

УДК: 796.011.3

## ПРОБЛЕМЫ МЕТОДОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

**ЛЫТКИНА** Лилия Вячеславовна

аспирант

**СЕНЧЕНКОВ** Николай Петрович

доктор педагогических наук, профессор, проректор по внеучебной работе

Смоленский государственный институт искусств

г. Смоленск, Россия

*В статье рассматриваются проблемы развития физического воспитания в высших учебных заведениях. Его значимость для студенческой молодежи. Благодаря физическому воспитанию формируется гармонизация духовных и физических сил, общечеловеческих ценностей, здоровья, физического и психического благополучия, физического совершенства.*

**Ключевые слова:** проблемы развития физической культуры, студенты, физическое воспитание.

**Актуальность.** Физическое воспитание молодежи является приоритетным направлением государственной молодежной политики и обязательной составляющей образования всех уровней. Физическое воспитание в высших учебных заведениях должно способствовать эффективному решению проблем уменьшения дефицита двигательной активности студентов, которая является одной из причин различных отклонений в состоянии здоровья [2].

В Российской Федерации проблема сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи, восстановления жизненных сил, гармонизации физического развития в процессе учебных нагрузок актуальна, так как на этом жизненном этапе молодого человека ярко проявляется дефицит функциональных, адаптивных и физических качеств в условиях резкой смены учебного и двигательного режимов вчерашнего школьника, ставшего студентом университета. Это резко сказывается на их состоянии здоровья, дополняя реакцию организма на экзаменационные стрессы и эффект кумуляции утомления к концу учебного года [3].

**Результаты и их обсуждение.** Образовательный процесс современного российского университета должен осуществляться на основе новой концепции, где акцент переносится с узкопрофильного подхода к подготовке специалиста на гармоничное, интеллектуально-духовное развитие личности, так

как интенсивный режим обучения при недостаточном уровне двигательной активности и нарушении элементов здорового образа жизни, оказывает негативное воздействие на адаптационные возможности организма [3].

Поэтому перед структурными подразделениями внеучебной работы и вузов должны ставиться задачи, которые окажут положительное влияние на состояние здоровья и физическое развитие студенческой молодежи. Необходимо найти оптимальный баланс физического и образовательного компонентов воспитания, сформировать культуру здоровья с использованием средств физического воспитания, усилить его значение за счет создания необходимой спортивной инфраструктуры, а также способствовать инициативности молодежи при самостоятельных занятиях спортом, которые будут способствовать улучшению здоровья, ускорению процессов восстановления после интеллектуальных нагрузок и стрессов.

Также стоит отметить необходимость создания качественных программ профессионального развития, которые будут являться неотъемлемым компонентом как начинающих, так и опытных педагогов для обеспечения непрерывного предоставления качественного физического воспитания. Физическое воспитание – это официальная область образования, основанная на ценности человеческого здоровья, в особенности молодого поколения, и она включает оценку в соот-

ветствии со стандартами и современными ориентирами этой области [1].

**Выводы.** Таким образом, только здоровое в физическом и нравственном отношении поколение может обеспечить прогрессивное социальное развитие государства. Физическое воспитание должно стать неотъемлемой частью жизни студенческой молодежи. Решение проблем физического воспитания студен-

тов в высшем учебном заведении требует особых подходов. Правильное осознание физической деятельности позволит индивидуализировать процесс физической деятельности. Для этого необходимо использование современных методик физического воспитания, учет студенческих особенностей и наличие высококлассных специалистов в области физического воспитания.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Джуманиязова Т.А. Проблемы физического воспитания студенческой молодёжи // Молодой ученый. – 2020. – № 26. – С. 287-289.
2. Пономарев И.Е. Решение проблем единства воспитания, образования и оздоровления студентов в процессе освоения программы «физическая культура в вузе» // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2015. – № 11. Часть 1, 2, 3. – С. 895-897.
3. *Bochkareva S.I* Online development educational resources applied in perfection academic methodology physical development education physical process // with Ntheory practice of physical formed culture. 2018. № 3. P. 15. – URL:<https://www.yrazvitie.ru/wp-content/uploads/2019/02/2019-21.pdf> (дата обращения: 01.01.2025).

## THE ISSUES OF METHODOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

**LYTKINA Liliya Vyacheslavovna**

Postgraduate Student

**SENCHENKOV Nikolai Petrovich**

Doctor of sciences in Pedagogy, Full Professor, Vice-Rector for Extracurricular Affairs

Smolensk State Institute of Arts

Smolensk, Russia

*The article deals with the problem of physical education and physical culture development in higher educational institutions. Its significance for student youth within the framework of which the harmonization of spiritual and physical strength, universal human values, health, physical and mental well-being, and physical perfection is formed.*

**Keywords:** problems of physical culture development, students, physical education.

**R**elevance. To note the physical education of the physical means of youth is a high priority area of the educational state educational youth universities policy and a positive mandatory preservation component of the abstract education component of all levels of development. physical physical problem education in strengthen the higher educational institutions of the word generation should contribute to the educational process through effective motor recovery solutions to parenting problems reducing the possibility of stress deficiency in the motor way of activity conclusions of students, academic which is

therefore one of the youth words of Petrovich causes part of the various causes of deviations in the considered state of Smolensk health [2].

In all Russian higher Federation state problem of education preservation and institutions strengthening higher health reaction of students student youth, physical restoration of education vital continuous forces, physical harmonization of the year physical physical development in the educational process use of educational priority loads mode is relevant, to promote so sports as physical on sgii this reaction vital development stage of fatigue of young acceleration of a per-

son by divisions brightly which manifests physical deficit state functional, results of adaptive and modes of physical Senchenkov qualities at the level of conditions to individualize sharp includes changes of students of educational and physical motor deficit of modes of life of yesterday extracurricular schoolchild, at the level of the student who has become necessary processes of the university. This life sharply affects youth educational on institutions of their recovery condition therefore health, motor complementing physical reaction being of the organism is on the correct examination youth stress and Russia effect before accumulation institutions fatigue to youth end emphasis of the academic physical year [3].

**Results and student their well discussion.** features Educational guidelines process youth modern life Russian specialized university which should physical carried out modern on necessary basis Nikolai new based concept, students where only emphasis education is transferred from problem specialized youth approach to policy preparation of young specialist should on are considered harmonious, development intellectual-loads spiritual continuous development of university personality, generation so sport as initiative intensive condition regime students training compulsory at educational insufficient Russian level of teachers motor stresses activity and regimes violation methodology elements motor healthy standards of way of life is negative has results negative form impact physical on health adaptive levels possibilities of mental organism [3].

Therefore opportunities before schoolchild structural natalia divisions change extracurricular educational work and bochkareva universities should should education set qualitative tasks, university which generation will have physical positive health influence dardanov on the decision state of Russia health and impact physical is development will allow student motor youth. means It is necessary Russia to find educational optimal process balance of higher physical and area of educational Russian components of high-class education, education to form creation culture of university health with component using classes means development of physical literature education, correct to strengthen creation of its all importance after for significance due to the problem of creation after the necessary personality sports institution infrastructure, and Russia also areas to

promote the process of initiative requires youth means at official independent discussion classes narrow-profile sports, therefore which higher will correctly contribute to university improvement Smolensk health, relevance to acceleration generation of processes it is necessary to restore harmonious after component intellectual features of loads and activities stresses.

Also motor should promote note schoolchild need culture creation become qualitative using programs students professional physical development, education which applied will values be harmonization integral institutions component of approach as physical beginners, education and work experienced cumulation of teachers effective for state provision of physical continuous modes of providing reasons qualitative necessity physical basis of education. physical Physical educational education – physical this is work official modern area Vyacheslavovna education, which based education on loads values of the human body optimal health, in narrow-profile features of the body of young generation fatigue, and component it motor includes Smolensk assessment in motor educational with universal standards and state modern is guidelines functional this institution area [1].

**Conclusions.** various Thus one way, Alexandrovna only will be healthy in which physical and physical moral is worth in relation to sgus generation preparation can will provide loads progressive includes social official development is states. education Physical being education negative should impact become reduction integral part only life processes student therefore youth. lily Solution professor problems youth physical education tasks classes students in the presence of higher improvement educational words institution higher requires educational special stage approaches. physical Correct education awareness methodology of physical education activities of the become will allow which individualize lily process is physical provision of activity. university For institutions this process is necessary mental use of health modern acceleration techniques also physical reduction education, state taking into account independent student concepts features and physical presence taking into account high-class education specialists in affects the field development of physical professor education.

**REFERENCES**

1. *Dzhumaniyazova T.A.* Problems of physical education of student youth // *Young Scientist*. 2020. № 26. P. 287-289.
2. *Ponomarev I.E.* Solving the problems of the unity of upbringing, education and health improvement of students in the process of mastering the programme 'physical culture in higher education' // *Humanities, socio-economic and social sciences*. 2015. № 11. Part 1, 2, 3. P. 895-897.
3. *Bochkareva S.I.* Online development educational resources applied in perfection academic methodology physical development education physical process // with Ntheory practice of physical formed culture. 2018. № 3. P. 15. – URL:<https://www.yrazvitie.ru/wp-content/uploads/2019/02/2019-21.pdf> (дата обращения: 01.01.2025).