

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ РЕКРЕАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ

О.И. Ковалева, А.В. Ермакова

Ставропольский государственный университет, г. Ставрополь, Россия

kovaleva.olesia555@yandex.ru

Рекреационно-оздоровительная работа – комплекс восстановительно-оздоровительных мероприятий, осуществляемых с целью восстановления нормального самочувствия и работоспособности здорового, но утомленного человека, а также восстановление физических и духовных сил.

Понятие стало использоваться в 60–х годах XX века в физической, медицинской, социально-экономической литературе, по проблемам восстановления сил и здоровья человека [3].

В статье мы рассмотрим инновационные технологии рекреационно-оздоровительной работы в процессе обучения студентов в вузе на примере Ставропольского государственного университета. В университете огромное внимание уделяется инновационным технологиям в процессе обучения, так как инновационное образование ориентируется на студента и педагога, полагая их субъектами образовательного процесса. Их интересы – духовные, интеллектуальные, культурные – служат предпосылкой становления профессионального мышления, а потому выносятся в центр внимания такого образования [1].

Огромное распространение получили такие формы организации рекреационно-оздоровительной работы, как физкультурно-спортивные клубы по интересам, группы здоровья, общей физической подготовки, специальной физической подготовки, спортивные секции, индивидуальные занятия.

В университете огромное значение выделяется физкультурно-спортивным клубам (ФСК), которые, в свою очередь, создаются при спортивном клубе вуза и решают следующие задачи: вовлечение студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников, а также членов их семей в регулярные, преимущественно самостоятельные занятия физическими упражнениями, спортом, туризмом; утверждение в коллективе вуза здорового образа жизни и на этой основе укрепление здоровья занимающихся, повышение уровня их общей работоспособности.

Занятия проводятся с широким использованием разнообразных средств физического воспитания и включают виды легкой атлетики, гимнастики, входящие в комплекс ГТО, а также общеразвивающие физические упражнения, подвижные и спортивные игры и др. Реализация программы занятий может осуществляться последовательно, когда занятия одним видом физических упражнений через некоторое время сменяются другим видом, или комплексно, когда в одном занятии присутствуют различные виды физических упражнений. Практический опыт показывает, что комплексные занятия более эффективны. С помощью целесообразно подобранных для каждого занятия упражнений и применения соревновательно-игрового метода можно повысить эмоциональность занятий, что позволяет добиться от занимающихся максимального проявления их физических способностей.

Целью рекреационно-оздоровительных работ в нашем университете является содействие подготовке гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов. В процессе обучения в вузе по курсу физического воспитания предусматривается решение следующих задач: воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств, готовности к высокопроизводительному труду; сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения; всесторонняя физическая подготовка студентов; профессионально-прикладная физическая подготовка студентов с учётом особенностей их будущей трудовой деятельности; приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организа-

ции физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей; совершенствования спортивного мастерства студентов-спортсменов; воспитание у студентов убеждённости в необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом [2].

Процесс обучения организуется в зависимости от состояния здоровья, уровня физического развития и подготовленности студентов, их спортивной квалификации, а также с учётом условий и характера труда их предстоящей профессиональной деятельности. Физическая подготовка студентов является одной из главных задач нашего университета. За всё время обучения в вузе осуществляется наблюдение за состоянием здоровья студентов, поликлиникой или здравпунктом вуза проводится регулярное медицинское обследование.

Все сказанное позволяет сделать вывод о том, что инновационные технологии, рекреационно-оздоровительные работы в процессе обучения студентов в нашем вузе развивают: интенсивное развитие личности студента и педагога; демократизацию их совместной деятельности и общения; гуманизацию учебно-воспитательного процесса; ориентацию на творческое преподавание, активное учение и инициативу студента в формировании себя как будущего профессионала; модернизацию средств, методов, технологий и материальной базы обучения, способствующих формированию инновационного мышления будущего профессионала.

Литература

1. Алексеева, Л.Н. Инновационные технологии как ресурс эксперимента / Л.Н. Алексеева // Учитель. – 2004. – № 3. – С. 28.
2. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – М.: ФиС, 1990. – 208 с.
3. Покровский, В.И. Энциклопедический словарь медицинских терминов / В.И. Покровский. – 2005.