

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ НЕПРИСПОСОБЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

Актуальность. Известно, что учебная деятельность студентов – это 36 часов академических занятий в неделю. Проходят они, за исключением уроков физической культуры, в аудиториях и лабораториях, не всегда соответствующих гигиеническим нормам. Обязательным продолжением академических занятий является самостоятельная работа с литературой, чтобы закрепить изучаемый материал, подготовиться к курсовым и дипломным проектам. Участие студентов в общественной работе, чтение художественной литературы, посещение кино, театра и других культурных мероприятий – все это свидетельствует о малоподвижном образе жизни, о том, что их двигательный режим определяется в основном постановкой физического воспитания в вузе. А это в настоящее время весьма серьезная проблема [1,2].

Цель работы – выявление основных причин трудностей обучения студентов в вузе и поиск путей преодоления данных трудностей.

Методы работы – анализ и обобщение специальной литературы, анкетирование студентов, беседы и консультации, методы математической обработки результатов.

Объект работы – студенты 1-2 курсов, занимающихся физической культурой по обязательной учебной программе в Санкт-Петербургском государственном политехническом университете на специальном отделении.

Изучение вопроса показало, что физическое воспитание как предмет начинается с беседы, в которой раскрывается программа курса, цели задачи для каждого учебного отделения. До начала практических занятий студенты проходят медицинский осмотр, результаты которого дают характеристику их состояния здоровья и физического развития. После завершения медицинского осмотра студенты сдают контрольные нормативы, результаты которых и данные медицинского осмотра позволяют объективно распределить их по учебным отделениям. Наиболее активный двигательный режим отмечается у студентов, занимающихся спортом. Участие в соревнованиях, особенно с отрывом от учебного процесса, создает для студентов-спортсменов определенные сложности, приводит порой к тому, что некоторая часть профессорско-преподавательского состава отрицательно относится к их занятиям спортом, считая их помехой в учебе. Основным критерием учебной деятельности студентов являются результаты экзаменационных сессий.

Период обучения в юношеском возрасте совпадает с активным формированием духовных и физических качеств молодого человека, с подготовкой к выполнению социальных функций [3-5]. Но существуют еще и скрытые трудности, которые сказываются порой весьма существенно на учебе и психоэмоциональном состоянии студентов.

К ним относится целый ряд обстоятельств студенческой жизни, кажущихся малозначительными, когда они взяты в отдельности, но в совокупности, дающие отрицательный эффект, который можно назвать неприспособленностью студентов к обучению в вузе.

В числе причин такого явления наиболее значительными, по нашему проведенному анализу и обобщению, становятся следующие:

- резко отличающиеся от школьных методы и организация обучения, требующие значительного повышения самостоятельности в овладении учебным материалом;
- отсутствие хорошо налаженных межличностных отношений, а стало быть, и группового контакта, что характерно для всякого формирующегося коллектива;
- ломка старого, сложившегося за годы учебы в школе или на производстве жизненного

- стереотипа и формирование нового, «вузовского»;
- сопутствующие поступлению в вуз новые заботы, которые чаще возникают у студентов, проживающих в общежитии (самообслуживание, самостоятельное ведение бюджета, планирование и организация своего учебного и свободного времени и др.)

Выяснено, что особенно в затруднительном положении оказываются студенты младших курсов. С одной стороны, они должны сразу включаться в напряженную работу, требующую применения всех сил и способностей, с другой, – само по себе преодоление новизны условий учебной работы требует значительной затраты сил организма.

Авторы считают, что лучшим средством преодоления данных трудностей являются занятия физическими упражнениями и спортом, активная двигательная жизнь студента. Физическое воспитание – неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса и не может рассматриваться как второстепенный его компонент. Проблема формирования двигательной активности учащихся имеет важное гигиеническое значение, так как в последнее время замечается прогрессирующая гиподинамия у молодежи, что обусловлено большим объемом учебных занятий не только в аудиториях, но и дома.

Проведенный в исследовании анализ состояния здоровья студентов свидетельствует, что среди студентов велик процент с неудовлетворительным состоянием здоровья, избыточной массой, предрасположенностью к частым заболеваниям, нарушением осанки и опорно-двигательного аппарата, дефектами зрения и нервно-психическими отклонениями.

Таким образом, для сохранения здоровья и высокого уровня физических качеств, студенту необходим двигательный режим с затратой энергии как минимум 2,5 тыс. моторных к/кал, в большинстве случаев этот показатель составляет сегодня примерно лишь 600 моторных к/кал.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка. – Изд. Москва – Высшая школа, 1978.
2. Полиевский С.П., Старцева И.Д. Физкультура и профессия – Изд. Москва – Физкультура и спорт, 1988.
3. Полиевский С.П. Физическое воспитание учащейся молодежи – Изд. Москва-Медицина, 1989.
4. Оплавин С.М., Чихаев Ю.Т. Физическая культура в жизни человека. – Изд. Ленинград- Знание, 1986.
5. Иванов Г.Д. Активизация учебно-воспитательного процесса студентов средствами физического воспитания. – Изд. Алма-Ата – Мектел, 1989.