

sanitary precaution is hand washing. A young child's oral habits, poor hygiene contribute to the spread of enteric diseases. It is the responsibility of physicians, nurses, and laboratories to diagnose, treat, and report infectious diseases that are classified as reportable.

КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Докл. – доц. Берест Ю.К.

Практика показывает, что резервы повышения эффективности физического воспитания студентов вуза имеются. В этом плане еще далеко не исчерпаны все возможности занятий по физическому воспитанию. На занятиях по физическому воспитанию еще слабо решаются такие задачи, как привитие студентам умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, повышение образовательной и воспитательной направленности занятий, увеличение материальной плотности занятий с помощью метода круговой тренировки, который в настоящее время недостаточно используется в учебных и самостоятельных занятиях по физическому воспитанию со студентами вузов.

Повышение эффективности физического воспитания студентов в большей степени зависит от формы организации занятий физическими упражнениями. Чем лучше организация, тем выше плотность и эффективность учебного процесса. Качество и эффективность занятий будет выше там, где преподаватель сможет найти пути для массового одновременного выполнения упражнений с учетом индивидуальных возможностей студентов.

Важно научить студентов работать самостоятельно, определяя нагрузку по силам и подготовленности; выполнять такие упражнения, которые разносторонне воздействуют на

организм, укрепляя не только мышцы, но и развивая внутренние органы; систематически проверять результаты воздействия выполняемых упражнений. Именно этими возможностями и обладает круговая тренировка.

Современные занятия должны не только решать задачи повышения моторной плотности занятий. Они ещё обязаны формировать устойчивый интерес к физической культуре и привычку самостоятельно заниматься физическими упражнениями в свободное время.

Интерес студента к предмету возможно создавать применения творческие методы обучения, активизируя процесс учения с помощью проблемного обучения, которое вызывает стремление к поиску. Ключом к самостоятельным занятиям физическими упражнениями служат систематические домашние задания по физической культуре, которые являются еще и мощным резервом повышения двигательного режима студентов. К сожалению на эту тему для высших учебных заведений имеется мало разработок и преподаватели вузов этому вопросу мало уделяют внимания. Между тем в данное время четко прослеживается тенденция к организации домашних занятий со всеми студентами, поскольку успешно осилить нормативные требования учебной программы и тестов только за счет учебных часов не представляется возможности.

Научные исследования подтверждают, что домашние задания по физической культуре являются не дополнительной нагрузкой, а разгрузкой студентов, переключением их с умственной работы на физическую. Они способствуют снятию усталости, напряжения, повышению жизненного тонуса и работоспособности. Практика также показывает, что в наибольшей степени стимулирует студентов к самостоятельным занятиям проведение систематических спортивных соревнований и спортивных праздников.

Повышению двигательной активности студентов весьма эффективно способствуют такие интересные формы работы, как клубы любителей бега, спортивные лагеря, туристические

походы, занятия аэробикой, Дни здоровья и др. виды соревнований.

Думается, что перечисленные резервы и средства повышения двигательной активности вместе с использованием интересных нетрадиционных форм организации занятий физическими упражнениями во внеурочное время могли бы значительно активизировать двигательный режим студентов, предупредить и ликвидировать генофиномию, а также способствовать значительному повышению работоспособности и производительности труда студентов.

В своём сообщении мы остановимся на трех важнейших, на наш взгляд, путях повышения эффективности физического воспитания в вузе:

- организация кругового метода тренировки на учебных занятиях, средствах и методики внедрения домашних заданий, организации нестандартных форм внеклассной работы.

На основании анализа нашего опыта работы по физическому воспитанию в вузе целесообразно сделать следующие выводы и практические рекомендации:

1. Применение метода круговой тренировки на учебных занятиях и при выполнении домашних заданий специально подобранными комплексами упражнений не только повышает моторную плотность занятий, двигательную активность, но и строго индивидуализирует нагрузку в зависимости от физической подготовленности студентов.
2. Наш опыт показал, что для повышения эффективности физического воспитания в вузе необходимо увеличить число самостоятельных занятий под контролем преподавателей, которые должны находиться в единой системе планирования учебных и внеклассных занятий.
3. При внедрении домашних заданий на первом году обучения лучше давать их по одному-двум упражнениям. На втором году обучения, целесообразны комплексные задания с использованием метода круговой тренировки.

4. По времени домашние задания по физической культуре должны выполняться в режиме дня в зависимости от поставленных задач: сразу после окончания учебных занятий или в перерывах между подготовкой к занятиям, или во время утренней гимнастики.
5. Домашние задания, являясь логическим продолжением и дополнением к занятиям физической культурой.
6. Ведение специальной тетрадки учета выполнения домашних заданий по физической культуре будет способствовать не только развитию спортивного интереса, но и эстетическому воспитанию.
7. Систематический контроль за выполнением домашних заданий целесообразно осуществлять как на занятиях физического воспитания, так и при проведении массовых спортивных соревнований.
8. Несмотря на то, что вначале подготовительная работа по внедрению домашних заданий в режиме дня студентов отнимает у преподавателя много времени, затраченные усилия в дальнейшем окупаются значительным повышением двигательной активности студентов и эффективности занятий

ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ В ПІДГОТОВКИ СУЧАСНОГО СПЕЦІАЛІСТА

Доп. – Котов В.Ф., Бурла А.О., Сідоренко О.Р.

Анотація. Наукове обґрунтування процесу формування майбутнього спеціаліста у вищій школі потребує усвідомлення реальної життєдіяльності студентів, їх способу життя. Спосіб життя – це соціальне обличчя студента.

Постановка проблеми. Ефективне управління процесами навчання і виховання неможливе без достатньо повного уявлення про об'єкт і суб'єкт педагогічної діяльності студента, про ті соціальні і психофізіологічні риси його особливості, єдність яких характеризує те типове, що властиве