



НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ НАУКА И МИРОВОЗЗРЕНИЕ

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА КАК КОМПОНЕНТ ВУЗОВСКОЙ СИСТЕМЫ КАЧЕСТВА

Назарова Ольга Кирилловна

студент, ФГБОУ ВО Кемеровский государственный медицинский университет,
РФ, г. Кемерово

Кунгурцева Марина Дмитриевна

научный руководитель, старший преподаватель ФГБОУ ВО Кемеровский государственный
медицинский университет, РФ, г. Кемерово

Аннотация. В данной научной работе рассматриваются задачи физкультурно-оздоровительной работы в высших учебных заведениях и роль физической культуры и спорта в жизни студентов.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, деятельность, студент, работа.

Физическая культура - это деятельность по развитию двигательной активности и различных физических качеств человека, формированию здорового образа жизни. Помимо этого она может выполнять социальную функцию – воспитание гармонично развитой личности, развитие её готовности и способности полной мере реализовывать свои настоящие силы в неотъемлемой социально-культурной комфортной среды. [1]

В наше время важной дисциплиной является физическая подготовка, а особенно ее результат. Рассмотрение данной дисциплины со стороны нового образца и определенных требований ставит на первый план такую подготовку, которая будет сочетаться со здоровьем и будет направлена на улучшение жизни. Ведь именно физкультурно-оздоровительная работа является компонентом вузовской системы качества. Мнения многих ученых в данной сфере демонстрирует, что интенсивность физических тренировок в молодости не гарантирует физической работоспособности организма в дальнейшие годы жизни, следовательно, необходимо уделять внимание устойчивости, эффективности физического воспитания которое определяет отношение к ценности такой дисциплины как физическая культура. Именно данное отношение влияет на направленное воздействие личности, занимающейся физической культурой.

Рассмотрим основные задачи, которая преследует физкультурно-оздоровительная работа в высших учебных заведениях.

1. Оздоровительная задача. Направлена на укрепление и повышение уровня здоровья, закаливания организма, всестороннее развитие физических способностей, достижение физического совершенства на основе систематических занятий спортом.

С помощью организованных массовых мероприятий с использованием физических упражнений, спорта, и т.д. можно значительно улучшить показатели здоровья, физического развития, эмоциональное здоровье.

2. Образовательные задачи. Повышение физкультурной грамотности у студентов. Для достижения этой цели в учебную программу для студентов необходимо включать и расширять лекционный курс включающий в себя знания из области медицины, биологии, педагогики, теории и методики физического воспитания, а также знания и практические навыки по организации и проведению массовых, оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий, спортивных соревнований.

3. Воспитательные задачи. При организации массовых физкультурно- спортивных мероприятий необходимо воспитывать у участников проявление активной жизненной позиции, высокой нравственности, гражданственности и патриотизма, а также потребность в использовании физических упражнений и спорта как факторов здорового образа жизни, в процессе всей жизнедеятельности.

В заключение нужно сказать, что для повышения уровня здоровья, интереса к занятиям физическим воспитанием существует необходимость обновления содержания программ по физическому воспитанию в вузах путем введения физкультурно-оздоровительных программ и занятий, которые являются практическим проявлением физкультурно-оздоровительных технологий. На занятиях физической культуры у студентов развивается и укрепляется дисциплина, настойчивость, целеустремленность, повышается чувство ответственности за свои поступки и поведение.

Студенты, занимающиеся спортом постоянно и систематично, отмечают, что они становятся намного увереннее в себе, пропадает страх перед какими-либо препятствиями на пути к своей цели, они постоянно в тонусе, их иммунитет повышается.