

## **ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ СПОРТИВНО-МАСОВОЇ ТА ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ ЗВО У ПОЗАУРОЧНИЙ ЧАС**

Вінницький національний технічний університет

### **Анотація:**

*У статті розглянуто особливості організації спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи студентів ЗВО у позаурочний час.*

**Ключові слова:** спортивно-масова робота, фізкультурно-оздоровча робота, студенти, позаурочний час.

### **Abstract**

*The article considers the peculiarities of the organization of sports and mass and physical culture and health work of students of ZVO in extracurricular time.*

**Keywords:** sports and mass work, physical culture and health work, students, extracurricular activities.

У теорії і практиці фізичної культури обґрунтовані різні форми, засоби і методи формування рухової активності студентів. Водночас, для більшості студентської молоді, заняття фізичними вправами проявляються в період складання заліків із фізичного виховання. Більше того у студентів старших курсів фізична активність майже відсутня.

Організація і методика спортивно-масової роботи – це навчальна і наукова дисципліна, яка вивчає сфери і напрями впровадження фізичної культури, форми організації спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи різних груп населення, тощо.

Проаналізувавши ситуацію, можна зробити висновок, що дуже мало серед студентської молоді, яка займається спортом, тих представників, які активізують свою фізичну діяльність задля самого поняття “спорт” або “здоров’я”. У зв’язку з цим організаторам студентського спорту необхідно переглядати свою діяльність, щоб створювати умови для підвищеного попиту на засоби і форми фізичного виховання і спорту у ЗВО.

Для цього створюються спортивні клуби.

Спортивний клуб створюється у навчальному закладі на кафедрі фізичного виховання і здатний розв’язувати такі завдання:

-залучати студентів, аспірантів і співробітників до систематичних занять фізичною культурою і спортом;

-організовувати та проводити спортивно-масові, оздоровчі та фізкультурні заходи;

-створювати спортивні об’єднання, секції і команди з видів спорту.

Клуб виконує функції з організації і проведення навчально- тренувального процесу в спортивних секціях, пропагує здоровий спосіб життя, проводить роботу з фізичної реабілітації студентів, які мають відхилення у стані здоров’я, створює необхідні організаційно-методичні умови для занять різними формами і видами фізичного виховання і спорту, організовує для студентів спортивно-оздоровчі табори, організовує і проводить фізкультурну роботу в студентських гуртожитках.

Спортивний клуб постійно взаємодіє з адміністрацією університету, деканатами, громадськими організаціями закладів вищої освіти і кафедрою фізичного виховання. Для отримання додаткових фінансових прибутків спортивний клуб у встановленому законодавством порядку може здійснювати фінансово-комерційну діяльність та отримувати доходи зі сфери фізкультурно-спортивних послуг.

*Організація самостійних занять студентів.* Щодо основної проблеми залучення студентів до занять фізичною культурою і спортом - це перш за все створити мотивацію до цього виду діяльності.

Тут необхідно враховувати багато чинників та ознак: історичні, природно-кліматичні, статеві, вікові, соціально-групові, психологічні, екологічні, сімейні тощо.

Звичайно, багато буде залежати від агітаційної роботи, яку повинні проводити всі спортивні підрозділи.

Форми самостійних занять можуть бути такими:

- самостійні тренувальні заняття з видів витривалості (ходьба, біг, крос, лижний спорт та ін.).
- ранкова гігієнічна гімнастика.

Тут важливо, щоб спортивний клуб підготував методичний стенд з такими розділами:

- планування самостійних занять (підготовча, основна, заключна частини);
- методика самостійних тренувальних занять;
- засоби і методи розвитку рухових здібностей;
- методи самоконтролю;
- особливості організації самостійних занять для дівчат;

-список методичної літератури для організації самостійних занять, яку має бібліотека навчального закладу.

Під час організації самостійних занять повинні бути передбачені також місця для їх проведення: “стежки здоров’я”, спортивні майданчики, майданчики з нестандартним обладнанням, тощо.

Також студентський клуб повинен піклуватися про придбання та оренду спортивного обладнання (еспандери, гантелі, м’ячі та ін) для самостійних занять.

Ініціативу зі створення спортивного клубу повинні проявляти адміністрація та кафедри фізичного виховання закладів вищої освіти. Також слід відзначити, що в зарубіжних країнах студентський клубний спорт - це постачальник спортсменів для національних збірних команд країни.

*Організація спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи у студентських гуртожитках.* У закладах вищої освіти України в студентських гуртожитках проживає близько 50-60% від загальної кількості студентів. Крім того, у студентських гуртожитках внаслідок нестачі житла проживають також аспіранти, викладачі, співробітники та члени їхніх сімей. Організація роботи з фізичного виховання, у гуртожитку, потребує спільних зусиль адміністрації ЗВО і гуртожитку, спортивного клубу, студентського самоврядування, активності студентів й осіб, які проживають у гуртожитку.

Перелічені структури повинні виконувати завдання впровадження фізичної культури і спорту в організаційну, спортивно-оздоровчу, агітаційно-пропагандистську та господарську роботу.

Тому керівництво закладів вищої освіти піклується про здоров’я студентів, які проживають у гуртожитках, створює всі умови для занять на території студентських гуртожитків: будуються спортивні майданчики, комплекси, гімнастичні майданчики, відкриваються вечірні секції тощо. У студентських гуртожитках, крім студентської ради гуртожитку, існують також фізорги на поверхах.

Вони виконують такі завдання:

- організують і проводять оздоровчі, спортивно-масові, фізкультурні заходи;
- займаються агітацією та пропагандою до занять фізичним вихованням;
- разом з адміністрацією та СК вирішують питання матеріально-технічного забезпечення.

*Фізкультурно-оздоровча робота у спортивно-оздоровчих таборах.* Структура організації навчального процесу у закладах вищої освіти така, що за періодами навчання настає період відпочинку – канікули. Літні канікули найдовші, внаслідок чого формуються спортивно-оздоровчі табори. Табір дозволяє широко впроваджувати в режимі дня засоби фізичної культури і спорту.

Оздоровчий табір є структурним підрозділом навчального закладу або організації, тому питання фінансування, матеріального забезпечення і керівництва вирішує адміністрація цього закладу. На час дії табору призначається його начальник, якому підпорядковані заступник з виховної роботи, лікар і обслуговуючий персонал. Заступник з виховної роботи організовує агітаційні стенди, культурно-масову і виховну роботу тощо, а також розробляє навчально-спортивний план і стежить за його виконанням. Лікар виконує медичне забезпечення, здійснює контроль санітарного стану та роботу харчоблоку.

Фізкультурно-оздоровча робота оздоровчого табору складається з:

- ранкової гігієнічної гімнастики;
- організації різних видів загартовування, походів та екскурсій;
- навчання плавання та прийомів рятування на воді;

- проведення спортивних змагань, чемпіонатів, конкурсів, спортивних вікторин, малих олімпійських ігор табору тощо;
- проведення спортивних свят і показових виступів спортсменів;
- організації та проведення спортивно-масових свят.

Навчально-спортивна робота планується на основі програми з фізичного виховання, проводиться згідно із затвердженим графіком і розкладом та передбачає:

- проведення навчально-тренувальних занять;
- змагання з різних видів спорту і спартакіади;
- підвищення спортивної майстерності (якщо це табір ДЮСШ або студентський).

В умовах табору існують можливості для тренувань та занять як новими так і традиційними видами спорту.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Ареф'єв В.Г., Столітенко В.В. Фізичне виховання в школі: Навчальний посібник. - К.: ІЗМН, 1997.
2. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі “фізичне виховання і спорт”: Підручник. - Харків: ОВС, 2005. - 112 с.
3. Дудчак М.В. Спорт для всіх у світовому контексті. - К.: Олімпійська література, 2007. - 112 с.
4. Жданова О.М. Управління фізичною культурою: Навчальний посібник. - Львів, 1996. - 128 с. - 152 с.
5. Іващенко Л.Я., Савицький П.Ф., Левицький В.В. Організація і методика масової фізичної культури: Навчальна програма для фізкультурних вузів. - К.: Спорт, 1994. - 27 с.
6. Куроченко І.О. Фізична культура і спорт. - К., 2004. - 1184 с.
7. Мічуда Ю.П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку. - К.: Олімпійська література, 2007.
8. Овчарук В. В. Аналіз ставлення студентів ВНТУ до здорового способу життя та фізичного виховання / В. Овчарук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації / збірник наукових праць - Випуск 17. - Вінниця, ВДПУ, 2014., с 230-235.
9. Овчарук В. В. Педагогічні умови формування здоров'язберігаючої компетентності студентів засобами фізичного виховання/ В. Овчарук // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, серія 15. – випуск 12 (106)., 2018., с.67-73.
10. Овчарук В. В. Адаптація змісту освіти з дисципліни «Фізичне виховання» з урахуванням професійної специфіки студентів технічного профілю / В.Овчарук // Збірник наукових праць. Педагогічні науки. – Херсон 2019. – Випуск LXXXVI – С. 175-179.
11. Овчарук В.В., Овчарук В.Г., Підлужняк О.І., Кулик Д.Г., Овчар І.М. Оптимізація організаційної та інтерактивної освітньої діяльності студентів ВНТУ на заняттях з фізичного виховання в умовах COVID-19 / В. Овчарук // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, серія 15. – випуск 2 (130) 21., 2021., с.89-95.
12. Савицький П.Ф. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи. - К.: КДДФК, 1992. - 32 с.
13. Сергієнко В.М., Полтавцева Т.І. Технології організації спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи: Навчальний посібник для студентів спеціальності “Фізична культура”. - 2-е вид., перероб. і доп. - Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2008. - 164 с.

**Столярчук Владислав Анатолійович** – асистент кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця. E-mail: [vladstolarik067@gmail.com](mailto:vladstolarik067@gmail.com)

**Овчарук Віра Григорівна** – старший викладач кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця. E-mail: [ovcharukvira@gmail.com](mailto:ovcharukvira@gmail.com)

**Шемчак Ігор Анатолійович** – старший викладач кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця. E-mail: [shemchakia@gmail.com](mailto:shemchakia@gmail.com)

**Stolyaryk Vladyslav A.** - assistant of the Department of Physical Education, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia. Email: [vladstolarik067@gmail.com](mailto:vladstolarik067@gmail.com).

***Ovcharuk Vira G.*** — senior lecturer at the Department of Physical Education, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, [ovcharukvira@gmail.com](mailto:ovcharukvira@gmail.com) .

***Shemchak Igor A.*** – Senior Teacher, Department of Physical Education, Vinnitsa National Technical University, Vinnitsa. E-mail: [shemchakia@gmail.com](mailto:shemchakia@gmail.com)