

## **Новые подходы в содержании программы дисциплины физической культуры ВПО**

В свете реализации ФГОС 3+ изменились требования к содержанию учебного процесса по физической культуре и результатам образования.

Направленность современного учебного процесса в вузе должна быть нацелена на формирование у студентов интереса к спортивной деятельности на основе интеграции учебной и внеучебной форм занятий, различных программ фитнес-технологий для самостоятельных занятий.

Процесс обучения организуется с учетом здоровья, уровня физической подготовленности, условия и характера предстоящей профессиональной деятельности.

Для повышения эффективности учебного процесса ВШПУИМ и реализации требований в ФГОС +3 нами предпринята попытка усилить

процесс обучения по направлениям:

Образовательная направленность:

- теоретические знания направлены на формирование у студентов сознания и убежденности в необходимости занятий физической культурой, – приобщение студентов к ЗОЖ через спортивные массовые мероприятия, творческие задания, проекты, самостоятельное проведение частей урока, акции и т.д.

2. Здоровьесберегающее направление:

- дифференцированный подход, оптимизация физической нагрузки с учетом индивидуальных возможностей, массовые оздоровительные мероприятия направлены на привлечение студентов к регулярным занятиям физической культурой.

3. Спортивно-оздоровительная направленность:

– объединение студентов в группы по интересам и по способностям к виду спорта или двигательной активности.

Эти мероприятия проводятся при активном инициативном участии студентов, активистов студенческого совета и профкома. В учебном процессе используются активные и интерактивные формы проведения занятий проводится методика практически инструктивные занятия, которые включают проведение выполнения упражнений на определенную группу мышц ознакомление с современными системами физических упражнений, основами физкультурно-оздоровительных технологий, проведения оздоровительных мероприятий и т.д.

Однако урок не в состоянии решить все проблемы.

Для повышения мотивации и активности физической культуры к изучению физической культуры учитывается портфолио индивидуальных достижений в различных видах физкультурной деятельности.

В течение года студенты принимают активное участие в организации и проведении спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий в качестве участников, организаторов, консультантов и судей. Портфолио позволяет отследить развитие студентов в различных видах физкультурной деятельности.

Использование таких приемов в работе позволяет студентам проявлять активность, самостоятельность и инициативу.

Подобные формы организации физического воспитания улучшают качество проведения занятий и повышают активность студентов, их интерес к спортивной деятельности, приобретению знаний по ЗОЖ и укреплению здоровья, дают возможность сформировать у студентов убеждения необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом, усилить мотивацию к ведению ЗОЖ как необходимое условие для самосовершенствования.