

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И  
СПОРТ В ПОВЫШЕНИИ  
СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ  
СТУДЕНТОВ**

Умань — 1990

На наш взгляд, это не в полной мере отражает современный подход к физической культуре. В настоящее время необходимо в программе выделить конкретные разделы — физическое образование, спорт, физическая рекреация и двигательная реабилитация, которые полностью охватывают весь контингент студенческой молодежи.

Физическое образование является одним из основных видов физической культуры и входит в другие части, так как все четыре вида ее образования из одной метасистемы — физической культуры. Однако это присуще и другим ее видам (4, 6).

Перестройка структуры вузовской программы по данным аспектам позволит на более высоком образовательном уровне подойти к решению проблемы внедрения различных видов физической культуры в образ жизни студенческой молодежи (8). В свою очередь, это обеспечит более системное воздействие на развитие в регулярных занятиях физическими упражнениями с целью укрепления здоровья, физического развития, повышения творческой активности и общей работоспособности.

### Литература

1. Лесгафт П. Ф. Собр. пед. соч., т. 2, с. 339.
2. Лесгафт П. Ф. Избранные труды; Сост. И. Н. Решетень. — М.: ФиС, 1987, с. 13.
3. Выдрин В. М. Структура учебной дисциплины «Теория физической культуры». В сб.: Актуальные проблемы теории физической культуры как учебной дисциплины. — Л.: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, 1986», с. 3—10.
4. Выдрин В. М. Перестройка в области физической культуры. (Проблемы и пути). Теория и практика физической культуры, 1987, № 8, с. 22—24.
5. Выдрин В. М. Физическая культура — органическая часть культуры общества и личности. В сб.: Проблемы повышения физической подготовки студенческой молодежи. Воронеж, ВГУ, 1988, с. 16—23.
6. Выдрин В. М., Джумаев А. Физическая рекреация — вид физической культуры. Теория и практика физической культуры, 1989, № 3, с. 2—4."
7. Евстафьев Б. В. Анализ основных понятий физической культуры. Л.: ВДКИФК, 1985.
8. Зыков Б. К., Лотоненко А. В. Проблемы перестройки физической культуры в вузах. В сб.: Оптимизация учебного процесса и оснащение учебно-материальной базы по физической культуре. Воронеж, 1988, с. 1—3.
9. Лапицкий Ф. Г., Чоговадзе А. В. Двигательная активность и

физическая работоспособность студентов. Теория и практика физической культуры, 1988-, № 10, г. 62—63.

10. Пономарев Н. И. Спорт — феномен культуры. Лекция — Л.: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта, 1987, с. 23. .

11. Рожков П. А. Об основных направлениях и принципах перестройки физического воспитания населения. Теория и практика физической культуры, 1989, № 3, с. 62—64.

### ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗАХ

**И. Ф. Чернобаб, Г. П. Грибан, М. М. Чубаров**

Перестройка высшей- школы, осуществляемая на основе принципов демократии, самоуправления и самостоятельности студентов, определяет стратегический ориентир в деятельности высших учебных заведений —воспитание активной личности студента.

Физическое воспитание, являясь составной частью общей системы образования и воспитания будущих специалистов народного хозяйства, призвано формировать всесторонне и гармонически развитую личность специалиста, способную смело принимать новаторские решения и активно проводить их в жизнь. Подготовка будущих специалистов, способных со знанием дела включаться в работу по переустройству общества, требует более углубленной подготовки студентов по нескольким направлениям: методическому, обеспечивая мировоззренческий уровень студентов; психологическому, расширяя их профессиональную направленность, интерес и готовность к работе по избранной специальности; практическому, формируя и закрепляя профессиональные навыки и умения.

Реализация указанных направлений необходима в рамках каждой вузовской дисциплины, в том числе и в физическом воспитании. Ныне действующая комплексная программа по физическому воспитанию для высших учебных заведений, будучи достаточно гибкой, представляет кафедрам варианты возможности воплощения заложенных в ней идей и, в то же время, обнаруживает ряд несоответствий.

Особенно отчетливо они проявляются в системе «цели — результаты». Так, например, в числе задач провозглашается: «...формирование у студентов коммунистического мировоззрения, идейной убежденности, высоких нравственных и волевых качеств, дисциплинированности, трудолюбия, активной жизненной позиции, воспитание потребности в физическом совершенствовании, в-

стематических занятиях физической культурой и спортом...»<sup>1</sup>. Что касается возможностей и путей реализации этой задачи, то в программе они не представлены. Более того, предложенные контрольные нормативы по физической подготовленности, как единственные критерии качества учебно-воспитательного процесса, создают впечатление не обязательности реализации процитированной нами задачи или же, в крайнем случае, порождает упрощенческий подход к ее осуществлению. Полагается, будто уже сам факт включения студентов в физкультурно - спортивные занятия реализует мировоззренческий потенциал этой учебной дисциплины. Между тем, отдельные этические беседы о необходимости и пользе занятий не способны зачастую изменить позицию студентов в отношении уровня своей физической подготовленности и состояния здоровья. А ведь задача в том и заключается, чтобы преобразовать мотивационно-потребностную сферу занимающихся, сформировать у них активно - осознанное отношение к занятиям, к собственному физическому совершенствованию.

Исследования показывают, что важнейшим условием реализации воспитательного потенциала физического воспитания является правильная постановка цели. С постановки цели непосредственно начинается человеческая деятельность, в силу чего последняя и называется целенаправленной и целесообразной. В практике физического воспитания студентов еще немало фактов искаженного определения преподавателями педагогической цели (1). Цель педагогической деятельности фиксируется порой в таких определениях как «укрепить здоровье», «повысить спортивно-техническую подготовленность», «выполнить требования программы» и т. д. Подобные факты свидетельствуют о существенной деформации педагогической деятельности, в которой личность студента, по существу, остается вне поля зрения, а социальная полезность цели оказывается значительно ограниченной.

Практика работы показывает, что ближайшие частные цели, в силу и непосредственной связи с потребностями сегодняшнего дня, имеют тенденцию заслонять собою и даже подменять цели перспективные и фундаментальные — высшие (8). Когда внимание преподавателей концентрируется на таких конечных результатах физического воспитания как количество человек сдавших нормы комплекса ГТО, нормативы программы, выполнивших спортивные разряды и т. д., то упускается главное — процесс достижения этих результатов, личностное развитие студентов. В итоге студенты относятся к физическому воспитанию как к предмету, по которому необходимо получить зачет. В результате кратковремен-

<sup>1</sup>Проект комплексной программы по физическому воспитанию для высших учебных заведений. М., 1987. — с. 2.

ной интенсивной тренировки, в основном под воздействием преподавателя, студенты «подтянув» отстающие физические качества, сдают требуемые нормативы. После этого у них остаются в прошлом эти занятия, не оставившие должных следов в сознании. При таком подходе не происходит приобщение студентов к физкультурно - спортивной деятельности, а зачастую даже наблюдаются отрицательные результаты, т. е. происходит процесс отчуждения от физической культуры и спорта.

Преобразование человека в средство, подчинения внешней цели разрушает его как личность, заставляет рассматривать его в нечеловеческой (вещной) функции (8). Если в качестве цели рассматривается выполнение норматива комплекса ГТО, то человек выступает не как личность, а как рабочая сила. Кроме этого, если исходить из точки зрения «главное результат» то в данном случае могут искажаться благие цели игнорироваться моральный аспект выбора и использования средств.

Результаты исследований (3, 4, 7) свидетельствуют как о низкой физической подготовленности студентов, так и о несоответствии уровня развития их физических качеств требованиям вузовской программы на протяжении уже многих лет. Слабое развитие физических качеств неизбежно вызывает у таких студентов чувство неуверенности в себе, заниженную самооценку и не способствует повышению социальной активности, порождает неудовлетворенность занятиями.

Изучение динамики физического развития, физической подготовленности студентов и состояния их здоровья за весь период обучения в вузе показывает, что темпы прироста показателей физической подготовленности студентов после второго курса замедляются, а на четвертом и пятом даже заметно снижены (6). У старшекурсников, прекративших обязательные занятия по физическому воспитанию и не занимающихся самостоятельно физическими упражнениями и спортом, отчетливо проявляется снижение физической работоспособности и ухудшение состояния здоровья (7).

Особенно тревожит факт уменьшения количества студентов, самостоятельно занимающихся в свободное время различными видами физической культуры и спорта. Проведенное анкетирование в сельскохозяйственных вузах показывает, что систематическая физкультурно-оздоровительная работа с основной массой студентов ведется не на должном уровне, очень часто преподаватели увлекаются узкой спортивной подготовкой незначительной части студентов или команд. Во многих вузах физическим воспитанием на старших курсах продолжает заниматься лишь та часть студенческой молодежи, которая добилась определенных успехов в том или ином виде спорта. Основная же часть студентов оста-

ется в стороне от занятий физическими упражнениями и спортом, т. е. планомерная учебно - воспитательная работа кафедр физического воспитания и спортивных клубов на деле сводится к узкой спортивной подготовке незначительного количества студентов. Это вызвано тем, что правления спортивных клубов, призванные в первую очередь решать задачи организации физкультурно-оздоровительной и спортивно - массовой работы во внеучебное время, занимаются в основном подготовкой ведущих спортсменов института, формированием сборных команд, организацией работы ДЮСШ. Зачастую этими же вопросами занимаются и кафедры физического воспитания.

В настоящее время изыскание резервов для увеличения объемов двигательной деятельности студентов идет двумя путями.

Первый определяется качеством программно-нормативных документов высшей школы. Здесь, по мере совершенствования программ, отмечается постоянное увеличение количества часов, отводимых на физическое воспитание.

Второй путь связан с совершенствованием форм организации учебного процесса, увеличением двигательной деятельности за счет более узкой специализации и повышением моторной плотности занятий, постоянным совершенствованием методики проведения занятий.

Кроме того, применялось периодическое включение в учебные занятия элементов круговой тренировки, что способствовало разностороннему воздействию на организм студентов, устраняло элементы монотонности (2, 5). Исследовалось также применение различных вариантов комплексно - круговой формы проведения учебных занятий, что значительно повышало эффективность физического воспитания и улучшало качество проведения учебных занятий (9).

Анализ исследований в области физического воспитания студентов и собственные результаты исследований показывает, что достигнуты определенные положительные результаты в совершенствовании методики проведения учебных занятий на основе спортивной специализации, применения комплексно - круговой формы организации занятий, достигнута цель увеличения академических занятий. И тем не менее, пока не удается получить удовлетворяющие общество результаты физического воспитания студентов.

Проведенные нами исследования в 9 сельскохозяйственных вузах страны различных регионов показали, что существует односторонний «физиологический» подход в решении задач по физическому воспитанию студентов. Как правило, преподаватели кафедр физического воспитания и тренеры спортивных клубов обособили свою область деятельности - как реальность и сосредоточили все внимание на воспитании физических качеств, формиро-

нии двигательных умений и навыков. Беря под контроль ЛИШЬ биологический субстрат человека, его организм, они настолько отделили биологическое от духовного, что личность студента осталась вне поля их зрения. Все, что относится к духовной сфере — содержание мыслей и чувств, ценностные ориентации, потребности, интересы и другое, что составляет содержание направленности личности студента, как правило, преподавателями физического воспитания не учитывается. В конечном итоге физкультурно-спортивная активность значительной части студентов старших курсов находится на очень низком уровне. Одной из причин есть то, что самостоятельно умеют заниматься физическими упражнениями и отдельными видами спорта среди студентов 41,0%, а у остальных эти знания и умения недостаточны или же отсутствуют. Низкий уровень развития организаторских качеств подтверждается тем, что лишь 15,9% студентов умеют организовать людей на спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия, а остальные не обладают такими знаниями и умениями и никогда не занимались этой работой (табл. 1).

Таблица 1

**Субъективная оценка умений и навыков студентами в физкультурно-спортивной деятельности**

Вопрос	Варианты ответов	Процент ответивших
Умеете ли Вы самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом?	Да	41,0
	Частично	46,9
	Нет	12,1
Умеете ли Вы организовать людей на спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия?	Да	15,9
	Частично	51,5
	Нет	32,6

Сегодня среди будущих специалистов сельскохозяйственного производства встречается еще несерьезное отношение к собственной физической подготовленности и состоянию здоровья, нежелание и неумение использования средств физической культуры и спорта повседневной жизни. Нередко студенты, сдав зачет по физическому воспитанию и выполнив нормативы комплекса ГТО, в дальнейшем не используют средства физической культуры и спорта.

Одной из главных причин низкой результативности физического воспитания в вузах является то, что при существующей организации учебного процесса преподаватели используют единоличный, в своей сущности — директивный, авторитарный стиль уп-

равления. Он характеризуется тем, что преподаватель сам принимает все основные решения по организации процесса физического воспитания без согласования со студентами. Деятельность студентов в учебных занятиях строго регламентирована, преподаватель единолично контролирует ее и оценивает. Общение является в основном официальным, в нем преобладают покровительственно-приказные формы.

Таким образом, принуждение воспитывает у студентов упрямство, нежелание следовать ни советам, ни требованиям тех, от кого они исходят. Игнорируя эту педагогическую аксиому, нельзя добиться положительных результатов в формировании любой культурной потребности, в том числе в физическом самосовершенствовании.

При существующей организации учебных занятий по физическому воспитанию студентам приходится отказываться от независимости и самостоятельности, от той степени свободы, которой они обладают, и действовать в режиме жесткой регламентации. Полное же подчинение всегда ведет к пассивности, что убивает желание заниматься.

Такая методика организации в большей мере способствует отчуждению от физической культуры. А эффективность физкультурно-спортивной деятельности определяется не принуждением, не всесторонней регламентацией, а главным образом пониманием самими студентами целей, средств и путей их достижения, внутренним отношением к деятельности, стремлением заниматься в полную меру сил и способностей.

Современные студенты более развиты и самостоятельны. Они хотят, чтобы с ними считались, учитывали их мнения и желания, а не просто предъявляли требования и заставляли их выполнять. Об отношении студентов сельскохозяйственных вузов к организации учебной и внеучебной работы можно судить, исходя из результатов социологических исследований (табл. 2). Результаты удовлетворенности преподаванием физического воспитания в вузах показывают, что около половины студентов в той или иной мере недовольны системой организации, применяемыми методами и формами проведения занятий, их направленностью, а также организацией внеучебной работы.

## Удовлетворенность процесса

Таблица 2  
студентов организацией физического воспитания в

Таблица 2  
Удовлетворенность студентов организацией процесса физического воспитания в вузе (в % к числу опрошенных)

Показатели	Ответы студентов	Мужчины	
		Женщины	Женщины
Преподавание физического воспитания	Удовлетворены	58,9	53,6
	Частично удовлетворены	34,4	37,1
	Неудовлетворены	6,7	9,3
Организация спортивно-массовой и оздоровительной работы	Удовлетворены	53,7	46,2
	Частично удовлетворены	40,1	44,5
	Неудовлетворены	6,2	9,3

Поэтому для физического, воспитать-создать условия для процесса, проведения учебных и дать свободу их и потребностей студентов, а также включить студентов в совместное управление физкультурно-спортивной деятельностью. С этой целью на базе Уманского сельскохозяйственного института был проведен психолого-педагогический эксперимент в течение 1986—1988 учебных годов, в котором приняли участие 4 экспериментальные и контрольные группы студентов.

При составлении программы психолого-педагогических воздействий в экспериментальных группах мы исходили из того, что решение проблемы всестороннего развития личности возможно лишь при условии целостного подхода к физическому воспитанию, означаемом: а) единство нравственного и физического воспитания; б) единство целей и направленности учебных и внеучебных занятий по физическому воспитанию.

В связи с этим в учебных занятиях экспериментальных групп был сделан акцент на воспитательно-образовательную направленность, т. е. максимальную психолого-педагогическую направленность всех применяемых методов, на воспитание и формирование нравственной, организаторско-управленческой и физкультурно-спортивной активности студентов. Для решения этой цели использовалась практика вовлечения студентов в совместное управление учебно-воспитательным процессом. При этом мы исходили из того, что студенты вправе сами выбирать вид физкультурно-спортивных занятий, совместно с преподавателем разрабатывать

программу своих занятий, для развития и совершенствования как физических, так и духовных качеств, соответствующим их склонностям и интересам.

Основное внимание в учебных занятиях направлялось не на развитие физических качеств и обучение двигательным умениям и навыкам, а акцентировалось на обучение знаниям и умениям самовоспитания, необходимых нравственных, организаторских и физ-культурно-спортивных качеств и навыков. При этом мы опирались на то положение, что воспитывает не сама по себе физкультурно-спортивная деятельность, а прежде всего отношения, в которые вступают в процессе этой деятельности студенты. Любое звено в психологии воспитания, в системе отношений преподаватель должен рассматривать сквозь призму нравственных отношений для того, чтобы постоянно вносить нравственные коррективы как в свои собственные поступки, так и в поступки студентов. С этой целью в экспериментальных группах решалась задача обогащения содержания психолого-педагогических воздействий средствами и методами способствующими в первую очередь воспитанию нравственных качеств студентов.

Содержание и направленность внеучебной работы по физическому воспитанию в экспериментальных группах были продолжением учебных занятий. При этом мы изменили саму форму организации спортивно-массовой работы. Соревнования между учебными группами, на факультете, где занимались студенты экспериментальных групп, проводились не сборными командами, а тремя командами от группы, т. е. создавалась ситуация, побуждающая всех студентов участвовать в соревнованиях в наиболее популярных и доступных среди них видах спорта: волейбол, баскетбол, ручной мяч, мини-футбол и др. При этом выбор видов спорта, подготовка, организация и проведение соревнований проводились самими студентами при методической помощи преподавателя. Учитывался при этом принцип добровольности участия учебных групп в соревнованиях.

При включении студентов экспериментальных групп в совместное управление процессом физического воспитания решалась задача превращения совместной деятельности в подлинно коллективную. Утверждение коллективности как- основного качества деятельности, отношений, общения и создания при этом всех условий для индивидуального подхода строилось с учетом личностных особенностей каждого студента.

Содержание и направленность учебных занятий в контрольных группах были традиционными, т. е. в учебных занятиях решались задачи повышения уровня физической подготовленности и улучшения спортивно-технических результатов. Соревнования и спа-

ртакиады проводились на уровне сборных команд групп и курсов. Организацией и управлением учебным процессом в контрольных группах занимались преподаватели кафедры физического воспитания, во внеучебной работе штатные тренеры спортивного клуба.

Формы организации учебных занятий во всех испытуемых группах были идентичными. Применялась комплексно-круговая форма проведения занятий с включением спортивных и подвижных игр, которым отводилось до 50% времени на занятиях. В число видов спорта наиболее используемых на занятиях включались те, которые, по мнению студентов, наиболее интересны и полезны.

Зачетные требования во всех испытуемых группах включали прирост индивидуальных показателей физической подготовленности, а в экспериментальных группах дополнительным условием являлась оценка физкультурно-спортивной активности.

Итоговые данные формирующего психолого-педагогического эксперимента показали, что по всем параметрам физической подготовленности (нормативы учебной программы) более высоких результатов достигли студенты экспериментальных групп при уровне достоверности  $P < 0,001$ . Следует отметить, что в экспериментальных группах основной акцент ставился не на достижение максимального прироста показателей, а на повышение активности студентов в различных формах физкультурно-спортивной деятельности. Одной из задач исследований была установка не допустить, чтобы прирост показателей физической подготовленности стал самоцелью для студента. Важным показателем работы являлось воспитание стремления и умения сохранять достигнутый уровень оптимального развития физических качеств.

Предложенная нами методика организации учебного процесса по физическому воспитанию способствовала увеличению из года в год количества постоянно занимающихся физической культурой и спортом в свободное время. Так, в экспериментальных группах до эксперимента занималось 20,3%, а в конце 51,7%, тогда как в контрольных, соответственно 13,8% и 3,7%.

Более высокий уровень физкультурно-спортивной активности студентов экспериментальных групп способствовал сохранению физической подготовленности в период летних каникул, тогда как результаты в контрольных группах снизились до исходного уровня и ниже.

Важным конечным результатом занятий физическим воспитанием является не уровень физической подготовленности, на который ориентирована традиционная организация физического воспитания, а уровень отношения студентов к этому виду деятельности,

уровень сформированной мотивации, потребности в занятиях физическими упражнениями.

Результаты исследований показали, что применяемая в экспериментальных группах методика проведения учебных занятий по физическому воспитанию и проведение спортивно-массовых мероприятий способствует не только повышению физкультурно-спортивной активности студентов, но и повышению их организаторской и нравственной активности (табл. 3).

Таблица 3

**Уровень социальной активности студентов в процессе физкультурно-спортивной деятельности**

Показатели	Коэффициенты социальной активности	
	экспериментальные группы	контрольные группы
Удовлетворенность учебными занятиями по физическому воспитанию	0,57	0,12
Физкультурно-спортивная активность в сфере свободного времени	0,59	0,13
Осознанность физкультурно-спортивных занятий (мотивация)	0,60	9,13
Организаторская активность	0,60	0,25
Нравственная активность	0,57	0,12

**Примечание:** Коэффициент социальной активности вычислялся по методике А. Т. Здравомыслова с соавторами<sup>1</sup>.

Анализ результатов экспертных оценок (табл. 4) показывает, что положительные изменения в экспериментальных группах произошли не только в повышении физкультурно-спортивной, организаторской и нравственной активности студентов, но и в трудовой, общественной и учебной деятельности. Студенты становятся более активными и с желанием выполняют общественные поручения, с большей ответственностью относятся к учебной деятельности.

<sup>1</sup>Человек и его работа (социологическое исследование). /Под ред. А. Г. Здравомыслова, В. П. Рожина, В. А. Ядоев. — М., Мысль, 1967, — с. 83.

Таблица 4

**Изменение уровня социальной активности студентов за период эксперимента (в баллах)**

Виды деятельности	\ пуппы	До эксперимента м± m	После эксперимента м± m	Темп.	P	(прирост в %)
Учебная	Экспер.	2,86±0,15	3,62±0,17	3,21	<0,001	23,4
	контрол.	3,21±0,08	3,35±0,09	1,13	> 0,05	4,33
Общественная	Экспер.	2,51±0,20	3,20±0,19	2,48	< 0,05	24,02
	Контрол.	2,96±0,13	2,85±0,17	0,48	>0,05	— 3,68
Трудовая	Экспер.	3,20±0,21	3,58±0,18	1,32	> 0,05	11,16
	Контрол.	3,28±0,10	3,39±0,12	0,66	> 0,05	3,20
Физ культу рно-спортивная	Экспер.	2,69±0,24	3,48±0,26	2,20	< 0,05	25,69
	Контрол.	2,93±0,23	2,46±0,23	1,40	> 0,05	— 17,21

Из результатов психолого-педагогического эксперимента следует, что только организация физического воспитания, включающая преподавателей и студентов в совместное управление учебно-воспитательным процессом способствует повышению социальной активности студентов, избавляет их от однотипности\* традиционной «заданности и зарегламентованности». Это позволяет изменить позицию студентов в учебно-воспитательном процессе, т. е. добиться того, что они становятся не только объектом воздействия преподавателей, а- и субъектами собственно-й деятельности, равноправными участниками управления"- учебно-воспитательным процессом. Представление инициатив накладывает на студентов личную и коллективную ответственность за результаты физ.культурно-спортивных занятий, за качество профессиональной подготовки "и личностного развития. Такая организация создает всем студентам необходимые условия для свободного развития духовных и физических возможностей. Именно свобода выбора, разнообразие физкультурно-спортивных занятий, максимальная самостоятельность в принятии решений, стремление к полезности своей деятельности не только для себя, но и для общества, являются теми условиями, без которых не может формироваться социальная активность и воспитываться всесторонне развитая личность специалиста высшей квалификации.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Виленский М. Я., Внуков А. П. Цель и целеполагание в педагогической деятельности преподавателя физического воспитания высшей школы. // Теория и практика физической культуры. 1986, № 8, с. 14—16.
2. Гульянц А. Е. Методика круговой тренировки силовой направленности в системе физического воспитания студентов. Авто-реф. дисс. ...канд. пед. наук. М., 1988, с. 24.
3. Джамалов А. Р. Комплексная оценка уровня развития двигательных способностей человека. // Физическая культура, здоровье и трудовое долголетие советского человека. М., 1983. — с. 54—58.
4. Евтушок Ю. И. Исследования динамики физического состояния студентов высших учебных заведений в связи с обоснованием оптимальных форм организации физической- подготовки при обучении на старших курсах. К., КГИФК, 1974. — 189 с.
5. Михайлов В. В., Хайкин Л. В. Организационно-методические основы поточно-круговой формы проведения учебного процесса по физическому воспитанию со студентами подготовительного отделения вуза. // Теория и практика физической культуры, 1985, № 7, с. 42—44.
5. Новиков Б. И., Федоткин В. В. Динамика физических качеств, состояния здоровья и физического развития студентов в процессе обучения в вузе. // Физкультура и здоровье студентов. Под ред. Е.Д. Хомской, М. М. Рыжака. М., Изд-во МГУ, 1988.
7. Рыжак М. М. Дальнейшее совершенствование физического воспитания студентов в свете решений XXVII съезда КПСС. Ф/Физкультура и здоровье студентов. Под ред. Е. Д. Хомской, М. М. Рыжака. М., Изд-во МГУ, 1988, с. 8—15.
8. Философско-психологические проблемы развития образования. М., «Педагогика». 1981. Под ред. В. В. Давыдова). — 175 с.
9. Чунин В. В. Структура и содержание занятий, проводимых по комплексно-круговой форме. // Теория и практика физической культуры. 1978, № 3, с. 43—47.



