ВСЕСОЮЗНЫЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

ВАСИЛЬЕВ Алексей Алексеевич

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ

(на примере вузов г. Москвы)

13.00.04 — теория и методика физического воспитания
и спортивной тренировки
(включая методику лечебной физкультуры)

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва — 1982

Работа выполнена во Всесоюзном научно-исследовательском институте физической культуры.

Научный руководитель

кандидат педагогических наук, доцент **Мильштейн О. А.**

9567

Официальные оппоненты:

доктор педагогических наук, профессор **Деметер Г. С.,**

кандидат педагогических наук, доцент **Виленский М. Я.**

Ведущая организация — **Киевский государственный институт физической культуры.**

Защита состоится «22» XII 1982 г. в «14» час. на заседании специализированного совета К.046.04.01 Всесоюзного научно-исследовательского института физической культуры, **Москва, ул. Казакова, 18.**

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Всесоюзного НИИ физической культуры.

Автореферат разослан «12» XI 1982 г.

Ученый секретарь
специализированного совета
кандидат педагогических наук,
старший научный сотрудник

СМИРНОВ Ю. И.

БИБЛИОТЕКА
Львовского гос.
института физкультуры

ЧИТАЛЬНА ЗАЛ
ЛДУФК

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. В Постановлении ЦК КПСС и Совета Министров СССР от II сентября 1981 г. "О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта" говорится о настоятельной необходимости улучшения руководства физическим воспитанием студенческой молодежи, обеспечении регулярного проведения занятий физической культурой и спортом в свободное время[I]. Это приобретает особую актуальность в свете социально-экономических задач, выдвинутых XXVI съездом КПСС и проблемой расширения и воспроизводства трудовых ресурсов ближайшего будущего. От общего уровня культуры и профессиональных знаний, идейной убежденности нынешних студентов - завтрашних руководителей производства во многом будет зависеть не только выполнение народнохозяйственных планов, но и здоровье населения, трудовой и оборонный потенциал страны.

В научной литературе многие аспекты физического воспитания студентов нашли свое отражение. Значительный вклад в исследование этого вопроса внесли: М.А. Арвисто, М.Я. Виленский, В.И. Ильинич, В.А.Маслячов, О.А.Мильштейн, Е.Н.Молодан, В.И.Молчанова, Ю.В.Окунь ков, Н.Н.Пересветов, Б.П.Щербинин и др.

Однако, одна из актуальных проблем физического воспитания в вузе - физическая культура и спорт во внеучебном времени студентов - изучена недостаточно.

Анализ научной литературы о различных аспектах физичеокого воспитания студенческой молодежи показывает, что большую

I) Постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР "О дальнейшем подъеме массовости физической культуры и спорта", "Правда", 1981, 24 сентября.

актуальность имеет проблема социально-педагогической роли и значения физической культуры студентов - такие ее аспекты как занятия физической культурой и спортом в свободное время, интересы и потребности студентов различных вузов в области физической культуры и спорта в свободное время, организация и формы занятий в вузах разного профиля.

Одновременно с этим следует констатировать, что фактически отсутствует анализ такого важного феномена, характеризующего эффективность процесса физического воспитания студентов, как средства коммунистического воспитания, средства всестороннего и гармоничного развития личности - физкультурно-спортивной активности. Этот критерий степени вовлеченности студентов в занятия физической культурой во внеучебное время является комплексным качественно-количественным показателем процесса реального отношения их к физкультурно-спортивной деятельности, важной социально-педагогической характеристикой роли и места физической культуры в образе жизни студентов. А это, в свою очередь, характеризует степень внедрения физической культуры и спорта в быт студенческой молодежи.

Анализ научной литературы также показывает, что в социально-педагогической и социологической литературе имеет место гносеологическое противоречие между значимостью и ролью физкультурно-спортивной активности студентов, с одной стороны, и его относительно незначительным отражением в научных исследованиях, с другой. В силу этого, в первую очередь, нуждаются в дальнейшей разработке такие вопросы, как природа и динамика физкультурно-спортивной активности студенческой молодежи; социально-педагогическая типология в зависимости от деятельности и отношения

к физической культуре и спорту в досуге; формы и методы совершенствования организации занятий физической культурой и спортом студентов в свободное время.

Анализ разработок исследуемой проблемы в научной литературе. потребности практики определили цель и задачи дисоертации.

Цель работы: повышение эффективности физического воспитания студентов вузов на основе повышения физкультурно-спортивной активности во внеучебное время.

Для этого программа исследования включает решение следующих основных задач.

I. Изучить отношение студентов к физической культуре и спорту в целом и к различным видам и формам занятий физической культуры, в частности.

2. Определить степень физкультурно-спортивной активноотн и регулярности занятий студентов вузов г.Москвы.

3. Выявить значимость и взаимосвязи мотивов физкультурно-спортивной деятельности студентов.

4. Исследовать причины, мешающие студентам заниматься физической культурой и спортом во внеучебное время.

5. Выяснить черты сходства и различия во взглядах студентов и преподавателей (специалистов) на организацию физической культуры и спорта в вузе во внеучебное время.

6. Экспериментально апробировать некоторые методы педагогически направленного воздействия различных форм физических упражнений на приобщение студенческой молодежи к активным занятиям физической культурой.

Гипотезы. На основе анализа ряда исследований и литературных данных, а также на основании предварительно проведенного социологического исследования (в основном методом интервью и

опроса экспертов) при проведении данной работы мы исходили из следующих гипотез:

Во-первых: физкультурно-спортивная активность (или пассивность) определяют главным образом субъективные факторы, в основном, желание, интерес к физичеокой культуре и спорту.

Во-вторых: по мотивации, регулярности и причинам, мешающим студентам заниматься физической культурой и спортом, студенчество нельзя рассматривать как однородное целое. Студенчество разделяется на ряд существенно отличающихся подгрупп, что определяет использование процедуры типологизации.

В-третьих: предполагается, что наиболее важными социально-педагогическими аспектами, влияющими на физкультурно-спортивную активность студентов, являются структура мотивов и объективные и субъективные причины, мешающие студентам заниматься физической культурой и спортом.

В-четвертых: на основе изучения литературных источников и предварительного исследования сделано предположение, что взгляды студентов и преподавателей на интересующую нас проблему во многих моментах не совпадают, что приводит к снижению эффективности педагогического воздействия на отношение к физической культуре и спорту.

Методы исследования.

В работе использовались основные группы методов исследований: методы сбора эмпирического материала, методы обработки данных и методы анализа.

I группе включает в себя изучение и обобщение опыта работы, изучение документальных источников, опрос (интервью и анкетирование) и социально-педагогический естественный эксперимент.

II группу составили статистические методы обработки

, III группа: теоретический анализ и обобщение, сравнение и сопоставление; типологизация.

Основными документальными источниками явились постановления, решения, приказы, директивных органов по вопросам высшей школы, проблемам физической культуры и спорта студенческой молодежи; отчеты о деятельности ЦС ДСО "Буревестник", МГС ДСО "Буревестник" протоколы заседаний и решения научно-методического совета Минвуза СССР; материалы соответствующих подразделений Спорткомитета СССР, в которых сосредоточены данные о физической культуре и спорте студенчества; программы по физическому воспитанию студентов; протоколы заседаний, отчеты кафедр физического воспитания и спортивных клубов московских вузов.

Другая группа документов включает в себя литературные источники, материалы и тезисы докладов научных конференций, авторефераты диссертаций и научные статьи по проблемам физического воспитания студенческой молодежи.

Для изучения отношения к физической культуре и спорту студентов было разработано два типа анкет: одна - для опроса студентов, вторая - для опроса преподавателей физического воспитания вузов и работников спортклубов.

Научная новизна состоит прежде всего в решении неразработанных методологических вопросов функционирования механизма физкультурно-спортивной активности студентов в свободное время и использовании комплексного подхода к изучению данной проблемы.

Впервые были выявлены конкретные социально-педагогические типы студентов в физкультурно-спортивной деятельности при помощи типологического метода, что позволило целенаправленно воздействовать на повышение физкультурно-спортивной активности.

Объектом исследования является выборочная совокупность из 3000 студентов 15 вузов г.Москвы, 300 преподавателей вузов в качестве экспертов, а также документальные данные.

Предмет исследования - социально-педагогический механизм повышения физкультурно-спортивной активности студентов во внеучебное время.

Практическая значимость диссертации состоит в разработке конкретных рекомендаций по совершенствованию организации физкультурно-спортивной деятельности студентов, которые могут быть использованы в практической деятельности вузов. Полученные данные используются в работе Минвуза СССР и МГСПС.

Реализация исследования.

Результаты исследования внедрены в практику работы московских вузов, использованы в работе Московского городского совета профессиональных союзов.

Апробация работы и публикации. Ряд основных положений работы изложен на III Всесоюзной конференции по физическому воспитанию студентов (Таллин, 1982 г.), на Всесоюзной научной

конференции "Гигиена массовой физической культуры" (Москва, 1982 г.), ежегодных итоговых научных конференциях ВНИИФК (1980, 1981 г.), на заседаниях лаборатории организации управления физкультурным движением ВНИИФК (1980, 1981 гг.).

По теме диссертации опубликовано четыре работы общим объемом 1 п.л.

Объем работы. Диссертация изложена на 179 страницах, состоит из введения, четырех глав, заключения, списка литературы и приложений. Список литературы содержит 207 работ отечественных и зарубежных авторов.

Структура и содержание работы. Во "Введении" обосновывается актуальность избранной темы исследования на основе программных и партийных документов, показывается новизна и практическая значимость результатов исследования, характеризуются основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе рассматривается история развития физического воспитания в высшей школе и характеризуется ее сегодняшнее состояние. Наряду с достижениями отмечается ряд недостатков, в частности слабая организация физкультурно-оздоровительной работы в свободное время.

Анализируются теоретические вопросы изучения физического воспитания студентов на основе анализа научной литературы. Проведенный анализ показал, что большую актуальность имеет проблема социально-педагогической роли и значения физической культуры студентов.

Во второй главе рассматриваются методологические предпосылки, методика и организация исследования. Характеризуются объект и предмет исследования, цели и задачи, проводится первичный теоретический анализ предмета исследования, выдвигаются гипотезы; характеризуются использованные в исследовании методы сбора начальных данных, методы обеспечения достоверности и методы математико-статистической обработки.

Третья глава представляет результаты собственных исследований. В ней определяется степень физкультурно-спортивной активности студентов, выявляется значимость и взаимосвязь мотиваций занятий физической культурой, изучаются отношения студентов к физической культуре и спорту, экспериментально апробируются методы направленного педагогического воздействия различных форм физических упражнений на студентов.

Четвертая глава посвящена обсуждению результатов исследования.

Результаты исследования и их обсуждение

В исследовании было выделено три контингента испытуемых: регулярно занимающихся, нерегулярно занимающихся и не занимающихся. Среди московских студентов регулярно занимаются физической культурой и спортом 33,8%. Следует отметить, что около одной трети этой группы как юношей, так и девушек вовлечены в ежедневные занятия физкультурой и спортом. Нерегулярно занимаются IO,4%. не занимается вообще - 55,8%. Часто студенты занимаются самостоятельно. Однако девушек больше привлекают организованные формы занятий. Наиболее систематически студенты московских вузов

занимаются утренней гимнастикой (юноши: регулярно занимающиеся - 5I,5%, нерегулярно - 24,8%; девушки соответственно - 43,2% и 34,8%), закаливанием (соответственно - 36,4%; I7,8%; 27,2%; 9,6%) и туризмом (соответственно - 9,0%, 3,0%, 4,5% и 0,6%).

Организованными формами занятий охвачено более половины студентов, занимающихся физкультурой и спортом. Они занимаются разными видами спорта, в том числе спортивными играми (I8,4%), легкой атлетикой (I5,2%), лыжным спортом (I0,9%), плаванием (8,7%) и т.д. Интересно отметить, что если регулярно занимающихся привлекает, прежде всего, легкая атлетика, то нерегулярно занимающихся - спортивные игры.

Рассматривая отношение к физической культуре, можно констатировать, что студенты имеют позитивное отношение к этому массовому явлению ($x \pm \sigma = 4,5 \pm 0,9$ по пятибальной шкале). Так, 70,2% респондентов считают ее необходимой. I9,4% - скорее необходимой, чем нет, 5,2% относятся безразлично, 2,9% считают, что скорее нет в ней такой необходимости и 2,0% - нет в ней такой необходимости.

Данные нашего исследования показали тенденцию к снижению реальной физкультурно-спортивной активности от начальных курсов к старшим, в связи с ухудшением социальной ориентации на занятия физической культурой и спортом. Эта тенденция диктует необходимость более глубокого изучения форм и методов повышения физкультурно-спортивной активности студенческой молодежи.

С помощью анкетирования мы получили результаты, которые дают характерную картину мотивации физкультурно-спортивной деятельности студентов. Наиболее значимыми являются мотивы "улучшить настроение, самочувствие, получить удовольствие",

"быть здоровым, улучшить здоровье", "снять умственное напряжение".

Структура мотивов занятия физкультурой и спортом зависит от пола занимающихся и регулярности их занятий.

Для более глубокого изучения различий в мотивации студентов нами был применен типологический подход. Используя методы автоматической классификации (таксономии, кластерного анализа), было выделено три подгруппы, типа, на основе различий в мотивационных структурах исследуемых. Эти три типа подверглись сравнению между собой по социально-демографическим и мотивационным характеристикам:

Рассматривая мотивы отдельно по типам, мы можем констатировать, что у представителей III типа практически все мотивы отмечены как существенные, т.е. здесь мотивация выражена более четко и сильно. На общем сильном фоне выделяются мотивы улучшения здоровья, укрепления волевых качеств, снятия умственного напряжения и улучшения настроения. У представителей I и II типа наиболее существенными являются лишь два мотива - улучшение настроения и здоровья. При этом I тип характеризует очень низкий уровень мотива достижения высоких спортивных результатов. У представителей II типа такого отрицательного отношения к "большому спорту" не наблюдается. Кроме того, в определенной степени для них имеют значения еще два мотива - укрепления волевых качеств и совершенствования физического "я, телостроения".

Полученные данные говорят о том, что для повышения эффективности физического воспитания в высшей школе необходимо глубокое изучение факторов формирования интереса, степени

удовлетворенности теми или иными формами занятий физической культуры, условий формирования мотивов физкультурно-спортивной деятельности студентов во внеучебное время, учета типологических различий в мотивационных структурах студентов.

При изучении причин, мешающих студентам заниматься физической культурой и спортом в свободное время, респондентам, не занимающимся физической культурой, предлагался вопрос: "В какой степени перечисленные ниже причины мешают Вам заниматься физической культурой и спортом в свободное время?".

Основной причиной является нехватка свободного времени.

Второй причиной для юношей явилось отсутствие надлежащих условий для занятий, тогда как для девушек - "неумение организовать свое время".

Интересно отметить, что у юношей, кроме указанных причин играют большую роль, по сравнению с девушками, и такие причины, как "нет желания, интереса", отсутствие личного инвентаря. У девушек - усталость после учебы.

Таким образом, юноши более склонны считать причинами, мешающими им заниматься физкультурой в спортом, связанные с условиями, организацией занятий, тогда как девушки ищут в себе, в собственной неорганизованности, пассивности и пр.

Факторная структура в целом определяет основные причины, мешающие заниматься физкультурой и спортом. Как видно, только у юношей доминируют причины объективного характера.

Для анализа полученных данных был применен типологический подход. Методом автоматической классификации была проведена таксономическая процедура распознавания образов по I2 факторам.

В результате выделено 6 типологических групп студентов:

тип I - незаинтересованный в физкультурно-спортивной деятельности, пассивный студент;

тип 2 - незаинтересованный, склонный к ограничению физкультурно-спортивной деятельности студент;

тип 3 - заинтересованный, но склонный к увлечению другими видами деятельности студент;

тип 4 - заинтересованный, значительно уотающий после учебы студент;

тип 5 - заинтересованный в физкультурно-спортивной деятельности, склонный к ограничению этой деятельности студент;

тип 6 - заинтересованный, склонный к расширению физкультурно-спортивной деятельности, но неорганизованный студент. (табл. I).

Выявленная типология студентов, не занимающихся физкультурой и спортом, обнаруживает специфические причины для каждого типа, что свидетельствует об избирательном подходе к их устранению.

Исследование показало, что в первую очередь проявляют желание заниматься те студенты, у которых основными причинами, мешающими им заниматься физической культурой и спортом, являются большие затраты времени на дорогу к месту занятий" и "плохая организация занятий".

Эти причины являются объективными и они при правильном и разумном подходе со стороны спортивных и общественных организаций вуза могут быть устранены. Наименьшее желание заниматься физической культурой и спортом наблюдается у тех студентов, чья собственная пассивность является основным препятствием для занятий.

Таблица i

Ранговая структура факторов по типам отудентов

Ранжирование оонов-ных факторов	Социально-педагогические типы					
	I	П	Ш	IУ	У	УI
Нэт желания, интереса	4-5	4	7	9	I0-II	7
Нехватает свободного времени	I	I	I	2	I	I
Неумение организовать свое время	3	7-8	2-3	5-6	3-5	2
Собственная пасоив-ность	2	9-I0	6	7-8	7	3-4
Нет уолоний для за-нятий	6-7	7-8	8	5-6	3-5	5-6
Большие затраты вре-мени на дорогу к месту занятий	6-7	2-3	5	4	2	5-6
Материальные труд-ности	II	9-I0	9-II	II	I2	I2
Плохая организация занятий	8	2-3	9-II	7-8	3-5	8-9
Усталость после учебы	4-5	II-I2	4	I	6	3-4
Слабое здоровье	I0	II-I2	I2	I0	I0-II	II
Отсутствие личного интереса	9	5-6	9-II	3	8-9	8-9
Другие увлечения	I2	5-6	2-3	-	8-9	I0

Анализ данных исследования показал, что наиболее ярко физкультурно-спортивные потребности выражаются у юношей на первом курсе. Кроме того установлено, что чем прочнее навыки к занятиям физической культурой и спортом, тем дольше они остаются в условиях вуза.

Изучение различных аспектов физкультурно-спортивных интересов студентов позволит не только глубоко и обоснованно планировать работу по физической культуре и спорту в вузе, но и шире, эффективнее использовать физическое воспитание, как фактор гармонического и всестороннего развития личности студента.

Известно, что большое влияние на повышение эффективности физического воспитания в высшей школе имеют преподаватели кафедр физического воспитания, работники спортивных клубов и другие специалисты, работающие в вузах. От их успешной работы, серьезного отношения к решению поставленных перед физическим воспитанием задач во многом зависит отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом, повышение их физкультурно-спортивной активности.

Мы поставили задачу выяснить взгляды специалистов на проблему физической культуры в свободное время студенческой молодежи, а также сравнить взгляды студентов и специалистов на эту проблему. В связи с этим в анкету для специалистов был включен ряд вопросов, аналогичных вопросам анкеты для студентов.

Исследуя мнения и взгляды на различные аспекты физической культуры и спорта в свободном времени студентов и специалистов, работающих в вузах, мы пришли к выводу, что эти взгляды не всегда совпадают, а иногда и прямо противоположны.

Специалисты не всегда отчетливо представляют цели и мотивы, которые преследуют студенты, занимающиеся в свободное время физической культурой и спортом. Так, основными мотивами по их мнению, являются "быть здоровым" - 88,I%, "улучшить настроение", "получить удовлетворение" - 86,9% и "получить зачет по физическому воспитанию" - 68,5%. У студентов же на первом месте стоит "улучшить настроение","получить удовольствие" 38,2%, затем "быть здоровым" - 37,0% и только I3,8% (I4 ранговое место) считают целью получение зачета.

В вопросе о факторах, мешающих студентам заниматься физической культурой и спортом в свободное время, имеются также большие разногласия во взглядах студентов и специалистов. По мнению специалистов, основным фактором, мешающим студентам заниматься физической культурой и спортом, является "отсутствие интереса, желания" - 5I,2%, затем "не могут организовать свободное время" - 49,4% и "пассивность" - 44,6%. Студенты же считают основным фактором "нехватку свободного времени" - 24,0%, на втором месте "не могут организовать свое время" - I4,9% и лишь на девятое место студенты поставили "отсутствие интереса и желания" (6,2%).

Специалисты считают, что наибольшую помощь в организации занятий физической культурой и спортом в свободное время могут оказать, во-первых, кафедра физического воспитания - 89,9%, во-вторых, деканат - 66,I% и, в-третьих - ректорат - 63,I%. По мнению студентов, существенную помощь в организации их занятий могут оказать: кафедра физического воспитания - 73,2%, спортивный клуб - 60,I% и комитет ВЛКСМ - 37,8%.

9567

БИБЛИОТЕКА
Львовского гос.
института физкультуры

Наше исследование показало, что специалисты видят пути повышения физкультурно-спортивной активности, а значит и улучшение спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в укреплении и совершенствовании материальной базы, в оказании помощи со стороны руководящих вышестоящих организаций. Студенты же - в совершенствовании и разработке более эффективных форм и методов организации работы. Исследование также показало, что часть преподавателей вузов не знают реального отношения студентов к физической культуре и спорту, их спортивных интересов, потребностей и мотивации занятий. Это ведет к недоверию в отношениях между студентами и преподавателями, тормозит внедрение физической культуры и спорта в быт студентов.

В педагогическом эксперименте определялось эффективное воздействие различных форм физических упражнений на физкультурно-спортивную активность студенческой молодежи. Условия проведения педагогического эксперимента были строго стандартизированы и соответствовали общим принципам обучения и воспитания.

Были созданы две группы: опытная (49 студентов) и контрольная (47 студентов). Равноценные по возрасту, полу, состоянию здоровья, условиям быта, отдыха и т.д. Врачебно-педагогический контроль проводился в начале и в конце учебного года.

В опытной группе для более качественного проведения различных форм физических упражнений созданы физкультурные советы учебных групп.

Работа в опытной группе строилась так, чтобы она способствовала формированию здорового проведения досуга, укреплению коллектива группы. Эффективной формой организации работы со студентами явилось создание групп по спортивным интересам:

оздоровительного бега, спортивных игр, туризма и спортивного ориентирования. Руководство группами осуществлялось физкультурным советом.

В ходе эксперимента выявлены положительные сдвиги в отношении студентов к занятиям физической культурой и спортом Это проявилось в ответах - если в начале эксперимента 31,1% студентов отметили, что необходимости в занятиях физической культурой нет, то в конце эксперимента таких ответов не было К концу эксперимента студенты проявили большую самостоятельность и сознанность в применении средств физической культуры в свободное время. Увеличился объем свободного времени у студентов на занятия физической культурой и спортом. Это свидетельствует о повышении физкультурно-спортивной активности и появлении внутренней потребности в физических упражнениях в досуге. Если в начале эксперимента лишь 26,4% студентов занимались физической культурой во внеучебное время, то к концу эксперимента количество занимающихся возросло до 69,5%.

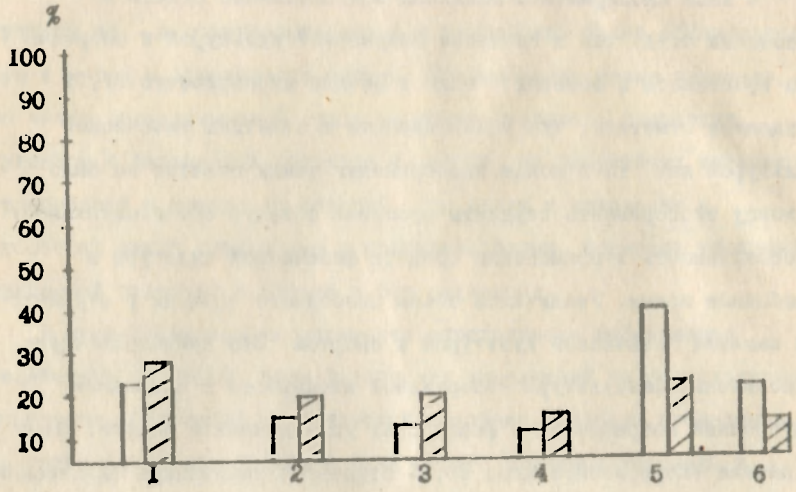
В ходе эксперимента существенно возросла двигательная активность студентов в свободное время. Это отражено в графике

Одной из наиболее рациональных форм привлечения студентов к регулярным занятиям физическими упражнениями в нашем эксперименте явилось проведение утренней зарядки и закаливание.

Нами был применен дифференцированный подход к подбору физических упражнений, основанный на изучении физкультурно-спортивных интересов, мотивации занятий, склонностей студентов. В связи с этим была использована такая форма работы, как система индивидуальных домашних заданий. Регулярное выполнение студентами домашних заданий способствовало тому, что занятия физической культурой и спортом превратились у них в потребность и способствовало укреплению здоровья.

График № I

Использование свободного времени студентами в период эксперимента (за неделю, в %)



Условные обозначения

- ▨ - опытная группа
- □ - контрольная группа
- I - самообразование
- 2 - любимые увлечения
- 3 - общественная деятельность
- 4 - физическая культура и спорт
- 5 - пассивный отдых
- 6 - нераспределенное время

Число учебных дней, потерянных в связи с простудными заболеваниями, в опытной группе за учебный год соотавило 34 дня а в контрольной - 72. При этом на начальном этапе снижение пропусков занятий из-за простудных заболеваний соотавило I3 дней а на заключительном этапе - 25 дней, что свидетельствует об эффективности предложенного отудентам двигательного режима.

Анализ результатов педагогического эксперимента показал, что поиск путей повышения физкультурно-спортивной активности зависит от знания мотивов и интересов отудентов, их содержания и интенсивности их проявления, а также от организационных форм занятий.

В Ы В О Д Ы

I. Результаты проведенного иоследования показывают, что в целом у отудентов преобладает положительное отношение к физической культуре и спорту, однако практически физической культурой и спортом во внеучебное время занимается 44,2% отудентов. Такое несоответствие говорит о том, что существуют объективные и субъективные причины, мешающие отудентам заниматься физической культурой и спортом. Данные исследования говорят о том, что субъективные причины являются основными причинами, как мешающими студентам заниматься, так и способствующими к привлечению к физкультурно-спортивной деятельности. Следовательно, важнейшей педагогической задачей вузов в области физичеокой культуры является воспитание у студентов положительного отношения к физической культуре и спорту.

2. Исследование подтвердило эффективность применения типологического подхода при изучении физкультурно-спортивной активности отудентов. Анализ данных исследования показал, что при теоретическом изучении физкультурно-спортивной активности студентов, а

также при педагогическом воздействии на студентов, необходимо учитывать конкретные социально-педагогические типы студентов, а не ориентироваться на абстрактного "среднего студента".

3. Изучение структуры мотивов физкультурно-спортивной деятельности показало, что наиболее существенными являются мотивы, связанные с улучшением здоровья, самочувствия. Следует отметить, что применение типологии выявило существенное различие в мотивационной структуре разных социально-педагогических типов студентов.

4. Результаты исследования показали, что основными причинами, мешающими студентам заниматься физической культурой и спортом, являются "нехватка свободного времени", "неумение организовать свое время", "собственная пассивность". Типологический подход позволил провести более детальный анализ причин, мешающих заниматься. С помощью типологического подхода выделено шесть социально-педагогических типов студентов, у которых структура причин, мешающих заниматься, значительно отличается друг от друга.

На основании полученных результатов можно сделать вывод, что при повышении положительной мотивации и устранении основных причин, мешающих заниматься, существенно повышается физкультурно-спортивная активность студентов, что приводит к увеличению количества занимающихся физической культурой и спортом во внеучебное время.

5. Сравнительный анализ мнений студентов и преподавателей позволяет сделать вывод, что часть преподавателей недооценивает роль субъективных факторов, влияющих на физкультурно-спортивную активность студентов, что приводит к снижению педагогического воздействия на студентов в области физической культуры. Следова-

тельно, для наиболее эффективного педагогического воздействия необходимо глубокое знание преподавателями вузов мотивации, отношения к физической культуре, причин, мешающих студентам заниматься физической культурой, а также учитывать различия социально-педагогических типов студентов.

6. Апробация в эксперименте методов направленного педагогического воздействия различных форм физических упражнений на приобщение студентов к активным занятиям физической культурой показала, что наиболее эффективными из них являются: создание клубов по спортивным интересам, использование системы индивидуальных домашних заданий, проведение утренней зарядки с применением средств закаливания.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

I. Кафедрам физического воспитания, спортклубам и организациям, руководящим физической культурой и спортом среди студенческой молодежи, следует учитывать, что физкультурно-спортивная активность студентов является управляемым процессом. Физкультурно спортивная активность является составной частью социальной активности студентов в целом, выступает как важная социально-педагогическая характеристика всестороннего и гармоничного развития личности студента, его образа жизни и жизненной позиции.

В практической работе по физическому воспитанию студентов физкультурно-спортивная активность во внеучебное время необходимо характеризовать следующими показателями: регулярность занятий; продолжительность одного занятия; сезонность занятий (круглый год, только летом, только зимой); вид спорта или физических упражнений организационная форма занятий; мотивация занятий.

2. Физкультурно-спортивную активность в практической работе следует считать важнейшим комплексным показателем отношения студентов к физической культуре и спорту. В реальном поведении студенческой молодежи физкультурно-спортивная активность должна характеризоваться группой субъективных показателей и объективных критериев. Взаимосвязь всех этих показателей дает возможность в практике работы выделить три типа отношения студентов к физической культуре и спорту: положительное, безразличное и отрицательное. По степени участия в физкультурно-спортивной деятельности соответственно выделяются: активное, созерцательное и пассивное отношение студентов к физической культуре и спорту.

Учет отношения студентов к физической культуре и спорту в практической работе позволяет осуществлять дифференцированный подход к повышению физкультурно-спортивной активности студентов и к процессу ее воспитания.

3. В структуру физкультурно-спортивной активности студенчества необходимо включать следующие основные показатели: участие в физкультурно-спортивной деятельности; мотивация занятий физической культурой и спортом; причины, мешающие вовлеченности студентов, занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом; влияние окружающих на отношение студентов к физической культуре и спорту во внеучебное время; организация физической культуры в вузе. Все эти компоненты необходимо учитывать в практической работе по физическому воспитанию студентов.

В практике работы кафедр физического воспитания следует учитывать наличие социально-педагогических типов студентов, в зависимости от их реального отношения к физической культуре и спорту.

Необходимо акцентировать внимание на формирование и реализацию таких мотивов, как: "улучшать здоровье", "улучшать настроение", "снять умственное напряжение" и др. Это важно для студентов младших и старших курсов, для юношей и девушек.

4. С точки зрения педагогической практики, для повышения физкультурно-спортивной активности необходимо расширить и углубить изучение физкультурно-спортивных интересов и потребностей студенческой молодежи, способствующих улучшению возможностей организации здорового досуга, обеспечению тесной связи учебной и внеучебной форм занятий физической культурой и спортом.

Для этого необходимо разработать текущие и перспективные планы работы, учитывающие физкультурно-спортивные интересы, мотивы и ориентации студентов. Со студентами должна быть организована постоянная работа по направленному, педагогическому формированию физкультурно-спортивных интересов, по вовлечению во внеучебные занятия физической культурой и спортом всех студентов.

Следует усилить роль кафедр физического воспитания, как единого организационно-методического центра, объединяющего и координирующего работу всех организаций вуза в сфере физического воспитания.

Необходимо расширить сеть пунктов проката спортивного и туристского инвентаря при общежитиях, подготовить методические пособия и рекомендации для самостоятельных занятий студентов физическими упражнениями во внеучебное время.

Список работ, опубликованных
по теме диссертации

1. Васильев А.А. Физкультурно-спортивная активность студенческой молодежи и факторы ее определяющие. Теория и практика физической культуры, № 5, 1982, с.43-45.

2. Васильев А.А. Некоторые аспекты физкультурно-спортивной активности студентов. - В кн.: III Всесоюзная конференция по физическому воспитанию студентов. Таллин, 1982, ч.I, с.63-64.

3. Васильев А.А. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня студентов (на примере вузов г.Москвы) - в Сб.: Всесоюзная научная конференция "Гигиена массовой физической культуры", М., 1982, ГЦОЛИФК, с.23-24.