

## РОЛЬ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ В НЕПРОФИЛЬНЫХ ВУЗАХ

**И.В. Жукова, заведующая кафедрой**

**В.А. Ильин, старший преподаватель**

**Казанский государственный энергетический университет  
(Россия, г. Казань)**

***Аннотация.** В статье рассматриваются роль физического воспитания и спортивных занятий в непрофильных вузах. Показано, что физические упражнения способствуют развитию таких качеств, как дисциплинированность, упорство, ответственность, работа в команде. Дана характеристика положительного влияния занятий командными видами спорта студентов непрофильных вузов.*

***Ключевые слова:** высшее образование, командные виды спорта, физическое воспитание.*

В настоящее время, мы – современники постиндустриального общества переживаем «кризис здоровья». Проблемы со здоровьем начинаются у учащихся младших классов, они испытывают существенную нехватку двигательной активности, которая значительно выше у старшеклассников. Так, по данным Министерства образования и науки РФ к категории здоровых можно отнести не более 10 процентов от общего числа выпускников общеобразовательных учреждений страны. Поэтому важность физических нагрузок в период образовательной деятельности в вузе трудно переоценить. По оценке специалистов, физическая культура и спорт представлены в отечественных высших учебных заведениях как учебная дисциплина и один из важнейших компонентов целостного развития личности [1; 2; 3]. Тогда как главной задачей педагогического процесса физического воспитания является сохранение и укрепление здоровья, физическое и психическое благополучие студентов и овладение ими системой профессиональных навыков и умений в процессе образовательной деятельности [4; 5].

Современной молодежи присуще недооценивать значение общей физической готовности в способности нормального функционирования организма и создания предпосылки для укрепления здоровья. Технический прогресс, стремительное развитие науки делают учебный труд студента все более интен-

сивным, напряженным. Соответственно возрастает значение физической культуры как средства повышения работоспособности студентов на протяжении всего периода обучения в вузе. Наряду с этими средствами физической культуры обеспечивается общая и специальная физическая подготовка применительно к условиям будущей профессии. Физическая подготовка – это процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями. Поэтому основная педагогическая задача, донести до студента важность активных физических нагрузок в период обучения. Напряженный умственный труд требует хорошей физической подготовки человека. Ведь занятия физкультурой и спортом укрепляют не только мышцы, но и нервы, стимулируют мысль благодаря улучшению кровоснабжения мозга, обеспечивают более надежную его работу. Для мотивации студента к двигательной активности преподаватель физической культуры в непрофильном вузе должен проявить навыки высокого профессионализма педагога и тренера, чтобы заинтересовать студента физическими упражнениями. Практика показывает, что наибольший интерес для студентов представляют те разновидности спорта, которые способствуют усилению притока кислорода в организм, помогая тем самым повысить его выносливость. Студенты из всех форм физической подготовки предпочитают командные виды

спорта из-за присущей им эмоциональности. Наибольшее предпочтение студенты отдают волейболу, на втором месте по популярности баскетбол, на третьем – футбол.

В общем виде организацию физического воспитания и спорта студентов можно представить следующим образом: обязательные учебные занятия по дисциплине «Физическая культура»; занятия в вузовских спортивных секциях или индивидуально с педагогом; участие в студенческих спортивных соревнованиях.

Критерием эффективности занятий выступают субъективные показатели – улучшение здоровья (самочувствие, внутренняя удовлетворенность от занятий) и объективные показатели (изменение веса тела, рост мышечной массы) [6, С. 59-62]. Обеспечение физического воспитания обучающихся с применением средств физической культуры в рамках игры в командных видах спорта оказывает положительное воздействие на организм, за счет того, что присутствует дух соперничества, физические нагрузки воспринимаются намного легче, чем в индивидуальных видах спорта. Волейбол, баскетбол, футбол – оказывают эффективное влияние на развитие физической силы. Резкие броски, прыжки, перемещения и пробежки способствуют тренировке дыхательного аппарата и благоприятствуют становлению выносливости. В процессе двигательной активности развивается координация. Активные движения, во время игры, приводят к тому, что организм начинает работать слаженно, это оказывает плодотворное воздействие на пищеварительную систему и органы внутренней секреции.

В Казанском государственном энергетическом университете (КГЭУ) уделяется большое внимание физической культуре и спорту. Преподаватели и студенты используют возможности ау-

диторной и внеаудиторной работы (студенческий и тренерский спортклубы). В КГЭУ открыты и действуют несколько секций по командным видам спорта: женская и мужская секция по волейболу, баскетболу и мужская секция по футболу, гандболу, хоккею. Студенты – члены команд кроме обязательных учебных занятий по дисциплине «Физическая культура» и в спортивных секциях принимают активное участие в студенческих спортивных соревнованиях:

- ежегодные первенства учебных групп по игровым видам спорта;

- спартакиада летних спортивных лагерей РТ;

- спартакиада энергетических вузов РФ;

- участие команды КГЭУ в баскетбольном турнире, проводимом в республике – Кубке памяти Ильдуса Тухватуллина – выдающегося баскетбольного арбитра. Турнир проходит ежегодно в ноябре;

- организации внутривузовских спартакиад между институтами и факультетами и спартакиада общежития.

На наш взгляд основная задача образовательного процесса в рамках дисциплины «Физическая культура» в казанском государственном энергетическом университете (КГЭУ) – укрепление здоровья и повышение физической готовности достигается [7, С. 188-194], в том числе и через участие студентов в командных видах спорта, которые дают и хорошую психологическую устойчивость – помогает освоению обязательных учебных курсов.

Таким образом, период обучения индивидуально, и в спортивных секциях командных видов спорта позволяет выработать профессиональную компетенцию – способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### Библиографический список

1. Чайников А.П. Психологическая подготовка студентов средствами физической культуры и спорта / Издательство Московского государственного технического университета имени Н. Э. Баумана. – М. 2013. – 80 с.
2. Виленский М. Я. Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию и пути его направленного формирования // Теор. и практ. физ. культ. 1984. № 1. – С. 39-42.
3. Ахмерова С. Г. Здоровый образ жизни и его формирование в процессе обучения // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья, 2001. № 2. – С. 37-40.
4. Нестеровский Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения – Москва. Academia, 2006. – 336с.
5. Выдрин В. М. Физическая культура личности и общества (опыт историко-методологического анализа) / СПб. СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. 2004. – 153 с.
6. Столяров В. И. Понятийный кризис в науках о физической культуре и спорте: показатели, причины и пути преодоления // Теория и практика физической культуры. 2007. № 12. – С. 59-62.
7. Сайфутдинова Г. Б., Жукова И. В. Особенности организации учебного процесса физического воспитания со студентами технических вузов / Проблемы современного педагогического образования. 2017. № 57-1. – С. 188-194.

### THE ROLE OF COMMAND SPORTS IN PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN NON-PROFILE HIGH SCHOOLS

**I.V. Zhukova**, head of the department

**V.A. Pyin**, senior lecturer

**Kazan state power engineering university  
(Russia, Kazan)**

***Abstract.** The article examines the role of physical education and sports activities in non-core universities. The main requirements for the conduct of compulsory studies are outlined; the role of independent classes and group sports is shown. The characteristic of the positive influence of sports on the education of students is given. It is shown that group sports contribute to the development of students' command qualities and high physical indicators that are important for achieving the set goals.*

***Keywords:** group sports, higher education, group sports.*