическое обоснование муниципальной системы спортивно ориентиров физического воспитания г. Чайковского / Д.В. Фонарев // Физическая культура: воспитание, образоватение, тренировка. – 2007. – № 4. – С. 20–25.

8. Чедов К.В. Спортизация общеобразовательных школ – перспективное направление оздоровления учащихся / К.В. Чедов // Инновации в образовании. – 2013. – № 7. – С. 135–144.

9. Чермит К.Д. Конверсия спортивных технологий в системе спортизированного физического воспитания / К.Д. Чермит, С.Д. Неверкович, С.М. Ахметов // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 5. – С. 6–8.

REFERENCES

1. Balsevich, V.K. (2000), Ontokinesiology of man, *Theory and practice of physical culture*, Moscow.

2. Chermit, K.D., Hunagov, R.D., Zabolotny, A.G. Lyausheva, S.A. and Nekhai, V.N. (2022), "Interiorization by students of the values of physical culture in the application of sports-oriented forms of physical education", *Humanitarian of the South of Russia*, Vol.11, No. 3, pp. 110–119.

3. Kozhanov, V.V. (2006), "Self-development of a student's health culture in the process of sports-oriented physical education", *Theory and practice of physical culture*, No. 2, pp. 12-14.

4. Lubysheva, L.I. (2017) Sportization in the system of physical education: from scientific idea to innovative practice, *Theory and practice of physical culture*, Moscow.

5. Nepomnyashchikh, T.A.. Gorskaya, I.Y. and Popkov, V.N. (2018), *Sports-oriented physical education of students in the process of implementing the work of the university section of sprinting: monograph*, SibGUFK, Omsk,.

6. Usenko. A.I. and Rybachuk. N.A.(2016). "Sports-oriented physical education of students of the Faculty of Informatics and Computer Engineering of the Academy of IMSIT", *Successes of modern science*, Vol. 2, No. 6, pp. 85–88.

7. Fonarev, D.V. (2007), "Theoretical substantiation of the municipal system of sports orienteering of physical education of Tchaikovsky", *Physical culture: education, education, training*, No. 4, pp. 20–25.

8. Chedov, K.V. (2013), "Sportization of secondary schools – a promising direction of improving the health of students", *Innovations in education*, No. 7, pp. 135–144.

9. Chermit, K.D., Neverkovich, S.D. and Akhmetov, S.M. (2022), "Conversion of sports technologies in the system of sportized physical education", *Theory and practice of physical culture*, No. 5, pp. 6–8.

Контактная информация: arschinnik_fk@mail.ru

Статья поступила в редакцию 14.02.2023

УДК 796.011.3

МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ «МЯГКИМ» ФИТНЕСОМ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

***Оксана Вячеславовна Мамонова**, старший научный сотрудник, мастер спорта Российской Федерации, Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, Москва*

Аннотация

Цель исследования – изучить отношение студентов с особыми образовательными потребностями к физической культуре. Представлена и обоснована методика занятий «мягким» фитнесом, позволяющая учитывать индивидуальные особенности студентов, улучшать их состояние здоровья, общее самочувствие, корректировать телосложение, повышать уровень развития физических качеств и функциональных возможностей организма. Особенностью данной методики является использование в основной части упражнений ЧСС до 130 уд/мин.

Ключевые слова: студенты с особыми образовательными потребностями, «мягкий» фитнес, физическое воспитание, мотивация.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p289-292

METHODS OF "SOFT" FITNESS CLASSES IN PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

***Oksana Vyacheslavovna Mamonova**, the senior research teacher, master of sports of Russian Federation, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow, Russia*

Abstract

The purpose of the study is to study the attitude of students with special educational needs to physical culture. The methodology of "soft" fitness classes is presented and substantiated, which allows taking into account the individual characteristics of students, improving their health status, general well-being, correcting the physique, increasing the level of development of physical qualities and functional capabilities of the