

## ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И МАССОВАЯ РАБОТА СО СТУДЕНТАМИ ПРИ ПОСТРОЕНИИ МОТИВАЦИИ, ПРОПАГАНДЕ И АГИТАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ

Елена Борисовна Васильева  
Шамиль Хамидович Кожбахтеев  
Вохид Валижонович Махмудов

Старшие преподаватели Ташкентского университета информационных технологий имени Мухаммада аль-Хорезмий

### АННОТАЦИЯ

В данной статье рассматриваются вопросы применения игровых и соревновательных методов для студенческой молодёжи не только в рамках вузовской программы на практических занятиях физического воспитания, но и вовремя вне учебной физкультурно-оздоровительной работе, организации и проведении массовых спортивных мероприятий.

**Ключевые слова:** студенческая молодёжь, физическое воспитание, фронтальный метод, соревновательная деятельность.

### ВВЕДЕНИЕ

Как известно, студенчество считается социально активной группой общества. И от её моральных и профессионально-деловых качеств в немалой степени будет зависеть уровень социально-экономического развития Узбекистана [7].

В последнее время общество и государство уделяют большое внимание развитию спорта и проявляют заботу о здоровье нового поколения. Но, не смотря на все усилия, показатели здоровья нового поколения и физическая подготовка молодёжи оставляет желать лучшего. Чтобы выработать у студенческой молодёжи потребность к систематическим занятиям спортом и двигательной активности, необходимо как минимум три занятий физического воспитания, а не один как предполагает учебная программа вузах республики в настоящее время. Особую важность имеют самостоятельные вне-учебные спортивные мероприятия, которые помогают решать следующие задачи: - разностороннее развитие и совершенствование; - развивают интерес и патриотизм, чувство коллективизма, вырабатывают силу воли, которая может развить общую дисциплину; - привлекают обучающихся к занятиям физической

активностью на систематической основе, способствуют популяризации спорта; - позволяют подвести итоги проведенной практической работы, подготовиться к сдаче нормативов. Качество развитости внеучебной работы, имеет большое влияние на то, насколько здоровыми закончат учебную деятельность и начнут взрослую профессиональную жизнь. Спорт способствует формированию активной жизненной позиции, воспитанию в человеке упорства, дисциплинированности, физической выносливости, терпения, мужества и силы.

## МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Сознавая важность и значимость проблемы всестороннего воспитания студентов, кафедра физической культуры Ташкентского университета информационных технологий имени Мухаммада аль-Хоразми большое внимание уделяет организации практических занятиях спортивной направленности на основе технологии использования мини-футбола, волейбола, гандбола внеучебной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной деятельности студентов как важнейшему фактору духовно-нравственного развития, восстановления, реабилитации физического состояния, снятия нервно-эмоционального напряжения. Так спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа проводится вне сетки расписания учебных занятий и ведется по трем направлениям: работа отделений спортивного совершенствования (по видам спорта), организация и проведение спортивно-массовых общеуниверситетских мероприятий; широкая пропаганда здорового образа жизни, привлечение учащейся молодежи к занятиям физической культурой и спортом [5].

Необходимо отметить, что переход экономики Республики Узбекистан на рыночные отношения вызвал потребность значительного увеличения числа специалистов по экономике, маркетингу, финансам, что привело к расширению приема абитуриентов в вузы на соответствующие специальности. Сегодня в республике менеджмент активно формируется как наука, со своими теориями, научными категориями и понятиями, предметом и объектом исследования, законами их развития и взаимодействия. Поэтому сохраняя требования государственного стандарта по получению неспециального физкультурного образования и формирования физической культуры личности в среде ИКТ работников, от кафедр физической культуры требуются соответствующие формы организации учебного процесса. Для усиления мотивации к занятиям физической культурой в Ташкентском университете информационных технологий предлагается ряд



мероприятий, куда входят: внедрение в учебный процесс спортивных аспектов, в том числе с учетом новых видов спорта; формирование учебных групп по спортивным интересам; введение стимулирующих тестов [8].

Специфика студенческого спорта состоит в том, что различная спортивная подготовленность студентов, их желание совершенствовать ее, выдвигает новые условия организации спортивной деятельности, требующей сочетания подходов, характерных как для массового спорта, так и для спорта высших достижений. Существующая система организации физического воспитания, на основе спортивно-организованного подхода внеучебной спортивной и физкультурно-массовой работы в вузе способствует оздоровлению студентов и активно формирует их положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом, как средству самосохранения, саморазвития, самореализации личности, а также служит важным условием развития у них духовно-нравственных качеств и навыков здорового образа жизни. Формируется здоровая, физически развитая личность с активной гражданской позицией, обладающая социально ценностными нравственными качествами и потребностями в здоровом образе жизни с развитым творческим потенциалом и способностью к саморазвитию [6].

Одной из отличительных черт занятия спортом, скажем больше - одним из его базовых маркеров является включение регуляторных процессов процессы освоения. Несмотря на относительный уровень преимущественно спортивных умений и навыков, именно спортивная деятельность трансформируется в профессиональную деятельность, осуществляемую им практически на взрослом уровне [2].

Спортивная деятельность втягивает в профессиональную сферу практически на взрослом уровне, но молодёжь не готова со всей серьезностью относиться к себе и своим усилиям в тренировочном процессе, что весьма негативно отражается как на результатах их деятельности, так и на взаимоотношениях с ближайшим социальным окружением. Интенсивно занимающиеся спортом, стоят перед необходимостью организовывать свое время таким образом, чтобы адекватно комбинировать большое количество плановых задач в течение одного и того же промежутка времени. Им нужно успеть и на тренировку, и занятия вовремя сделать и в соревнованиях поучаствовать. Успешный тайм-менеджинг, позволяет студенческой молодёжи воспитать в себе дисциплину, организованность, умение составлять свой график на дни, недели и месяцы. В конечном итоге спорт дает студенческой молодёжи осознание того, что

усилия, прикладываемые, как и к учебе, так и к спорту дают возможность лучше реализоваться и там, и там. Одной из основных целей, достигаемых на занятиях физического воспитания является цель разностороннего развития личности студента. Процесс физического воспитания, в первую очередь направлен не развитие у студенческой молодёжи профессиональных качеств: опережающего физического развития, интереса к физическому воспитанию в целом, адекватное отношение к своему здоровью, гигиене собственного тела.

Самая важная цель на занятиях по физическому воспитанию, состоит в максимальном гуманистическом развитии личности обучающихся [1].

Многие исследования показывают, что практически все базовые физические качества (за исключением только, пожалуй, гибкости - получают максимальное развитие при выполнении игровых и соревновательных задач. Более того, было достоверно показано, что применение этих методов помогает существенно развить владение техникой двигательных действий, решительности, упорству и прочим волевым качествам [4].

Соревновательный метод используется в качестве одного из содержательных элементов физкультурного занятия, направленного на повышение и поддержание интереса, а также стимулирование выполнения других упражнений. В более обширном представлении соревновательный метод применяется в виде официальных, контрольно-зачетных спортивных соревнований. Важной составной частью соревновательного метода является возможность сравнения противоборствующих сил в условиях соревновательной деятельности, борьбы за победу или даже высокое достижение. Это и предопределяет характерные особенности соревновательного метода. Во время состязательной деятельности, особенно когда она является значимой, как для личностного, так и общественного отношения, по сравнению с игрой, наиболее ярко проявляется психологическая напряженность. В данном случае действует фактор столкновения противоположно направленных интересов, противоборства, противодействия. Более того, в командных состязаниях применяются отношения взаимопомощи и ответственности перед командой за достижение победы. Сравнительно с другими методами физического воспитания соревновательный позволяет предъявить наиболее высокие требования к функциональным возможностям организма и тем самым способствовать их наибольшему развитию [3].

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав литературные источники, можно сделать следующий вывод о том, что игровой и соревновательный методы являются незаменимыми в студенческом возрасте в системе физического воспитания вузов, поскольку они влияют на эмоциональную сферу учащихся и позволяют повышать активность молодёжи в физкультурно-массовых мероприятиях. Кроме того, рациональная организация игр и праздников по физическому воспитанию во всех возрастах, способствует привлечению большого количества учащихся. Следовательно, прививается желание заниматься физической культурой и спортом. Обучающиеся с практически любым уровнем физической подготовленности могут проявить себя, а также повысится уровень заинтересованности молодёжи при участии в физкультурно-массовых мероприятиях и занятиях спортом в целом.

## REFERENCES

1. Закиров Ф.Х. Организация обучения студентов по спортивным дисциплинам в условиях COVID-19 // Сборник: Вопросы профессионального развития. Материалы III международной научно-практической конференции. 2021. - С. 56-64.
2. Закиров Ф.Х. Тенденции ценностно-ориентированного подхода в сфере здорового образа жизни // Сборник: Актуальные научные проблемы физической культуры и спорта. Материалы международной научно-практической конференции. 2021. - С. 21-27.
3. Козлова С.Ю. Причины возникновения конфликтов во взаимоотношениях между тренером и родителями спортсмена / С.Ю. Козлова, Е.С. Хворостова // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании: Материалы V межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. - Москва, 2016. - С. 135-138.
4. Козлова С.Ю. Моделирование педагогической среды профессиональной подготовки бакалавров профиль «физическая культура» // Сборник: Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития. сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. - Санкт-Петербург, 2020. - С. 51-58.
5. Эрдонов О.Л. Современные проблемы внедрения кредитно-модульной системы в образовательный процесс по физическому воспитанию в вузах Республики Узбекистан / О.Л.Эрдонов,

В.В.Махмудов // «Фан- спортга» журнал. - Чирчик, 2022. - №1. - С. 23-26.

6. Эрдонов О.Л. Воспитание студенческой молодёжи средствами физической культуры и спорта во внеучебное время / О.Л. Эрдонов // Молодой учёный. - 2023. - №5. - С. 294-298.

7. Эрдонов О.Л. Оздоровительная физическая культура в системе образовательного процесса по физическому воспитанию студентов / О.Л.Эрдонов. - Ташкент: “Фан ва технология”, 2012. - 96 с.

8. Эрдонов О.Л. Значение спортивно-ориентированной направленности в подготовке студентов технического вуза / «Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств» материалы XVII Международной научно-практической конференции. - Иркутск, 2015. - С. 460-463.

