© Волков А.Н., Розов В.В.

УДК 378.145

ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С РАБОТНИКАМИ ВУЗА

Волков А.Н.[1], Розов В.В.[2]

[1] Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина» (Мининский Университет), г. Нижний Новгород

[2] Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина» (Мининский Университет), г. Нижний Новгород

Резюме. В статье авторы затрагивают проблему организации спортивно-массовой работы в высшей образовательной организации. В частности, авторы обратили внимание на то, что физкультурная работа охватывает в основном только контингент обучающихся в вузе, а организации физкультурно-оздоровительной работы с работниками вуза уделяется недостаточное внимание. В качестве одного из средств решения этой проблемы авторы предлагают организацию спортивного клуба как структурного подразделения вуза.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, высшие образовательные организации, спортивный клуб, спортивно-массовая работа, физкультурно-оздоровительные группы.

PROBLEMS OF ORGANIZATION OF PHYSICAL CULTURE AND RECREATION WORK WITH UNIVERSITY EMPLOYEES

Volkov A.N.[1], Rozov V. V.[2]

[1] Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin" (Mininsky University), Nizhny Novgorod

[2] Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin" (Mininsky University), Nizhny Novgorod

Summary. In the article, the authors touch upon the problem of organizing mass sports work in a higher educational organization. In particular, the authors drew attention to the fact that physical education work mainly covers only the contingent of students at the university, and insufficient attention is paid to the organization of physical education and

wellness work with university employees. As one of the means of solving this problem, the authors propose the organization of a sports club as a structural unit of the university.

Key words: physical culture and sports, higher educational organizations, sports club, mass sports work, physical culture and recreation groups.

Введение

В настоящее время в высших образовательных организациях спортивно-массовая работа организуется практически исключительно с контингентом обучающихся, и в практически повсеместно работники учреждения (профессорско-преподавательский состав, сотрудники вспомогательных служб и отделов) не охвачены этой важной физкультурной деятельностью. В большинстве кто-то занимается самостоятельно в каких-то физкультурно-оздоровительных клубах, ходит в бассейн или тренажерный зал, в лучшем случае в вузе организованы энтузиастами одна-две группы единомышленников, которые один или два раза в неделю занимаются на спортивной базе вуза (в большинстве – это играют в футбол и волейбол).

Одной из причин этого является, по нашему мнению, отсутствие единой организации спортивно-массовой работы. Если с обучающимися она проводится силами студенческого спортивного клуба и профсоюза студентов, то с работниками это лишь организация за счет профсоюза путёвок в различные санитарно-лечебные учреждения (в основном санатории).

Анализируя создавшуюся ситуацию, мы пришли к выводу, что в высшем образовательном учреждении необходим спортивный клуб, ни как общественное объединение единомышленников, а структурное подразделение, в котором должны работами специалисты в области физической культуры и спорта. И именно его одной из главных задач должна стать формирование физкультурной среды вуза не только для обучающихся, но и для всех сотрудников.

Не требует доказательства то, что физическая культура выступает действенным механизмом профилактики различного рода заболеваний, средством повышения уровня здоровья и работоспособности всего коллектива вуза в целом. Ведь и от, в том числе, состояния здоровья преподавателя зависит и качество проведения им занятий.

Формирование такой полноценной физкультурной среды вуза должно осуществляться в первую очередь, посредством массового вовлечения и студенческой молодежи, и работников вуза в систематические занятия физической культурой и спортом.

Во-вторых, за счет укрепления здоровья и снижения заболеваемости, повышения уровня профессиональной готовности и социальной активности как обучающихся, так и работников вуза. Формирование физкультурной среды предполагает, в-третьих, организацию работы по физической реабилитации обучающихся и работников вуза, имеющих отклонения в состоянии здоровья, привлечение их по возможности к участию в массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях, организация работы физкультурно-оздоровительных групп [1, 2].

В Нижегородском государственном педагогическом университете им. К. Минина (Мининском университете) в 2021–2022 учебном году в рамках спортивного клуба только в первом полугодии было организованно 8 физкультурно-оздоровительных групп для работников вуза. Это группы пилатеса, фитнеса, йоги, скандинавской ходьбы и оздоровительного бега, а также группы игровых видов спорта. После двух месяцев деятельности этих физкультурно-оздоровительных групп мы проведи опрос сотрудников вуза.

Цель работы:

Определение интересов сотрудников вуза, путей совершенствования работы с ними, необходимости открытия дополнительных групп и т.п. В своей статье мы хотели бы поделиться результатами проведенного нами опроса.

Материалы и методы

В опросе участвовало более 20% сотрудников нашего университета, из которых было 86,4 % женщин и 13,6 % мужчин. Всего было задано 6 вопросов.

Результаты и обсуждение

В итоге опроса мы получили такую информацию:

1. На вопрос, «Занимаетесь ли Вы спортом или физической культурой?» респонденты ответили:

А. Регулярно	22 %
Б. Не так часто, как хотелось бы	42,3 %
В. Хочу, но не могу организоваться	34 %
Г. Не хочу в принципе	1,7%

2. На вопрос, «По Вашему мнению, что мешает Вам регулярно заниматься спортом или физической культурой?» респонденты ответили:

А. Нет времени	32,2 %
Б. Много работы, сильно устаю	37,3 %
В. Не могу самоорганизоваться (заставить себя)	25,4 %
Г. Нет условий для занятий, дорого	28,8 %
Д. Ничего не мешает	22 %
Е. Нет желания	1,7 %

3. На вопрос «Планируете ли Вы посещать бесплатные физкультурно-оздоровительные группы, организованные в Мининском университете?» респонденты ответили:

А. Да	72,8 %
Б. Нет	27,2 %

4. На вопрос, «Какие физкультурно-оздоровительные группы из действующих в настоящее время Вы планируете (или хотели бы) посещать?» респонденты ответили:

А. Волейбол	4,4 %
Б. Мини-футбол	10,2 %
В. Бадминтон	17 %
Г. Оздоровительный бег	15,3 %
Д. Фитнес (пилатес)	44,1 %
Е. Общая физическая и атлетическая подготовка (посещение тренажерного зала)	44,1 %
Ж. Йога	44,1 %
З. Скандинавская ходьба	10,2 %

5. На вопрос, «Какие еще (помимо выше указанных) физкультурно-оздоровительные группы Вы хотели бы, чтобы были организованы в Мининском университете?» респонденты ответили:

Плавание	39 %
Настольный теннис	6,8 %
Аэробика, степ. танцы,	6,8 %
Зумба (танцевальный фитнес)	6,8 %
ЛФК, суставная гимнастика	5,1 %

Йога	3,4 %
Бокс, тайский бокс	3,4 %
Бильярд	1,7 %
Лыжные гонки	1,7 %
Фитнес	1,7 %
Пляжный волейбол	1,7 %
Гимнастика на воздушных полотнах	1,7 %
Мини-футбол	1,7 %
Массаж	1,7 %

6. На вопрос «Какое время для занятий Вам наиболее подходит?» респонденты ответили:

18.00-19.30	32,2 %
17.30-19.00	27,1 %
17.00-18.30	22,0 %
Любое	8,5 %
Утро	6,8 %
9.00-11.00	1,7 %
19.00-20.00	1,7 %
После 18.40	1,7 %

Выводы

Как видно, большинство работников хотели бы заниматься физической культурой, только несколько человек не хотят в принципе. Основными причинами, мешающими это сделать, стала большая занятость на работе и как следствие - усталость в конце рабочего дня.

Кроме тог, респонденты высказали ряд пожеланий в адрес организации работы физкультурно-оздоровительных групп. В частности, почти 40% хотят заниматься в бассейне, и многие хотят именно научиться плавать. Одним из предложений было получение корпоративной скидки на абонемент в бассейн с возможностью посещения в выходные дни.

Однако основные пожелания были по времени и условий функционирования групп: «Регулировать время и дни недели, так как расписание на каждой неделе разное», «Я

бы хотела посещать занятия, но занятия в 18.30, а пара заканчивается в 18.40», «Советую учитывать двухсменность работы преподавателей вуза. Например, в этом семестре я работаю с 12:00 до 18:40, а в другом с 8.30 до 15.30», «Желание есть ходить на занятия, единственной проблемой именно для меня, что в вечернее время ребенок со мной. Пожелание такое, или организовать отдельное помещение (зону) для детей или в параллель с детьми также физические занятия». Несомненно, результаты этого опросы нами будут учтены и внесены коррективы в организацию физкультурно-оздоровительных групп нашего вуза.

Список литературы

1. Положение о спортивном клубе ФГБОУ ВО «Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина» утв. Пр. № 998/01-14 от 21.09.2016 г. // [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://www.syktsu.ru/sveden/struct/Pologenie_sportclub_21092016.pdf (дата обращения: 22.12.2021 г.).

2. Положение о спортивном клубе Чувашского государственного педагогического университета им. И. Я. Яковлева // [Электронный ресурс]: Режим доступа: http://www.chgpu.edu.ru/pologenie-34.html (дата обращения: 22.12.2021 г.).