

АНАЛИЗ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗАХ

Е.Г. Ермакова, старший преподаватель

Пермский государственный аграрно-технологический университет имени академика Д.Н. Прянишникова
(Россия, г. Пермь)

***Аннотация.** В данной статье я анализирую, как физическая культура изменяет студентов в стенах ВУЗа. Занятия физической культурой влияют на студентов, выявляют высокую активность, помогают выработать определённые положительные стереотипы режима дня, повышают уверенность в поведении, раскрываются новые возможности для себя и окружающих.*

***Ключевые слова:** физическая культура, спорт, воспитание студентов, занятия спортом, здоровье студентов, физические качества.*

Физическая культура – это самое широкое понятие, которое включает себя много достижений, таких как: уровень здоровья, спорт, спортивное мастерство, произведения искусств, связанные с физическим воспитанием и множество других.

Термин «спорт» может рассматриваться, как система результатов, т.к. сам термин означает стремление к физическим достижениям, на основе соревнований и тренировок.

Физическая культура служит важнейшим фактором активным для становления жизненной позиции.

В ряду исследований установлено: что физическая культура у студентов проявляет в них достаточно высокую активность, а также вырабатывает определённые стереотипы режима дня, повышает уверенность в поведении.

Воспитание физических качеств основывается на постоянные стремления сделать все возможное для себя, удивить окружающих своими возможностями.

Направления использования средств физической культуры и спорта.

Можно выделить следующие направления:

- гигиеническое
- оздоровительно- рекреативное
- обще подготовительное
- спортивное
- профессионально
- лечебное

Формы физического воспитания студентов

Физическое воспитание (физкультура) в ВУЗе проходит на протяжении всего периода обучения студентов. Учебные занятия являются основной физической воспитанию в высших учебных заведениях. Они планируются в учебных планах у всех специальностей и факультетах, и их проведении обеспечивают преподаватели кафедры физической воспитанию.

А также можно самостоятельно заниматься студентам, посещать дополнительные секции, тренажерные залы. Также проводятся массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия в стенах ВУЗах.

Зачётные требования и обязанности студентов.

Программой предусмотрена сдача зачёта по этой дисциплине. Зачёт ставится, когда у студента меньше одного пропуска за весь семестр, а также сданы нормативы, которые предусматривает программа за семестр.

Медицинское обеспечение физкультуры и спорта в вузе.

Медицинское обеспечение играет большую роль в стенах ВУЗа, т.к. именно от врача зависит, в каком состоянии студент находится на сегодняшний день.

В стенах высшего учебного заведения обязательно должно быть врачебный контроль. Врачебный контроль обеспечивает наблюдение за здоровьем

студента в течение всего учебного года в ВУЗе.

Проводится в следующей форме:
регулярно проходить медосмотр
врачебное наблюдение за студентами
вовремя занятий
проводить влажную уборку в тех,
местах где проводится соревнования,
тренировки

Врачебный контроль проводят врачи,
которые работают во врачебно- физ-
культурных кабинетах, здравпунктах.

Существуют первичное, повторное и
дополнительное обследование студен-
тов.

Первичное обследование проводится
на первом курсе до первых занятий фи-
зическим упражнениями.

Повторное обследование студенты
проходят уже на 2, 3, 4 и 5 курсе в са-
мом начале учебного года.

Дополнительное обследование про-
ходят, те студенты, которые перенесли
сложные заболевания, и после травм.

Полноценно здорово считаются сту-
денты на 84-90%.

И в конце подведем итог: целью фи-
зической культуры является подготовка
гармонично развитых, высококвалифи-
цированных специалистов разных на-
правлений. В процессе обучения сту-
дентов высших учебных заведений,
рассматривается решения следующих
задач:

подготовка студентов к высокопро-
изводительному труду

сохранение и укрепления здоровья у
студентов, поддержания тонуса орга-
низма

всесторонняя физическая подготовка
необходимо приобрести студентами
теоретических навыков

Физическая культура является одним
из важнейших задач высшего учебного
заведения.

За все время пока ты учишься в ВУЗе
за студентами осуществляется наблю-
дение за их здоровьем, и каждый год
проводится медицинское обследование.

Библиографический список

1. Деманов А.В. Краткий курс лекций по предмету «Физическая культура» (методическое пособие). – Астрахань, 1999.
2. Ильинич В.И. Студенческий спорт и Жизнь. – М., 1995.
3. Массовая физическая культура в ВУЗе // под. ред В.А. Маслякова, В.С. Матякова. – М., 1991.

ANALYSIS OF THE SYSTEM OF PHYSICAL CULTURE IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

E.G. Ermakova, *senior lecturer*

Perm state agro-technological university named after academician D.N. Pryanishnikov (Russia, Perm)

Abstract. *In this article I will analyze how physical culture changes students within the walls of the University. Physical culture classes affect students, reveal high activity, help to develop certain positive stereotypes of the day mode, increase confidence in behavior, open up new opportunities for yourself and others.*

Keywords: *physical culture, sport, education of students, sports, health of students, physical qualities.*