В конце занятия подводятся итоги, объявляются баллы, завоеванные командами в ходе квеста, и называются задания, вызвавшие затруднение.

Заключение. Интеллектуальный квест преобразует традиционное занятие по математике. Каждый студент не только учится, демонстрируя свои знания, умения, логическое мышление и эрудицию, но и проявляет самостоятельность, инициативность, способность работать в команде. Разбиение студентов на команды осуществляется преподавателем или мастерами игры.

В дистанционном обучении также можно применять описанную технологию интеллектуального квеста. Общение студентов происходит в дистанционном режиме с помощью облачных технологий, на форуме или в чате. Окончательные результаты прохождения квеста студенты обсуждают с преподавателем на вебинаре, например, на конференции платформы Zoom.

Как вид коллективного творчества, предложенный алгоритм можно применять не только на занятиях по математике со студентами, но и на других дисциплинах со школьниками.

1. Методы социальной психологии: учеб. пособие для вузов / Н.С. Минаева, Д.В. Пивоваров, Э.Л. Боднар и др.; под общ. Ред. Н.С. Минаевой. – М.: Академический Проект, 2007. – 351 с. (Gaudeamus).
2. Орлова О.В. Титова В.Н. Геймификация как способ организации образования // Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin). 2015. 9 (162). – с. 60-64 (Томский государственный педагогический университет)
3. Пиаже А. Моральное суждение у ребенка. – М.: Академический Проект, 2006. – 480 с. (Серия «Психологические технологии»).

Коваль Л.Н.¹, Ярошенко Е.В.¹, Щекин А.Ф.², Журавлева Ю.И.²

Проблемы физической подготовки человека в современных реалиях

¹*Институт сервиса туризма и дизайна (филиал) ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»*

²*Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал Волгоградского государственного медицинского университета (Россия, Пятигорск)*

doi: 10.18411/lj-08-2020-135

idsp: ljjournal-08-2020-135

Аннотация

В статье дан обзор современной физической подготовке человека. Рассмотрена проблема малой активности населения, которая в нынешнем году усугубила коронавирусная инфекция, также проблема понижения уровня физического здоровья населения. Предложено восстановление физической культуры и спорта молодого поколения. Рассмотрена реальная потребность в сфере спортивной медицины, а также выделены эффективные способы спортивных достижений спортсменов в будущем.

Ключевые слова: физкультура, нагрузки, здоровье, спорт, коронавирус, технологии.

Abstract

The article provides an overview of modern physical training of a person. The problem of low activity of the population, which this year was aggravated by coronavirus infection, as well as the problem of lowering the level of physical health of the population, is considered. It is proposed to restore physical culture and sports of the younger generation. The real need in the field of sports medicine is considered, and effective ways of athletes' sports achievements in the future are highlighted.

Keywords: physical education, exercise, health, sport, coronavirus, technology.

Условия жизни современного человека поразительно отличаются от условий пятнадцати-двадцатилетней давности. Роботизация, новые технологии, призванные экономить время и облегчать жизнь человека шагнули вперед, отдавая часть работы машинкам-автоматам, роботам-пылесосам, электровелосипедам, гироскутерам, посудомоечным машинам и т.п. человек стал двигаться гораздо меньше. Нажимая на кнопки любимых гаджетов, ссутулившийся сидячий силуэт человека – это реальность сегодняшнего дня. Осознанно или нет, много времени тратится на пустой «серфинг» в сети Интернет, а тем временем нынешние условия существования людей ставят организм в высокую степень экстрима. Это объясняется изменениями окружающего мира, создающими ухудшение экологической обстановки.

Сейчас редко найдешь человека, не испытывающего на себе всестороннее негативное влияние разного характера. Это отчетливо отражается на психологическом состоянии людей и уровне их здоровья [3, с. 215].

Резкий рост разных острых и хронических заболеваний в разновозрастных группах закономерен. Социальный статус и уровень доходов у людей, имеющих жалобы, самый разный, значит деньги тут роли не играют.

В нынешнем году проблема усугубилась распространением коронавирусной инфекции и вынужденном ограничении людей на передвижения, занятия спортом, посещением секций и тренажерных залов, отменены или перенесены спортивные соревнования. Пока трудно предсказать что ждет нас завтра или через полгода, но мир явно изменится, ужесточая требования к гигиене и соблюдению жестких правил, а люди, опасаясь заболеть, будут меньше посещать тренажерные залы и фитнес-центры, бассейны и массовые спортивные мероприятия.

Понятно, что современный мир отвечая на актуальные запросы социума перестраивается, набирает обороты онлайн-образование. Тренировки ведутся с экранов всевозможных мониторов и дисплеев, производители контента ведут борьбу за внимание зрителей предлагая потанцевать, сделать зарядку, заняться йогой, пробежать марафонскую дистанцию вокруг кровати и т.п. Тут люди сталкиваются с другой проблемой: проблемой мотивации и самоконтроля. Всем ли хватает силы воли оторваться от телевизора, проснуться пораньше на зарядку, если никуда ехать не надо и сделать физические упражнения полезной каждодневной привычкой? Что же сыграет ощутимую роль в положительном влиянии на представителей разных социальных групп?

В первую очередь нужно выделить, что и на сегодня актуально положение о нужности широкого применения разных видов физической культуры и спорта, ведь нашей стране необходимо здоровое население [2, с. 125].

Известно, что комплексные занятия разными видами физических упражнений улучшают самочувствие организма, оберегают его от различных воздействий окружающего мира. С помощью спорта вырабатывается стрессоустойчивость, тело наполняется энергией дня, развивается интеллектуальная деятельность, человек чувствует себя здоровым и счастливым.

Главенствующей проблемой является для школьников и подростков, значительное понижение уровня физического здоровья молодых людей, многие болезни, встречающиеся у них, угрожают стабильности нашего населения в ближайшем будущем. Молодые люди в основном ведут сидячий образ жизни, поэтому необходимо привлечь их к спортивной деятельности, используя всевозможные методы.

В последнее время выделяют, что физическое воспитание школьников находится на низком уровне. Престиж здорового образа жизни снижен, люди не стремятся уделять много времени спорту [5, с. 639]. Также стремительно снизился престиж профессии педагога физической культуры, тренера в детско-юношеских спортивных школах разного направления. У молодых специалистов нет стимула идти в

данные профессии из-за низкой заработной платы, маленькой нагрузки, они не видят смысла в данной профессии по своим личным предпочтениям.

В основном развиваются элитные виды физических упражнений, такие как фитнес, бодибилдинг и т. п., но такие виды спорта могут себе позволить только хорошо обеспеченные люди. Учебные занятия физической культурой значительно сокращаются как в школах, так и в высших учебных заведениях, что приводит не только к понижению уровня физического здоровья и физической подготовленности людей, но и к созданию негативного имиджа физической культуры. У населения нет желания заниматься спортом, они не видят надобности. По причине этого очень актуально восстановление важности физической культуры и спорта, поэтому данная проблема рассматривается глобально, на уровне государства. Для того, чтобы решить этот вопрос, нужны общие усилия разных государственных и общественных организаций, необходимы именно действия, а не просто слова. Известно, что принимаемые в больших количествах разные программы уже не могут обеспечить практическое решение этой проблемы, необходимы реальные экономические и социальные подходы, которые способны уничтожить негативную обстановку в сфере отечественной физической культуры и спорта и возродить престиж данной сферы, также мало готовят специалистов в сфере физического воспитания. В этом ключевое особое внимание необходимо обратить не только на уже выделенную нужность возрождения престижа профессии учителя и тренера, но и на решение проблемы успешного трудоустройства выпускников факультетов физического воспитания университетов и институтов физической культуры. Необходимо поддержать молодых специалистов в их профессиональной деятельности, ведь только систематические действия смогут возродить спорт [1].

Имеется проблема в отношении специалистов по физической реабилитации: они достаточно обучены, но во многих случаях сталкиваются с проблемой трудоустройства в организации медицинского профиля. Такая проблема возникает по причине несогласованности между Министерствами здравоохранения, образования и науки и Министерством по делам семьи, молодежи и спорта. Реальная потребность в специалистах этого профиля очень высокая. Не менее остра проблема подготовки полноценных высококвалифицированных кадров в сфере спортивной медицины, ведь почти все работающие в сфере физической культуры и спорта врачи не имеют образования специальной направленности, которое связано со спортивной медициной. Несмотря на высокий профессионализм и преданность своему делу этих специалистов, проблема подготовки спортивных врачей актуальна на данный момент. Трудность решения данного вопроса загружена еще и тем, что до сих пор в данном отношении отсутствует единое мнение между министерствами и ведомствами, которые ответственны за подготовку специалистов этого направления.

Острой проблемой представлено также отсутствие в наше время целенаправленной, долгосрочной подготовки специалистов в сфере физического воспитания и спорта непосредственно по выбранной специальности. Невозможно не выделить, что сам процесс подготовки кадров в сфере физического воспитания отвечает современным требованиям. Традиции и методики обучения еще дают возможность готовить конкурентоспособных специалистов по физическому воспитанию в различных ВУЗах страны, но очевидна тенденция к послаблению этого процесса, которая связана как с объективными причинами (старение педагогов высшей квалификации, нет серьезной финансовой поддержки материально-технического обеспечения учебного процесса и т.п.), так и с конкретными субъективными (нежелание, а во многих случаях и неумение, перестройки учебного процесса в соответствии с реалиями и потребностями современного мира). На сегодня очень много инноваций, к которым специалисты преклонного возраста не готовы, а молодые специалисты обходят стороной данные профессии, поэтому необходимо открыть

современные учебные заведения, которые будут отвечать современным условиям. Спорт должен идти в ногу со временем, развиваться и совершенствоваться [4, с. 49].

Выделенные проблемы в подготовке высококвалифицированных кадров в сфере физического воспитания очень серьезно проявлены и в сфере спорта высших достижений. Многие достижения наших ведущих спортсменов на международной арене в значительной степени связаны с материальными и человеческими ресурсами, которые заложены достаточно давно. В наше время многочисленными специалистами выявлено существенное понижение успешности деятельности специализированных ДЮСШОР по разным видам спорта, что связывается с объективными причинами их недостаточного государственного финансирования, оттока квалифицированных кадров за рубеж, пониженной степени материального стимулирования детских тренеров и т.п., таким образом, вливания капитала мы видим только в футболе.

Известно, что решение этих вопросов служит одной из актуальных проблем современного массового спорта и спорта высших достижений. Лишь в такой ситуации мы способны рассчитывать на высокие результаты российских спортсменов в предстоящих Олимпийских Играх и ответственных мировых и европейских соревнованиях. Практическое решение проблемы подготовки спортивных кадров высокой квалификации возможно с помощью сосредоточения материальных и человеческих ресурсов в специализированных Центрах Олимпийской подготовки конкретных городов России, которые добились за последние годы более значимых достижений в каком-либо виде спорта.

Не менее актуальной представляется также проблема медико-биологического обеспечения учебно-тренировочного процесса спортсменов высшей квалификации. Выявлено, что эффективный медико-биологический и врачебно-педагогический контроль в значительной степени определяют спортивные достижения конкретного спортсмена или конкретной спортивной команды. Несмотря на значительные успехи российской спортивной науки в этом направлении, необходимо интенсифицировать процесс разработки новых методических подходов к оперативной оценке текущего состояния спортсменов с использованием достижений современных компьютерных технологий, увеличения успешности реабилитационных мероприятий и системы фармакологического сопровождения. Только в данном случае мы сможем с уверенностью смотреть в будущее и справедливо ожидать от наших спортсменов высоких спортивных достижений.

Вполне естественно, что приведенные в данной статье материалы служат отражением лишь малой доли проблем, которые стоят в настоящее время перед физической культурой и спортом, и служат собственным взглядом автора по этому вопросу. Вместе с тем, очевидно, что развитие физической культуры и спорта на совершенно новом качественном уровне служит одной из более актуальных проблем жизни современного общества, решение которой будет способствовать гармоническому развитию всех его представителей.

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко. – М.: Альфа-М, ИНФРА-М, 2015. – 336 с.
2. Губа, В. П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи / В.П. Губа, О.С. Морозов, В.В. Парфененков. – М.: Советский спорт, 2016. – 208 с.
3. Лесгафт, П. Ф. Психология нравственного и физического воспитания. Избранные психологические труды / П.Ф. Лесгафт. – М.: Институт практической психологии, МОДЭК, 2016. – 416 с.
4. Максачук, Е. П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е.П. Максачук. – М.: Спутник +, 2016. – 104 с.
5. Хазова, С.А. Актуальные проблемы и современное состояние научных исследований в сфере физической культуры и спорта / С.А. Хазова // Современные наукоемкие технологии, 2016. – № 12-3. – С. 637-641.