Севодин Сергей Васильевич,

канд. пед. наук, доцент, доцент кафедры физвоспитания;

Муратов Роман Алексеевич,

студент,

ФГБОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет»,

г. Казань, Республика Татарстан, Россия

**ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗАХ.
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ В СПОРТИВНОМ ОБРАЗОВАНИИ
СТУДЕНТОВ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ**

Используемые на сегодняшний день модель и методы обучения не могут в полном объеме обеспечить формирование здорового образа жизни студентов и не отвечают требованиям к подготовке современных специалистов. Низкая эффективность сопровождается ухудшением уровня физического состояния и здоровья учащихся с каждым годом. В статье рассматривается основная роль физического воспитания, задачи и обязанности студентов. Проведено исследование, направленное на поиск и решение проблем в образовательном процессе по спортивному воспитанию студентов. Комплекс мероприятий и рекомендаций будет основан на официальных данных социологических исследований.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты, спортивные, занятия

Sergey V. Sevodin,

Candidate of pedagogical Sciences, associate Professor, associate Professor;

Roman A. Muratov,

Student,

State power engineering University,

Kazan, the Republic of Tatarstan, Russia

**PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION IN UNIVERSITIES.
MODERN PROBLEMS IN SPORTS EDUCATION OF STUDENTS AND
THEIR SOLUTIONS**

To date, the used model and methods of training cannot fully ensure the formation of a healthy lifestyle of students and do not meet the requirements for the training of modern specialists. Low efficiency is accompanied by deterioration of physical condition and health of students every

year. The article deals with the main role of physical education, tasks and responsibilities of students. And a study aimed at finding and solving problems in the educational process of sports education of students. A set of measures and recommendations will be based on official sociological research data.

Keywords: physical education, students, sports, exhibitions

Роль физического воспитания в вузах.

Физическая подготовка студентов возложена на плечи высших учебных заведений, занятия по физической культуре проходят на протяжении всего периода обучения. Государственная учебная программа для вузов регулирует содержание и учебный план теоретических и практических занятий для достижения следующих целей:

- 1) развитие моральных и физических качеств;
- 2) укрепление здоровья;
- 3) поддержание нормальной физической работоспособности;
- 4) физическая подготовка и воспитание согласно особенностям их специальности;
- 5) привитие потребности к регулярным занятием спортом;
- 6) помощь в устранении физических отклонений и последствий тяжелых заболеваний.

Студентов делят на группы по определенным критериям, и, в зависимости от спортивной ориентированности, кафедрой устанавливается программа курса и план занятий.

Нагрузки и обязанности студентов.

Суточная образовательная нагрузка для учащихся составляет 10-12 часов, а в период сессии может увеличивается аж до 16-20 часов. Нехватка времени и переутомление побуждают студента отказываться от занятия спортом, что влечет снижение мышечной активности, что, в свою очередь, может приводить к нарушениям работы нервной, сердечно-сосудистой, пищеварительной и дыхательной систем. В связи с этим для студентов установлены следующие обязанности:

- 1) систематическое посещение занятий;

- 2) повышение физической подготовки;
- 3) выполнение и сдача нормативов;
- 4) соблюдение рационального режима учёбы, отдыха и питания;
- 5) участие в оздоровительных и спортивных мероприятиях;
- 6) ежегодное медицинское обследование;
- 7) наличие спортивной одежды для занятий.

Социологическое исследование.

Статистический анализ и исследования в области образования и здравоохранения свидетельствуют, что более половины выпускников высших учебных заведений имеют несколько хронических заболеваний, а около 35% призывников являются не годными к срочной службе по состоянию здоровья. И примерно 40% населения призывного возраста не могут выполнить стандартные нормативы по общей физической подготовке. Основной причиной таких показателей служат: неправильный образ жизни, низкая физическая активность и вредные привычки. Также данные социологические исследования выявили, что у студентов с каждым годом увеличивается частота хронических патологий и снижается уровень физического развития. Активным проявлением данных негативных процессов является резкое увеличение частоты сердечных сокращений и артериального давления. То есть, молодые специалисты оканчивают вузы с более низким уровнем здоровья, чем они имели при окончании школы перед поступлением.

Анализ проблем физической подготовки студентов.

Несмотря на такие низкие показатели, в вузах уделяется все меньше внимания спортивному развитию молодого поколения. Это проявляется в сжатии учебной программы и сокращении количества пар физической культуры. Среди студентов можно заметить тенденцию снижения поддержания здорового образа жизни и отсутствие желания регулярно заниматься спортом, поскольку они только начинают взрослую жизнь, и на первый план ставят другие не менее важные потребности. Например, встреча с друзьями, ночные вечеринки или подработка.

Также наблюдается нехватка квалифицированных кадров по физической культуре. Специалисты и тренеры все больше отдают предпочтение частным оздоровительным и спортивным клубам. Поскольку там более высокий уровень заработной платы и быстрый карьерный рост. Получается, что выпускники не хотят идти работать преподавателями из-за низкой зарплаты, а студенты не хотят тратить время и средства на занятия спортом. В результате сокращается количество учебных часов, что влечет к снижению физической подготовки студентов.

Эти факторы прямо пропорционально влияют на снижение финансирования и материально-техническое обустройство университетских спортивных залов и манежей. А посещать платно частные спортивные клубы могут позволить не все студенты.

Пути к решению выявленных проблем.

В ходе анализа и социологических исследований были установлены следующие проблемы в структуре физического воспитания:

- 1) невовлеченность студентов;
- 2) низкая обеспеченность учебно-материальной базы;
- 3) нехватка специалистов;
- 4) сокращение часов;
- 5) низкая заработная плата;
- б) отсутствие должного финансирования;

Основываясь на вышеизложенных недостатках и научном анализе, можно предложить комплекс мер, направленных на улучшение программы спортивного образования и улучшения уровня здоровья молодого населения в возрасте от 16 до 26 лет.

Активная пропаганда и реклама в СМИ будет способствовать формированию положительной тенденции к росту интереса и вовлеченности учащихся к спорту и активному образу жизни. Общественные спортивные мероприятия, соревнования и любая социальная активность помогут увеличить мотивацию и спортивный интерес у молодого населения.

Дополнительное финансирование на обустройство спортзалов и увеличение зарплат тренеров по физической подготовке будут способствовать обеспечению вузов квалифицированными кадрами и созданию условий для занятия спортом; у студентов, не имеющих финансовых возможностей, появится шанс профессионально заниматься спортом.

Также необходимо увеличить количество занятий физической культуры и разработать новую оптимальную программу обучения с большей вовлеченностью студентов. Структура образования должна кардинально поменяться, чтоб учащиеся были нацелены на результат, а не на сдачу зачета.

Заключение.

Улучшение физических показателей и рост вовлеченности учащихся позволит удовлетворить их социальные потребности в самовыражении и самореализации. Комплексный подход по реструктуризации спортивного образования позволит задать тенденцию на самостоятельное занятие спортом во внеучебное время, повысить уровень эффективности усвоения знаний и укрепить здоровье молодого поколения в стране. А положительный образ мышления будет прививать потребность и любовь к себе и спорту.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кобяков Ю.П., *Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие* / Ю.П. Кобяков. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2014.
2. Овакян М.А. *Методические принципы физического воспитания.* – Тольятти: Издательство ТГУ, 2009.
3. Бажин, А.В. *Актуальные проблемы развития физического воспитания студентов* / А.В. Бажин, Е.О. Дрягина / *Современное образование: плюсы, минусы и перспективы: материалы VIII международной научно-практической конференции.* – 2017. – С. 18-21.
4. Васильков А.А. *Теория и методика физического воспитания: учебник для вузов.* – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008.
5. Гонсалес С.Е. *Современные проблемы физического воспитания студентов вузов (краткий обзор)* // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2016. – №9(139). – С. 33-37 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-problemy-fizicheskogo-vospitaniya-studentov-vuzov>.