

**ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА СО СТУДЕНТАМИ,
ЗАНИМАЮЩИМИСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВЫСШИХ
УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**
**EDUCATIONAL WORK WITH STUDENTS, ENGAGED IN PHYSICAL
CULTURE IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

*Ефремова Екатерина Владиславовна, студентка группы Гд-161,
Карасев Игорь Евгеньевич, кандидат филологических наук, доцент,
Омский государственный технический университет,
г. Омск, Россия*

*Efremova Ekaterina Vladislavovna, student of group GD-161,
Karasev Igor, candidate of philological Sciences, associate Professor,
Omsk state technical University, Omsk, Russia*

katya_efremova00@mail.ru
igor200617@yandex.ru

Аннотация. В данной статье рассматриваются особенности правильной организации занятий физической культурой и способы повышения активности студентов на занятиях физической культурой.

Ключевые слова: студенты, занятия физической культурой, воспитание, активность.

Annotation. This article discusses the features of the correct organization of physical education and ways to increase the activity of students in physical education.

Key words: students, physical training, education, activity.

Физическое воспитание – неотъемлемая, существенная часть общего воспитания студентов. Роль физического воспитания и других форм направленного использования физической культуры в вузах многогранна. Технический прогресс, быстрое развитие науки и растущее количество новой информации, необходимой нынешнему специалисту, делают учебный труд студента все более интенсивным и напряженным. Соответственно повышается значение физической культуры как средства оптимизации режима жизни, активного отдыха, сохранения и повышения работоспособности студентов на протяжении всего периода обучения в вузе. Решая специфические задачи, физическое воспитание играет в то же время существенную роль в нравственном, волевом и эстетическом развитии, вносит значительный вклад в подготовку широко образованных и всесторонне развитых специалистов.

В данной статье ставится цель рассмотреть воспитательную роль физической культуры в высших учебных заведениях. В связи с данной целью поставлены несколько задач:

- дать определение понятиям «физическая культура» и «физическое воспитание»
- определить правильную организацию занятий физической культурой

Для написания данной статьи были применены следующие методы: анализ, синтез.

Физическая культура – это особый вид деятельности, направленный на познание и преобразование физической природы человека. Формулировка «занятия физической культурой» соответствует обыденному сознанию и языку людей. Её следует понимать, как деятельность по развитию и улучшению человеком заложенных в нем природных способностей, качеств, в том числе морфофункциональных и психических.

Физическое воспитание входит в понятие «физическая культура». Оно представляет собой процесс обучения двигательным действиям и воспитание свойственных человеку физических качеств, которые гарантируют развитие основывающихся на них способностей. Через физическое воспитание человек превращает достижения физической культуры в личное достояние [1, с. 7].

Занятия физической культурой – это сложный педагогический процесс, связывающий образовательную, оздоровительную (гигиеническую) и воспитательную стороны. Образовательная сторона обеспечивает усвоение системы специальных знаний из области теории и методики физического воспитания, гигиены, контроля и формирование двигательных умений и навыков. Оздоровительная (гигиеническая) сторона процесса направлена на укрепление здоровья и развитие функций организма, на совершенствование двигательных (физических) способностей занимающихся и привитие им санитарно-гигиенических правил. Воспитательная сторона педагогического процесса призвана содействовать формированию и укреплению положительных качеств личности студента, и искоренению отрицательных. Воспитание нравственного сознания, творческого мышления, сильной воли, ведущих моральных качеств, эстетических вкусов, положительных привычек является неотъемлемой и важной учебно-воспитательной работы.

Все эти стороны в педагогическом процессе выступают в единстве и взаимосвязи. Например, использование физических упражнений в гигиенических целях предполагает известную организацию студентов, согласованность их действий, выполнение ими определенных требований. Все это будет способствовать воспитанию дисциплинированности, настойчивости и других качеств.

Занятия физической культуры отличаются от других рядом особенностей. Известно, что умелое использование средств физического воспитания (физических упражнений, естественных факторов природы, гигиенических условий) содействует укреплению здоровья занимающихся, правильному физическому развитию, формированию разнообразных двигательных навыков. Регулярные занятия физическими упражнениями делают человека жизнерадостным, активным, энергичным, бодрым и, несомненно, благоприятно влияют на его психическое состояние.

Выполнение двигательных упражнений вызывает у студентов появление положительных эмоций, таких как чувство удовольствия, радости. Успешное преодоление трудностей стимулирует потребность в решении более трудных

задач. На занятиях физической культуры создаются огромные возможности для воспитания у студентов волевых качеств, таких как решительность, настойчивость, выдержанность, упорство. Так, например, отработка старта, требует большого внимания и выдержанности. Воспитание у студентов волевых качеств занимает большое место в работе преподавателей.

Немаловажно создавать условия, чтобы занимающиеся проявляли инициативу, верили в свои силы и способности. Корректное устранение преподавателем ошибок в выполнении упражнений снимает у студентов робость и неуверенность, порождает стремление и желания достигать результатов физического совершенствования. На занятиях должны превалировать гуманные отношения друг к другу, так как спорт предполагает здоровое и честное соперничество. Особую значимость имеют соревнования, физкультурно-спортивные и туристические мероприятия. На них воспитываются такие качества, как коллективизм и товарищеская взаимопомощь, поддержка. В условиях совместных действий товарищеская взаимовыручка позволяет переносить физические нагрузки и напряжения легче, решать поставленные задачи более эффективно. А развитию инициативности и внутренней дисциплины способствует привлечение студентов к организации, судейству соревнований, проведению спортивных праздников. Студенты приобретают опыт воспитательной, организаторской, методической работы, что способствует формированию здоровых амбиционных позиций, целеустремленности, позитивного отношения к жизни [2, с. 6].

На занятиях физической культуры создаются возможности для формирования эстетических взглядов и вкусов. Изящные движения, технически правильные выполнения сложных действий, преодоления чувств неуверенности, страхов, высокая согласованность действий коллектива – все это воспитывает у студентов умение правильно оценивать красоту, видеть прекрасное не только в форме, но и в содержании. Правильно организованные занятия физическими упражнениями являются хорошим средством нравственного, интеллектуального и эстетического воспитания. Разнообразные физические упражнения, как по своему характеру, так и по исполнению отличаются друг от друга. Эти особенности преподавателю необходимо знать, чтобы лучше использовать их в воспитательной работе со студентами.

Способы повышения активности студентов на занятиях физической культурой:

1. Формирование интереса к физической культуре (укрепление здоровья, формирование фигуры).

2. Повышение удовлетворенности студентов уроками физической культуры (понимание важности предмета и удовлетворение своих интересов и потребностей в двигательной активности).

3. Индивидуальный подход к студентам с различной потребностью в двигательной активности.

4. Точная постановка задач (конкретизация задач, ее значимость для студентов).

5. Оптимальная загруженность студентов на занятиях (устранение ненужных пауз, включение в деятельность всех студентов)

Таким образом, результативность нравственного воздействия определяется целенаправленной воспитательной работой. Поэтому каждое занятие физической культурой должно иметь цели и задачи, направленные не только на физическое совершенствование занимающихся, но и на нравственное воспитание их. Большое значение в формировании благоприятного психологического климата на занятиях имеет создание ситуаций, способствующих раскрытию эмоциональных ресурсов всего коллектива и усиливающих нравственное воздействие на студентов.

Литература

1. Тимушкин, А.В. Физическая культура и здоровье: учебное пособие / А.В. Тимушкин, 2004. — 120 с.

2. Кораблева, Е.Н. Физическая культура как феномен мировой культуры: учебное пособие / Е. Н. Кораблева, 2014. – 44 с.

УДК 796.05

СИСТЕМЫ АНАЛИЗА РЕЗУЛЬТАТОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА SYSTEM ANALYSIS RESULTS TRAINING PROCESS

*Жанкевич Елена Викторовна,
преподаватель кафедры теории и практики физической культуры,
Филимонова Наталья Ивановна,
магистр педагогических наук, старший преподаватель,
Шило Ольга Владимировна,
старший преподаватель кафедры теории и практики физической культуры,
учреждение образования «Барановичский государственный университет»,
г. Барановичи, Республика Беларусь
Jancewicz Elena Viktorovna,
teacher of the Department of theory and practice of physical culture,
Filimonova Natalia Ivanovna,
master of pedagogical Sciences, senior lecturer,
Shilo Olga Vladimirovna,
senior lecturer of the Department of theory and practice of physical culture,
educational institution "Baranovichi state University»,
g. Baranovichi, Republic of Belarus
Fkizoj.2012@yandex.by*

Аннотация. Бурное развитие компьютерных технологий позволяет по-новому взглянуть на масштабы использования современных гаджетов и Интернет-ресурсов в тренировочной деятельности. В области спорта высших достижений эти новые технологии могут помочь в выявлении организации внутренней структуры тренировочного процесса. Быстрое продвижение по пути