

Фоменко О. В., Фоменко В. Х., Сарапкін О.Л.

ПРО ІНСТРУКТОРСЬКО-МЕТОДИЧНУ ПІДГОТОВКУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Як відомо, одним із головних стратегічних завдань національної освіти є виховання молоді в дусі відповідного ставлення до власного здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Актуальність цієї проблеми зумовлена в першу чергу розвитком депопуляційних процесів в Україні, швидким поглибленням демократичної кризи, що можуть уповільнити і навіть зупинити соціально-економічний розвиток суспільства. Серед причин кризового стану можемо визначити такі: - неефективна стратегія охорони здоров'я і недоліки в організації системи освіти, що зумовлює психоемоційне перевантаження і недостатню рухову активність студентів. Окрім цього, важливу роль у розвитку негативних тенденцій має низький рівень культури здоров'я і відсутність знань щодо здорового способу життя та профілактики здоров'я.

На сучасному етапі розвитку суспільства зростають вимоги до фізичної підготовки людей, адже саме витривалість – нерідко головна умова в процесі трудової діяльності людини. Проте за нинішнього економічного стану країни не кожна особа турбується про особисту фізичну підготовку. Певна частка серед таких людей належить студентам. Їхнє фізичне виховання, якому приділяється значна увага в школах, має місце і у вищому навчальному закладі [2].

На цей час у студентському віці звершується фізичне дозрівання організму. Цей період характеризується розвитком фізіологічних потенціалів (максимальна реактивність організму, оптимальні рівні артеріального тиску та ін.). У людини до 17-18 років процес всебічного вдосконалення рухової функції близький до завершення.

Студентський вік можна впевнено назвати заключним етапом вікового розвитку. Молоді люди в цей період володіють величезними можливостями для навчання, громадської діяльності. Тому фізична культура і спорт стає дійсно найважливішим засобом зміцнення здоров'я, природною біологічною основою для формування особистості, ефективного навчання, успішної суспільної діяльності [1].

Важливу роль на цьому етапі відіграє інструкторсько-методична підготовка студентів для організації та самостійній роботі серед молоді.

Ціль інструкторсько-методичної підготовки – формування знань, умінь і навичок використання засобів і методів фізичної культури і спорту в процесі організації і проведенні самостійної, фізкультурно-масової, спортивної і оздоровчої роботи.

Задачі інструкторсько-методичної підготовки:

1. визначення вимог, пред'явлених практикою фізичного виховання до інструкторсько-методичної підготовки молоді;
2. з'ясування змісту, визначення об'єму і розробки методики інструкторсько-методичної підготовки студентів в процесі проведення учбово-тренувальних занять, фізкультурно-масових і оздоровчих заходів та виконання домашніх завдань;
3. розробка методичних рекомендацій по управлінню діяльності студентів в процесі інструкторсько-методичної підготовки к проведенню фізичних вправ, комплексів, частин і уроків в цілому.

Програма з фізичного виховання загальноосвітньої, професійної школи, серед спеціальних і вищих учбових закладів, ДЮСШ передбачає формування у студентів та у тих хто займається фізичною культурою і спортом знань, умінь та навичок проведення ранкової, лікувальної гімнастики, комплексів фізичних вправ які забезпечують зріст рівня фізичного розвитку і фізичної підготовки, поширює функціональні можливості органів і фізіологічних систем організму застосовано к вимогам кожного виду спорту, масових і обраних професій та здорового образу життя. Ті які пройшли інструкторсько-методичну підготовку, повинні вміти організувати не тільки особисту рухову діяльність в режимі навчання, праці і відпочинку, але і залучати до цих оздоровчо-профілактичних заходів і спортивних занять товаришів по сумісному навчанню або роботі [3].

Література:

1. Галіздра А.А. Характеристика факторів, що впливають на здоров'я студентів вищих навчальних закладів // Теорія та методика фізичного виховання. – 2004. – № 3. – С 41.
2. Довбиш В.І. Фізична культура та виховання здоров'я: Навчальний Ф 50 посібник. – Х.: ХНУ імені В.Н. Карабіна, 2007. – 224 с.

3. Титов В.С., Фоменко В.Х. Инструкторско-методическая подготовка к проведению оздоровительной, спортивной и физкультурно-массовой работы // Методические рекомендации. – Харьков: ХГИФК, 1990. – 20 с.