

**ПОПОВ А.Н.**, филологический факультет  
Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина  
Научный руководитель – Моисейчик Э.А., канд. пед. наук, доцент БрГУ  
имени А.С. Пушкина

## **ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ ВО ВРЕМЯ ВНЕУЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Введение.* Рассматривая вопрос о влиянии учебных форм физических упражнений на формирование внеучебной двигательной активности студентов, мы обращали внимание на два момента:

- а) экстраполяцию воспитательного воздействия вуза посредством обязательных занятий на внеучебную двигательную деятельность студентов [1,2];
- б) на прочность и эффективность применяемой в вузах практики физическо-го воспитания [3].

*Цель работы* – исследовать внеучебную деятельность студентов БрГУ имени А.С. Пушкина.

*Методы исследования.* В работе применялись: анализ научно-методической литературы, методы сбора и анализа текущей информации (наблюдение, анкетирование, педагогическое наблюдение); метод получения и анализа ретроспективной информации; педагогический эксперимент, метод математической обработки, обобщение результатов исследования.

*Результаты и их обсуждение.* Исследуя внеучебную деятельность студентов БрГУ имени А.С. Пушкина, мы предлагали им ответить на следующий вопрос: «Напишите все, что вы делали вчера (кроме занятий в университете), и укажите продолжительность каждого занятия».

Анализ полученных ответов показал, что, несмотря на индивидуальные различия молодых людей, дневной режим студентов соответствует эталону, характерными чертами которого являются:

- а) равномерное распределение времени для обязательных и необязательных занятий;

б) преобладание умственной работы над физической.

Постоянными элементами большей части режима дня были:

– домашние задания по предметам;

– просмотр телепередач;

– чтение книг или газет;

– дружеские встречи;

– посещение молодежных клубов;

– пользование персональным компьютером, в основном посещение сайтов интернета.

Эти занятия занимали у исследуемых студентов около 80% времени. Остальное время студенческая молодежь использовала чаще всего для самостоятельных занятий физическими упражнениями, посещение спортивных секций, посещение кинотеатров, театров, обучение музыке или на пассивный отдых.

Основы современной системы физической культуры студенческой молодежи должны входить в общий процесс воспитания, который в сочетании с умственным развитием способствует гармоничному формированию развивающейся личности [1].

Активность и интерес студентов к физической культуре повышает их успеваемость, способствует устранению физических недостатков и оздоровлению организма, внедрению физических упражнений в жизнь и быт студентов, определяет их профессиональную и спортивную ориентацию [2].

Анкетирование 265 студентов разных курсов факультетов непрофильных специальностей выявило наибольший интерес к физической культуре у студентов 1-х курсов (70%), снижение активности и интереса у студентов 2-х и 3-х курсов (55%) и слабую активность студентов 4-го курса, особенно девушек (38%). Очень слабо внедряется физическая культура в быт учащихся – всего 7% от числа исследуемых самостоятельно занимаются физической культурой, 5% принимают водные процедуры.

Таким образом, повышение качества учебного занятия должно идти по линии подбора учебного материала, использования новизны, занимательности, раскрытия практической значимости физических упражнений, использование межпредметных связей, профессиональной и спортивной ориентации студентов в связи с особенностями их физического развития и функциональными возможностями [3].

*Вывод.* Методическое совершенствование состоит в разнообразии типов занятий, приемов изложения материала и организации самостоятельной работы студентов, использовании принципа наглядности и доступности, проведения круговых тренировок, поточных, групповых и индивидуальных занятий, умелом комментировании, использовании игровых и соревновательных элементов, музыки и ритма. Важно так же повышение квалификации самого преподавателя, его эрудиции в смежных областях знаний, интереса, юмора, педагогического такта.

### **Литература**

1. Бутенко, М.В. Формирование культуры здорового образа жизни личности студента в процессе занятий атлетической гимнастикой. На материале студентов-юношей I-II курса технического вуза: дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / М.В. Бутенко. – М., 2003. – 209 с.
2. Вилькин, Я.Р. Организация работы по массовой физической культуре и спорту: учеб. пособие для ин-тов физ. культ. / Я.Р. Вилькин, Т.М. Канавец. – М.: Физкультура и спорт, 1985.– 176 с.
3. Журавин, М.Л. Гимнастика: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич; под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – 2-е изд., стер.– М.: Издательский центр «Академия», 2002.– 448 с.