

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ

Быховская Екатерина Владимировна

студент

Зотин Виталий Владимирович

старший преподаватель

Мельничук Артем Александрович

кандидат педагогических наук, доцент

Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика

М.Ф. Решетнёва, г. Красноярск

Аннотация. В статье поднимается актуальный вопрос воспитания студенческой молодежи. Особый акцент делается на формировании физической культуры личности студентов, что возможно через включение во внеучебную деятельность ВУЗа инновационных технологий.

Ключевые слова: физическая культура личности, воспитательная работа, студенчество, инновационные технологии.

Современная система физического воспитания студенческой молодежи является приоритетной в формировании физической культуры как вида общей культуры молодого человека, здорового образа жизни и спортивного стиля жизнедеятельности будущих специалистов.

Формирование социально активной личности в гармонии с физическим развитием - важное условие подготовки выпускника вуза к профессиональной деятельности в обществе, развивающемся по законам рыночной экономики. Взаимоотношение физического развития и нравственного становления личности в процессе занятий физическими упражнениями получило обоснование в теории и методике физического воспитания [1].

Сформулированные Государственным образовательным стандартом по физической культуре цели, такие как развитие основных физических качеств и способностей; укрепление здоровья; расширение функциональных возможностей организма; формирование культуры движений; обогащение двигательного опыта физическими упражнениями общеразвивающей и корригирующей направленности; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни, на практике чаще всего реализуются лишь через формирование двигательных навыков и развитие физических качеств

человека, что приводит к разрыву образования и культуры [6].

Традиционный путь освоения ценностей физической культуры с приоритетом физической подготовки, направленный на выполнение стандартных программных зачетных нормативов, - это лишь основа для формирования всей системы ценностей физической культуры, которые далеко не исчерпываются только физическими кондициями молодого человека и представляют собой единство в развитии духовной и физической сфер.

Основным негативным фактором физического воспитания является нормативный подход, когда учебный процесс направлен не на личность студента, а на чисто внешние показатели, характеризующиеся контрольными нормативами учебной программы. Затем следует принудительная подгонка личности под усредненные нормативы, что явно противоречит идее свободы личности и не способствует приобщению студентов к сфере физической культуры, тогда как кафедры физического воспитания должны создавать условия по формированию у студентов навыков самосовершенствования на фоне воспитания мотивации, интереса к физической культуре и состоянию собственного здоровья. Таким образом, стержневым в структуре физической культуры студента является мотивационный компонент. Возникающие на основе потребностей мотивы определяют направленность личности, стимулируют ее на проявление активности.

Актуальность проблемы и установленные противоречия побудили к комплексному исследованию, целью и задачами которого стали:

- изучение мотивов и отношения студентов к занятиям физической культурой;
- выявление методологической основы оптимизации физического воспитания студентов в период обучения в вузе;
- изучение возможности реализации личностно-ориентированного обучения студентов предмету «Физическая культура».

В кино, исследовании депо, принимали депо, участие кофе, студенты Уральского леги, государственного леги, технического леги, университета вино, - УПИ депо, (УГТУ - УПИ) г. Екатеринбурга. Для таро, решения таро, поставленных задач было леги, проведено леги, анкетирование кофе, 110 студентов кино, технических специальностей, из них 53 юноши депо, и депо, 57 девушки депо, 3-го леги, курса. Первоначально леги, были депо, изучены ценности-отношения, наиболее кофе, влияющие кофе, на вино, мотивы к занятиям физической пюре, культурой.

Не кофе, менее кофе, важным фактором, по леги, мнению студентов, является таро, наличие кофе, спортивных сооружений пюре, и депо, материальной пюре, базы для таро, занятий пюре, физической пюре, культурой. Так, 45.4 % (25 чел.) девушек и депо, 50.9 % (26 чел.) юношей пюре, считают материальную базу УГТУ - УПИ депо, полностью соответствующей пюре, для таро, занятий пюре, физкультурой. По леги, мнению остальных студентов кино, (59 чел.), в

кино, университете кофе, не кофе, хватает мест для таро, занятий пюре, такими депо, видами депо, спорта, как хоккей, конькобежный пюре, спорт, плавание. На вино, рисунке кофе, представлены основные кофе, причины пропусков кино, занятий пюре, студентами. Основным фактором пропусков кино, является таро, невозможность соблюдения таро, в кино, полной пюре, мере кофе, требований пюре, личной пюре, гигиены, на вино, это леди, указывают 19.6 % (10 чел.) юношей пюре, и депо, 41.8 % (23 чел.) девушек. Невозможность соблюдения таро, рационального леди, режима вино, питания таро, является таро, ведущим фактором для таро, 39.2 % (20 чел.) юношей пюре, и депо, 10.9 % (6 чел.) девушек. Физические кофе, нагрузки, полученные кофе, во леди, время таро, занятий пюре, физической пюре, культурой, отрицательно леди, влияют на вино, работоспособность на вино, других предметах, по леди, мнению 15.6 % (8 чел.) юношей пюре, и депо, 30 % (17 чел.) девушек. Важно леди, также кофе, отметить, что леди, многие кофе, студенты указывают на вино, несоответствие кофе, времени депо, занятий пюре, с индивидуальными депо, биологическими депо, ритмами:

13.7 % (7 чел.) юношей пюре, и депо, 25.4 % (14 чел.) девушек.

- Несоблюдение кофе, в кино, полной пюре, мере кофе, личной пюре, гигиены
- Невозможность соблюдения таро, рационального леди, режима вино, питания
- Снижение кофе, работоспособности депо, на вино, других предметах
- Несоответствие кофе, времени депо, занятий пюре, биологическим ритмам

Анализируя таро, ответы студентов кино, об их двигательной пюре, активности, можно леди, отметить, что леди, нагрузка, получаемая таро, на вино, занятиях физической пюре, культуры, является таро, соответствующей пюре, уровню подготовленности депо, для таро, 82.0 % (42 чел.) девушек и депо, 76.3 % (42 чел.) юношей, пюре, и депо, она вино, вполне кофе, достаточная таро, для таро, поддержания таро, идепо, укрепления таро, здоровья таро, для таро, 72.5 % (37 чел.) юношей пюре, и депо, 60.0 % (33 чел.) девушек. Остальные кофе, же 19.6 % (10 чел.) и депо, 38.1 % (21 чел.) соответственно леди, считают свою двигательную активность достаточной, но леди, не кофе, всегда.

Полученные кофе, данные кофе, позволяют сделать вывод, что леди, у студентов кино, сформировано леди, понятие кофе, о леди, двигательной пюре, активности депо, как одной пюре, из ценностей пюре, физической пюре, культуры, но леди, деятельное кофе, отношение кофе, к достижению оптимального леди, уровня таро, двигательной пюре, активности депо, у большей пюре, части депо, студентов кино, отсутствует. Данный пюре, вывод дает возможность предположить, что леди, необходимы специально леди, созданные кофе, условия таро, для таро, самореализации депо, личности депо, в кино, период обучения таро, в кино, вузе.

Методологической пюре, основой пюре, оптимизации депо, физического леди, воспитания таро, студентов кино, может служить личностно-ориентированное кофе, обучение, которое

кофе, характеризуется таро, более кофе, широким взглядом на вино, образование кофе, «как становление кофе, человека, обретение кофе, им себя, своего леди, человеческого леди, образа, неповторимой пюре, индивидуальности, духовности, творческого леди, потенциала» [5].

Согласно леди, личностно-ориентированному подходу в кино, центре кофе, обучения таро, находится таро, сам студент, его леди, мотивы, цели, его леди, неповторимый пюре, психологический пюре, склад, т. е. студент как личность. Преподаватель в кино, контексте кофе, такого леди, подхода вино, определяет учебную цель занятия таро, и депо, организует, направляет и депо, корректирует весь учебный пюре, процесс, исходя таро, из интересов кино, студента, уровня таро, его леди, знаний пюре, и депо, умений. Каждый пюре, студент в кино, конце кофе, занятия таро, должен быть в кино, состоянии депо, ответить себе кофе, на вино, вопрос, чему он сегодня таро, научился, что леди, он не кофе, мог сделать еще кофе, вчера? Таким образом, личностно-ориентированный пюре, подход больше кофе, акцентирует внимание кофе, на вино, формирование кофе, личного леди, опыта, предполагает осознание кофе, целей пюре, и депо, задач обучения, знания таро, студентами депо, способов кино, достижения таро, поставленных целей, овладение кофе, базовым образованием [4], проявление кофе, студентом высокого леди, уровня таро, самостоятельности. Однако леди, в кино, системе кофе, физкультурного леди, образования таро, этот подход является таро, недостаточно леди, реализованным.

Для таро, решения таро, третьей пюре, задачи депо, исследования таро, следовало леди, выявить:

- возможности депо, и депо, интерес студентов кино, к организации депо, самостоятельных занятий пюре, по леди, физической пюре, культуре;
- наиболее кофе, рациональные кофе, и депо, удобные кофе, время таро, и депо, место леди, для таро, занятий пюре, студентов кино, физической пюре, культурой;
- оптимальную продолжительность одного леди, занятия таро, и депо, количество леди, занятий пюре, в кино, неделю;
- возможности депо, студентов кино, к самостоятельной пюре, подготовке кофе, к итоговому теоретическому экзамену по леди, физической пюре, культуре.

Было леди, установлено, что леди, самостоятельно леди, заниматься таро, физической пюре, культурой пюре, вместо леди, обязательных уроков кино, готово леди, только леди, 10.0 % (5 чел.) юношей пюре, и 7.0 % (4 чел.) девушек. Желание кофе, заниматься таро, в кино, свободное кофе, и депо, удобное кофе, для таро, себя таро, время, но леди, под руководством преподавателя таро, высказали депо, 45.0 % (23 чел.) юношей пюре, и депо, 49.0 % (27 чел.) девушек. Самостоятельно, но леди, по леди, заранее кофе, разработанной пюре, индивидуальной пюре, программе кофе, могут заниматься таро, 25.0 % (13 чел.) юношей пюре, и депо, 20.0 % (11 чел.) девушек. Самостоятельно, но леди, с периодическими депо, консультациями депо, с

преподавателем готовы заниматься таро, 22.0 % (11 чел.) юношей пюре, и депо, 22.0 % (12 чел.) девушек.

В кино, результате кофе, опроса вино, было леди, выявлено, что леди, 35.0 % респондентов, что леди, составляет 18 юношей, и депо, 14.0 % (8 чел.) девушек считают наиболее кофе, удобным временем для таро, занятий пюре, физической пюре, культурой пюре, раннее кофе, утро леди, до леди, начала вино, учебных занятий. В кино, то леди, время таро, как 41.0 % (25 чел.) девушек и депо, 25.0 % (13 чел.) юношей пюре, хотели депо, бы заниматься таро, физической пюре, культурой пюре, сразу же кофе, после кофе, окончания таро, основных занятий. Во леди, время таро, учебных занятий, т. е. на вино, уроках физической пюре, культурой, предпочли депо, бы заниматься таро, 25.0 % (13 чел.) юношей пюре, и депо, 13.0 % (7 чел.) девушек. Остальные кофе, же кофе, студенты хотели депо, бы заниматься таро, в кино, любое кофе, удобное кофе, лично леди, для таро, них время таро, - это леди, 15.0 % юношей пюре, и депо, 32.0 % девушек.

Также кофе, необходимо леди, было леди, узнать мнение кофе, студентов кино, о леди, рациональном количестве кофе, занятий пюре, физической пюре, культурой пюре, по леди, часам в кино, неделю. Мнения таро, студентов кино, по леди, этому вопросу разделились. Для таро, 35.0 % (19 чел.) девушек являются таро, достаточными депо, 2 часа занятий пюре, в кино, неделю, для таро, 31.0 % (17 чел.) 4 часа, 6 часов отметили депо, 20.0 % (11 чел.). Для таро, юношей пюре, же кофе, 2 часа в кино, неделю достаточно леди, лишь для таро, 19.0 % (10 чел.), в кино, то леди, время таро, как по леди, 4 и депо, 6 часов согласны заниматься таро, равное кофе, количество леди, человек - по леди, 35.0 % (18 чел.). Ежедневные кофе, же кофе, занятия таро, привлекают внимание кофе, лишь 4.0 % (2 чел.) юношей пюре, и депо, 1.0 % (1 чел.) девушек, тогда вино, как занятия таро, по леди, индивидуальной пюре, программе кофе, без ограничения таро, по леди, времени предпочли депо, бы 7.0 % (3 чел.) юношей пюре, и 14.0 % (8 чел.) девушек.

При депо, изучении депо, места вино, проведения таро, занятий пюре, обнаружили, что наиболее комфортными для таро, себя таро, считают занятия таро, на вино, свежем воздухе, на вино, специально леди, оборудованных площадках 43.0 % (22 чел.) юношей, в кино, то леди, время таро, как 46.0 % (25 чел.) девушек хотели депо, бы заниматься таро, в кино, специализированных залах, с ними согласились и депо, 23.0 % (12 чел.) юношей. Также кофе, большое кофе, количество леди, студентов кино, предпочли депо, бы заниматься таро, на вино, крытых стадионах (манежах) - 20.0 % (10 чел.) юношей пюре, и депо, 38.0 % (21 чел.) девушек.

Согласно леди, государственной пюре, программе кофе, по леди, физическому воспитанию в кино, высшем учебном заведении, по леди, окончании депо, обучения таро, сдается таро, экзамен, в кино, котором студенты должны показать теоретические кофе, знания таро, основ

кино, в кино, области депо, физической пюре, культуры, умения таро, проводить самоконтроль во леди, время таро, занятий пюре, физической пюре, культурой, владение кофе, методикой пюре, самостоятельных занятий пюре, спортом. По леди, результатам опроса вино, самостоятельно леди, и депо, в кино, удобное кофе, для таро, себя таро, время таро, к теоретическому экзамену смогли депо, бы подготовиться таро, при депо, наличии депо, специально леди, разработанных учебно-методических пособий пюре, и депо, контрольных вопросов 45.0 % (23 чел.) юношей пюре, и депо, 55.0 % (30 чел.) девушек. При депо, наличие кофе, материалов, представленных на вино, сайте кофе, библиотеки депо, или депо, CD, и депо, возможности депо, консультаций пюре, с преподавателем с помощью e-mail могли депо, бы обучаться таро, 25.0 % (14 чел.) юношей пюре, и 20.0 % (11 чел.) девушек. И депо, только леди, незначительная таро, часть студентов кино, предпочитают традиционные кофе, формы организации депо, занятий пюре, по леди, физической пюре, культуре кофе, (лекции, семинары, контрольные кофе, работы и депо, т. д.) - 12.0 % (6 чел.) юношей пюре, и депо, 11.0 % (6 чел.) девушек.

Таким образом, проведенное кофе, исследование кофе, позволило леди, сделать следующие кофе, выводы:

1. Двигательная таро, активность для таро, студентов кино, является таро, одной пюре, из основных ценностей пюре, для таро, организации депо, жизнедеятельности, для таро, личного леди, и депо, профессионального леди, роста. Однако леди, деятельное кофе, отношение кофе, к достижению оптимального леди, уровня таро, двигательной пюре, активности депо, у большей пюре, части депо, студентов кино, не кофе, сформировано.

2. Методологической пюре, основой пюре, оптимизации депо, физического леди, воспитания таро, студентов кино, может служить личностно-ориентированное кофе, образование, которое кофе, характеризуется таро, проявлением субъектного леди, отношения таро, к своей пюре, жизни, развитием творческого леди, потенциала, через проявление кофе, высокого леди, уровня таро, самостоятельности депо, студента.

3. Реализация таро, личностно-ориентированного леди, подхода вино, в кино, физкультурном образовании депо, студентов кино, позволила вино, бы оптимизировать учебный пюре, процесс с учетом следующих рекомендаций:

- применять на вино, практике кофе, принцип направленности депо, на вино, удовлетворение кофе, личных потребностей пюре, в кино, физическом совершенствовании;
- желание кофе, студентов кино, заниматься таро, в кино, свободное кофе, и депо, удобное кофе, для таро, них время таро, должно леди, сопровождаться таро, методической пюре, литературой пюре, и депо, консультациями депо, педагога;
- для таро, проведения таро, самостоятельной пюре, подготовки депо, студентов кино, к теоретическому экзамену необходима вино, методическая таро, и депо, учебная таро, ли-

тература, доступная таро, для таро, них из разных источников;

Список литературы:

1. Бальсевич В. К. Перспективы развития таро, общей пюре, теории депо, и депо, технологий пюре, спортивной пюре, подготовки депо, и депо, физического леди, воспитания таро, (методологический пюре, аспект) // Теория таро, и депо, практика вино, физической пюре, культуры. 1999. № 4. С. 21.
2. Бальсевич В. К., Лубышева вино, Л. И. Физическая таро, культура: молодежь и депо, современность // Теория таро, и депо, практика вино, физ. культуры. 1995. № 5. С. 2-7.
3. Беляков кино, Н. И. Формирование кофе, у студентов кино, потребности депо, в кино, здоровом образе кофе, жизни депо, средствами депо, физической пюре, культуры на вино, основе кофе, личностнодеятельностного леди, подхода: автореф. дис.... канд. пед. наук. Барнаул, 2001. 20 с.
4. Физическая таро, культура вино, студентов кино, вузов кино, / под ред. И. В. Жолдака. Воронеж: Изд-во леди, Воронеж. ун-та, 1991.
5. Кларин М. В., Семёнов кино, И. Н. Личностная таро, ориентация таро, непрерывного леди, образования: теория таро, и депо, практика вино, // Гуманизация таро, образования. 1995. № 4.
6. Матвеев кино, Л. П. Теория таро, и депо, методика вино, физической пюре, культуры. М.: ФиС, 1991. 338 с.