

физической культуры / Л. М. Волкова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2020. № 11 (189). – С. 89-91.

2. Голубев А. А., Евсеев В. В., Родионова И. А., Устинова О. Н., Шалупин В. И. Социально-педагогический аспект профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов. СПб, 2020. – 91 с.

3. Медведева С. А. Здоровьесберегающий потенциал физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном процессе вуза // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития: материалы Всероссийской научно-практической конференции Герценовские чтения. СПб, РГПУ им. А. И. Герцена, 28 апреля 2021. С. 238-243.

4. Нехвядович Э. А. Организационно-педагогическая система эффективного использования новых информационных и телекоммуникационных технологий в профессиональной переподготовке и повышении квалификации государственных служащих. Автореф. дисс. на соискание д.п.н. СПб, СПбУГПС МЧС России, 2006. – 52 с.

5. Семенова Л. М. Динамика цифровой дидактики в условиях трансформации высшего образования // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Часть 1. Т. 8. № 3. – С. 37.

© Медведева С.А., 2021

УДК 796

Милосердова Екатерина Максимовна,

студент,

Сметанин Андрей Григорьевич,

старший преподаватель кафедры физического воспитания,

Кемеровский государственный университет,

Кемерово, Россия

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ В СРЕДНИХ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

И ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТА В СТУДЕНЧЕСТВЕ

Аннотация. Представлены общие сведения о физическом воспитании и этапах проведения уроков «физическая культура» в учреждениях среднего профессионального образования, а также возможных методов продвижения и популяризации спорта в студенчестве.

Ключевые слова: физическая культура, физические упражнения, организм, здоровье, физкультурно-спортивная деятельность, физическая форма.

Miloserdova Ekaterina Maksimovna,

Student,

Smetanin Andrey Grigorievich,

Senior lecturer of the Department of Physical Education,

Kemerovo State University,

Kemerovo, Russia

PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN SECONDARY VOCATIONAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS AND POPULARIZATION OF SPORTS IN STUDENTS

Annotation. We present an overview of the physical education and the stages of the lessons of «physical culture» in the institutions of secondary vocational education, as well as possible methods of promotion and popularization of sports among the students.

Key words: physical training, exercise, body, health, sports and athletic activities, physical form.

Учебная программа физического воспитания в учреждениях среднего профессионального образования предназначена для организации занятий по

улучшению физической подготовки учащихся, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования, при подготовке квалифицированных рабочих и специалистов среднего звена.

После окончания школы, девушки и юноши поступают среднее высшее заведения. В отличии от школы, там они сталкиваются с уже более сложными видами деятельности, требующие от них более высокого уровня подготовки в области физической культуры. Принимая во внимание, с этим возрастает роль физической культуры как дисциплины, содействующей улучшению физического состояния учащихся. Уроки физической культуры становятся главным средством адаптации ребят к новейшей студенческой жизни, также подготавливает их к вероятным нагрузкам в ходе получения классифицированного образования. Также можно отметить, что из-за преподавания дисциплины в учебных заведениях у мужчин призывного возраста поддерживается на уровне здоровье и физическое состояние. Это немаловажный факт, как для студентов, которые являются обязанными к прохождению срочной военной службе в рядах вооруженных сил РФ после окончания обучения, так и для государства, которое заинтересовано в повышении своей обороноспособности благодаря парням с отличными физическими данными и крепким здоровьем.

В законодательстве Российской Федерации указано, что физическая культура является одним из основных направлений среднего и высшего гуманитарного образования. Закон «О физической культуре и спорте в РФ» определяет программное и нормативно-правовое обеспечение физкультурного образования студентов. В соответствии с действующими государственными образовательными стандартами в профессиональных учебных заведениях предусматривается в учебных планах по всем направлениям и специальностям 400 часов на дисциплину «Физическая культура».

Распределение учебной нагрузки в учебном плане осуществляется по двум вариантам:

- если обучение проходит на протяжении 4 курсов, то на 1 и 2 курсах по 4 часа в неделю, а на 3 и 4 курсе по 2 часа;

- если обучение проходит на протяжении 3 курсов, то на всех курсах обучения физкультура занимает в учебном плане 4 часа в неделю.

Основные задачи физического воспитания и физической культуры:

1. Формирование потребности в здоровом образе жизни;
2. Обучение умениям и навыкам, необходимым в жизни и в труде;
3. Развитие физических качеств, обеспечивающих высокую работоспособность учащихся;
4. Совершенствование умений и развитие полезных качеств в интересующем виде спорта.

Программу физического воспитания в учебных учреждениях можно условно подразделять на пять основных этапов, которые расположены в числовом порядке, начиная с основополагающих и особо важных для студента и на убывание.

Этапы программы физического воспитания в учебных учреждениях:

1. Уроки физической культуры.
2. Дополнительные занятия по физической культуре и спорту.
3. Зарядки и оздоровительные мероприятия в течение дня.
4. Физическая деятельность вне учебного времени.
5. Массовые спортивные мероприятия и соревнования.

Расскажу про массовые мероприятия подробнее. Считаю, что они проходят не так часто, как могли бы. Считаю, что нужно больше устраивать студенческих игр спорта. И чтобы на такие мероприятия приходили не только студенты, но и их родные и близкие. Такие спортивные праздники должны быть сезонными, так чтобы зимой студенты могли выходить на лыжи и почувствовать в лыжных гонках на время. Больше уделять внимание соревновательным видам спорта, такие как футбол, баскетбол, гандбол и волейбол. Было бы неплохо если бы вернули значки присевающие разряды в каком-либо спорте, чтобы даже самый начальный разряд был стимулом для

участников студенческих соревнований. С таким стимулом студенты будут все больше и больше стараться достигать высот. Также следует поощрять простых участников студенческих соревнований, которые пришли попробовать свои силы и испытать себя на добровольной основе. Также хочется отметить огласку здорового образа жизни, которую стоит усилить в студенческом обществе. Огласка и пропаганда здорового образа жизни должна, в первую очередь, исходить от государства, оно должно быть заинтересованно в расширении этого движения. Чтобы даже зарядка утром перед началом занятий была стандартом для студентов. Я надеюсь, что будут происходить улучшения в развитии физического воспитания, которые выйдут далеко за рамки дисциплин по физической культуре в учебных заведениях. Тенденция должна быть направлена на массовость, и охватывать все группы учащихся, а не только на те, которые относятся к спортивному кругу обучающихся, занимающимся спортом на любительском уровне.

Пока что главным показателем эффективности физического воспитания в учебных заведениях, являются сдача нормативов по физической подготовке и контроль здоровья на протяжении всех курсов обучения.

Литература

1. Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования. Приказ Минобразования РФ от 01.12.1999 года № 1025.

2. Гохран П. Н. Физическая культура в вузе / П. Н. Гойхман, О. Н. Трофимов. М.: ФиС, 2004. 379 с.

3. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М.: Издат. центр «Академия», 2000. 480 с