(cc) BY

Полягошко Диана Николаевна
студентка
Соболь Юлия Владимировна
канд. пед. наук, старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный
аграрный университет им. И.Т. Трубилина»
г. Краснодар, Краснодарский край

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ФОРМИРОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ У СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Аннотация*: в статье рассматривается как занятия физической культурой для студентов способны формировать дисциплину для их будущего обучения и их профессиональной деятельности в будущем. Задачей преподавателей является формирование правил дисциплины у студентов через нормы проведения занятий физической культурой. В статье отмечается процесс мониторинга и контроля за деятельностью студентов в рамках всех дисциплин, не только в рамках занятий физической культурой, но и в том числе общего контроля их самодисциплины.*

Ключевые слова*: физическое воспитание, дисциплина, студенты высших учебных заведений, контроль, мониторинг деятельности студентов.*

При поступлении школьников в колледжи и ВУЗы меняется характер их жизни. Новая деятельность требует определенной организованности, самодисциплины и усидчивости. Работа по дисциплине начинается со школьного этапа и продолжается в учреждения обучения следующих уровней.

Процесс воспитания студентов в этом возрасте становится сложнее, поскольку он характеризуется интенсивностью изменений в анатомо-физиологическом, психическом и умственном развитии студента. Стремление самовыражаться, саморазвиваться и увеличивать свой индивидуальный потенциал нередко забывает о сущности дисциплины.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Одним из самых продолжительных по объему часов предметов является физическая культура. Это связано прежде всего с тем, что основной целью дисциплины является формирование личности и развитие физических возможностей человека.

Данная цель исполняется посредством ряда задач:

– создание целостно-мотивационного и ценностного отношения к спортивным дисциплинам;

– установление вектора на здоровый образ жизни и физическое самовоспитание;

– формирование системы реализации практических навыков, для обеспечения психологически уравновешенного состояния и укрепления здоровья;

– обеспечение общей физической подготовленности студента, способствующей определению психического и физического уровня готовности к будущей профессии;

– совершенствование индивидуальных двигательных умений, навыков и физкультурно-образовательных знаний, которые способствуют освоению выбранного направления профессиональной деятельности.

Данные задачи служат основой для программного определения целей физического воспитания в ВУЗах. В рамках программного метода, дисциплину делят на 4 этапа: вводная, подготовительная, основная и заключительная часть.

Вводная часть создана для формирования у студентов понимания целей данной дисциплины. В практической части на подготовительном этапе предусмотрена общая и специальная разминка. Для этого каждый студент обязан пройти ряд мероприятий формата кардио-тренировок, дыхательных практик и мышечных разминок. К таким упражнениям относятся: стойки, седы, приседы, выпады, положения лежа, упоры, наклоны, повороты. В случае специальных разминок упражнения те же, но с учетом особенностей каждого студента индивидуально.

В основной части предусмотрено использование методов специальных игр и спортивных дисциплин, так как легкая атлетика, волейбол, футбол и т. п. Это

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

необходимо для того, чтобы студенты были готовы к сдаче нормативов и подготовке к сессии.

В заключительной части проходит анализ результатов проведенных физических упражнений, оценка физического состояния учеников и их моральной оценки.

Основой в занятиях физических культур является 3 типа контроля:

– педагогический;

– врачебный;

– самоконтроль.

Формирование дисциплины в самоконтроле является основой для будущего умения студентов развивать свои навыки делать все вовремя, по правилам, по нормам и т. п.

Поскольку концепция дисциплины – это не послушание и страх, а сосредоточенность на дисциплинарной работе в занятиях с преподавателями, посредством особой мотивации.

Работа на занятиях физической культурой определяет сущность групповой дисциплины и развития навыков групповой работы. Если вовлекать всех в рабочий процесс, то преподавателю останется лишь контролировать конфликтность группы, их взаимодействие и коммуникации. Продуктивность такой работы будет определяться тем, как студенты воспринимают студенческие будни и дисциплины, поэтому задачей физической культуры является формирование обязательности следования правилам и нормам проведения занятий.

Основными правилами, которые учат студентов на занятиях физической культурой это:

– правила четкого распорядка времени;

– правила контроля за своими действиями и поступками;

– правила действий при дисциплинарных взысканиях;

– понятия отработок и мониторинга посещаемости.

Задачей преподавателя служит прежде всего вовлечение всех студентов в дисциплинарный контроль и подбор для этого индивидуальных условий для контроля за работой студентов на занятиях.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Проблемами в воспитание дисциплины через занятия физической культурой является отношение студентов к важности данной дисциплины в рамках их будущей профессиональной деятельности. То есть, необходимость сформировать в сознание детей, что именно для их профессии есть определенные аспекты, требующие физического воспитания и определенных моторных навыков.

Для студентов гуманитарных профессий необходимо делать упор на развитие спины, ног и шеи, поскольку работа в основном сидячая, а значит необходимо предотвращать ее последствия, а также упор на дисциплину в посещение, опозданиях и правилах перерывов.

Для студентов специальностей, требующих физических нагрузок речь идет о дисциплине в умениях правильно распределять нагрузки на тело, а также дисциплине в умение делать определенные задачи вовремя без вреда здоровью.

Список литературы

1. Цыганкова В.О. Круговая тренировка в физической подготовке студентов аграрного университета, занимающихся тхэквондо / В.О. Цыганкова, Ю.Б. Никифоров // Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса: сборник материалов IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Шуя, 2022. – С. 166–167. – EDN LCYJDH.

2. Цыганкова В.О. Организация и проведение соревнований по плаванию / В.О. Цыганкова, В.Ю. Ковалева // Актуальные вопросы гуманитарных и социальных наук: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Чебоксары, 2022. – С. 257–258. – EDN HUFVEJ.

3. Цыганкова В.О. Подготовка тхэквондистов в условиях эпидемиологических ограничений / В.О. Цыганкова, А.А. Клименко // Современные методические подходы к преподаванию дисциплин в условиях эпидемиологических ограничений: сборник статей по материалам учебно-методической конференции – 2021. – С. 360–361. EDN PRGLOQ.

4. Шестопалов Я.В. Значение физической тренированности для адаптации организма человека к разнообразным условиям жизни / Я.В. Шестопалов, В.О. Цыганкова // Наукосфера. – 2022. – №3–1. – С. 122–125. – EDN EWKISE.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)