

КУЛЬТУРА И ОБРАЗОВАНИЕ

УДК 796.011.

Н.А. РЫБАЧУК, Н.Ю. ЦЫГАНКОВА

**ИНТЕГРАЦИЯ ОЛИМПИЙСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ
СТУДЕНТОВ КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Рыбачук Наталия Анатольевна, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры физического воспитания Кубанского государственного университета (Краснодар, ул. Ставропольская, 149), nataliaryba@mail.ru

Цыганкова Наталья Юрьевна, доцент кафедры физического воспитания Кубанского государственного университета (Краснодар, ул. Ставропольская, 149), Sashanata1971@mail.ru

Аннотация. В работе дополнено содержание предмета «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» средствами олимпизма для мотивации студентов, обучающихся в Кубанском государственном университете на факультете архитектуры и дизайна с целью формирования профессионально-прикладной физической культуры.

Ключевые слова: культура, студенты, мотивация, средства олимпизма.

UDC 796.011

N.A. RYBACHUK, N.Yu. TSYGANKOVA

**INTEGRATION OF THE OLYMPIC CULTURE INTO THE PHYSICAL CULTURE
OF STUDENTS OF THE KUBAN STATE UNIVERSITY**

Rybachuk Nataliya Anatolyevna, PhD (pedagogy), professor, professor of the cathedra of physical education of the Kuban state university (149, Stavropolskaya Str., Krasnodar), nataliaryba@mail.ru

Tsygankova Natalya Yuryevna, associate professor of the cathedra of physical education of the Kuban state university (149, Stavropolskaya Str., Krasnodar), Sashanata1971@mail.ru

Abstract. In the work the content of the subject «Elective disciplines in physical culture and sports» is supplemented with the means of Olympism for motivating students, studying at the faculty of architecture and design at the Kuban state university with the goal of forming a professionally applied physical culture.

Keywords: culture, students, motivation, means of Olympism.

Еще в 1871 г. Э. Тейлор первым определил понятие культуры как сложное целое, содержащее знания, верования, искусство, мораль, законы, обычаи и другие способности и привычки, которые приобретает и достигает человек как член общества [1, с. 10]. Как известно, физическая культура является частью общей культуры и одной из ее сфер. Что такое олимпийское воспитание? Это педагогическая деятельность, приобщающая человека к идеалам и ценностям олимпизма. Это философия жизни человека, единое целое качества тела, воли и разума.

Северо-Кавказский регион многонационален. Известно, что одним из условий любого межэтнического движения является представление о каком-либо общепризнанном идеале. Поэтому олимпийское воспитание с его философскими идеями успешно может решить социально-педагогические задачи в обществе, объединяя спорт с культурой и образованием.

Нами выявлены противоречия: между отсутствием эффективных тренингов, мотивирующих студентов факультета архитектуры и дизайна Кубанского государственного университета (КубГУ) к формированию профессионально-прикладной физической культуры и необходимостью повысить мотивацию студентов к самостоятельным занятиям физическими упражнениями для участия в соревнованиях по тестированию ГТО.

Идея исследования базируется на основе интеграции олимпийской культуры в процесс физической культуры, что позволит студентам КубГУ осмыслить философию олимпийской культуры и повысить мотивацию к дополнительным самостоятельным занятиям физическими упражнениями с целью подготовки и успешного участия в тестировании по программе Всероссийского комплекса ГТО.

В программе Всероссийского комплекса ГТО предусмотрено тестирование физических качеств в возрастной категории 18-24 года. В нормативных требованиях оговорено, что для получения нагрудного знака необходимо пройти обязательные испытания и показать результаты по шести видам. Если учесть содержание ФГОС ВО учебного предмета «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», то можно выделить шесть основных обязательных испытаний-тестов для студентов вузов: бег 100 м (сек); бег 2 км (мин, сек); прыжок в длину с места, толчком двумя ногами (см); сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз); поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту); наклон вперед из исходного положения стоя, с прямыми ногами на гимнастической скамье (см). Другие тесты можно выполнять по выбору [2]. В результате сравнения показателей исследований, проведенных в Омском государственном технологическом университете и нашем вузе, определено, что тестирование студентов по выявлению скоростно-силовых и силовых способностей не вызвало у студентов трудностей [3, с. 71]. Над выносливостью, а также гибкостью следует дополнительно работать, чтобы успешно сдать нормативы комплекса ГТО.

Объект исследования: формирование профессионально-прикладной физической культуры студенток факультета архитектуры и дизайна. Основной предмет исследования – процесс мотивации студентов факультета архитектуры и дизайна к подготовке и участию в тестировании по программе Всероссийского комплекса ГТО.

Конкретная задача исследования направлена на формирование мотивации студентов к дополнительным самостоятельным занятиям по индивидуальным программам развития физических качеств с целью подготовки и участия в соревнованиях по тестированию физических качеств по программе Всероссийского комплекса ГТО. Создание соревновательной ситуации во время тестирования физических качеств способствует проявлению заботы о другом и сотрудничеству. Через массовые соревнования (тесты) происходит воздействие физической культуры на духовное состояние человека. Главная задача мероприятия – вызвать у участников и зрителей положительные эмоции, преодолеть свой страх быть побежденным и соревноваться с самим собой [4, с. 109; 5, с. 77].

На основании исследования разрабатывается педагогическое сопровождение, а также комплекс мероприятий, мотивирующих студенток (ФАД) к участию в соревнованиях. Предусматриваются этапы мотивации студентов к сдаче тестов по программе Всероссийского комплекса ГТО; разрабатывается сценарий-программа проведения мероприятия-праздника по тестированию физических качеств с изменением положения о традиционных соревнованиях. Будут предложены «новые игры», когда важно участие каждого студента. Победитель соревнований определяется в каждой учебной группе по сумме лучших десяти показателей в каждом виде испытаний.

Результаты эксперимента, проведенные со студентами (ФАД), позволили сделать некоторые обобщения и рекомендации.

1. Педагогический эксперимент студентов (n=60), обучающихся на факультете архитектуры и дизайна КубГУ, показал, что цели и задачи Олимпийского движения знают только 10,5%. 12,1% респондентов слышали об истории Олимпийских игр. Выступлениями Российских спортсменов интересуются 55,3%. Предметы олимпийской символики привлекают 22,1% респондентов.

2. Анкетирование мотивационных предпочтений показало, что 47,1% студентов желают совершенствовать профессионально-значимые физические качества, занимаясь игровыми видами спорта: гандболом, баскетболом или волейболом. 34,1% студентов хотели бы больше знать об основах спортивной тренировки и самостоятельно использовать физические упражнения для развития профессионально-значимых физических качеств. 18,8 % студентов интересуют тренировочные занятия по ОФП (общей физической подготовке).

3. Анализ динамики уровней физического здоровья студентов (ФАД) Кубанского государственного университета за 2015-2016 учебный год по методике Г.Л. Апанасенко и Л.А. Поповой [6, с. 118] показал, что к концу учебного года количество студентов, имеющих высокий уровень физического здоровья, практически не изменилось: 10 % – 11 %. Число студентов с низким уровнем физического здоровья после эксперимента осталось прежним – 2 %. Процент студентов с уровнем физического здоровья ниже среднего по окончании эксперимента снизился с 19 % до 11 %. При этом число студентов, имеющих средний уровень, увеличилось с 69 % до 76 %.

Резюмируя вышесказанное, следует дать некоторые рекомендации.

Процесс повышения эффективности учебного предмета «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» должен строиться на:

- освоении знаний, умений и навыков для оценки своего собственного физического состояния;
- определении границ собственных физических и физиологических возможностей;
- планировании и конструировании собственного комплекса движений для достижения комфортного физического состояния с целью успешной трудовой деятельности.

Литература

1. Демин М.В. Об одном аспекте соотношения биологического и социального // *Философские науки*. 1971. № 2.
2. Об утверждении Положения о Всероссийском спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»: постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540. URL: <https://rg.ru/2014/06/18/gto-dok.html>
3. Ковалева О.С., Мудриевская Е.В., Осипов В.С. Характеристика готовности студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО // *Культура физическая и здоровье*. Воронеж. 2017. № 2 (62). С. 70-72.
4. Столяров В.И. Ценности спорта и пути его гуманизации. Вып. 2. Москва. 1996. 187 с.
5. Столяров В.И. Ценности современного олимпийского движения: идеалы и реалии // *Наука в олимпийском спорте*. Киев. 2014. № 3. С. 76-82.
6. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология. Ростов н/Д, 2000. 248 с.

References

1. Demin M.V. About one aspect of the correlation of biological and social // *Filosofskie nauki*. 1971. № 2.
2. About the statement of Regulations on the All-Russian sport complex «Ready to work and defense»: resolution of the RF Government of June 11, 2014. № 540. URL: <https://rg.ru/2014/06/18/gto-dok.html>
3. Kovaleva O.S., Mudrievskaya E.V., Osipov V.S. Characteristics of the student's readiness to comply with the standards of the «GTO» complex // *Kultura fizicheskaya i zdorovye*. Voronezh. 2017. № 2 (62). P. 70-72.
4. Stolyarov V.I. Values of sport and ways of its humanization. Issue 2. Moscow. 1996. 187 p.
5. Stolyarov V.I. Values of the modern Olympic movement: ideals and realities // *Science in the Olympic sport*. Kiev, 2014. № 3. P. 76-82.
6. Apanasenko G.L., Popova L.A. Medical valueology. Rostov-on-Don, 2000. 248 p.