

РОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Абдукаримов Н.А.-ЖДПИ катта ўқитувчи

Суванкулов Санжар Сайдвали ўғли-ЖДПИ талаба

***Аннотация:** В данной работе представлен обзор научных исследований последних лет по проблеме роли физической культуры в вузе (в высших образовательных учреждениях), анализируется значимость физической культуры в образовательном процессе. Делается акцент на сохранение и поддержание, и укрепления здоровья студентами в процессе обучения в вузе.*

***Ключевые слова:** физическая культура, система высшего образования, высшее образование, университеты, вузы, физкультура в вузе.*

Физическая культура приобретает особенное значение в современных условиях, и особенно в структуре высших учебных заведений, так как большое количество времени студенты вынуждены сидеть на лекциях, и практических (выполнять сидя какое-либо задание).

А в период сессии студенты большое количество времени отводят на подготовку к экзаменам и зачетам, из-за чего часто нарушается режим дня, прием пищи, и физическая активность сводится к минимуму. Подобная ситуация может приводить к гиподинамии, что в свою очередь может в 10% случаев привести к летальному исходу. В настоящее время данному заболеванию все больше и больше подвергается молодежь¹. С другой стороны, в учебных программах учреждений высшего образования Республики Узбекистан имеется в качестве обязательной учебной дисциплины такая дисциплина, как «Физическая культура». Важно отметить, что физическая культура занимает центральное место в подготовке военных, и офицеров внутренних дел, в соответствии с этим требования к физической

¹Жданова Д.Р., Рубизова А.А., научный руководитель: к.п.н. Герасимов П.Е. Гиподинамия – болезнь 21 века / Лечебная физкультура и спортивная медицина / ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава РФ, кафедра физвоспитания

подготовке студентов в данных вузах выше. В этих условиях оценка роли физической культуры в системе высшего образования очень важна.

В последние годы особое внимание уделяется анализу научных подходов к изучению физической культуры в различных науках: социологии, педагогике, экономике, маркетинге.

С точки зрения социологии, освещен вопрос, затрагивающий социальную осмысленность физической культуры, возможность и попытки ее встраивания в различные социальные структуры. В соответствии с этой точкой зрения, роль физической культуры в вузе состоит в организации досуговой и рекреационной деятельности, реализации творческого потенциала, развитию сущностных сил студентов².

С точки зрения педагогики, обращается внимание на методы и формы физических занятий и их влияние на адаптацию студента.

С точки зрения экономики, физическая культура рассматривается, как то, что дает блага в виде здоровья, гармоничного развития человека и подготовке его жизни, досуг и др. — что носит четко выраженный общественный характер.

Рассматривается исторический аспект роли физической культуры для гармоничного развития человека и будущего специалиста, описываются нарушения, происходящие от малоподвижного образа жизни. Кроме того, студенческая молодежь часто бывает увлечена фастфудом, нерациональным и избыточным питанием по объему, энергетической ценности и количеству химических добавок. И тут появляются другие проблемы — ожирение и избыточный вес, которые становятся всеобщими, в том числе в системе образования. Так, по данным Всемирной организации здравоохранения: общее количество людей, страдающих ожирением, во всем мире уже достигло 1,7 млрд человек; один из трех взрослых людей в мире имеет избыточный вес, а один из десяти страдает ожирением.

²Астратова Г. В., Кочерьян М. А. О роли и месте физкультуры и спорта в системе высшего образования. Анализ с позиций институционального маркетинга // Бизнес. Образование. Право. 2018. № 4 (45). С. 18–31.

Немаловажным является тот факт, что около 80 % граждан, в том числе 50 % детей, подростков и молодежи не занимаются систематически физической культурой и спортом. Таким образом, для студентов и выпускников вузов физическая культура и спорт могут стать действенными инструментами, которые позволяют обеспечить: снижение лишнего веса, снятие стрессового напряжения; снижение негативных переживаний, повышение работоспособности. Что требует систематического повышения физической подготовленности студентов вузов. Расширение физкультурной работы будет способствовать повышению массовости физической культуры и спорта в Республике Узбекистан.

Возникает вопрос подготовки профессиональных педагогов или тренеров в области физической культуры при рассмотрении роли физической культуры в системе высшего профессионального образования так, как физическая культура является обязательной дисциплиной в процессе обучения студентов всех направлений и профилей.

Основной акцент при этом делается на том, что вузовскую физическую культуру следует рассматривать, как социокультурное явление, в этом случае физическая культура в системе высшего профессионального образования включает в себе различные направления физкультурной деятельности студентов: обучающе-развивающую, общеприкладную, спортивную, рекреационную, профессионально-прикладную и коррегирующую».

Можно сделать вывод, что роль физкультуры в системе высшего образования на текущий момент недооценена, поскольку, с одной стороны, государство и общество понимают и декларируют хорошую физическую форму и здоровье человека, а также подготовку специалистов в системе высшего образования как значимые благо и ценность, а, с другой стороны, механизмы стимулирования, и поддержания физической формы, здоровья в процессе обучения в вузе разработаны недостаточно³.

³Астратова Г. В., Кочерьян М. А. О роли и месте физкультуры и спорта в системе высшего образования. Анализ с позиций институционального маркетинга // Бизнес. Образование. Право. 2018. № 4 (45). С. 18–31.

Опять же делается большой упор на сохранение и укрепление здоровья у студентов, как было рассмотрено ранее, он также видит в этом интерес и большое значение для общества. Кроме того, к физкультуре, как к предмету в высшем учебном заведении предъявляют требования направленные на популяризацию физкультуры и спорта в обществе: направлять на участие в спортивной жизни университета; заинтересовывать студентов и мотивировать их принимать участие в спортивных мероприятиях, проходящих в университете⁴. Это уже расширение физической культуры как социально значимой единицы, а не только как дисциплины в вузе.

Таким образом, физическая культура в учебных заведениях высшего профессионального образования способствует формированию таких личностных качеств студентов как трудолюбие, стремление к своей цели, активная деятельность в общественной жизни, учит принимать на себя ответственность и контролировать себя.

⁴Кудинов С.С., научный руководитель: Бурякова Т.С. Физическая культура в системе высшего образования, ФГБОУ ВО «Ростовский государственный университет путей сообщения», Ростовская обл, Ростов-на-Дону, 2018, с. 72-75