

2. *Виды физической культуры / [Электронный ресурс] // Режи доступа: [https://studme.org/137610254071/meditsina/vidy\\_fizicheskoy\\_kultury](https://studme.org/137610254071/meditsina/vidy_fizicheskoy_kultury) - Дата доступа: 24.04.2023.*

3. *Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов.- 4-е изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2006.– 480с.*

УДК 615.825.4

## **НАПРАВЛЕННОСТЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ**

**Матеша Д.С.,** научный руководитель **Васильев А.А.**  
УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия  
ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Физическое воспитание является одним из важнейших аспектов физической культуры, преподаваемой в начальных, средних, высших и других учебных заведениях, основанной на стандартах и включающей в себя контрольные показатели физической активности учащегося. Физическое воспитание предназначено для развития двигательных навыков, знаний и навыков ведения здорового образа жизни, физической подготовки, спортивного мастерства и интеллекта. Это способ развития необходимых для полноценной жизни физических упражнений, предназначенных для детей и подростков, для развития их пригодности, двигательных умений и моторики [1].

Одним из важных элементов физического воспитания студентов вуза является формирование теоретических знаний в области физической культуры. Комплексной базовой программой «Физическая культура» для высших учебных заведений Республики Беларусь, помимо практического и методического разделов, предусмотрен теоретический раздел. Преподавание теоретического раздела имеет целью дать базовые знания и сформировать установку к физическому самосовершенствованию студентов не только в период обучения в вузе, но и помочь в выборе путей реализации собственной двигательной активности для поддержания необходимой физической готовности на протяжении всей жизни. В процессе обучения в вузе студент должен овладеть комплексом теоретических знаний в области физической культуры как гуманитарного, так и естественнонаучного характера. Теоретический материал формирует мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение студентов к физической культуре [2,3]. Эти знания необходимы, чтобы понимать природные и социальные процессы функционирования физической культуры общества и личности, уметь их творчески использовать для профессионально-личностного развития, самосовершенствования, организации здорового образа жизни.

В высшем учебном заведении процесс физического воспитания должен строиться так, чтобы студент как субъект социальных отношений являлся его центральной фигурой. Исходя из этого положения, содержание занятий должно отвечать интересам, мотивам и потребностям молодых людей, их представлениям об идеале физически современной личности. Идеал становится действенным мотивом, когда его достижение является одной из жизненно важных целей личности.

Задачи физического воспитания студентов решаются с помощью различных форм организации учебных и вне учебных занятий, которые в вузе объединяются в систему, взаимосвязаны между собой и имеют преемственность.

Содержание курса физического воспитания регламентируется государственной программой по физической культуре и учебными планами. Учебный материал программы предусматривает решение задач физического воспитания студентов и состоит из

теоретического и практического разделов [3].

Содержание теоретического раздела программы предполагает овладение студентами знаний по основам теории и методики физического воспитания. Теоретические знания сообщаются в форме лекций, систематических бесед, на практических занятиях, а также путём самостоятельного изучения студентами учебной и специальной литературы.

Практический раздел программы содержит учебный материал для всех учебных отделений, который направлен на решение конкретных задач физической подготовки студентов. В содержание занятий всех учебных отделений включаются разделы: лёгкая атлетика, плавание, спортивные игры, гимнастика, лыжный спорт, туризм и др.

Физическое воспитание в вузе проводится на протяжении всего периода обучения студентов и осуществляется в многообразных формах, которые взаимосвязаны, дополняют друг друга и представляют единый процесс физического воспитания студентов.

Учебные занятия являются основной формой физического воспитания в высших учебных заведениях. Они планируются в учебных планах по всем специальностям. И их проведение обеспечивается преподавателями кафедр физического воспитания [3].

Самостоятельные занятия способствуют лучшему усвоению учебного материала, позволяют увеличить общий объем двигательной деятельности, ускоряют процесс физического совершенствования, являются одним из путей внедрения физической культуры в быт студентов. В совокупности с учебными занятиями правильно организованные самостоятельные занятия обеспечивают оптимальную непрерывность и эффективность физического воспитания.

Физические упражнения в режиме дня направлены на укрепление здоровья, повышения умственной и физической работоспособности, оздоровление условий учебного труда, быта и отдыха студентов, увеличение бюджета времени на физическое воспитание.

Помимо обязательных занятий по физическому воспитанию, предусмотренных учебными планами факультетов, важную роль в оздоровлении студентов, повышении их физического статуса играют различные формы физкультурно-спортивной и оздоровительно-массовой работы в вузе. К таким формам относят: утреннюю гигиеническую гимнастику, физические упражнения в режиме учебного дня, самостоятельные занятия физическими упражнениями во внеучебное время, внутрифакультетские, внутри вузовские и межвузовские спортивные соревнования, занятия в оздоровительных группах, спортивных секциях и клубах, работа студенческих спортивно-оздоровительных лагерей, оздоровительный и спортивный туризм и др.

Различные формы физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий являются действенным методом приобщения студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников к физической культуре, создают условия для состязательной игровой деятельности с учетом интересов и потребностей занимающихся. Доступность этих мероприятий обеспечивается благодаря специальному подбору состязательных упражнений, элементов видов спорта или вида спорта в целом, дистанций определенной сложности и протяженности, веса используемых снарядов, количества интенсивности выполняемых упражнений [1].

### ***Литература.***

- 1. Лукьяненко, В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие/ В.П. Лукьяненко. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2001. – 224с.*
- 2. Ярлыкова, О.В. Формирование физической культуры в образовательном процессе/ О.В. Ярлыкова //Профессиональная ориентация, 2015. – № 2. – С. 45-48.*
- 3. Ярлыкова, О.В., Шитилова Г.В. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов/ О.В. Ярлыкова, Г.В. Шитилова// Таврический научный обозреватель, 2016. – №1-3 (6). – С. 120-125.*