ГБПОУ «Кимрский медицинский колледж»

**Тема: Физическое воспитание в медицинском колледже как часть образовательного процесса**

*Выступление подготовила:*

*Лобзова Юлия Витальевна,*

*преподаватель физической культуры*

*2019г.*

Физкультура и спорт являются очень важными факторами в укреплении здоровья человека, в его физическом развитии и воспитании, а также в профилактике заболеваний и старения. В 19 веке и в первой половине 20 века у каждого человека жизнь сопровождалась значительными физическими напряжениями. Этих нагрузок было достаточно для поддержания функционального состояния и здоровья на соответствующем уровне. Но в последние годы, в связи с бурным развитием техники и механизации производства, информационных технологий, доля физического труда резко снизилась. Недостаточное мышечное напряжение (гиподинамия) отрицательно влияет на состояние здоровья (физиологические функции), особенно на сердечнососудистую систему. Правильные, систематические занятия физкультурой и спортом с учетом возраста и состояния здоровья приносят пользу, особенно если соблюдаются основные принципы: постепенность, систематичность и умелое регулирование (дозировка) физических нагрузок. В своем послании Федеральному собранию Президент России Владимир Путин назвал развитие физической культуры и спорта важнейшим направлением. Сфера физической культуры и спорта регулируется Конституцией РФ, федеральными конституционными законами, федеральными законами, указами и распоряжениями Президента Российской Федерации, постановлениями Правительства Российской Федерации, и нормативными правовыми актами федеральных органов исполнительной власти.

Так, например, Постановлением Правительства РФ от 21 января 2015 года №30 утверждена Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 годы».

Целью программы является создание условий, обеспечивающих возможность гражданам систематически заниматься физической культурой и спортом, и повышение эффективности подготовки спортсменов в спорте высших достижений.

Мы видим, что в нашей стране предпринимаются серьезные шаги в обеспечении населения всем необходимым для занятий физической культурой и спортом. Правовое регулирование в данной сфере очень важно, ведь от этого зависит не только здоровье отдельного человека, но и всей нации.

В текущем и последующие годы в преподавании физической культуры необходимо обращать внимание на следующие особенности:

1. Внесены изменения в примерные образовательные программы по физической культуре (Приказ Министерства образования и науки РФ №609 от 23.06.2015 г. В соответствии с пунктом 31 Плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

2. В соответствии с ФГОС общего образования, утвержденными приказами Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 г. №373, от 17.12.2010г. №1897, от 17.05.2012 г. №413 и федерального компонента ГОС-2004 от 05.05.2014 г. №1089 предметные результаты учебного предмета «Физическая культура» должны отражать умение выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных, и коррегирующих упражнений с учетом индивидуальных особенностей и особенностей состояния здоровья и режима учебной деятельности , использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе при подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, и службе в армии.

3. При осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному курсу «Физическая культура» (Методические рекомендации Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 02.12.2015 г. №08-1447) законодательством в сфере образования не установлено требование обязательной сдачи всеми обучающимися нормативов Комплекса ГТО, в связи с чем невыполнение нормативов Комплекса ГТО не может являться основанием для неудовлетворительной отметки в ходе текущей, промежуточной и итоговой аттестации по предмету «Физическая культура». При этом выполнение обучающимися нормативов Комплекса ГТО является качественным показателем решения поставленной задачи перед обучающимися в соответствие с ФГОС и может соответствовать отметке «отлично».

Студенты СПО в течение учебного года, участвуют в городских и областных спартакиадах среди колледжей. В целях популяризации здорового образа жизни регулярно проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия «Веселые старты», Дни здоровья, Всероссийский день бега «Кросс наций». Можно сделать вывод, что при систематических занятиях физической культурой отмечается положительная динамика роста результатов.

Зачастую в СПО имеются некоторые сложности в проведении занятий по дисциплине «Физическая культура». Это такие как:

1. Несоответствие состояния спортивного зала стандартам и требованиям.

2. Недостаточно оснащенная материальная база.

3. Нерегулярное посещение уроков физической культуры студентов старших курсов.

4. Неравномерное распределение часов в течение учебного года.

5. Справки о состоянии здоровья студентов не отражают полноты информации (к какой группе отнесены по состоянию здоровья).

**Предложения по улучшению состояния физического воспитания в СПО**

1. Более равномерное распределение часов учебного плана по семестрам.

2. Уделить больше внимания на овладение специфическими качествами, позитивно влияющими на результативность отдельных составляющих производственной практики, по специальностям:

- «Лабораторная диагностика» - статическая выносливость мышц спины, устойчивость к гипокинезии и гиподинамии, острота зрения;

- «Лечебное дело» - сила мышц рук и туловища; ловкость, гибкость, оперативное мышление; - «Сестринское дело» - силовая выносливость мышц рук, спины, стопы, навыки подъема и переноса тяжестей.

3. Сформировать у студентов устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни и обучению, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

**Заключение**

Физическая культура является неотъемлемой частью образовательного процесса. Она не только стабилизирует здоровье и физическую форму студентов, а значит, и нации в целом, но и способна улучшать их с помощью сбалансированных нагрузок и специальных программ . Поэтому студенты должны следить за своим здоровьем, обязаны посещать занятия, вести здоровый образ жизни, что непременно поможет им стать отличными квалифицированными специалистами.

**Список литературы**

1. Анищенко, B.C. Физическая культура: мето дико-практические занятия студентов: учеб. пособие\* для студ. вузов, обуч. по напр. «Физическая культура» / B.C. Анищенко. М.: Изд-во РУДЫ, 1999. - 165 с.

2. Аршавский, И. А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития / И.А. Аршавский. М.: Наука, 1982. - 270 с.

3. Астафьев, В. С. Воспитание устойчивой потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями будущих врачей: автореф. дис. . канд. пед. наук: 13.00.04 / B.C. Астафьев. -Улан-Удэ, 2003.-21 с.