

АКТИВІЗАЦІЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ

НАДІЯ ХОМЕНКО

Глухівський державний педагогічний університет, Сумська область

Сьогодні сучасними молодими спеціалістами називають осіб, які не тільки професіонали своєї справи, та мають спеціальні знання. Їм притаманно володіння засобами фізичної культури, вміння підтримувати своє здоров'я. Особливо це актуально для майбутніх вчителів, які не тільки повинні самі прагнути бути здоровими, а й виховувати здорове молоде покоління.

Для виявлення засобів, форм, видів фізкультурної активності, які викликають інтерес у сучасної молоді, ми провели опитування 196 студентів Глухівського державного педагогічного університету. Результати анкетування свідчать про те, що у більшості студентів (90,9%) є позитивним ставленням до занять фізичною культурою, спортом та туризмом. Майже всі розуміють, яке значення має фізична культура в житті сучасної людини. Але поряд із задекларованим ставленням, систематично займаються фізичними вправами 8,2% студентів педагогічного та 39,1% педагогічно-інженерного факультетів.

Проведене анкетування показало, що поряд з такими ефективними засобами фізичного виховання, як гімнастика, спортивні ігри, легка атлетика студенти віддають перевагу туризму. Так, 68,2% студентів поставили туризм на перше місце серед інших видів фізкультурної діяльності. Саме оздоровчо-спортивному туризму належить провідна роль в організації змістовного дозвілля, активізації рухової активності студентів.

Стало вже традиційним проведення туристського походу в кінці навчального року в нашому університеті. Для студентів першого курсу це місцевий одноденний похід, для старших курсів - похід тривалістю до чотирьох днів. До проведення туристського походу залучаються: адміністрація університету, деканати, куратори академічних груп, господарча частина, медичні працівники. Кожна академічна група, разом з керівником-викладачем, комплектує туристську групу, розподіляє обов'язки та складає список учасників походу, з обов'язковим проходженням медичного огляду та інструктажу з техніки безпеки. Туристська група отримує маршрутний листок та положення про проведення туристського походу з програмою спортивних змагань та конкурсів. Після повернення підводяться підсумки походу, організується фотовиставка, проводиться конкурс на кращу туристську газету.

Викладання фізичної культури в нашому університеті ведеться у поєднанні з курсами природничого циклу. Теоретичний матеріал з фізичного виховання розширився темою "Фізкультурно-оздоровчий туризм". Вивчаючи її, майбутні вчителі отримують теоретичні відомості про роль туризму у системі фізичного виховання, його оздоровче та освітнє значення. Студенти знайомляться з видами туризму, індивідуальним та груповим туристським спорядженням, особистою гігієною, правилами заповнення маршрутної книжки та маршрутного листа, правилами дотримання техніки безпеки.

Проходження практичного матеріалу планується безпосередньо перед навчальним туристським походом наприкінці навчального року. Студенти оволодівають уміннями укладання рюкзаку; читання топографічної картки, складання схеми маршруту й орієнтування на місцевості за картою, з компасом і без компасу; техніки пересування і заходів безпеки; вибору місця і розташуванням бівуаку, встановленням наметів, розпалюванням багаття, приготуванням їжі; подання першої медичної допомоги при травмах і нещасних випадках.

Впровадження навчального матеріалу з фізкультурно-оздоровчого туризму підвищує інтерес до занять фізичним вихованням, сприяє активізації фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів. Майбутні вчителі зможуть використувати набуті уміння та навички не тільки для активного відпочинку, а й у подальшій роботі з підростаючим поколінням.

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КУРСАНТІВ-АВТОМОБІЛІСТІВ ПІД ВПЛИВОМ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ППФП

ОЛЕКСАНДР ДЕСЯТКА, СЕРГІЙ ЄРЬОМІН, ДМИТРО ЛОГІНОВ

Львівський військовий орден Червоної Зірки інститут імені гетьмана Петра Сагайдачного Національного університету „Львівська політехніка”

В умовах реформування української армії, одним із головних завдань є покращення якості військово-професійного навчання майбутнього поповнення офіцерського складу Збройних сил [1]. Важливою частиною цього процесу є удосконалення системи фізичної підготовки (ФП) курсантів вищих військово-навчальних закладів (ВВНЗ) [3,4]. Враховуючи даний факт, командування Сухопутних військ Збройних Сил України (ЗСУ) одним з пріоритетних завдань Сухопутних військ вважає „...забезпечення високого рівня ... військово-професійної підготовленості курсантів ВВНЗ” [4].

Зміст, характер, умови навчально-бойової та професійної діяльності особового складу різних військових спеціальностей, видів та родів військ, суттєво відрізняються. Це зумовлює різні вимоги до змісту ФП, необхідність розробки професійно-прикладного напрямку ФП [2]. Названа діяльність повинна включати підбір і раціональне використання таких засобів, методів і форм організації ФП, які найкраще забезпечують вирішення як загальних, так і спеціальних для даного виду, роду військ або військових спеціальностей професійних завдань.

Із врахуванням результатів досліджень попередніх етапів, нами була розроблена експериментальна програма навчальної дисципліни „Фізична підготовка”. Ця програма спрямована на всебічний фізичний розвиток курсантів, підготовку їх до військової праці за спеціальністю «Автомобілі та автомобільне господарство», підвищенню результативності у виконанні