

В. А. Лопатин¹✉

Модернизация современной стратегии в системе физической культуры и спорта

¹ Сибирский государственный университет геосистем и технологий,
г. Новосибирск, Российская Федерация
e-mail: 777_valery@mail.ru

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема воспитания здоровья у обучающихся в вузе, сохранения активности на академических занятиях, повышение мотивации и работоспособности. В статье представлена гипотеза, что физическая культура, уходящая своими корнями в глубокое прошлое, устоявшимися авторитетными наработками в этой сфере, тормозит инновационные подходы в реабилитационно-оздоровительных мероприятиях. Рассмотрены причины застоя в современном подходе к предмету «Физическая культура». Обозначение назревших изменений комплексной программы обучения. Анализ слабой физической подготовки у юношей и девушек с развитием цивилизации и научно-технического прогресса, пути поиска новых решений. Исследована заинтересованность обучающихся сознательного изучения источников, раскрывающих принципы оздоровительной и лечебной физкультуры.

Ключевые слова: здоровье, физическая культура, оздоровительные мероприятия, спорт

V. A. Lopatin¹✉

Modernization of the modern strategy in the system of physical culture and sports

¹ Siberian State University of Geosystems and Technologies, Novosibirsk, Russian Federation
e-mail: 777_valery@mail.ru

Annotation. This article examines the problem of health education of university students, maintaining activity in academic classes, increasing motivation and performance. The article presents a hypothesis that physical education, rooted in the deep past, with established authoritative developments in this area, slows down innovative approaches to rehabilitation and health activities. The reasons for stagnation in the modern approach to the subject "Physical Education" are considered. Designation of urgent changes in the comprehensive training program. Analysis of poor physical fitness in young men and women with the development of civilization and scientific and technological progress, ways to find new solutions. The interest of students in consciously studying sources that reveal the principles of health and therapeutic physical education is studied.

Keywords: health, physical education, health activities, sport

Введение

Рассмотреть процесс физического воспитания на основе ценностей, ориентированных на здоровье. Выявить механизм развития в сфере физической культуры, учитывающий современную мотивацию в развитии личности в сфере физической культуры.

Методы и материалы

Формирование здорового человека, улучшение его физических и умственных возможностей – актуальная цель физического воспитания во все времена. Реализация оздоровительных мер происходит на академических занятиях в вузе, где повышается работоспособность и социальная активность в сохранении здоровья. Укрепление здоровья молодёжи с помощью системы физического воспитания, как важнейшей задачи направлено на гармоничное, функциональное состояние организма.

Современное общество со всеми своими преимуществами в цивилизационном развитии по факту представляет собой «айсберг», где малая часть видна в виде пропаганды здорового образа жизни и большая скрытая часть направлена на разрушение здоровья молодёжи, ориентация молодого поколения на ложные ориентиры, прикрытые модными веяниями, технологиями управления через гаджеты и другие средства информации. В чём это проявляется? Как ни странно, но таких причин можно перечислять на несколько докторских диссертаций. Если быть кратким, то на первый взгляд можно отметить снижение мотивации обучающихся в личном сохранении здоровья средствами физкультуры, повышенным потоком информации, что здоровье можно сохранять с помощью медицины. Услуги медиков во всех направлениях рекламируются, как единственно возможное средство быть здоровым. При этом не упоминается, что медицина занимается решением вопросов с проявившимися болезнями в теле человека и пытается лечить болезненные симптомы. В то время, как физическая культура могла бы поддерживать здоровье на должном уровне без обращения в медицинские учреждения. Этот фактор свидетельствует о том, что пропаганда физической культуры проигрывает в пропаганде здорового образа жизни. И сегодня, конечно, мы можем понимать, почему сложилось такое положение. Фармкорпорации имеют сильное влияние на средства массовой информации и задача бизнеса в платной медицине – это заработать больше денежных средств при продаже своей продукции. Как банально просто – бизнес и ничего личного. Что в такой ситуации может сделать преподаватель физической культуры? Многие скажут, какой может быть вопрос? Система физической культуры отшлифована столетиями практики. Всё продумано до мелочей, схема проведения занятий описана многими учёными. Настораживает только то, что не всё так хорошо в системе физического воспитания, что хорошо было вчера. Соглашусь, что предписанный двигательный режим оказывает своё позитивное воздействие на обучающихся в вузе. Но если вы имеете многолетний опыт преподавания, то обратите внимание, что мотивация двигательной активности на академических занятиях полностью отсутствует за редким исключением. И те обучающиеся проявляющие активность в скором времени переходят в спортивные секции, т.к. пассивность других обучающихся, которые пришли отбыть время для получения зачёта по предмету не способствует атмосфере бодрого настроения в получении новых навыков и знаний.

Торможению в реабилитационно-оздоровительных мероприятиях, так же способствует косность системных подходов, проверенных временем, но отвеча-

ющим реалиям сегодняшнего дня. Во все времена физическая культура и спорт были ориентированы на формирование качеств, необходимых в любых конфликтных ситуациях, готовности к труду и обороне [1]. Вот и вновь введённый комплекс ГТО подтверждает эту теорию. Устаревшие догмы в построении рисунка академического занятия утратили свою актуальность. В спортивные залы пришло новое поколение, пока не проявившее себя во всех сферах, но отличное от поколения вчерашнего дня. Молодые ребята хотят строить новое общество, ставят амбициозные задачи по улучшению жизни общества, а именно без вражды к ближним, а созидания, улучшения общего порядка в мире.

Однако в силу своего возраста и отсутствия жизненного опыта обучающиеся вынуждены выполнять приказы и задания преподавателей, которые не желают меняться вместе с новым поколением. По сей день проходят смотры строевой подготовки, строевые упражнения и перестроения на академических занятиях под благовидным предлогом патриотизма. Только, как подобные занятия могут благотворно повлиять на здоровье? Думаю, это вопрос, над которым необходимо задуматься многим специалистам в области физической культуры. Очередным уничтожителем мотивации обучающихся можно назвать гендерное противостояние.

Юноши и девушки в общем строю на равных в большей части упражнений занимаются вместе [2]. В такой ситуации невозможно использовать индивидуальный подход. Особенности женского и мужского организмов настолько разнятся, что занятия в общих группах приводят к психологическим срывам обучающихся. Девушка проигравшее единоборство с юношей в следующий раз обязательно пропустит занятие, если вообще не откажется от посещения занятий по физкультуре.

Улучшить положение помогут инновационные подходы, опять же повторюсь, при условии, что преподаватель имеет опыт, педагогическое образование и желание помогать обучающемуся получать новые знания, как элементов упражнения, так и наблюдения за собственным организмом, отслеживая различные параметры - пульс, дыхание, головокружение, тошнота, боли в мышцах и прочее.

Изменить застой в программе обучения, сделать занятия интересными, эмоциональными, приносящими радость от движения способны инновационные решения [3]. И здесь авторитарность принятых программ является камнем преткновения. Эти программы настроены на беспрекословное выполнение заданий, без учёта физических и моральных качеств студента. Оправданием этому может служить создание дисциплины на занятии, соблюдение техники безопасности. В этом кроется главная проблема – обучающийся лишён выбора для принятия самостоятельных решений и такое положение дел можно считать насилием над обучающимся. Хотя многие специалисты считают, что с введением элективных курсов они решили данную проблему. Но не всё так просто. Элективные курсы предлагают на выбор ограниченный круг занятий и большинство обучающихся записываются на курсы не от любви к определённому виду спорта, а как к наименьшему злу. В чём на мой взгляд можно активировать инновационный под-

ход? Первое, что лучше применить, это удалить барьер между студентом и преподавателем. Допустить, что обучающиеся имеют индивидуальные особенности и не похожи друг на друга. Каждый имеет свой характер, физическую и психологическую закалку. Учитывая эти показатели дать возможность в принятии решений обучающимся в создании интересного занятия. Здесь важна роль преподавателя-руководителя, основной стержень проведения занятия естественно остаётся в его руках. Но мнение каждого обучающегося должно быть услышано и обсуждено в группе для принятия общего решения.

Экологические и социальные факторы привнесли в общество подрастающего поколения негативные моменты в виде слабой физической подготовки и часто полностью отсутствующих навыков конкретных физическими упражнениями, как в гимнастике, так и игровых видах с мячом [4]. Это касается академических занятий, понятно, что малая часть обучающихся в школьном возрасте, благодаря родителям посещали спортивные секции и они продолжили совершенствование в соответствующих группах в вузе. В данном возрастном периоде очень важно донести до сознания обучающихся, что необходимо дополнительно заниматься самосовершенствованием, а именно не только делать физзарядку, но знакомиться со специальной литературой, где есть знания о строении тела, его функциях и как физическая нагрузка влияет на организм. Так же, например, как с помощью элементов лечебной физкультуры скорректировать свою осанку или улучшить состояние травмированной области. По моим наблюдениям обучающиеся не придают этому важного значения для дополнительного образования, но всегда прислушиваются если им рассказывает об этом наставник. Обобщая можно сказать, мотивация на здоровье послужит добрым знаком в развитии личности, человека сегодняшнего дня и будущего. Для освещения гипотезы и других вопросов, поднятых в этой статье, был проведён анонимный опрос среди 144 студентов в вузе города Новосибирска. 52 % респондентов поддерживают необходимость инновационных действий в структуре академических занятий. 84 % обучающихся не связывают академические занятия с позитивным воздействием на здоровье. 62 % отметили, что их физическая подготовка не соответствует требованиям при выполнении контрольных нормативов. 21 % готовы осознанно начать изучать дополнительную литературу по лечебной физкультуре. Так же больший процент опрошенных признали отсутствие мотивации для посещения академических занятий.

Заключение

Таким образом, проявляется картина полного отсутствия мотивации у студентов при старых подходах в взаимодействии с обучающимися. Образовательный процесс необходимо модернизировать исходя из новых потребностей студенческой молодёжи. Найти ключ к осознанному подходу к физическим упражнениям, преподавателю быть равным студентам и при этом оставаться старшим наставником.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Лопатин В.А., Ковалева М.И. «Формирование здорового образа жизни современных студентов на занятиях по физической культуре.» Журнал: «Сибирский учитель». СГУГиТ, 2021. - № 5(138). – С. 48-51.
2. Дорошенко А. В. Дозирование физических нагрузок студенток с учетом особенностей типов телосложения на занятиях физической культурой /А. В. Дорошенко, В. В. Сычевич // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2021. - №201. – с. 166-177
3. Толстова Т.И. инновационный подход в повышении физической активности на основе формирования физической грамотности/ Т.И. Толстова, Г. В. Пономарёва, В. Д. Прошляков и др. // Образование. Наука. Научные кадры. – 2022. - №1. – С.259 – 264. Doi: 10. 24411/2073 - 3305 – 2022 – 1 – 259 – 264.
4. Лисицкая Т. С. Общеразвивающая и оздоровительная гимнастика. Теория и методика обучения: монография. /Т. С. Лисицкая, С. А. Кувшинникова, Л.А. Новикова, К. Г. Клецов. – М.: РУСАЙНС, 2022. – 202 с.

© В. А. Лопатин, 2025