

УДК 796.37

В. Третьяк

(Тернопільський державний технічний університет імені Івана Пулюя)

ОЗДОРОВЧА ТА ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ГРУПИ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ

Програма з фізичного виховання (розділ спеціальна медична група) розробляється на підставі державного компонента загальної середньої і вищої освіти та є згальнообов'язковою складовою мінімального (базового) змісту фізкультурної освіти для студентів вищої школи.

У зв'язку з певним відсотком студентів з послабленим здоров'ям, вони потребують особливої уваги та індивідуального підходу на заняттях з фізичного виховання.

Метою занять з фізичної культури у вузі є сприяння у підготовці всебічно розвинених спеціалістів, покращення і зміцнення здоров'я, фізичної підготовленості студентів до високопродуктивної праці.

Завданням занять є:

- зміцнення здоров'я студентів, фізичний розвиток та загартування організму;
- всебічна фізична підготовка студентів у поєднанні з оволодінням різноманітними професійно-прикладними руховими навиками;
- виховання та вдосконалення моральних, вольових і фізичних якостей: витривалості, сили, швидкості, спритності, гнучкості, тощо;
- усунення функціональних відхилень, недоліків у будові тіла і фізичному розвитку;
- ліквідацію залишкових явищ після захворювань;
- виховання у студентів постійного інтересу і звички до систематичних занять фізичними вправами;
- набуття необхідних знань з основ теорії і методики організації фізичного виховання з метою оздоровлення;
- заохочення студентської молоді до здорового способу життя, відмова від шкідливих звичок.

У спеціальній медичній групі можуть навчатись студенти з ослабленим здоров'ям, які не звільнені від практичних занять з фізичної культури і тільки після медичного обстеження і рекомендації лікаря, про можливість займатись у загальній оздоровчій групі.

На заняттях з студентами спеціальної медичної групи необхідно дотримуватись загальноприйнятої структури заняття з фізичної культури, однак воно складається не з трьох, а з чотирьох частин.

Усі частини заняття спрямовані на розв'язання освітніх, виховних і оздоровчих завдань органічно поєднані між собою і становлять єдине ціле.