

Міністерство освіти і науки України  
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Сумський державний університет  
Тираспольський державний університет імені Т. Г. Шевченка (Молдова)



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ  
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ  
II МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
(Україна, Суми, 16–17 квітня 2015 року)

Суми  
Сумський державний університет  
2015

## **ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, ЯК ВАЖЛИВІЙ ФАКТОР ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Осьонова І. М., студ., Стасюк Р. М., к.фіз.вих., доц.

*Сумський державний університет*

*stas-r@ukr.net*

Метою фізичного виховання у вузах є підготовка всебічно розвинених спеціалістів, використовувати та впроваджувати фізичну культуру та спорт в умовах майбутньої виробничої діяльності. Реалізація цієї мети є необхідною з позицій нових вимог, наданих до вищої школи. Адже багато студентів в майбутньому займуть важливі позиції на виробництві, і від того, який запас теоретичних і практичних фізкультурних умінь та навичок вони отримають за період навчання у вузі, залежить їх особиста участь у заняттях та пропаганді фізкультурно-спортивного життя, творча активність, та здоровий побут. Курс фізичного виховання передбачає комплексне вирішення виховних, освітніх та оздоровчих задач в усіх формах фізичного виховання: на навчальних заняттях; під час самостійних занять і занять у спортивних секціях, командах; при виконанні фізичних вправ у режимі навчального дня; при проведенні масових оздоровчих, фізкультурних та спортивних заходів у позанавчальний час.

Ряд авторів відмічають [2, 3], регулярні заняття фізичною культурою та спортом є важливим формуючим фактором здорового способу життя, особливо поміж молоді. Фізична культура і спорт широко беруть на себе роль організатора у спілкуванні людей, раціонального використання вільного часу, згуртованості трудових колективів. Вони формують здоровий спосіб життя, урізноманітнюють дозвілля. До того ж заняття фізичною культурою та спортом розвивають елемент змагання, який переходить потім у виробничу діяльність.

У наш час все більш поширюється роль фізичної культури та спорту при вирішенні народногосподарських задач. Якщо за допомогою засобів фізичної культури та спорту можливо покращити загартування людей, їх опір хворобам, то у

масштабах держави це буде означати і збереження трудових ресурсів, а також скорочення великих затрат на виплату допомоги за тимчасової непрацездатності і засобів бюджету державного страхування та скорочення затрат на лікування.

Ряд авторів присвятили свої роботи питанням розвитку і обладнання спортивної бази масової фізичної культури, обладнанню кімнат відпочинку на підприємствах [1, 2, 3]. розглядаються також питання комплексних програм організації і управління масовим фізкультурно-спортивним рухом за місцем проживання з обліком спілки медицини і фізкультури. Така програма передбачає реалізацію міру упорядкування фізкультури у різних групах населення, у режимі праці і навчання, а також дозвілля, удосконалення планування та зміст підвищення кваліфікації штатних та суспільних кадрів. Вона не вимагає додаткових джерел фінансування.

У разі одного із резервів наукового пошуку у розробці проблем масової фізичної культури В.А.Новіков [4] пропонує використати у масовій фізичній культурі принципи управління із систем вищої спортивної майстерності, а нормативні вимоги державних тестів, як модельні характеристики фізичного розвитку людини, фізичної підготовки і стану основних систем організму.

### **Література:**

1. Беленький Б. Л. К вопросу о развитии материально-спортивной базы массовой физической культуры / Б. Л. Беленький, В. И. Коваль // Теория и практика физической культуры. – 1985. – № 9. – С. 27–30.
2. Касюлис Ю. С. Влияние спортивной деятельности на повышение эффективности производства / Ю. С. Касюлис // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 9. – С. 45–47.
3. Настенко В. Т. Место физического воспитания в жизни вуза / В. Т. Настенко // Вестник Высшей школы. – 1997. – №7. – С. 76–79.
4. Новиков А. А. Резервы научного поиска в разработке проблем массовой физической культуры.– 1983.– №5.– С.30-31.