

регулярном длительном выполнении закаливающих процедур отмечается положительная динамика изменения всех систем организма. Происходит это за счет мобилизации скрытых сил человека, повышая его адаптацию к самым разным факторам. Помимо положительных физических изменений, закаливание дисциплинирует, укрепляет силу воли. Важно понимать, что закаленность обратима: невозможно закалиться надолго, «про запас», достигнутый уровень закаленности необходимо постоянно поддерживать продолжением закаляющих процедур, иначе он снизится.

Список цитируемых источников

1. Мархоцкий Я. Л. Валеология : учеб. пособие / Я. Л. Мархоцкий. — Минск : Выш. шк., 2006. — 286 с.
2. Исаев, М. Если хочешь быть здоров / М. Исаев — М. : Физкультура и спорт, 2007. — 352с.
3. Бальсевич, В. К. Физическая культура для всех и для каждого / В. К. Бальсевич — М. : 2002. — 208 с.
4. Апрасяхина, Н. И. Гигиена : учеб. пособие для студентов учреждений высшего образования по специальности «Физическая культура» / — Минск : РИВШ, 2021 . — 417 с.

УДК 316.42

К. О. Садовская

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ ВОЛОНТЕРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Введение. В системе высшего образования общество предъявляет новые требования к подготовке будущих специалистов с социально-значимыми качествами, способных проявлять самостоятельность, инициативу, ориентироваться на гуманистические ценности. Одним из наиболее важных компонентов формирования гармонически развитой личности является волонтерская деятельность [1, с. 27]. Волонтерство в нашей стране рассматривается как форма безвозмездной добровольной активности, является показателем духовного и нравственного развития, как отдельной личности, так и общества в целом [2, с. 7]. Содействие развитию и реализации социально значимых инициатив и проектов по организации добровольческого труда молодежи — одно из приоритетных направлений государственной молодежной политики Республики Беларусь [3, с. 121].

Включение студентов в волонтерскую деятельность позволяет создавать условия, способствующие формированию конструктивного мышления, умения самостоятельно принимать решения, преодолевать трудности профессионального, социального, личностного характера.

Проблема, связанная с формированием готовности будущих преподавателей, учителей физической культуры, тренеров к реализации волонтерской деятельности является актуальной и значимой, поскольку она обусловлена объективной необходимостью практической подготовки специалистов к профессиональной деятельности.

Основная часть. С целью изучения исходного уровня готовности будущих преподавателей физической культуры к осуществлению волонтерской деятельности было проведено эмпирическое исследование, объектом которого стали студенты, обучающиеся на третьем курсе специальности «Физическая культура» факультета педагогики и психологии Барановичского государственного университета.

Так, для выявления общего уровня эмпатии нами был использован опросник В. В. Бойко, результаты которого позволили констатировать, что 21 % респондентов имеют высокий уровень эмпатии. Данный показатель говорит о том, что студенты принимают все эмоции других людей слишком близко к сердцу. Средний уровень эмпатии установлен у 53 % испытуемых. Студенты могут понять чувства другого, разделить их и при необходимости, помочь. Отметим, что у 14 % студентов установлен заниженный уровень эмпатии. Испытуемые имеют затруднения в межличностных отношениях и в установлении контактов с людьми. Низкий уровень эмпатии имеют 12 % обучающихся, что говорит о безразличии студентов к переживаниям других людей, чужие чувства их не волнуют.

Таким образом, можно говорить, что у студентов, обучающихся на специальности «Физическая культура» преобладает средний уровень эмпатии.

Для дальнейшего исследования нами была разработана анкета по выявлению знаний, отношения к добровольческому труду, к профессии, мотивации к осуществлению волонтерской и профессиональной деятельности. Результаты анкетирования готовности будущих учителей физической культуры к осуществлению волонтерской деятельности указали, что не все студенты специальности «Физическая культура» готовы к осуществлению волонтерской деятельности.

Так, испытуемые указали основные факторы, препятствующие участию в добровольческой деятельности:

- нехватка времени для участия в добровольческой деятельности — 50 %;
- нет опыта работы в данной сфере — 30 %;
- равнодушны к проблемам общества — 12 %;
- не имеют материальных возможностей — 8 %.

Одной из задач анкетирования являлось выявление наличия опыта к осуществлению волонтерской деятельности и отношения студентов к добровольческой деятельности.

Как свидетельствуют полученные данные, 28 % респондентов вовлечены в волонтерскую деятельность и имеют личный опыт работы в данном направлении, 62 % испытуемых не имеют опыта осуществления волонтерской деятельности и 10% опрошенных, затрудняются ответить.

При обработке анкетных данных особое внимание обратили на позицию студентов относительно мотивации к осуществлению добровольческой деятельности. Так, 55 % респондентов основным мотивом считают необходимость помогать людям, 28 % — хороший способ приобрести друзей, 17 % — престиж и значимость.

В контексте данного исследования нами была изучена сфера общественно-полезной деятельности, в которой испытуемые хотели бы принять участие. Как показывают результаты опроса, 35 % студентов интересуется социальное волонтерство, 28 % респондентов хотели бы принять участие в экологическом волонтерстве, желают принять участие в спортивном волонтерстве и туризме 28 % испытуемых, 10 % вообще не хотят оказывать помощь.

Заключение. Таким образом, полученные результаты исследования свидетельствуют, что у студентов преобладает средний уровень эмпатии. Испытуемые готовы оказывать поддержку в трудной ситуации, проявлять эмоциональный отклик, но не станут слишком глубоко и надолго погружаться в чужие страдания. Не все респонденты готовы к осуществлению волонтерской деятельности, есть факторы, препятствующие участию в данной деятельности, не у всех студентов есть опыт добровольческой деятельности.

Результаты исследования подтвердили необходимость целенаправленной работы по формированию готовности будущих специалистов в области физической культуры и спорта к осуществлению волонтерской деятельности.

Список цитируемых источников

1. Богданова, Е. В. Подготовка будущих социальных педагогов к волонтерской деятельности / Е. В. Богданова // Идеи и идеалы. — 2019. — № 1. — С. 27 — 36.
2. Герасимова, Л. Г. Волонтерская деятельность в рамках современного подхода к воспитательному процессу в профессиональном образовании / Л. Г. Герасимова // Ученые записки ЗабГГПУ. — 2012. — № 3. — С. 7 — 11.
3. Козодаева, А. Ф. Добровольческая деятельность как основа воспитания нравственных качеств студенческой молодежи / А. Ф. Козодаева // Вестник ТГУ. — 2010. — №11. — С. 121 — 126.

УДК 376.112

С. С. Щерба, Т. И. Мандик

Учреждение образования «Лидский колледж ГрГУ имени Янки Купалы», Лида, Республика Беларусь

ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Введение. Анализ показателей здоровья, физического и двигательного развития детей дошкольного возраста в последние годы свидетельствует о тревожных тенденциях. Современные дети имеют низкий уровень физического развития и физической подготовленности. Причины этого кроются в их образе жизни. Одним из существенных средств в борьбе за здоровье детей является регулярные физкультурные занятия с детьми дошкольного возраста.

Основным средством, улучшающим функционирование всех систем организма, является организованная физкультурная деятельность. Главная задача физического воспитания детей дошкольного возраста — помочь приобрести жизненно важные двигательные умения и навыки, через игровую деятельность.

В настоящее время актуальность игры повышается из-за перенасыщенности современных детей информацией. Малоактивный образ жизни увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движения, выносливости, гибкости и силы.

Решая задачи по формированию двигательных умений, воспитанию физических качеств и координационных способностей, не следует забывать о формировании положительного отношения и интереса детей к активным занятиям физическими упражнениями. Поэтому в современных условиях для воспитателей, ру-