

Воспитание физически крепкой и нравственно здоровой молодежи

Современная система физического воспитания призвана всемерно способствовать формированию и укреплению здоровья подрастающего поколения, повышению работоспособности, формированию высоких нравственных качеств, бодрости духа, силы и выносливости, воспитанию здоровой и жизнерадостной студенческой молодежи.



Молодежь должна быть не только всесторонне образованной, но и духовно красивой, физически крепкой, закаленной. Физическая культура выступает как необходимая часть образа жизни студентов, ибо она представляет собой неотъемлемую часть общечеловеческой культуры, является областью удовлетворения жизненно необходимых потребностей в двигательной деятельности, обеспечивает методы и средства реализации стратегической задачи становления гармонической личности ее физического совершенства, играет одну из первостепенных ролей в решении проблемы развития и рационального использования свободного времени.

Занятия физкультурой и спортом являются одним из эффективных средств решения задач духовно-нравственного и патриотического воспитания молодежи, т.к. формирование физических качеств, двигательных навыков и умений тесно связано с воспитанием нравственно волевых черт личности. Физически развитый человек, крепкий, сильный, здоровый должен

быть добрым, терпимым, уметь прийти на помощь к тем, кому она нужна и направлять свои умения и силу только на добрые поступки. У студентов Губернского колледжа, принимающих активное участие в спортивных мероприятиях, формируется и укрепляется самоуважение.

Формирование духовных, нравственных и патриотических чувств молодежи осуществляется в процессе использования различных форм и методов работы с ними. Например, на занятиях по физической культуре, в процессе проведения подвижных игр, эстафет, спортивных турниров и досугов. Наибольший воспитательный эффект оказывают спортивные соревнования и праздники. Данная форма работы позволяет закрепить и обобщить знания и умения студентов в рамках определенной темы, объединить студентов разных групп, отделений, учебных заведений общими чувствами и переживаниями.



Сознавая важность и значимость проблемы духовно-нравственного воспитания студентов, преподаватели физической культуры Губернского колледжа г. Сызрани большое внимание уделяют организации внеучебной спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной деятельности студентов как важнейшему фактору духовно-нравственного развития, восстановления, реабилитации физического состояния, снятия нервно-эмоционального напряжения.

Проводятся внеурочные занятия по таким видам спорта, как волейбол, баскетбол, футбол, армрестлинг, тяжелая атлетика, настольный теннис, фитнес. В колледже проводятся «Дни здоровья», эстафеты, военно-

спортивные программы, турниры по спортивным играм как внутри профиля, так и между профилями колледжа, отборочные этапы для отбора участников на соревнования более высокого уровня.

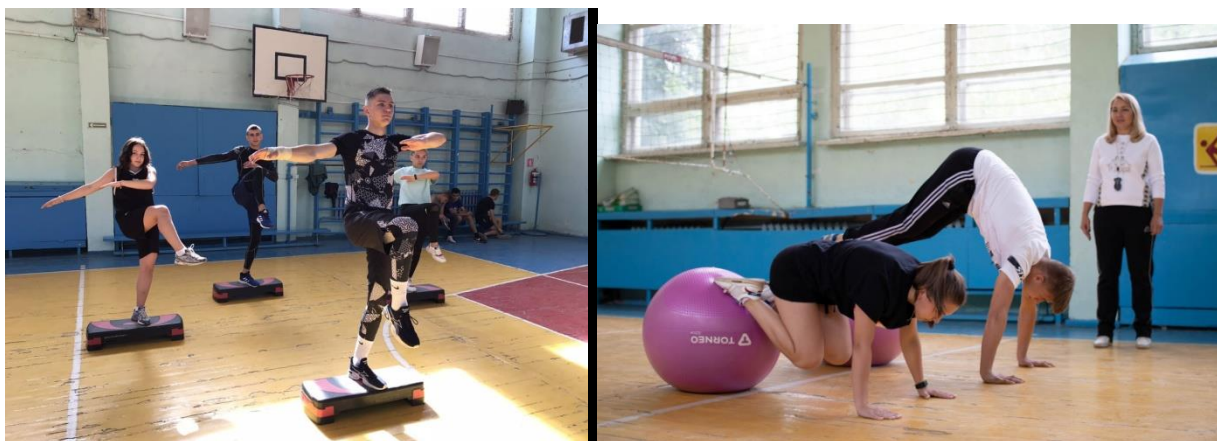


Все это позволяет нашим студентам добиваться высоких результатов в соревнованиях различного уровня по данным видам спорта.

Так команда Губернского колледжа по настольному теннису в октябре 2019 года стала победителем первенства города среди юношей и среди девушек, девушки заняли 3 место в областном первенстве по легкоатлетическому кроссу в 2019 году, команда девушек стала победителем первенства города по баскетболу в феврале 2020 года, команда по армрестлингу заняла 2 место на первенстве области. 18 сентября текущего года в финале областного легкоатлетического кросса команда юношей заняла 1 место, а команда девушек 2 место.



Как во внеурочной деятельности, так и во время уроков физической культуры проводятся занятия с современными видами оборудования, такими как стэп-платформы, фитболы. Именно эти занятия вызывают у студентов большой интерес, особый отклик и желание заниматься физкультурой и спортом в Губернском колледже и за его пределами.



Это подтвердилось даже в режиме дистанционного обучения. Студенты ГК запустили в соц.сетях флэшмоб «Если ты в своей квартире», они снимали минутный видеоролик, в котором под песню Высоцкого «Утренняя гимнастика» выполняли комплекс гимнастических упражнений.

Флэшмоб пользовался большой популярностью в соц.сетях и был поддержан не только жителями города, но и целыми трудовыми коллективами.

Таким образом, сформированная в Губернском колледже система организации спортивной и физкультурно-массовой работы, способствует оздоровлению студентов и активно формирует их положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом, как средству самосохранения, саморазвития, самореализации личности, а также служит важным условием развития у них духовно-нравственных качеств и навыков здорового образа жизни.