Физкультурно-оздоровительная деятельность для социализации студенческой молодёжи в современном обществе

Грахольская Софья Андреевна

Преподаватель: Мартиросова Татьяна Александровна

Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М. Ф. Решетнёва

Основным критерием благополучия общества является состояние здоровья населения. Во всех цивилизованных странах здоровье нации признается важнейшей социальной ценностью, характеризующей уровень социального развития страны. Проблема укрепления здоровья населения является одной из приоритетных в деятельности государственной власти.

В последние годы в Российской Федерации остро стоит проблема социального здоровья и физического состояния населения. Под социальным здоровьем мы понимаем состояние организма, определяющее способность человека контактировать с социумом. Оно складывается под влиянием семьи, друзей, коллег по работе, соседей и других людей, которые так или иначе присутствуют в нашей жизни. Физическое состояние определяет в целом уровень здоровья населения.

Большую тревогу вызывает социальное нездоровье молодого поколения. Сложилась ситуация, характеризующаяся тем, что в целом молодежь России, которая по логике должна быть наиболее здоровой частью общества, таковой не является. Положение усугубляется тем, что в настоящее время снижено внимание общества к здоровью молодежи, так как сокращено число профилактических осмотров, не действует система диспансерного наблюдения, снижен научно-исследовательский интерес к проблемам молодого поколения.

Особого внимания в этом контексте заслуживает студенческая молодежь, которая является не только ресурсом высококвалифицированных кадров, необходимых в период становления и развития социально-экономической сферы государства, но и наиболее активной частью общества, на которую должно быть возложено преодоление российской транзитивности. Воспитать у студентов высокую требовательность к себе, жизненную потребность трудиться, умение вести здоровый образ жизни и заботиться о своем здоровье - это одна из главных задач высшей школы, решение которой определяет трудовую и социальную адаптацию молодежи [4].

Вместе с тем не может не вызывать тревогу низкий уровень здоровья студенческой молодежи. Ежегодно огромное количество абитуриентов, поступающих на первый курс различных вузов страны, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, причем за время обучения в вузе у студентов происходит дальнейшее ухудшение здоровья, обусловленное как объективными (социальными), так и субъективными (в основном нездоровым образом жизни) причинами, что подчеркивает актуальность рассматриваемой проблемы.

О социальной значимости данной проблемы свидетельствует тот факт, что снижение показателей здоровья студенческой молодежи отрицательно отразится на состоянии здоровья в последующие периоды жизни. Нетрудно предположить, что ждет в недалеком будущем страну, в которой в активный трудоспособный возраст вступает одно больное поколение за другим. Именно поэтому вопросы сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи, являются актуальными для специалистов различных отраслей знаний: медицинских работников, педагогов, психологов, социологов и т.д.[5].

В настоящее время в России возникла крупная проблема государственной значимости: как в относительно короткие сроки остановить ухудшение здоровья молодежи, поднять его уровень и качество.

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования (ФГОС ВО) представляет собой совокупность требований, обязательных при реализации основных профессиональных образовательных программ высшего образования. Дисциплины (модули), относящиеся к базовой части программы бакалавриата, являются обязательными для освоения обучающимся вне зависимости от направленности (профиля) программы бакалавриата, которую он осваивает.

Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в рамках:

* базовой программы бакалавриата в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в очной форме обучения;
* элективных дисциплин (модулей) в объеме не менее 328 академических часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в порядке, установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья [1]. Физическая культура и спорт в современном мире занимают все большее место, играя важную роль во многих социальных процессах и явлениях. Как социальное явление, вошедшее в жизнь стран всего мира, спорт оформился относительно недавно, тем не менее, современное общество невозможно представить без спорта.

Пристальный интерес к проблематике спорта и воздействию спорта на процесс социализации молодежи в современной России объясняется следующими обстоятельствами:

* спорт активно использовался государством и обществом на протяжении всего советского периода российской истории в качестве одного из основных агентов социализации;
* современный этап развития нашей страны отличается качественными изменениями во всех сферах общественной жизни и, в том числе, в спорте;
* нарушение процессов социализации в современном российском обществе привлекает внимание к механизмам воздействия агентов социализации на формирование нового молодого поколения;
* в настоящее время спорт испытывает на себе тяжелые последствия институциональных и структурных преобразований в стране, что не может не сказываться на его социализирующейся функции.

Здоровье - качественная предпосылка будущей самореализации молодых людей, способности к созданию семьи и деторождению, к сложному учебному и профессиональному труду, общественно-политической и творческой активности. В современных условиях здоровье перестает быть только личным делом молодого человека, оно становится фактором выживания социума в целом. Отношение молодежи к здоровью и факторам, формирующих его, представляет собой систему индивидуальных, избирательных связей личности с различными явлениями социальной среды, способствующими, или наоборот, угрожающими состоянию здоровья, а также определенную оценку индивидом своего физического состояния.

К ведущим объективным факторам относятся: стресс во время сессии, большая учебная нагрузка, отсутствие горячего питания в учебное время, нерационально составленное расписание занятий, низкая организация физкультурно-оздоровительных мероприятий во внеучебное время, неудовлетворительное санитарно-гигиеническое состояние в учебных корпусах, плохое освещение в аудиториях, низкое качество медицинского обслуживания в студенческом здравпункте. К субъективным факторам относятся: отсутствие мотивации к здоровому стилю жизни, низкий уровень осознания собственной активности в профилактике различных заболеваний, низкая значимость физкультурно-оздоровительной деятельности в сохранении и укреплении здоровья, а также наличие вредных привычек [2].

Внимание к молодежи в рассматриваемом контексте далеко не случайно: ведь именно от молодежи зависит будущее страны, социализация новых поколений. В то же время именно от степени вовлечения молодежи в массовую спортивную деятельность, во многом зависит ее физическое и нравственное здоровье, работоспособность. Иными словами, замысел данного исследования связан с необходимостью акцентировать внимание на роли спорта, как сферы, в которой укрепляется общественное здоровье, демографический потенциал общества. Спорт как значимое социальное явление в нашей стране стал привлекать внимание ученых в первой трети XX в, но в связи с относительно небольшим числом участников и простотой организации и управления, социологические исследования не были востребованы практикой физкультурно-спортивного движения. Однако, начиная с 1930-х годов, физкультурно-спортивное движение становится массовым, оно начинает охватывать все слои населенная, усложняется процесс развития спорта и физической культуры, что определило острую необходимость проведения конкретных социологических и теоретических исследований. В результате этого формируется отечественное направление социологии физической культуры и спорта, в котором важное место отводилось исследованию социализирующей роли спорта.

Социальные проблемы студенчества традиционно были в центре внимания как западных ученых (Р. Майор, К. Манхейм, Э. Гидденс, Н. Смелзер), так и отечественных научных школ: московской, ленинградской, свердловской, новосибирской и исследователей: Ф.Р. Филиппова, В.Т. Лисовского, С.Н. Иконниковой, И.С. Кона, В.Н. Шубкина, И.В. Бестужева-Лады, Д.Л. Константиновского и других. Широко известными являются труды В.Т Лисовского, посвященные молодежной политике, актуальным вопросам развития образования и его роли в формировании здорового образа жизни, самореализации личности.

Интересным, в рамках нашего исследования, представляются научные исследования, в которых отражена взаимосвязь здоровья человека с физической культурой и спортом. В работах В.К. Бальсевича, М.Я. Виленского, Е.П. Ильина, В.И. Ильинича, В.А. Колычева, Л.И. Лубышевой, В.И. Столярова, В.Н. Супикова осуществлен анализ современных социологических, педагогических, психологических, медико-биологических исследований, изучен и обобщен опыт работы преподавателей и организаторов физической культуры, который подтверждает их интерес к проблеме создания современной научно и методически обоснованной концепции развития юношеского физкультурно-оздоровительного движения.

Социологические исследования и фундаментальные работы В.И. Столярова, М.А. Кутепова. М.А. Арвисто продемонстрировали высокую воспитательную роль физической культуры и спорта как действенного средства формирования, развития и социализации личности [7].

Социальным процессом является физкультурно-оздоровительная деятельность, как проявление двигательной активности человека, выражается в физических действиях и оздоровительных процедурах, способствующих укреплению здоровья, овладению физической культурой, формированию ценностей, повышающих эффективность трудовой и иной социальной деятельности человека. Физкультурно-оздоровительная деятельность состоит из двух видов. К физкультурной деятельности относятся физические движения, различные виды физических упражнений; к оздоровительной - гигиенические оздоровительные процедуры. Средствами физкультурно-оздоровительной деятельности являются утренняя гимнастика, ходьба, ходьба на лыжах, бег, плавание, туристические походы, спортивные и подвижные игры и др. К гигиеническим оздоровительным процедурамотносятся принятие душа, ванны, бани или сауны, массаж, аутотренинг и т.п.

В нашем исследовании методологический подход был реализован в социологическом исследовании отношения студентов к здоровью, к физкультурно-оздоровительной деятельности как основному фактору здорового стиля-жизни. Его результаты подтвердили низкий уровень здоровья студенческой молодежи. Отношение студентов к здоровью в целом можно оценить как неадекватное. Это выражается в низком уровне заботы и несформированной потребности сохранения и укрепления здоровья [6].

Физкультурно-оздоровительная деятельность является основным фактором, который используют для укрепления здоровья студентов. Однако, при положительном отношении к физкультурно-оздоровительной деятельности в целом, большинство студентов активного интереса к ней не проявляют. Процесс социализации в отношении здоровья не достигает цели формирования личностного отношения студенческой молодежи к собственному здоровью. В ценностном сознании студенческой молодежи здоровье только декларируется, но отношение к здоровью как к главной ценности, от которой зависит полноценная жизнь человека, еще не сформировано. К сожалению, мотивами физкультурно-оздоровительной деятельности студенческой молодежи являются, во-первых, улучшение внешней привлекательности и лишь потом улучшение состояния здоровья. В значительной мере такое поведение определяется неосознанными действиями, связанными с отсутствием знаний, умений и навыков ведения здорового стиля жизни.

В связи с этим необходимо усилить практические навыки по основам здорового образа жизни в первую очередь в профессиональной подготовке студентов педагогического вуза. Именно учитель обязан формировать у подрастающего поколения личностные ориентации и убеждения о здоровье как индивидуальной социальной ценности. Вместе с тем здоровый стиль жизни, являясь необходимой компонентой профессионального статуса учителя, способствует более высокой общей познавательной активности студентов, а также воспитанию убежденности будущих специалистов в необходимости личного участия в решении проблемы здорового образа жизни населения, в частности детей и подростков [9].

Использование возможностей физического воспитания как фактора социализации в отношении здоровья, заключается в мотивации сознательного отношения к сохранению и укреплению физического и психосоциального здоровья, приобретения навыков и привычек здорового образа жизни. Реализация этого подхода находит отражение в предлагаемой нами модели социально-профилактической работы в вузе, которая ориентирована, прежде всего, на формирование активной жизнедеятельности студенческой молодежи, направленной на сохранение и укрепление здоровья, повышение ценности здоровья и формирующих его факторов. Результатом апробации модели социально-профилактической работы в вузе явилось повышение валеологической грамотности и физической активности студентов [3].

Методические рекомендации по использованию модели социально-профилактической работы в вузе предусматривают теоретические, методико-практические и практические занятия, целью которых являются овладение студентами системой научно-практических знаний и способами формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физического образования. Применение модели социально-профилактической работы в высших учебных заведениях позволило сохранить здоровье студенческой молодежи для активной, творческой жизни, что является условием трудовой и социальной адаптации личности в условиях современного общества, а болезнь сделать невыгодной с точки зрения профессиональной карьеры и материального благополучия.В результате реализации разработанной модели будущие специалисты получали базовые теоретические знания, методические и практические навыки применения физической культуры и спорта для сохранения здорового образа жизни.Система образовательных учреждений обеспечивала подготовку высококвалифицированных кадров для сферы физической культуры и спорта, в том числе научно-педагогических и научных, профессиональную переподготовку и повышение квалификации кадров. В соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования для обеспечения учебного процесса основной образовательной программы подготовки выпускника по направлению «Физическая культура», «Спорт» и другим вузы должны обеспечивать полноценную подготовку высококвалифицированного специалиста по общегуманитарным и социально-экономическим дисциплинам, общематематическим и естественно-научным дисциплинам, общепрофессиональным и специальным дисциплинам [8].

Особое значение в освоении приемов педагогической и научно-методической деятельности занимает профилированная (педагогическая) практика, где студенту приобретенные в учебном процессе знания, умения, навыки приходится применять фактически в целостной профессиональной деятельности в должности тренера, учителя физической культуры, научного работника или методиста. Практика служит «полигоном» для интегрирования учебных дисциплин в целостное представление о профессии и для освоения навыков педагогической и научно-методической деятельности.

Современная российская система образования вполне конкурентоспособна, ее выпускники с успехом работают как со спортивным резервом, так и в подготовке спортсменов высшего класса. Россия занимает одно из лидирующих мест в мировом спортивном движении. Достижения российских ученых в области физической культуры и спорта признаются во всем мире. Для того чтобы молодое поколение было здоровымнами разработана модель социально – профилактической работы в вузе. Данная модель является средством реализации социализации молодёжи в современном обществе. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования предусматривает довольно много часов на занятия физической культурой и спортом, которые охватывают четыре года обучения и обеспечивают личностные ориентации и убеждения о здоровье как индивидуальной социальной ценности студенческой молодежи.

Литература:

1. Приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 N 935 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата)" (Зарегистрировано в Минюсте России 25.08.2014 N 33796)
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
3. Акчурин, Б.Г. Социальные условия и факторы формирования валеологической культуры / Б.Г. Акчурин. Уфа: БГУ, 2011. - 245 с.
4. Строева Е. А. Физическая культура и спорт — важный элемент в учебно-воспитательном процессе вуза [Текст] / Е. А. Строева, В. И. Космынина //Педагогическое мастерство: материалы IV междунар. науч. конф. (г. Москва, февраль 2014 г.).— М.: Буки-Веди, 2014. — С. 255-257Дижонова Л.Б, Хаирова Т.Н., Чернышева И.В., Шлемова М.В. «Особенности физического воспитания в технических вузах» методические указания (эл. версия) Волгоград: ВолгГТУ, 2010.- 21 с.
5. Чернышёва И.В., Егорычева Е.В., Мусина С.В., Шлемова М.В. Повышение эффективности процесса социализации личности студента средствами физической культуры X ППС ВПИ (филиал) ВолгГТУ (тезисы) Волгоград 2011.
6. Чернышева И.В., Шлемова М.В., Егорычева Е.В., Мусина С.В. Основные виды адаптивной физической культуры Всероссийская научно-практическая конференция «Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт в современных условиях: результаты, проблемы, приоритеты развития» 13-14 декабря 2012 года (статья) Иркутск 2012.
7. Шлемова М.В., Чернышева И.В., Егорычева Е.В., Мусина С.В. Влияние занятий физической культурой на общую работоспособность студентов политехнического вуза Изв. ВолгГТУ. Серия «Новые образовательные системы и технологии обучения в вузе». Вып. 9. межвуз. сб. науч. ст. / ВолгГТУ. — Волгоград, 2012. — № 11 (статья) Волгоград 2012.
8. Основы здорового образа жизни: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – 3-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 256с.
9. Физическая культура и здоровый образ жизни студента./ Под ред. М.Я. Виленского – М.: Кнорус, 2013. – 239с.