

ДОКЛАД

на методическую секцию для руководителей физического воспитания и преподавателей физической культуры профессиональных образовательных организаций Самарской области (1 группа) 28.12.2023 года

Докладчик:

преподаватель ГБПОУ СО «Богатовский Государственный сельскохозяйственный техникум имени Героя Советского Союза Смолякова Ивана Ильича» Рачишкин Валерий Николаевич

Тема:

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ В СРЕДНИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ И ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТА В СТУДЕНЧЕСТВЕ

В докладе представлены общие сведения о физическом воспитании и этапах проведения уроков «физическая культура» в учреждениях среднего профессионального образования, основные проблемы, а также возможные методы продвижения и популяризации спорта в студенчестве.

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.

В средние профессиональные учебные заведения приходят на обучение юноши и девушки, окончившие 9 или 11 классов школы. При поступлении студенты сталкиваются с более сложными по сравнению со школой видами деятельности (учебной, трудовой, общественной и т. д.), требующими от них более высокого уровня общей физической подготовки. В связи с этим возрастает роль физической культуры как дисциплины, способствующей улучшению физического состояния учащихся. Уроки физической культуры становятся важным средством адаптации ребят к новой студенческой жизни, а также подготавливает их к возможным нагрузкам в процессе получения классифицированного образования. Также можно отметить, что вследствие преподавания дисциплины в учебных заведениях у парней призывного возраста поддерживается на уровне здоровье и физическое состояние. Это немаловажный факт как для студентов, которые являются обязанными к прохождению срочной военной службы 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. Основные виды физического воспитания: гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка, профессиональная физическая подготовка, плавание, единоборства у юношей, элементы художественной и ритмической гимнастики у девушек.

2. Факультативы и дополнительные занятия по физической культуре и спорту. Дополнительные занятия проводятся для учащихся, имеющих недостаточное физическое развитие или имеющих специальную группу допуска к физическим упражнениям (по состоянию здоровья). Они планируются один раз в неделю после окончания основных уроков по дополнительному расписанию и организуются для учащихся, не занимающихся в спортивных секциях и группах.

3. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня: вводная гимнастика, физкультурная пауза, физические упражнения на длинных переменах (комплексы упражнений оздоровительной направленности, подвижные игры под музыку, комплексы упражнений игрового характера),

4. Физическая культура вне учебного времени (по желанию): утренняя зарядка, разминка во время перерывов в труде, занятия в спортивных секциях, занятия в туристских секциях, самостоятельные занятия физическими

упражнениями.

5. Массовые спортивные мероприятия включают в себя дни здоровья и спорта, соревнования по различным видам спорта (волейбол, футбол, баскетбол), в которых принимает участие контингент учащихся образовательного заведения. Также следует упомянуть туристические слеты и походы. В них принимают участие ребята, имеющие хотя бы начальную стадию подготовки в туризме для предотвращения травм и несчастных случаев. За данные массовые мероприятия несут ответственность организаторы.

Из личной практики могу сказать, что уровень физической подготовленности молодёжи в настоящее время снизился. После 9 класса приходят юноши и девушки, которые ни разу не играли в какие-либо спортивные игры, имеющие «нулевые» показатели по физической подготовке. Как из них в течение нескольких месяцев сделать обладателей значков ГТО? Преподаватель физической культуры в техникуме или колледже не волшебник. Даже если преподаватель будет обладать «супер-методиками», ему необходимо время, желание студента и, что немаловажно, средства и обеспечение. В настоящее время не во всех учреждениях среднего профессионального образования имеются спортивные залы и площадки, удовлетворяющие предъявляемым требованиям. Ясно одно: особое внимание необходимо уделять физической подготовке на школьном этапе! В настоящее время делаются определённые шаги в этом направлении, например, активизируется внедрение многоступенчатой сдачи норм ГТО. Если юноша или девушка вплоть до 5 ступени успешно сдавали нормы ГТО, то на 6 и 7 ступенях (в техникуме или колледже) преподавателю СПО будет проще и эффективнее поддерживать и поднимать уровень их подготовки.

Относительно организации этапов развития физического воспитания и популяризации спорта в студенчестве необходимо отметить следующее.

Нужно увеличивать количество часов в учебном плане на дисциплину «Физическая культура», на факультативы и дополнительные занятия вне учебного плана для студентов, имеющих недостаточное физическое развитие, поскольку один час в неделю – это мизерное время для того, чтобы подтянуть студента до среднего уровня физической формы.

Следует остановиться поподробнее на массовых спортивных мероприятиях в студенческой среде. Необходимо организовывать больше праздников студенческого спорта. Чтобы наравне со студентами приходили их родные и близкие, принимали участие в празднике спорта. Считаю, что нужно вернуть советские стандарты физической подготовки студентов. Когда наступает зима, нужно, чтобы все студенты, не имеющие отклонений по состоянию здоровья, вставали на лыжи и проводили массовые забеги без учета времени. Чтобы чаще проводили массовые соревнования в игровых видах спорта, таких как футбол, баскетбол, волейбол и др. Нужно вернуть значки присвоения разряда преуспевающим в каком-либо виде спорта. Даже самый простой, начальный спортивный разряд является стимулом для студента расти и добиваться большего. Также следует поощрять простых участников

студенческих соревнований, которые пришли попробовать свои силы и испытать себя на добровольной основе.

Хотелось особо отметить пропаганду здорового образа жизни, которую нужно усилить в студенческой среде. Это нужно делать на государственном уровне, потому что именно государство должно быть заинтересовано в физически здоровых молодых людях и именно у него есть средства на продвижение ценностей ЗОЖ. Чтобы даже простейшая зарядка утром перед занятиями продвигалась и становилась популярной среди студентов. Будем надеяться, что произойдут улучшения физического воспитания, которые выйдут за рамки обычных уроков физкультуры. Должны появиться изменения в пользу массовости и охвата всей части студенчества, а не только определенной группы учащихся, относящихся к спортивному кругу учебного заведения, которые занимаются спортом на любительском уровне.

Пока главным показателем эффективности физического воспитания и проведения уроков физической культуры в средних профессиональных учреждениях служат сдача нормативов по физической подготовке и контроль состояния здоровья на протяжении всех курсов обучения студента.