

УДК 7.96

ЗОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – КЛЮЧ К ЗДОРОВЬЮ СТУДЕНТОВ

ТарГУ им.М.Х Дулати

A HEALTHY LIFESTYLE is the KEY to the HEALTH of tar GU

STUDENTS.M. Kh Dulati

Zekenov PS/Джекенов П.С.

*associate Professor, honored worker of sports of the
Republic of Kazakhstan/доцент/почетный деятель спорта РК*

*Taraz State University named after M.Kh.Dulaty, Kazakhstan, Taraz, 60 Tole by street,
Таразский Государственный Университет им. М.Х.Дулати, Казахстан, Тараз, ул
Толе би 60,*

***Аннотация:** Таразский государственный университет имени М.Х. Дулати известен как вуз, богатый своими спортивными традициями, где постоянно проводится работа по развитию физической культуры и привлечению студенческой молодежи к массовым занятиям спорта.*

***Ключевые слова:** спорт, массовый спорт, здоровье нации, ТарГУ, секционные занятия*

В своем послании глава государства Касым-Жомарт Токаев отмечал, что физическая культура и спорт должны стать особой заботой государства. Особого внимания требуют вопросы укрепления здоровья нации. Важно развивать **массовый спорт** среди всех возрастных групп населения. Нужно обеспечить **максимальную доступность спортивной инфраструктуры для детей**. Развитие массовой физической культуры должно

стать пирамидой, на вершине которой будут новые чемпионы, а у её основания мы получим здоровую, активную молодёжь и, в конечном счете, сильную нацию. Необходимо законодательное обеспечение этого курса, а также принятие **Комплексного плана по развитию массового спорта.**

Таразский государственный университет имени М.Х. Дулати известен как вуз, богатый своими спортивными традициями, где постоянно проводится работа по развитию физической культуры и привлечению студенческой молодежи к массовым занятиям спорта. Основой спортивных занятий в ТарГУ являются спортивные секции, которые проводятся преподавателями кафедры «Физическое воспитание» и кафедрой «Теория и методика физической культуры и спорта». Самые популярные секции это секции футбола, волейбола, баскетбола, настольного тенниса, стрит воркаут, тогызкумалака и др. Студенты закрепляют и развивают спортивные навыки, мобильности, волю к победе. Спортивные баталии не утихают весь учебный год. Регулярно проводятся соревнования на уровне университета, региона и республики. Традиционными стали межфакультетские соревнования среди студентов. Команды оспаривают первенство по различным видам спорта. Не отстают от студентов и преподаватели ТарГУ, ежегодно в январе проводится традиционная спартакиада «Денсаулык». Она проводится по таким видам спорта как: баскетбол, волейбол, мини-футбол, настольный теннис, шахматы, тогызкумалак, армрестлинг, президентское многоборье, гиревой спорт, дартс, перетягивание каната, стрит воркаут. В соревнованиях принимают участие команды всех факультетов, команда администрации, команда библиотеки и службы безопасности. Спартакиада «Денсаулык» настоящий праздник спорта. Мощная спортивная база университета позволяет проводить городские, областные, республиканские соревнования по разным видам спорта. Это спартакиада среди ВУЗов и колледжей города, посвященная Дню Первого Президента, областные соревнования по волейболу, посвященные Дню Независимости, открытое личное первенство по легкой атлетике на приз ректора ТарГУ, турниры по борьбе, карате, таэквандо. Сборные команды по

баскетболу, спортивному ориентированию, волейболу, тогызкумалаку неизменно занимают лидирующие позиции.

В Тар ГУ на базе двух кафедр работают 27 секций по 18 видам спорта. Всего в секциях занимаются более 700 студентов, в процентном отношении ко всему контингенту студентов очного отделения Тар ГУ это составляет всего – 14 %. Однако здесь речь идет о студентах, которые занимаются в секциях Тар ГУ, т.е. студентах которые впервые приходят заниматься спортом. Те кто до прихода в вуз занимался спортом и продолжает тренироваться в спортивных школах мы у своих тренеров, их мы не учитывали.

Анализ секционных занятий показывает, что наибольшее количество студентов посещающих секции приходится на первокурсников, это-53,1%, второкурсники составляют примерно -25,3%, третий курс около 14, 4%, четвертый курс примерно это -7,2% .

На наш взгляд существует несколько проблем влияющих на охват студентов секционными занятиями

1. Не рациональное использование материально – технической базы университета. Здесь надо выразить большую благодарность руководству вуза который провел капитальный ремонт спортзалов технологического корпуса благодаря чему мы имеем специализированные гимнастический зал, зал борьбы, зал настольного тенниса, три игровых спорт. зала, зал бокса, зал таэквандо. Однако для проведения секционных занятий помещений не хватает. Например, в зале бокса гидрокомплекса одновременно занимаются секции стрит воркаута, бокса, президентских тестов.

2. Включение секционных занятий в учебную нагрузку. Раньше секционные занятия были прерогативой спортивного клуба, на основе анализа загруженности спортсооружений составлялось расписание секций, секционные занятия проводились и до обеда и после. Сейчас это невозможно так как все тренера которые ведут секционные занятия являются штатными преподавателями, т.е. с утра и до 16.00 они заняты, все секции начинают работать с 15.30. Отсюда у нас и малый охват студентов, ведь не секрет что у

некоторых курсов занятия начинаются после обеда, они фактически не могут заниматься в наших секциях

3. Исходя, из анализа посещаемости секционных занятий можно сделать вывод, что у наших студентов отсутствует мотив занятия спортом. Если у студентов 1-2 курсов он еще есть это не ходить на занятия по физкультуре, научиться азам того или иного вида спорта, то у 3-4 курса он постепенно угасает. На наш взгляд есть несколько причин.

- 1) малое количество соревнований, в которых они участвуют,
- 2) нет стимулирования студентов, т.е. не практикуется присвоение спортивных разрядов, различных поощрений и т.д.

Annotation: *Taraz State University named after M.Kh. Dulati is known as a university rich in its sports traditions, where work is constantly being done to develop physical education and attract students to mass sports.*

Keywords: *sport, mass sport, health of the nation, TarSU, sectional classes*

Статья отправлена: 10.19

Джекенов П.С.