

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИЖЕВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ М. Т. КАЛАШНИКОВА»**

**КАФЕДРА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ»
АВТОР: БАЖЕНОВА А.С. СТАРШИЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЬ**

**ЛЕКЦИЯ № 1
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В
ОБЩЕКУЛЬТУРНОЙ И
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ
СТУДЕНТОВ.**

Содержание

- ⦿ Введение
- ⦿ Физическая культура и спорт – составляющие общей культуры общества.
- ⦿ Физическая культура и ее компоненты.
- ⦿ Цели и задачи физического воспитания.
- ⦿ Физическая культура и спорт как социальные феномены.
- ⦿ Физическая культура студентов.

Введение

Показателем физического состояния учащейся молодежи является доля лиц с хорошей физической подготовленностью и доля лиц со слабой физической подготовленностью.



Физическая культура и спорт – составляющие общей культуры общества

Это часть общечеловеческой культуры, вид социальной деятельности, направленной на развитие физических способностей. ФК - вид социальной практики, а это значит, что общество признает такую деятельность полезной и необходимой для всех граждан и призвано обеспечивать условия для ее развития.

Показателями состояния ФК в обществе и государстве являются совокупность материальных и духовных ценностей, созданных для физического совершенствования людей, уровень их здоровья и физического развития и степень использования физических упражнений в сфере воспитания.

Физическая культура и спорт – составляющие общей культуры общества

Это часть физической культуры. В нем человек стремится расширить границы своих возможностей, это огромный мир эмоций, порождаемых успехами и неудачами, действенное средство воспитания и самовоспитания человека, в нем присутствует сложнейший процесс межчеловеческих отношений.

Спортивный человек живет по определенным правилам и нормам поведения. В нем ярко проявляется стремление к победе, достижению высоких результатов, требующих мобилизации физических, психических и нравственных качеств. Поэтому часто говорят о спортивном характере людей, успешно проявляющих себя в состязаниях. Удовлетворяя потребности человека, занятия спортом становятся физической и духовной необходимостью.

Физическая культура и спорт – составляющие общей культуры общества



Физическая культура и ее компоненты

Физическая культура представляет собой общественное явление, тесно связанное с экономикой, культурой, общественно-политическим строем, состоянием здравоохранения и воспитанием людей. В ее структуру входят следующие компоненты:

1. Физическое образование.
2. Физическое воспитание.
3. Физическая подготовка к конкретной деятельности.
4. Восстановление здоровья или утраченных сил средствами физической культуры-реабилитация.
5. Подготовка высокопрофессиональных спортсменов.

Физическая культура и ее компоненты



Рис. 1. Компоненты физической культуры (Ильинич, 2001)

Цель физического воспитания

Физическое воспитание в единстве с умственным, нравственным, эстетическим и трудовым воспитанием обеспечивает всестороннее развитие личности. Причем эти стороны общего процесса воспитания в значительной мере проявляются и в самом организованном соответствующим образом процессе физического воспитания.

Цель физического воспитания достигается в решении взаимосвязанных оздоровительных, развивающих, образовательных и воспитательных задач.

Задачи физического воспитания

1. Оздоровительные задачи физического воспитания.

-охрана и укрепление здоровья обучающихся
достижение полноценного физического развития,
гармоничного телосложения

-повышение умственной и физической работоспособности.

2. Образовательные задачи физического воспитания.

-формирование двигательных умений и навыков
-развитие двигательных способностей.

3. Воспитательные задачи физического воспитания.

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями

-воспитание активности, самостоятельно и нравственно-волевых черт личности.

Физическая культура и спорт как социальные феномены

Человек как личность формируется в процессе общественной жизни: в учебе, в труде, в общении с людьми. Физическая культура и спорт вносят свой вклад в формирование всесторонне развитой личности.

Нравственное воспитание. На учебных занятиях, тренировках, а особенно во время спортивных соревнований учащиеся переносят большие физические и моральные нагрузки: быстро меняющаяся обстановка, сопротивление соперника, зависимость результата спортивных соревнований от усилий каждого члена команды, умение подчинить свои интересы интересам коллектива, неукоснительное выполнение определенных правил, уважительное отношение к сопернику. Все это содействует формированию у них таких черт характера, как сила воли, смелость, самообладание, решительность, уверенность в своих силах, выдержка, дисциплинированность.

Физическая культура и спорт как социальные феномены

Умственное воспитание. На занятиях физической культурой и спортом учащиеся приобретают знания о рациональных способах выполнения двигательных действий, об использовании приобретенных навыков в жизни, усваивают правила закаливания организма, обязательные требования гигиены. Развиваются наблюдательность, внимание, восприятие, повышается уровень устойчивости умственной работоспособности.

Физическое воспитание. Постановка физического воспитания в каждом учебном заведении определяет в значительной мере степень готовности каждого выпускника к работе по специальности. Сущность трудового воспитания заключается в систематическом и планомерном развитии качеств и свойств личности, определяющих подготовку человека к жизни, к общественно полезному труду.

Физическая культура и спорт как социальные феномены

Эстетическое воспитание. Многие люди приобщаются к спорту не только из стремления укрепить здоровье или установить рекорды, их привлекает эстетическое удовольствие от занятий, от возможности постоянно созерцать прекрасное и создавать его в виде совершенных по красоте движений. Связь занятий физическими упражнениями с эстетическим воспитанием имеет действенный характер, так как позволяет не только формировать внешне прекрасный образ, но и одновременно влиять на воспитание морально-волевых качеств, этических норм и поведение в обществе.

Физическая культура студентов

Физкультурно-спортивная деятельность, в которую включаются студенты - один из эффективных механизмов слияния общественного и личного интересов, формирования общественно необходимых индивидуальных потребностей. Ее специфическим ядром являются отношения, развивающие физическую и духовную сферу личности, обогащающие ее нормами, идеалами, ценностными ориентациями. При этом происходит превращение социального опыта в свойства личности и превращение ее сущностных сил во внешний результат. Целостный характер такой деятельности делает ее мощным средством повышения социальной активности личности.

Физическая культура студентов

Физическая культура личности проявляет себя в трех основных направлениях. Во-первых, определяет способность к саморазвитию, отражает направленность личности «на себя», что обусловлено ее социальным и духовным опытом, обеспечивает ее стремление к творческому «самостроительству», самосовершенствованию. Во-вторых, физическая культура - основа самодеятельного, инициативного самовыражения будущего специалиста, проявление творчества в использовании средств физической культуры, направленных на предмет и процесс его профессионального труда. В-третьих, она отражает творчество личности, направленное на отношения, возникающие в процессе физкультурно-спортивной, общественной и профессиональной деятельности, т. е. «на других».

Физическая культура студентов



Физическая культура студентов в ИжГТУ

Физическому воспитанию и спортивной подготовке студентов в университете уделяется большое внимание. Курс физической культуры введен в учебную программу всех факультетов. Занятия по физической культуре и спорту проводятся с целью укрепления здоровья, всестороннего развития студентов и подготовки здоровых кадров для предстоящей трудовой деятельности.

Учебные занятия по физической культуре и спорту проводятся с 1 по 3 курсы на 9 факультетах по специализациям: аэробика, легкая атлетика, атлетическая гимнастика, волейбол, футбол, баскетбол, лечебная физкультура, бадминтон, плавание, восточное боевое единоборство., атлетическая гимнастика, волейбол, футбол, баскетбол, лечебная физкультура, бадминтон, плавание, восточное боевое единоборство.

Физическая культура студентов в ИжГТУ



Спасибо за просмотр

- ФГБОУ ВО ИжГТУ имени М.Т. Калашникова
- Баженова А.С., 2020-2021 г.г.

Используемая литература и ССЫЛКИ

- <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=731945>
- https://yandex.ru/images/search?text=фото%20ижгту%20спорт&from=tabbar&pos=13&img_url=https%3A%2F%2Fza.izh.ru%2Fres_ru%2F0_mediagal_109462_1.jpg&rpt=simage
- https://yandex.ru/images/search?text=пробуг%20ижгту&pos=1&img_url=https%3A%2F%2Fsoyuzmash.ru%2Fupload%2Fiblock%2Fa36%2Fa36f973677ec8904f4beb695702cfcc8.jpg&rpt=simage
- https://yandex.ru/images/search?text=ночь%20спорта%20ижгту&pos=20&img_url=http%3A%2F%2Fphotos.istu.ru%2Falbums%2Fuserpics%2F10002%2F12~1.jpg&rpt=simage
- Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.