

**Шкалина Т.И., Показанникова Л.Т.**  
*Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет, г. Белгород*

## **ПРОБЛЕМА СОСТОЯНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ**

Проблематика уровня физической подготовленности и состояния здоровья вызывает тревогу у многих специалистов, так как для большинства студентов большую трудность представляют выполнение тестов на основные физические качества, особую трудность представляют тесты на выносливость. Это подтверждается и результатами исследований Егоров Д.Е [1], Крамской С.И., Амельченко И.А. [2], Якубовская А.Р. [4], Рытов А.Я. [3].

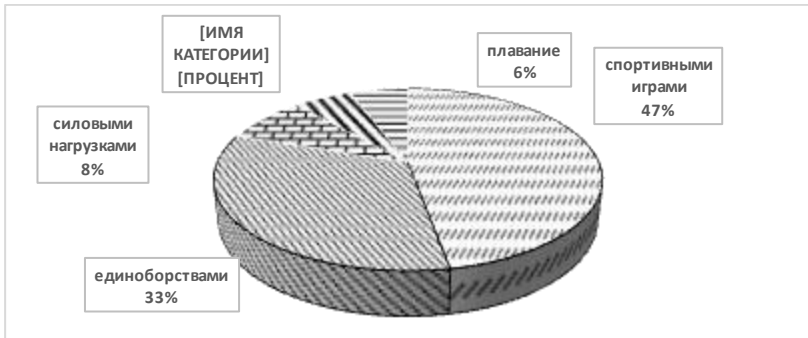
И этому есть ряд весьма объективных причин. Одна из них низкая заинтересованность в занятиях по элективным дисциплинам по физическому воспитанию и спорту. И как результат недостаточный уровень физической подготовленности студентов и состояние здоровья. В результате анализа данных медицинского осмотра студентов выявился рост числа студентов специального учебного отделения. Крамской С.И., Амельченко И.А. [2], Якубовская А.Р. [4] рядом своих исследований указывают на сложившуюся ситуацию. Так же данную тенденцию отмечается и по результатам анализа данных Росстата, где зафиксирован рост числа заболеваний эндокринной системы, нервной системы, органов зрения и т.д.

Для выявления причин сложившейся ситуации был проведен опрос студентов методом анкетирования. В результате анализа данных опросов студентов, проведенных со студентами 1-3 курсов выяснилось, что студентам элективные дисциплины по физической культуре и спорту в существующем на сегодняшний день формате не интересно. Студентам не интересно приходить и выполнять задания, не отвечающие их запросам. Студентов интересуют современные тенденции в фитнесе (современные виды спортивной деятельности и игровые виды спорта). Так же в результате опросов выяснилось, что юноши проявляют интерес к единоборствам, спортивным играм и силовым нагрузкам, т.е. занятиям с отягощениями или тренажерах. Распределение интересов в занятиях различными видами спортивной деятельности представлены на рисунке 1.

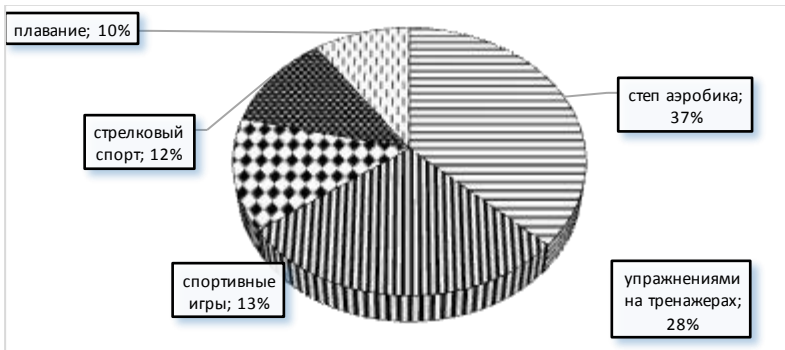
Девушки хотят заниматься степ аэробикой, упражнениями на тренажерах, спортивными играми, стрелковым спортом, плаванием. У девушек плавание вызывает меньший интерес, так как девушки, занимающиеся плаванием, имеют широкие плечи, данная специфика

влияния на фигуру девушек, занимающихся плаванием, снижает интерес к данному виду спорта. Распределение ответов представлены на рисунке 2.

А вот высокий интерес к степ аэробике вызван эффективностью корректировки фигуры, снижению массы тела, формированию красивой фигуры.



**Рис. 1. Распределение интересов в занятиях различными видами спортивной деятельности**



**Рис.2. Распределение интересов у девушек.**

Но возникает вопрос, если студентам не интересны никакие виды спортивной деятельности, то как быть с данными студентами. Часть студентов, не желающих посещать занятия по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту, сказали, что занимаются в секциях вне стен вуза в различных спортивных школах и спортивных клубах. По мнению студентов, им хватает нагрузки получаемой при занятиях в секциях и дополнительная нагрузка им тяжела. Другая часть студентов не

интересуется никакими видами спортивной деятельности, и не желают заниматься ни на учебных занятиях в стенах вуза, ни в секциях.

В секции при кафедрах физического воспитания и спорта студентов без разрядов и опыта выступления на соревнованиях обычно не принимают, ссылаясь на то, что тренера набирают и работают со сборной учебного заведения. А студенты, не имеющие спортивных разрядов их, просто не интересуют, так как требуют слишком больших затрат времени на обучение и доведения до необходимого уровня.

Для выяснения причин снижения интереса к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту был проведен опрос студентов 1-3 курсов. И ведущей причиной, снижающей интерес к занятиям, является большое число студентов во время занятий и поточная организация занятий. Данная система эффективна при большом количестве студентов, но она же снижает интерес к занятиям, так как не учитываются интересы отдельно взятого студента. Со слов студентов, при большом количестве студентов, одновременно занимающихся не представляется возможным реализовать свои интересы и желания, например, поиграть в спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол). Из-за большой плотности занимающихся на единице площади просто невозможно обучать и совершенствовать технику владения, передачи мяча, совершенствовать тактику и технику защитных действий и нападения. Поточная система организации занятий применима при недостаточной материально-технической базе, нехватки спортивных сооружений и данное условие однозначно не стимулирует интерес к занятиям элективными видами физической культуры и спорта.

Далее по ответам снижает интерес и нехватка спортивного инвентаря, который зачастую старый и имеет непрезентабельный вид. Рваные мячи, сломанные тренажеры также вызывают отрицательное отношение к занятиям.

Не менее важным, а порой и решающим фактором, снижающих эффективность занятий по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту является отношение родителей студентов. По результатам опроса родителей и студентов был выявлено также негативное отношение родителей к данной дисциплине. Все опрошенные родители знают о положительном влиянии занятий различными видами спортивной деятельности и физической культурой. Но со слов родителей необходимо готовиться к ЕГЭ. Много времени отнимает именно подготовка к данному тестированию уровня знаний. А вот недостатки в уровне физической подготовленности родителей не беспокоят, не может пробежать или подтянуться на перекладине, не беда, жизнь исправит или не может, ну не может, что здесь поделать? Родителей данная ситуация не

тревожит.

По результатам опросов родители готовы найти любую справку, лишь бы лишний раз не тревожить ребенка занятиями по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту. Не менее важным является загруженность студентов учебной и научно-исследовательской работой. Родители студентов часто сетуют на сильную загруженность учебой, а если учебная деятельность так сильно загружает, то зачем перегружать еще какой-то физкультурой.

Причем мамы студентов в большинстве своем придерживаются мнения, что физкультура должна быть только по желанию. В результате опроса выяснилось, что большинство из мам не имели опыта занятий в спортивных секциях. Отцы же наоборот говорят о необходимости физкультуры, как базового элемента воспитания, формирования необходимого объема умений и навыков, в том числе умения работы в коллективе. Ряд отцов занимались в секциях спортивных игр и единоборств в общеобразовательной школе, или в спортивных школах.

Но тем не менее, по мнению большинства родителей, физкультура не нужна, и если заниматься необходимо, то заниматься должны только по желанию.

В ходе опроса студентов и родителей выяснилась следующее мнение, если и заниматься физкультурой, учебное заведение должно обеспечить инвентарем занимающегося. Но далее в процессе опроса студентов и родителей выяснилось, что в учебных заведениях спортивный инвентарь в плачевном состоянии и зачастую нет необходимых размеров. Как обычно хватает распространенных размеров, а вот маленьких или больших размеров не хватает. А маленькие размеры востребованы девушками, а большие размеры востребованы юношами, но их или нет, или недостаточно. Так же при освоении зимних видов спорта первые пользователи спортивного инвентаря используют сухой инвентарь, но далее на второй и последующих парах инвентарь, т.е. лыжные ботинки просохнуть не успевают и последующие пользуются уже влажным инвентарем и далее ботинки становятся более сырыми. Данное условие так же негативно влияет на отношение к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту.

Для устранения данных факторов отрицательного отношения к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту необходимо:

- принимать в секции студентов, изъявивших желание заниматься в секциях, независимо от уровня их подготовки;
- вести разъяснительную работу с родителями о необходимости занятий на элективных дисциплинах по физической культуре и спорту, по возможности задействовать родителей студентов в различных спортивно-

массовых мероприятиях;

– привязать подготовку к сдаче всероссийского комплекса ГТО к сдаче контрольных нормативов.

### *Литература:*

1. Егоров Д.Е. Здоровье, физическая культура в жизни студента / Д.Е. Егоров, Е.С. Замчевская // Научный журнал «Дискурс». – 2017. – 1 (3). – С. 19-24.

2. Крамской С.И. О реализации оздоровительной программы в условиях технического вуза / С.И. Крамской, И.А. Амельченко // Высшее образование в России (научно-педагогический журнал). – М. – 2014. – № 3. – С. 94-96.

3. Рытов А.Я. Современные проблемы отношения студентов к занятиям физической культурой / А.Я. Рытов, Д.Е. Егоров // Научный журнал «Дискурс». – 2019. – 3 (29). – С. 67-75.

4. Якубовская А.Р. Коррекция психофизического состояния студентов средствами физической культуры на этапе профессионального обучения / Якубовская А.Р. Васильева Т.В// Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2014. № 2 – С. 60-69.

**Шумилов А.Ю.**

*Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, г. Белгород*

**Лешов А.В.**

*МБОУ «Вознесенская средняя общеобразовательная школа»  
Шебекинского района Белгородской области*

### **ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ И СТАНОВЛЕНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В МИНИ-ФУТБОЛЕ**

Мини-футбол зародился еще в начале прошлого столетия в странах Латинской Америки [1]. В основном этой игрой увлекались школьники и студенты. Спустя некоторое время у игры начали появляться единые правила, стали проводиться соревнования, в которых принимали участия только игроки любители. Архивные документы, изученные С.Н. Андреевым, свидетельствуют о том, что в Европе мини-футбол появился в 1958 году благодаря австрийскому специалисту Йозефу Аргауэру. Во время участия в чемпионате мира он случайно увидел двухстороннюю тренировку сборной команды Бразилии, проходившую в спортивном зале. Вернувшись в Австрию его посетила идея провести турнир среди местных футбольных клубов. По истечению турнира у