

Феномен телесности справедливо рассматривать как уникальный потенциал физического и духовного развития личности, закладывающего основы здорового жизнеобеспечения личности, смысла ее культурного становления. Процесс преобразования личности требует значительных волевых, физических и нравственных усилий, мобилизации творческого потенциала, которым обладает человек, умения активизировать свои природные возможности. В единстве со специфическими задачами в физической культуре решаются задачи социального формирования личности, воспитания членов общества, преданных его идеалам и отстаивающих его интересы. Эти задачи выдвигаются обществом как особо значимые. Важнейшими из них являются задачи, предусматривающие нравственное, трудовое, эстетическое воспитание. Какими бы значимыми не представлялись результаты, достигаемые воспитанием физических качеств и двигательных способностей индивида, они могут оказаться, по меньшей мере, бесполезными для общества, если их обладатель не воспитан нравственно, если у него не выработаны моральные принципы и нет активного стремления приложить свои силы на благо общества.

Литература

1. Быховская И.М. Физическая культура//Культурология. XXI век. Энциклопедия. Т.2. – СПб.: Университетская книга, 1998. – С.294-296.
2. Виленский М.Я, Черняев В.В. Концепция гуманитаризации содержания образования по физической культуре в высшей школе// Известия Международной Академии высшей школы. Вып. 1(39), 2007. С.118-130.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ С ЦЕЛЬЮ ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТИ ВЕДЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

В.Н. Сущенко Г.Н. Сущенко, С.А. Коптев, Н.В. Гунич
*Белорусский государственный педагогический
университет им. М. Танка*

Проблема досуговой деятельности студенческой молодежи в современном обществе является актуальнейшей. Через досуговую

деятельность осуществляется вхождение молодых людей в социальную жизнь общества, приобщение к культурным, духовным, материальным ценностям. Однако наблюдения и объективные данные последних лет свидетельствуют о росте среди студенческой молодежи негативных тенденций в организации своего досуга, а именно, потребительство, пьянство, сексуальная неразборчивость и чрезмерная свобода, нередко употребление наркотиков, цинизм и равнодушие. В связи с этим вопрос оптимизации социальной ситуации становления личности через организованную досуговую деятельность студентов приобретает первостепенное значение.

Следует отметить, что в деле привития здорового образа жизни, правильных ценностных ориентаций особое место принадлежит физической культуре и спорту. Выработка здорового образа жизни связана с личностно-мотивационным воплощением индивида своих социальных, психологических возможностей, а формирование потребностей в регулярных занятиях физическим совершенствованием способствует активизации личности, созданию оптимальных условий ее функционирования в обществе. Следует помнить высказывание А. Моссо о том, что «физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство не может заменить физическое упражнение». Большое значение в здоровом образе жизни играют гигиенические факторы: правильное, сбалансированное и рациональное питание, природные факторы, закаливание, отказ от вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики), которые являются причиной многих заболеваний, снижения работоспособности и сокращений продолжительности жизни.

С целью исследования уровня сформированности потребности к ведению здорового образа жизни нами в 2006–2007 учебном году проведено анкетирование студентов БГПУ им. М.Танка. Исследования показали, что обоснованную тревогу вызывает распространение в студенческой среде таких вредных привычек, как курение, употребление наркотиков, алкоголизм. По данным мониторинга курят – 24% студентов университета, при этом 52,2% указали, что выкуривают до 5 сигарет в день, 30% – до 10 сигарет, 17,4% – до 15 и больше сигарет в день. 76% студентов не курят, считают, что занятия физической культурой, спортом влияют на профилактику табакокурения.

О том, что занятия физической культурой и спортом могут стать профилактикой употребления спиртных напитков верят 33% студентов; наркотических веществ – 47%. Однако о том, что данные занятия не оказывают влияния на профилактику названных выше зависимостей считают – 20% студентов.

При проведении мониторинга, на вопрос: «Сколько раз в день Вы принимаете пищу?», – студенты ответили следующим образом: более четырех раз в день питаются – 16% студентов; три раз в день – 38%; 2 раза в день – 43%; один раз в день – 3% студентов. Таким образом 46% студентов питаются нерационально (один – два раза в день).

На вопрос: «Где Вы обедаете?», ответили так: 26% студентов питаются в студенческой столовой; 45% – в буфете и баре университета; 5% берут обед с собой; 24% питаются вне университета. При этом необходимо отметить, что питание студентов не сбалансировано, в их рационе не хватает фруктов и овощей (отметили 64% респондентов); мясных продуктов – 10%; молочных продуктов – 9%. Только 17% опрошенных указали на сбалансированность своего питания. Ясного и четкого представления о правильном питании не имел никто. Так, жизненно необходимые составные части пищи (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины) назвали единицы.

На вопрос: «Что мешает Вам заниматься физкультурно-оздоровительной деятельностью в университете?», – 29% отметили отсутствие свободного времени; 23% – в университете нет секции по любимому виду спорта; 22% – слабая материально-техническая база; 11% – слабая организаторская работа; 9% – слабое здоровье; 6% – нежелание заниматься физической культурой.

Студентам было предложено оценить эффективность спортивных мероприятий, проводимых в университете, и определить степень участия в них каждого. Первые места заняли:

1. День «здоровья»;
2. Университетская спартакиада;
3. Туристические походы, «Звездные» походы;
4. «Зимний спортивный праздник» – степень участия студентов высокая.

Представляет интерес оценка студентами степени своего участия в организации и проведении спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий в учебных группах, на

факультете, в университете, которая оценивается как низкая. Вышеперечисленные мероприятия проводятся по инициативе преподавателей кафедры физической культуры и спорта, руководителей факультетов.

Предложения студентов по совершенствованию физического воспитания в университете в основном касаются улучшения материально-технической базы, организации занятий по интересам, увеличения количества, качества, вариативности спортивно-массовых мероприятий.

Таким образом, организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы среди студентов необходимо рассматривать не только как самоцель, но и в более широком социальном контексте. Здоровая нравственно и интеллектуально физически развитая личность может выступать в качестве эталона выпускника ведущего педагогического вуза Республики Беларусь. Для этого, на наш взгляд, необходимо решить следующие перспективные задачи:

1. Создать координационный совет по оздоровительной и спортивно-массовой работе.
2. Разработать комплексную программу здоровья.
3. Скорректировать планы воспитательной работы факультетов с учетом приоритетов государственной политики Республики Беларусь.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК ЭЛЕМЕНТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОРАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Д.А. Игнатович, Г.Н. Мойсенко, Г.Н. Сущенко

*Белорусский государственный педагогический
университет им. М. Танка*

Основная направленность смысл современного образования видится в становлении в каждом отдельном человеке культуры профессионала с его прочным общекультурным базисом. Этот базис должен закладываться еще в общеобразовательной школе и развиваться в учреждениях профессионального образования