

В.П. Оспищев,
ст. преподаватель к-ры Физического Воспитания
(НИУ «БелГУ»)

И.А. Цуканов,
2 курс, Историко-филологический Факультет
(НИУ «БелГУ»)

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО СРЕДНЕГО И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация: Данная статья посвящена анализу роли физической культуры и спорта в образовательных организациях высшего среднего и высшего образования. Обращается внимание на значимость физической активности и занятий спортом в контексте формирования здорового образа жизни студентов. Рассматриваются методы и формы организации занятий по физической культуре, а также их влияние на физическое развитие обучающихся.

Ключевые слова: Физическая культура, образование, студенты, спорт, адаптация, здоровый образ жизни, физическое воспитание, федеральный закон, учебные заведения, двигательная активность.

Annotation: This article is dedicated to the analysis of the role of physical culture and sports in educational institutions of higher secondary and higher education. Attention is paid to the significance of physical activity and sports in shaping a healthy lifestyle for students. The methods and forms of organizing physical education classes are considered, as well as their impact on the physical development of learners.

***Keywords:** Physical culture, education, students, sports, adaptation, healthy lifestyle, physical education, federal law, educational institutions, physical activity.*

Физическая культура – часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития [1, с. 14]. Физическая культура является неотъемлемой частью культуры человека, так как играет важную роль в жизни личности, способствуя его развитию. Как система она делится на виды, одним из которых является спорт. **Спорт** - это игровая и соревновательная деятельность, а также подготовка к ним, основанные на использовании физических упражнений и направленные на достижение наивысших результатов [2, с. 8].

Поступая в средние и высшие учебные заведения, студенты сталкиваются с новой средой, предъявляющей повышенные требования к их общей физической подготовке. Исходя из этого, физическое воспитание является одним из средств адаптации учащихся к обучению. Особая роль физического воспитания в системе среднего и высшего образования заключается в социальном формировании личности учащегося и создании оптимальных условий для развития личности в этих образовательных учреждениях. Цель отрасли – развитие физической культуры студентов. Поставленная цель достигается путем решения ряда задач, имеющих воспитательную, оздоровительную и физическую функции. К ним относятся поддержание физической подготовленности студентов, привитие им потребности в частых физических нагрузках и обеспечение необходимой физической подготовки. Физическое воспитание занимает важное место в структуре физической культуры.

Физическое воспитание - это педагогический процесс, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными знаниями, формирование осознанной потребности в занятии физическими упражнениями. [3, с. 11]. В современном обществе, где разрабатывается и используется большое количество различных технологий, образовательные навыки учащихся часто пересматриваются с целью гуманизации. В связи с недавними изменениями в условиях жизни и ценностях физическое воспитание студентов сталкивается с различными проблемами. Например, количество учеников, помещенных в специальные классы, увеличивается с каждым годом, и многие ученики теряют мотивацию заниматься физкультурой во время учебы. Государственные органы борются с этими проблемами. Государство дает рекомендации образовательным учреждениям, которые, в свою очередь, стараются их реализовать. Например, используются приемы выбора оптимального темпа для повышения эффективности тренировочного процесса. Этот импульс зависит от специализации студента и должен помочь ему адаптироваться к будущим условиям работы.

Что касается способа обучения студентов, то вся программа базируется на одном законе – Федеральном законе № 329.

Согласно Федеральному закону № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» физическое воспитание включает в себя

- внедрение обязательных занятий по физической культуре и спорту в рамках основной образовательной программы, а также дополнительных (факультативных) занятий по физической культуре и спорту в рамках дополнительной общеобразовательной программы.

- содействие развитию и популяризации школьного и студенческого спорта;

- формирование двигательных навыков учащихся; формирование знаний о физической культуре с учетом индивидуальных способностей и состояния

здоровья; создание условий для занятий студентами физической культурой и спортом;

- и т. д.

Таким образом, целью физического воспитания является развитие у молодежи потребности в регулярном физическом воспитании. На основании настоящего Федерального закона можно определить методы организации физического воспитания в средних и высших учебных заведениях. «Организации образования самостоятельно определяют формы физического воспитания, средства физического воспитания, виды физкультурно-спортивной деятельности, методы и продолжительность занятий физической культурой с учетом местных условий и интересов обучающихся и в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами и стандарты физической подготовки. Во всех учебных заведениях студенты первого и второго курсов участвуют в занятиях по физическому воспитанию, а также в факультативных занятиях по физическому воспитанию. За это время они приобретают привычку к регулярной физической активности и развивают необходимые навыки, такие как дисциплина, решительность, физическая подготовка, самоконтроль и коммуникативные навыки. а факультативные, средние и высшие учебные заведения предоставляют студентам возможность заниматься спортом по своему выбору. Студенты, добившиеся определенных результатов в спорте, вознаграждаются всеми возможными способами, включая повышенные стипендии, баллы и автоматические зачеты. Если студенты смогут приобрести все необходимое во время учебы, они смогут реализовать свое будущее, будучи уверенными в своем здоровье, которое они смогут укрепить посредством частых физических нагрузок.

Таким образом, физическое воспитание как учебная дисциплина является важной и неотъемлемой частью учебно-воспитательной деятельности, а также залогом духовного и физического развития

обучающегося, а потому является обязательной дисциплиной, хорошо справляющейся с физическим воспитанием обучающихся

Библиографический список:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 25.12.2023) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024).

Список литературы:

1. Горелов А.А., О.Г. Румба, Кондаков В.Л., Копейкина Е.Н., Теоретические основы физической культуры. М.: ООО «Издательство Юрайт», 2024. С.195

2. Дзержинская Л.Б., Порохова И.В., Дзержинский Г.А., Физическая культура. М.: Волгоградский филиал ФГБОУ ВО РАНХиГС, 2016. С. 122.

3. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А., Близневский А.Ю., Рябинина С.К., Физическая культура. М.: ООО «Издательство Юрайт», 2014. С. 425.

4. Виленский М.Я., Образцов П.И., Уман А.И., Технологии профессионально-ориентированного обучения в высшей школе. Педагогическое общество России, М., 2004. С.180

5. Евсеев Ю.И., Физическая культура. М.: «Феникс», 2003. С.381.

6. Ч.Т. Иванчков, С.А. Литвинов, Технология физического воспитания в высших учебных заведениях. М.: ООО «Издательство Юрайт», 2022. С. 104