**Физическая культура и спорт в системе среднего профессионального образования**.

Создание условий для формирования человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физи­ческое совершенство, является одной из актуальных проблем совре­менного общества. Физическая культура представляет собой общест­венное явление, тесно связанное с экономикой, культурой, общест­венно-политическим строем, состоянием здравоохранения, воспита­нием людей.

Наш век — век значительных социальных и биологических преобразований. Научно-техническая революция внесла в образ жизни человека наряду с прогрессивными явлениями и ряд неблагоприятных факторов, в первую очередь гиподинамию и гипокинезию, нервные и физические перегрузки, стрессы профессионального и бытового харак­тера. Опыт десятков тысяч людей, испытавших на себе воздействие такого рода неблагоприятных факторов, показывают, что лучшим про­тиводействием им являются регулярные занятия физическими упраж­нениями, которые помогают восстановлению и укреплению здоровья, адаптации организма к условиям внешней среды.

Занятия физическими упражнениями имеют огромное воспитательное значение — способствуют укреплению дисциплины, повышению чувства ответственности, развитию настойчивости в достижении поставленной цели. Отношение студентов к физкультурно-спортивной деятельности во многом определяется характером интересов и мотива­ций, изучение которых и являлось целью моего исследования.

Опрос студентов в ГБПОУ БКСМ и ПП проводил­ся в октябре-ноябре 2023 года по специально разработанной мной анкете. Анализ ответов на вопросы анкеты позволил оценить отношение современных студентов колледжа к ценностям физической культуры, а также мотивацию и отношение студентов к физкультурно-спортивной деятельности.

Важная роль в исследовании принадлежит оценке значи­мости влияния различных объективных и субъективных факторов на уровень физкультурно-спортивной активности студентов. Наибольший интерес представляет взаимодействие таких факторов, как пол и воз­раст студентов, курс обучения.

Принявшие участия в исследовании студенты, в зависимости от их отношения к физической культуре и уровня физкультурно-спортив­ной активности, условно были разделены на три типологические группы:

· студенты с низкой физкультурно-спортивной активностью, (затраты времени на физкультурные занятия не превышают 3-х часов в неделю — 28,1 %);

· студенты с оптимальной физкультурно-спортивной актив­ностью, (затраты времени на физкультурные занятия составляют 6 ча­сов в неделю — 15,1 %);

· студенты, не проявляющие физкультурно-спортивной актив­ности, (не имеющие свободного времени на занятия физическими упражнениями и спортом — 28,1 %).

Для того чтобы получить достоверное представление об уровне физкультурно-спортивной активности студентов, я проанализиро­вал показатели систематичности занятий. Анализ данных характе­ризует уровень устойчивости физкультурно-спортивной активности: 31,8 % опрошенных студентов систематически обращаются к физкуль­турным занятиям, 40,1 % — от случая к случаю, 28,1 % — не зани­маются физическими упражнениями в свободное время. В целом лишь у 25,1 % студентов длительность и регулярность занятий отвечает требованиям рационального двигательного режима. Анализ данных этого исследования показывает, что отношение студентов к физкуль­турно-спортивной деятельности во многом определяется характером интересов и мотиваций. Более того, по нашему мнению, уровень сфор­мированности интересов и мотивов выступает как один из ведущих показателей личностной физической культуры студентов. Проявление интереса вызывает желание действовать, формирует мотивы поведе­ния и потребность реализовать их на практике.

Как показывают данные, более 18 % опрошенных студентов затруднялись оценить роль физической культуры в формировании личности человека. На мой взгляд, такое положение в первую очередь характеризует слабую информированность студентов о сущности физической культуры.

Интерес к физической культуре — это динамическая социальная категория, которая формируется на протяжении всей жизни человека. Так, за время обучения в колледже у 45,7 % опрошенных студентов отмечается повышение интереса к физкультурно-спортивной деятель­ности, у 35,4 % он остался прежним, о снижении интереса к физичес­кой культуре говорят 18,9 % опрошенных студентов.

На формирование интереса к физкультурно-спортивной деятель­ности влияет много внешних факторов.

Анализ проведенного исследования указывает на необходимость улучшения качества проведения занятий физическими упражнениями: 39,2 % опрошенных студентов считают, что этот фактор существенно влияет на повышение интереса к физкультурно-спортивной деятель­ности, 60,8 % подтверждают необходимость улучшения качества проведения физкультурных занятий. Повышение уровня профес­сиональной подготовки преподавателей, улучшение материально-спортивной базы, использование нетрадиционных методик занятий бу­дут способствовать реализации физических возможностей для желаю­щих заниматься спортом.

Другим, не менее значимым для студентов фактором повышения интереса к занятиям физическими упражнениями является возмож­ность выбора вида спорта или вида физической активности, которые наиболее приемлемы для занимающегося: 35,6 % опрошенных студен­тов подтверждают необходимость развития широкого круга видов и форм занятий физическими упражнениями.

Достаточно значимым для студентов (17,9 %) фактором повышения их интереса к физкультурно-спортивной деятельности является и возможность заниматься на современно оборудованной материальной базе.

Я считаю, что полученные данные свидетельствуют о том, что опрошенные студенты не придают особого значения агитационно-пропаган­дистской деятельности и рекламе занятий физическими упражне­ниями: лишь 2,5 % опрошенных считают, что хорошая реклама спо­собствует повышению интереса к физкультурно-спортивной деятель­ности. Видимо, в данном случае сказывается недостаточное внимание к спортивной рекламе, которое в целом присутствует в нашем обществе. Низкий уровень качества существующей рекламы не дает студентам возможности понять и осознать ее истинную ценность и влияние на развитие физической культуры. Как показывает исследо­вание, уровень сформированности интереса студентов к физкуль­турно-спортивной деятельности во многом определяется возмож­ностями выбора, как вида спорта, так и других форм организации физической активности. Для повышения эффективности организации физкультурно-спортивной деятельности следует рассмотреть приори­тетность выбора форм занятий физическими упражнениями.

Полученные мною данные свидетельствуют о значительном интересе студентов к секционным занятиям по видам спорта: 32,1 % опро­шенных выбрали бы эту форму занятий, если бы были созданы условия для физкультурно-спортивной деятельности. Четвертую часть опрошенных привлекают лишь прогулки, игры, организованные по собственному регламенту, плавание; 17,4 % студентов хотели бы зани­маться в клубных формах по физкультурно-спортивным интересам. Значительное число студентов хотели бы использовать в свободное время самостоятельную форму занятий: 21,9 % опрошенных считает эту форму занятий наиболее приемлемой.

Следует подчеркнуть повышенную заинтересованность студентов в мас­совых спортивных и оздоровительных мероприятиях, проводимых в колледже. Организаторам массовой физкультурно-оздоровительной работы, преподавателям физической культуры удалось перестроить свою работу, отказаться от изживших шаблонных мероприятий, что позволило повысить интерес к физкультурно-спортивной деятельности в колледже.

Проведенное исследование позволило сделать выводы, что физ­культурно-спортивная деятельность входит в образ жизни студентов и является важным компонентом формирования физической культуры личности. Большинство из них (более 73 % опрошенных) высоко оце­нивают значимость физической культуры в жизни общества. Однако систематически используют средства физической культуры во вне учебное время лишь 21,8 % опрошенных студентов. Убеждена, что снижение интереса к занятиям физическими упражнениями у одной пятой части опрошенных студентов свиде­тельствует о недостаточно высокой эффективности учебно-воспита­тельного процесса в колледже.

Также, я уверена, что необходимо развивать и совершенствовать сис­тему мониторинга отношения студентов к ценностям физической культуры для последующего анализа образа жизни и условий прове­дения физкультурной работы в учебном заведении.