

дисциплина призывает студентов к движению, ведь на занятиях нужно выполнять различные упражнения, а не просто сидеть на месте.

В вузах существует множество различных сборных: футбол, волейбол, лёгкая и тяжелая атлетика, настольный теннис, баскетбол, дартс и другие. А также в общежитиях имеются спортивные площадки и тренажерные залы. Физическое воспитание решает многие задачи: развивающие, оздоровительные, образовательные и воспитательные.

Мы можем сделать вывод, что физическая культура положительно влияет на развитие студентов и их работоспособности, помогает хорошо учиться и быстрее осваивать материал, добиваться высоких достижений и никогда не сдаваться. Физическая подготовка помогает студентам быстрее осваивать новую профессию и больше трудиться. Образовательная роль физической культуры в высших учебных заведениях высока и учебный процесс безусловно должен включать в себя комплексную физическую подготовку студентов к трудовой и социальной деятельности.

Литература.

1. Барабанова, В.Б. *Человек в контексте современного спорта* / В.Б. Барабанова // *Фундаментальные исследования*, 2009. – № 2. – С. 59–62.

2. Макаров, А.Л., Макарова, Е.В. *Особенности профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов сельского хозяйства* / А.Л. Макаров, Е.В. Макарова // *Вестник Ульяновской государственной сельскохозяйственной академии*, 2007. – № 2 (5). – С. 85-90.

3. Епифанов, В.А. *Лечебная физическая культура и спортивная медицина: учеб.* / В.А. Епифанов. М.: Медицина, 1999. – С. 46.

УДК 796

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Севрунова В. В., научный руководитель **Кудрявин Н. Е.**

УО «Витебская ордена «Знак почета» государственная академия ветеринарной медицины», г. Витебск, Республики Беларусь

Физическое воспитание в учреждениях образования является неотъемлемой составляющей учебного процесса. Оно формирует дисциплину у учащихся, развивает концентрацию внимания, помогает поддерживать своё физическое здоровье в надлежащей форме. Несомненно, физическое воспитание формирует культурную организацию свободного времени.

На данный момент я обучаюсь в учреждении высшего образования - Витебской ордена «Знак почета» государственной академии ветеринарной медицины, поэтому предпочту сделать акцент на физическом воспитании в учреждениях высшего образования. В Республике Беларусь, в городе Витебске кроме академии ветеринарной медицины находится ещё пять учреждений высшего образования. К данным учреждениям относятся: УО «Полоцкий государственный университет», УО «Витебский государственный технологический университет», УО «Витебский государственный университет им. П. М. Машерова», УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет», а также 1 филиал учреждения образования федерации профсоюзов Беларуси «МИТСО».

Физическая культура в высшем учебном заведении является неотъемлемой частью формирования общей и профессиональной культуры личности современного специалиста, системы гуманистического воспитания студентов. Как учебная дисциплина, обязательная для всех специальностей, она является одним из средств формирования всесторонне

развитой личности, оптимизации физического и психофизического состояния студентов в процессе профессиональной подготовки. В основе учебно-воспитательного процесса в высшей школе лежит комплексный системный характер образования, воспитания и профессиональной подготовки специалистов, в которых органически сливаются формирование мировоззрения, общественно-политическое, трудовое, нравственное, физическое, эстетическое и другие виды воспитания. Организация учебного процесса по физическому воспитанию студентов. Основная цель физического воспитания в высших учебных заведениях: укрепление здоровья студентов, содействие их духовному, нравственному и физическому развитию на базе овладения глубокими общенаучными и специальными знаниями для полной реализации творческих способностей в условиях здорового образа жизни.

Целью физического воспитания является формирование физической культуры личности – той стороны общей культуры человека, которая помогает реализовать его биологический и духовный потенциал. Физическая культура личности является частью общей культуры человека, отражающей степень освоения и использования им ценностей физической культуры.

Деятельность кафедры физической культуры осуществляется в соответствии с принципами государственной политики в области образования и физической культуры и направлена на:

- обновление содержания, структуры и организации физического воспитания студентов;

- осуществление в системе преподавания физической культуры структурно-содержательных преобразований, отвечающих общемировым тенденциям, переход на качественно новый уровень подготовки учебных программ, с учётом инновационного развития экономики страны и потребностей в подготовке высококвалифицированных специалистов медиков;

- организацию высокоэффективного физического воспитания студентов в учебное и внеучебное время;

- укрепление интеграции обучения и занятий физической культурой и спортом

- модернизацию материально-технической базы кафедры физической культуры, внедрение современных коммуникационных и информационных технологий в процесс обучения и повышения квалификации медицинских кадров;

- улучшение кадрового потенциала, совершенствование профессиональных компетенций профессорско-преподавательского состава кафедры.

Основные задачи, решаемые кафедрой в учебном процессе:

- овладение знаниями научно-методических и практических основ физической культуры и спорта, формирование здорового образа жизни студентов медиков;

- – использование средств физической культуры для профилактики заболеваний, повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья студентов, развития и совершенствования профессионально значимых качеств и свойств личности.

В основное и подготовительное учебные отделения зачисляются студенты, отнесенные по результатам медицинского обследования к основной и подготовительной медицинской группам. В этом учебном отделении образовательный процесс направлен на:

- комплексное использование средств физической культуры и спорта по типу общефизической подготовки;

- профилактическое использование средств физической культуры в оздоровительных целях.

В специальное учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу, т.е. имеющие определенные отклонения в состоянии здоровья. Образовательный процесс в специальном учебном отделении имеет свою специфику и направлен на:

- укрепление здоровья, коррекция телосложения и осанки, повышение

функциональных возможностей организма;

– усвоение знаний по методике использования средств физической культуры в профилактике заболеваний, по контролю физического и функционального состояния организма.

Студенты, относящиеся к ЛФК, занимаются в группах лечебной физической культуры при лечебно-профилактических учреждениях.

Физическое воспитание – основа здорового образа жизни. Здоровый образ жизни – это индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая ему физическое, душевное и социальное благополучие в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное долголетие. Здоровый образ жизни создает наилучшие условия для нормального течения физиологических и психических процессов, что снижает вероятность различных заболеваний и увеличивает продолжительность жизни человека. Здоровый образ жизни помогает нам выполнять наши цели и задачи, успешно реализовывать свои планы, справляться с трудностями, а если придётся, то и с колоссальными перегрузками. Крепкое здоровье, поддерживаемое и укрепляемое самим человеком, позволит ему прожить долгую и полную радостей жизнь. Здоровье – бесценное богатство каждого человека в отдельности, и всего общества в целом. В нашей стране от ОРВИ и сезонного вируса страдает более 30 миллионов человек ежегодно. Причиной этому является то, что более чем у 80 % населения слабый иммунитет. Физическое воспитание обеспечивает хороший иммунитет, который помогает человеку поддерживать свое здоровье и жить здоровым образом жизни.

Материал для данной статьи был взят из информационных ресурсов, доступных в свободном пользовании, публикуемых на сайтах кафедр физического воспитания учреждений высшего образования г. Витебска.

Литература.

1. Сучков, А. К. Курс лекций "Физическая культура": учебно-методическое пособие / А. К. Сучков, В. В. Шеверновский, Е. И. Мартынова. – Витебск: ВГАВМ, 2017. – 66 с.

1. Физическая культура: типовая учебная программа для учреждений высшего образования / В. А. Коледа [и др.]. – Минск, 2017. – 33 с.

2. Прохоров, Ю. М. Оздоровительная гимнастика с фитболом: учебно-методическое пособие / Ю. М. Прохоров, Е. И. Мартынова; Витебская государственная академия ветеринарной медицины. – Витебск: ВГАВМ, 2020. – 35 с.

3. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

3. Шеверновский, В. В. Физические упражнения для студентов специальных медицинских групп: учебно-методическое пособие / В. В. Шеверновский, В. В. Сидоров; Витебская государственная академия ветеринарной медицины. – Витебск: ВГАВМ, 2021. – 55 с.

УДК 378.172:613

ВЛИЯНИЕ ВРЕМЕНИ ПРОВЕДЕНИЯ ПАРЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА ПРОДУКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ В ТЕЧЕНИИ ДНЯ

Сивицкая А.П., Калининченко А. С., научный руководитель Тур А.В.

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет», г. Витебск, Республика Беларусь

Аннотация. Работоспособностью человека называется его способность формировать