

РОЛЬ СПОРТИВНОЙ ВНЕУЧЕБНОЙ РАБОТЫ В ФОРМИРОВАНИИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ, ВЫПУСКНИКОВ АГРАРНЫХ ВУЗОВ

О.А. Сбитнева, старший преподаватель

Пермский государственный аграрно-технологический университет им. академика Д.Н. Прянишникова
(Россия, г. Пермь)

DOI: 10.24411/2500-1000-2019-10621

Аннотация. В статье обсуждается значимость спортивной внеучебной работы в формировании будущих специалистов. Рассмотрены виды спортивной деятельности и ее значение для студентов. Обосновывается образовательное, воспитательное, оздоровительное значение физической культуры.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, спортивные мероприятия, студент, физические нагрузки.

Учебная деятельность в вузе направлена не только на обучение студентов по специальности, также на формирование личности, его физическое, психическое и умственное состояние. Студент за время обучения приобретает различные навыки на практике, теоретические и коммуникационные знания, но в отличие от школьной программы, данные умения являются узконаправленными, более применимы к той профессии, по которой он впоследствии будет работать. Основной целью образования в вузе является подготовка высококвалифицированного специалиста, что подразумевает в себе человека, владеющего опытом и знаниями на высоком уровне, способного выполнять свою работу быстро, качественно, без заминок. Для того, чтобы подготовка такого специалиста прошла успешно, в высших учебных заведениях установлена строгая система, которая включает в себя лекционные и практические занятия, выезды на предприятия, выставки, различного рода тестирования и т.д. С одной стороны лекции и практики питают умственную составляющую студента, с другой – физическая культура питает тело, дух и общее состояние. Так как длительные занятия могут вызывать усталость, перенапряжение, а сдача различных контрольных, зачетов, экзаменов может в значительной степени повлиять на психическое здоровье, то физическая нагрузка это может компенсировать. Студент, посещая занятия физкультуры, тренируя те-

ло, повышает свои навыки, такие как – быстрота, скорость, выносливость, сила, ловкость; повышает уровень своего здоровья, это в свою очередь позволит ему легче и продуктивнее проводить время на лекционных и практических занятиях. Также стоит отметить, что занятия физической культуры влияют на моральное состояние. Здоровому, бодрому духом студенту проще идти на контакт с окружающими (одногоруппниками, преподавателями), в дальнейшем на умение сотрудничества с коллективом. Такой студент, не обремененный стрессом, усталостью, меньше идет на конфликт, он более коммуникабельный и лояльный. Внеучебные спортивные занятия также в полной мере влияют на становление личности. Сам факт того, что студент занимается в специальных секциях дополнительно в свободное от учебы время, говорит о его целеустремленности, желании к саморазвитию, самореализации. Выбор дополнительных занятий позволяет студенту самостоятельно контролировать уровень своего развития, как творческого, так и физического, так как тренировки осуществляются в свободное время, и они не подразумевают сдачу нормативов в установленные сроки, то практически полный контроль над обучением способствует выработке самоконтроля, самодисциплины. Студент самостоятельно отрабатывает нужные ему навыки и умения, впоследствии это может привести к желанию достичь чего-то

большого, путем участия в различных соревнованиях. Помимо специальных секций студенты также могут посещать общественные мероприятия - соревнования, марафоны, олимпиады, целью которых является поднятие общего уровня здоровья и духа в обществе, что немало важно с экономической и политической точки зрения. Здоровые люди формируют благоприятную среду во многих сферах: образование, наука, культура в целом. Люди же с нездоровым телом и духом могут формировать негативную среду, может снизиться уровень скорости и качества исполнения поставленных задач, общая работоспособность; усталость и раздражительность, вызванные низким уровнем здоровья, могут в конечном итоге привести к возникновению конфликтов в коллективе, семье; возникающие вредные привычки, такие как курение, алкоголь, употребление запрещенных веществ, в итоге приведут личность к деградации, а также к возможной гибели. Высока важность и необходимость поддержания состояния своего здоровья, посещение спортивных мероприятий, секций. Целью спортивной внеучебной деятельности являются личные достижения в разных видах спорта, общее оздоровление тела и духа, выполнение поставленных задач с целью самосовершенствования, получение опыта в условиях тренировок, соревнований, различных встреч с тренерами и другими спортсменами. В ходе тренировок вырабатываются такие качества как пунктуальность и обязательность (выполнение правил секции, дополнительные занятия необходимо совмещать с основным видом деятельности (работа, учеба); вырабатывается способность творчески мыслить (например, танцы, фигурное катание, гимнастика и т.д.); вырабатывается способность выступать перед публикой; силовые виды спорта в значительной степени вырабатывают уверенность в себе, способность проявить себя в непредвиденных обстоятельствах, которые вынуждают постоять за себя и за других. Участвуя в раз-

личных спортивных мероприятиях (соревнования в ВУЗе, городские марафоны, состязания и т.д.), студент приобретает опыт в общении с новыми людьми, повышает уровень коммуникации, беседа приобретает опыт от собеседника (совет по части тренировок, улучшения питания, способов оздоровления тела и т.д.). Возникает большой интерес к подобному роду мероприятиям, так как получение опыта в значительной мере влияет на развитие личности, повышается уровень мотивации к дальнейшей самореализации. Благодаря мероприятиям, проходящим в незнакомых для участников местах, значительно расширяется кругозор, приобретается опыт нахождения в новых локациях. Физическая культура в высших учебных заведениях играет весьма важную роль. Большинство студентов испытывают значительную нагрузку на занятиях, как умственную, так и физическую (так как приходится долгое время проводить в сидячем положении, без особой возможности на разминку), кроме учебы многие студенты имеют какую-либо подработку, занятия физической культурой становятся основным способом поддержания тонуса тела, здоровья и духа. Умеренные физические нагрузки, получаемые студентами во время данных занятий, повышают выносливость, улучшают работоспособность, снижают уровень усталости и стресса. Для студентов аграрных вузов приобретенные умения, навыки и способности, уровень физической подготовленности имеют особое значение для будущих специальностей, связанных с физической нагрузкой. Занятия внеучебной спортивной работой влияют на развитие личности, становление будущей профессии. Студентам необходимо посещать не только основные занятия физической культуры, но и дополнительные секции, индивидуальные или групповые занятия, спортивные мероприятия (забеги, пробеги, марафоны, заплывы, заезды и т.д.).

Библиографический список

1. *Абдулова А. М., Орлова Р.В., Теннова В.П., Иена Е.Б., Шенкмана С.Б., Болотников П.Г.* Книга легкоатлета. – М., Физкультура и спорт, 2001.
2. *Муллер А.Б.* Физическая культура: учебник и практикум для прикладного бакалавриата // А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. – М.: Юрайт, 2016.
3. *Уваров В.С., Климин В.П.* Пособие по изучению теоретического раздела дисциплины Физическая культура. – М., 2008.
4. *Фирсин С.А.* Социологический анализ отношения школьников к физическому воспитанию // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – №10 (116).

THE ROLE OF SPORTS EXTRA-CURRICULAR ACTIVITIES IN THE FORMATION OF FUTURE PROFESSIONALS, GRADUATES OF AGRICULTURAL UNIVERSITIES

О.А. Sbitneva, *senior lecturer*

Pryanishnikov Perm state agrarian and technological university
(Russia, Perm)

***Abstract.** The article discusses the importance of sports extracurricular activities in the formation of future specialists. Types of sports activity and its value for students are considered. The educational, educational, health-improving value of physical culture is proved.*

***Keywords:** physical culture, health, sports activities, student, physical activity.*