

функциональное состояние, повышают работоспособность и эмоциональный тонус. Считаем необходимым осуществлять комплексный мониторинг, включающий показатели физического развития и функционального состояния студентов во время дистанционного обучения в вузе, используя методы самостоятельного проведения различных функциональных проб.

Библиографический список:

1. *Ботагариев Т.А., Тиссен П.П.*, «Теория и методика обучения физической культуре». 2019. Текст: непосредственный.

2. *Виленский, М.Я., Горшков, А.Г.* «Физическая культура и здоровый образ жизни студента» (для бакалавра). Москва: КноРус, 2018. Текст: непосредственный.

3. *Галочкин, П. В.* Самоконтроль студентов в процессе физического воспитания / П. В. Галочкин, С. В. Скрыгин // Электронный научный журнал. 2016. № 2(5). С. 516–518. Текст: непосредственный.

4. *Ильинич, В.И.* Физическая культура студента и жизнь: учебник для вузов / Москва: Гардарики, 2005. 366 с. Текст: непосредственный.

Русинов Д.А., Кетриш Е.В.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия*

СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Аннотация. На сегодняшний день именно в школе каждый обучающийся впервые сталкивается с проблемой сохранения и укрепления здоровья. Основное место решения данной проблемы именно общеобразовательные организации, которые призваны осуществлять не

только образовательную деятельность, но и заботиться и обеспечивать сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Ключевые слова. Физическое воспитание, спортивная подготовка, здоровье, общеобразовательная организация.

Во все времена исследователи задавались вопросом сохранения и укрепления жизни и здоровья человека, так как считается, что здоровье – это одно из самых важных условий успешной деятельности. Развитие физического воспитания и спорта являлось приоритетной целью в советское время. Именно поэтому качество физического воспитания подрастающего поколения было одним из основных показателей процветания нации.

В связи с критическим ухудшением показателей здоровья и физического развития современного человека, в настоящее время становится актуальным вопрос физического здоровья и спортивного воспитания подрастающего поколения.

Формирование основных принципов физической и духовной культуры личности, увеличение ресурсов здоровья как системы ценностей в первую очередь реализуются через физическое воспитание и спорт, а также в здоровом образе и стиле жизни [5].

Система физического воспитания действует в узкой связи с иными системами общества, а именно под влиянием культуры, науки, экономики, политики, искусства, система физического воспитания проявляет и противоположное влияние на каждую сферу общественной деятельности.

Система физического воспитания – это исторически определенный вид социальной практики физического воспитания, содержащий мировоззренческие, теоретико-методические, программно-нормативные

и организационные основы, которые обеспечивают физический прогресс людей и организацию здорового образа жизни [5].

Основной целью физического воспитания в школе является всестороннее и гармоничное развитие личности обучающихся, помощь им в возможности достижения физического совершенства, формировании, укреплении и сохранении здоровья, а также подготовка к будущей профессиональной деятельности [6].

Физическое воспитание в общеобразовательных организациях осуществляется на основе нормативных правовых актов, которые регламентируют научно-обоснованные задачи и средства физического воспитания, компетенции, которые необходимо сформировать.

Такое воспитание должно обеспечить базовый уровень всесторонней физической подготовленности, который необходим и доступен каждому обучающемуся.

Государство предусматривает систематические обязательные занятия физическими упражнениями на всех уровнях общего образования (дошкольного, начального, основного, среднего общего образования). Данные занятия проводятся в соответствии с образовательными программами образовательных организаций, в отведенное для этого время, а также под руководством квалифицированных специалистов.

Особенности физического воспитания в России определены формированием и развитием двигательных навыков и физических качеств человека, которые определяют его физическую работоспособность.

У физического воспитания в общеобразовательных организациях имеется три основных назначения:

1. Общее физическое воспитание – направлено на укрепление и поддержание здоровья и работоспособности во время учебной

деятельности. Именно поэтому цель физического воспитания овладение жизненно важными двигательными действиями, а также согласованное развитие силы, быстроты, выносливости и подвижности. Общее физическое воспитание способствует созданию того минимума физической подготовки, которое необходимо для «обычной» жизнедеятельности;

2. Физическое воспитание с профессиональной направленностью – обеспечивает формирование такого уровня физической подготовки, который будет необходим в будущем профессиональной деятельности. Наполнение программ физической подготовки всегда соответствует требованиям определенного вида профессиональной деятельности, в связи с этим физические упражнения подбираются такие, чтобы в наибольшей степени соответствовали условиям трудовой деятельности.

3. Физическое воспитание со спортивной направленностью – обеспечивает достижение максимально высоких результатов в конкретном виде физических упражнений [2].

Каждое из трех направлений подчиняются общей цели, единым принципам и задачам системы физического воспитания.

На сегодняшний день, согласно основному нормативному правовому акту отрасли – Федеральному закону от 04.12.2007 № 392 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», физическое воспитание обучающихся нацелено на увеличение двигательной активности и повышение уровня здоровья, а его главная задача – повышение уровня физической подготовки обучающихся.

Однако на практике, наряду с регламентацией важности физического воспитания и спорта, а также повышением физической нагрузки в сочетании с оздоровительными средствами, складывается ситуация, которая показывает отсутствие разработок, направленных на

повышении объема двигательной активности и модификации средств, методов и технологий, используемых в физическом воспитании.

Невозможность обеспечения должного уровня физической подготовки и качества здоровья демонстрирует слабую результативность физического воспитания детей школьного возраста. Основная проблема заключается в недостаточности объема двигательной деятельности школьников. Если рассматривать эту проблему объективно, то понятно, что полное и эффективное воздействие на школьников невозможно обеспечить за три часа физической культуры в неделю [7], которые предусмотрены учебными планами общеобразовательных организаций. А если рассматривать внешкольные занятия физкультурой и спортом, то обнаруживается другая проблема – такие занятия охватывают крайне малое количество учащихся.

В этой непростой ситуации необходимо ставить вопрос о том, как реализовать огромный накопленный потенциал физического воспитания и спортивной подготовки с точки зрения деятельностных процессов достижения целей физической культуры, в том числе использования здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих технологий.

Для выполнения такой ответственной миссии система физического воспитания и спорта в общеобразовательных организациях должна подняться на новый уровень сообразно новым целям и задачам [7].

Библиографический список:

1. Вишневский, В.А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии) Москва: «Теория и практика физич. культуры», 2020. 270 с. Текст: непосредственный;

2. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий. Текст: непосредственный // Начальная школа, 2005. № 11. с. 59-70;

3. Кучма, В.Р., Сердюковская Г.Н., Демин А.К. Руководство по гигиене и охране здоровья школьников: для медицинских и педагогических работников, образовательных учреждений, лечебно-профилактических учреждений, санитарно-

эпидемиологической службы. Москва: Российская ассоциация общественного здоровья, 2016. 152 с. Текст: непосредственный;

4. *Лазарев, В.С., Поташник М.М.* Как разработать программу развития школы: Методическое пособие для руководителей образовательных учреждений. Москва: Новая школа, 2017. 48с. Текст: непосредственный.

5. *Методика, обучения физической культуре: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка.* Москва: Издательский центр «Академия», 2013. 256 с. Текст: непосредственный

6. *Современные технологии оздоровления детей и подростков в образовательных учреждениях: Пособие для врачей.* Москва: Министерство здравоохранения Российской Федерации, ГУНЦ здоровья детей РАМН НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, 2018. 68с. Текст: непосредственный.

7. *Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина; под ред. Ю. Д. Железняка.* 4-е изд., перераб. Москва: Издательский центр «Академия», 2010. 272 с. Текст: непосредственный.

Сафронова Р.В., Кетриш Е.В.

ГАПОУ СО «Свердловский областной педагогический колледж»,

Российский государственный профессионально-педагогический университет

г. Екатеринбург, Россия

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ФИТНЕСА
ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Аннотация: Для того, чтобы современные методики преподавания предмета физическая культура соответствовали современным требованиям общества, они должны содержать инновационные