



## Применение средств физической культуры для становления молодого специалиста технического вуза

Бондарь Е.А., Косухин В. В.

Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

**Аннотация.** В статье рассмотрена роль физической культуры в подготовке будущих специалистов, вопросы укрепления и сохранения здоровья студентов с помощью средств физической культуры.

**Ключевые слова:** двигательная активность, здоровье, физическая культура, специалист.

Учебная дисциплина «Физическая культура» является единственной дисциплиной в ВУЗе, которая занимается сохранением и укреплением здоровья студентов, развитием и совершенствованием психофизических, функциональных и специальных качеств, необходимых в учебной и профессиональной деятельности, повышением умственной, психической и физической работоспособности [5].

В социальной сфере общества главным ориентиром стало состояние человека как одного из факторов уровня жизнеспособности цивилизованной страны, критерием которого является результативность в профессиональной деятельности [5].

Современный труд специалиста, требующий в основном интеллектуальных усилий, длительных нервных напряжений, связанных с переработкой большого потока разнообразной информации, существенно отличается от труда чисто физического [2]. Поэтому, начиная со студенческой скамьи, необходимо прививать у молодых людей потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом. Причём студент является не пассивным исполнителем, а непосредственным участником образовательного процесса [3]. Л.М. Крылова отмечает, что роль преподавателя в процессе физического воспитания студентов должна быть ведущей в системе «преподаватель-студент». Для этого необходимо не только владеть методикой преподавания, но и постоянно совершенствовать своё педагогическое мастерство, знать и чётко придерживаться принципов воспитательного обучения, быть сознательным и активным, придерживаться в своей работе систематичности и индивидуального подхода, прочной связи с практикой и наукой [1].

Как известно, здоровье - бесценное достояние не только каждого студента, но и всего общества [3]. Поэтому в укреплении здоровья будущих работников технического профиля заинтересованно всё общество.

Специалисты строительного профиля, создающие безопасную и комфортную среду жизнедеятельности, должны овладеть и в течение всей жизни совершенствовать свои знания в области методов активного оздоровления организма.

Физическая культура в высшем учебном заведении является неотъемлемой частью формирования общей и профессиональной культуры личности современного специалиста, системы гуманистического воспитания студентов [3].

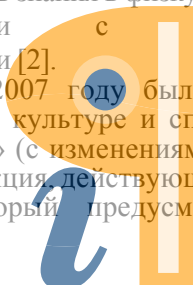
Физическая культура в вузе выполняет следующие социальные функции:

- преобразовательно - созидательную, что обеспечивает достижение необходимого уровня физического развития, подготовленности и совершенствования личности, укрепления её здоровья, подготовку к её профессиональной деятельности;

- интегративно-организационную, характеризующую возможности объединения студенческой молодёжи в коллективы, команды, клубы для организации совместной физкультурно-спортивной деятельности;

- проективно-прогностическую, позволяющую расширить эрудицию студентов в сфере физической культуры, активно использовать знания в физкультурно-спортивной деятельности с предельно реальными намерениями [2].

В 2007 году был принят закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями на 23 июля 2013 года) (редакция, действующая с 21 января 2014 года), который предусматривает развитие



физической культуры и спорта в образовательных учреждениях России. Этот закон устанавливает требования к организации физкультурно-оздоровительной деятельности в различных учебных заведениях. Эти требования включают в себя:

- проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ, в объёме, установленном государственными стандартами;

- создание условий, в том числе обеспечение спортивным инвентарём и оборудованием для проведения комплексных мероприятий по физкультурно-спортивной подготовке обучающихся;

- формирование у обучающихся навыков физической культуры с учётом индивидуальных способностей и состояния здоровья, создание условий для вовлечения обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

- осуществление физкультурных мероприятий во время учебных занятий;

- проведение медицинского контроля за состоянием здоровья студентов, занимающихся физической культурой;

- проведение ежегодного мониторинга физической подготовленности и физического развития учащихся;

- содействие организации и проведению спортивных мероприятий с участием обучающихся [5].

Возможности различных видов спорта в укреплении здоровья студенческой молодёжи, коррекции телосложения и осанки, повышении общей работоспособности, психической устойчивости и самоутверждения велики. При этом здоровье выступает как ведущий фактор, который определяет не только гармоничное развитие молодого человека, но и успешность освоения выбранной профессии, плодотворность его будущей профессиональной деятельности [2].

#### Литература:

1. Крылова Л.М. Организационно-педагогические основы построения курса физической культуры /Л.М. Крылова // Физическая культура; под ред. В.А. Коваленко. - М.; изд. АСВ, 2000. - 330 с.

2. Лукавенко О.Г. Оздоровительные функции студенческого спорта при подготовке к жизни и профессии. / О.Г. Лукавенко, О.Г. Корчевская, С.В. Лапко, О.В. Лобанёва. Здоровьесберегающие технологии, физическая реабилитация и рекреация в высших учебных заведениях // Сборник статей V международной научной конференции, 9-10 ноября 2012 г.г. Харьков –Белгород – Красноярск – Москва.: ХГАФК, 2012. - 420с.

3. Онищенко Г.Г. Безопасное будущее детей России / Г.Г.Онищенко, А.А. Баранова, В.Р. Кучма. - М.; РАМН, 2004. -155с.

4. Крамской С.И. Оптимизация учебного процесса по физической культуре в техническом вузе: учебное пособие / С.И.Крамской, В.П.Зайцев, С.М.Артемов и др.; под ред. В.П.Зайцева, С.И. Крамского. - М.: Изд-во АСВ; Белгород: Изд-во БГТУ, 2005. - 276с.

5. Физическая культура в строительных вузах. Учебник / Под ред. Л.М. Крыловой-М.: МГСУ, 2010. - 528 с.

#### Информация об авторах:

**Бондарь Екатерина Абдуллаевна**, канд. пед. наук, доцент, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова,

**Косухин Виктор Викторович**, ст. преподаватель, Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова

*Поступила в редакцию 15.11.2015*