

По нашему мнению, благодаря внедрению гимнастики ушу удастся снизить уровень заболеваемости, улучшить показатели функциональной и физической подготовленности, физического развития и умственной работоспособности, а также сформировать у студентов положительную мотивацию к физкультурно-оздоровительной деятельности.

Список литературы

1. Барановская Д.И., Врублевская В.И. Роль физкультурных занятий в формировании мотивации к занятиям физической культурой студенческой молодежи // Актуальные проблемы оздоровительной физической культуры и спорта для всех на современном этапе: материалы VIII Междунар. науч. сессии по итогам НИР за 2004 г. – Минск: БГУФК, 2005. – С. 13-16

2. Куликова О.А. Формирование мотивации к физкультурной деятельности студенток 1-2 курсов средствами психофизических упражнений ушу. Вестник Бурятского государственного университета №13, 2010. – С. 94-97.

3. Парфенов А.С. Здоровый образ жизни студенческой молодёжи в контексте физкультурно-оздоровительной деятельности. Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. № 1, 2015. – С. 321-323.

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ

Сенаторова Д., Медведева С.А.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

Целью физического воспитания в вузе является содействие подготовке гармонично развитого, высококвалифицированного специалиста. Процесс обучения и воспитания зависит от состояния здоровья, уровня психофизического развития и подготовленности студентов, а также условий и характера труда будущей профессиональной деятельности. Определена тесная взаимосвязь индивидуального подхода в физической культуре с профессиональными установками. Доказано, что физкультурная деятельность и достигнутый уровень физического совершенства эффективно влияют на

овладение профессионально-прикладными умениями и навыками, физическое состояние и дальнейшую дееспособность.

В связи с этим, процесс физического воспитания должен решать задачи профессионально-прикладной физической подготовки. Также должны быть определены условия, при которых формируются профессионально важные физические и психофизиологические качества.

Выявлена возможность интеграции специфики одной области знаний с другими. Например, физической культуры с валеологией и спортивной медициной. Медико-биологические аспекты физической культуры имеют большое значение для ее дальнейшего функционирования, поскольку знания о человеке лежат в основе науки о физической культуре и составляют фундамент содержания профессиональной подготовки специалистов, отражая естественные потребности общества в целенаправленной двигательной деятельности.

В инновационной политике вузов отчетливо прослеживаются следующие установки:

- организация непрерывного учебно-оздоровительного процесса в системе образования;
- создание в учебных заведениях здоровьесберегающей среды;
- формирование культуры здоровья участников педагогического процесса;
- реализация в рамках учебно-воспитательного процесса комплекса оздоровительных мероприятий;
- определение качества подготовки специалистов с позиции сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- мониторинг состояния здоровья студенческой молодежи.

Для реализации данных установок необходимо обеспечивать в теории и практике физической культуры адекватное взаимодействие и гармонизацию биологических и социокультурных аспектов, отражающих ее системно-интегративный характер. Продолжать исследование проблем методологии и

организации процесса подготовки специалистов по адаптивной физической культуре, повышая качество подготовленности выпускников к физкультурно-оздоровительной работе с учащейся молодежью. Совершенствовать образовательные программы по подготовке физкультурных кадров и внедрять в практику подготовки специалистов новые дисциплины, спецкурсы, авторские педагогические технологии преподавания медико-биологических дисциплин. Разрабатывать учебно-методические материалы, учебные пособия для улучшения качества подготовки. Готовить методические и популярные издания по медико-биологическим проблемам физической культуры и спорта для повышения эффективности профессиональной деятельности специалистов в данной сфере. Развивать тематику научно-исследовательских работ, направленную на изучение актуальных медико-биологических проблем в сфере физической культуры и валеологии. Объединять усилия учителей школ, преподавателей средних специальных и высших учебных заведений, медицинских работников и других специалистов для научно-методического обоснования и внедрения современных здоровьесберегающих технологий формирования мотивационной потребности в здоровом образе жизни учащейся молодежи и других слоев населения. Осуществлять мониторинг психофизического состояния организма представителей различных слоев населения, периодически публикуя полученные данные в сборниках научных конференций, с целью анализа тенденции в состоянии здоровья населения отдельных регионов. Исследовать вопросы оптимизации индивидуальной физической нагрузки лиц, активно занимающихся физическими упражнениями и спортом, разрабатывать методики и новые средства восстановления работоспособности организма, с учетом психофизиологических особенностей человека. Устанавливать творческое сотрудничество с отдельными специалистами, образовательными, научными, медицинскими и спортивными организациями для проведения углубленных исследований медико-биологических проблем физической культуры. Развивать движение школ и центров здоровья, осуществляющих здоровьесберегающий учебно-

воспитательный процесс в образовательных учреждениях.

Новый подход к разработке технологий преподавания физической культуры в вузе будет способствовать подготовке здоровых высококвалифицированных специалистов.

Список литературы

1. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. Санкт-Петербург, 2002.
2. Советова Е.В. Эффективные образовательные технологии. Ростов н / Дону: Феникс, 2007. 285 с.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ

Сердитов Н.В., Ольховская Е.Б.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

В современных социально-экономических условиях повысилось внимание к здоровому образу жизни студентов. Это связано с озабоченностью общества по поводу здоровья будущих специалистов, выпускаемых высшей школой, ростом заболеваемости в процессе профессиональной подготовки, последующим снижением работоспособности. Здоровье современного человека почти на 58% зависит от образа жизни, который он ведет [1]. Следовательно, генеральной линией сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи является здоровый образ жизни. К большому сожалению культура здорового образа жизни пока еще не получила широкого распространения среди молодого поколения россиян. Повседневная учебная работа, зачеты и экзаменационные сессии (2 раза в год), учебные практики – все это требует от студентов не только усердия, но и хорошего здоровья, хорошей психофизической подготовленности.