

ПРОГРАМА

розвитку фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи серед студентів і співробітників Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя (2019–2023 н. р.)

Передмова

Фізична культура є невід’ємною та важливою частиною загальної культури особистості, що забезпечує фундамент його фізичного та духовного добробуту й успіхи на життєвому шляху. У виробничій діяльності фізична культура є якісною, динамічною характеристикою реалізації можливостей людини, що забезпечує біологічний потенціал його життєдіяльності, необхідний для гармонійного розвитку, соціальної активності, творчої праці. Усе це обумовлює соціальне замовлення на оволодіння особистою фізичною культурою на всіх етапах формування фахівця, що має особливе значення у закладах вищої освіти, де формуються основи професійної підготовки.

Функції фізичної культури, що розвивають і формують особистість, найбільш повно реалізуються через систему фізичного виховання.

Фізичне виховання – це педагогічний процес, спрямований на фізичне й функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам і вмінням для успішної наступної професійної діяльності людини.

Кафедра фізичного виховання і валеології має на меті забезпечити виховання у студентів закладів вищої освіти потреби самостійно оволодівати знаннями, уміннями й навичками управління фізичним розвитком людини засобами фізичного виховання та навчання, застосовувати набуті цінності в життєдіяльності майбутніх фахівців.

Програма ґрунтується на концептуальних засадах Законів України «Про фізичну культуру і спорт», «Про освіту», Цільової комплексної програми «Фізична культура – здоров’я нації», Положення про державні тести й нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України, «Державних вимог до навчальних програм із фізичного виховання в системі освіти», державних стандартів вищої освіти та інших документів, виданих Міністерством освіти і науки України.

1. Загальні положення

1.1. Метою фізичного виховання в закладах вищої освіти є послідовне формування фізичної культури особистості фахівця відповідного рівня освіти.

Університет у фізичному вихованні та масовому спорті виконує такі завдання:

- формування в студентів та співробітників основ теоретичних знань, практичних і методичних здібностей (умінь і навичок) із фізичного виховання й спортивного удосконалення, фізичної реабілітації, масового спорту як компонентів їх повноцінної, гармонійної та безпечної життєдіяльності;
- накопичення студентською молоддю та співробітниками досвіду в застосуванні здобутих цінностей упродовж життя в особистій, навчальній, професійній діяльності, в побуті та сім'ї;
- забезпечення студентів і співробітників належним рівнем розвитку показників їх функціональних та морфологічних можливостей організму, фізичних якостей, рухових здібностей, працездатності;
- сприяння розвитку професійних, світоглядних та громадянських якостей особистості;
- підготовка та участь студентів і співробітників у різноманітних спортивно-масових заходах;
- сприяння військово-патріотичному вихованню.

1.2. Виховний процес із фізичного виховання та масовий спорт у сфері вищої освіти повинен ґрунтуватися на таких основних принципах:

- пріоритетності освітньої спрямованості процесу фізичного виховання та функціонального фактора в оцінюванні фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів і співробітників;
- багатокладності, що передбачає створення в університеті умов для широкого вибору засобів фізичного виховання для занять фізичним вихованням та участі в спортивних заходах, які відповідали б їх запитам, інтересам, стану здоров'я, фізичній і технічній підготовленості, спортивній кваліфікації;
- індивідуалізації та диференціації занять із фізичного виховання.

2. Нормативно-правова база організації занять із фізичного виховання та масового спорту в університеті

2.1. Організація занять із фізичного виховання та масового спорту в університеті базується на Законах України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Національній доктрині розвитку освіти, Положенні про державний вищий навчальний заклад, Положенні про організацію навчального процесу у вищих навчальних закладах, інших актах України з питань освіти та фізичного виховання.

2.2. Організація занять із фізичного виховання здійснюється відповідно до вимог державного стандарту, галузевих стандартів та стандартів вищої освіти, затверджених у встановленому законодавством порядку.

2.3. Організація масового спорту здійснюється згідно з календарним планом спортивних заходів, положенням про змагання (універсіаду,

спартакіаду тощо), а також відповідними правилами, які встановлюються організаторами та затверджуються в установленому порядку.

3. Організація занять із фізичного виховання та масового спорту кафедрою фізичного виховання і валеології

3.1. Загальну організацію занять із фізичного виховання та масового спорту у закладі вищої освіти забезпечує його керівник. Безпосередню організацію занять із фізичного виховання та його спеціалізованих напрямів в університеті здійснює кафедра фізичного виховання і валеології.

3.2. До змісту діяльності кафедри входять:

- організація та проведення занять і заходів із фізичного виховання;
- контроль показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів і співробітників;
- оцінювання якості досягнутого рівня сформованості знань, умінь і навичок із фізичного виховання.

3.3. До змісту методичної діяльності кафедри входять:

– розробка навчальних та робочих програм із фізичного виховання за навчальними планами факультетів, відповідно до напрямів і спеціалізацій навчання студентів у закладі вищої освіти;

– складання індивідуальних планів роботи викладачів, планів-конспектів занять, положень про навчальні спортивні заходи, ведення журналів обліку з фізичного виховання студентів факультетів за курсами й групами, журналів обліку роботи навчальної групи, спортивної секції, документів звітності;

– підготовка та видання методичної літератури та рекламної продукції з організації фізичної культури у закладі вищої освіти;

– організація роботи методичних семінарів кафедри.

3.4. До змісту науково-методичної діяльності кафедри входять:

– розробка посібників, наочних матеріалів, методичних рекомендацій та вказівок з фізичного виховання, фізичної реабілітації, спортивного виховання, масового спорту студентів та співробітників тощо;

– організація роботи наукових семінарів кафедри.

3.5. До змісту науково-дослідної роботи кафедри входять:

– проведення наукових досліджень, спрямованих на вдосконалення фізичного виховання студентів за тематичним планом науково-дослідних робіт кафедри та за індивідуальними планами науково-дослідних робіт викладачів;

– організація та функціонування наукової лабораторії.

3.6. До змісту спортивної діяльності кафедри входить:

– забезпечення функціонування у закладі вищої освіти спортивного клубу та самодіяльного спортивного активу на факультетах, курсах, групах;

– навчання спортивного активу;

– забезпечення участі студентів та співробітників у самодіяльних спортивних заходах вишу, міста, області, республіки;

– підготовка та участь спортсменів (збірних команд) закладу вищої освіти в різноманітних спортивних заходах.

3.7. Відповідно до завдань фізичного виховання у вищій школі, обсягу та специфіки навчання, кафедра може передбачати організацію секцій із фізичного виховання, фізичної реабілітації, спортивної майстерності, які об'єднують відповідні спеціалізації з видів рухової активності.

4. Заходи з організації фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи університету

4.1. Проведення моніторингу організації занять із фізичного виховання за уподобаннями студентів та співробітників за їх здібностями (щорічно).

4.2. Організація проведення занять із фізичного виховання в спортивних секціях за інтересами студентів.

4.3. Проведення спартакіади першокурсників (вересень–жовтень щорічно).

4.4. Проведення міжфакультетської спартакіади (щорічно).

4.5. Проведення спартакіади гуртожитків (разом зі студентським профкомом) (щорічно).

4.6. Проведення дружніх спортивних змагань між співробітниками й студентами (щорічно).

4.7. Проведення разом зі студентським профкомом спортивного свята у формі «Веселих стартів» та «Спортивного вечора» після завершення спартакіади (щорічно).

4.8. Організація спортивних свят на факультетах (щорічно).

4.9. Організація спортивно-оздоровчої зміни під час зимових та літніх канікул на території навчально-дослідної бази «Лісове озеро».

4.10. Залучення професійних спортсменів до вступу в університет.

4.11. Створення професійної збірної команди університету з футболу (чол.)

4.12. Участь збірних команд університету в міських, обласних та республіканських змаганнях.

5. Шляхи направленою формування мотиваційного ставлення студентів та співробітників до фізичного виховання повинні включати:

– постійне удосконалення педагогічної майстерності викладачів кафедри фізичного виховання і валеології;

– контроль відвідування занять із фізичного виховання завідувачем кафедри фізичного виховання і валеології;

– формування активного інтересу до спорту через участь студентів та співробітників у спортивних іграх, змаганнях, секційних заняттях за різними видами спорту;

– залучення студентів та співробітників до активних занять спортом через просвітницько-агітаційну роботу. Орієнтація на підвищення фізичної

активності у вільний від занять час є дієвим засобом створення стійкого інтересу до фізичної культури й стану власного здоров'я.

Для більш детального вивчення ставлення студентів та співробітників до занять фізичною культурою та спортом періодично проводити соціологічні дослідження.

Однією з основних умов залучення молоді до активних занять фізичною культурою та спортом є наявність відповідної матеріально-технічної бази університету.

Для цього необхідно:

- провести поточний ремонт у спортивних залах: (ауд. № 118 Гоголівського корпусу, тренажерний зал, спортивний зал нового корпусу);
- відновити покриття сидінь спортивних тренажерів (ауд. № 118 Гоголівського корпусу);
- придбати необхідний спортивний інвентар для спортивних кімнат гуртожитків;
- доукомплектувати тренажерний зал університету (ауд. № 118);
- доукомплектувати тренажерний майданчик біля гуртожитку № 3;
- придбати електричне табло в спортивний зал нового корпусу.

Для забезпечення занять із фізичної культури та спорту в зимовий період необхідно відновити лижну базу університету, придбавши для цього 25 пар лиж у комплекті.

Для забезпечення організації та проведення спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів, які плануються в університеті, необхідно мати спортивний інвентар та обладнання згідно з таблицею, що додається.

Додаток

Таблиця. Спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи, які проводяться та плануються в університеті, а також інвентар, що використовується

№	Захід	Наявна матеріальна база і нагородження	Необхідно придбати
I.	Спартакіада першокурсника 1.Л/атлетичний крос 2.Баскетбол 3. Волейбол 4. Шахи 5. Шашки	1. Огороджувальна стрічка, номери, нагороджувальні грамоти 2. М'ячі, музич. центр, грамоти 3. М'ячі, музич. центр, грамоти 4.Шахи – 10 дош., 3 шахові годинники, грамоти 5.Шашки – 10 комплектів, грамоти	1. Секундоміри, нагороджувальна атрибутика 2. Механічне (електронне) табло, нагороджувальна атрибутика 3. Нагороджувальна атрибутика 4. Шахові годинники, нагороджувальна атрибутика 5. Нагороджувальна атрибутика
II.	Міжфакультетська спартакіада 1. Баскетбол 2. Волейбол 3. Міні-футбол 4. Наст/теніс	1. М'ячі, номери, секундомір, грамоти 2. М'ячі, номери, секундомір, грамоти 3. М'ячі, номери, секундомір, грамоти 4. Столи н/т, ракетки, м'ячики, грамоти	1. Нагороджувальна атрибутика 2. Нагороджувальна атрибутика 3. Нагороджувальна атрибутика, огороджувальні сітки 4. М'ячики, нагороджувальна атрибутика

	5. Шахи	5. Комплекти шахів, грамоти	5. Нагороджувальна атрибутика
	6. Шашки	6. Комплекти шашок, грамоти	6. Нагороджувальна атрибутика
	7. Л/атлетичний крос	7. М'ячі, номери, секундомір, грамоти	7. Нагороджувальна атрибутика
	8. Л/атлетика	8. Секундоміри, номери, грамоти	8. Нагороджувальна атрибутика
	9. Лижні гонки (плануються за умови наявності інвентаря)		9. Лижі – 50 пар (комплект), лижне взуття – 50 пар
	10. Змагання з туризму (плануються)	10. Погодити з кафедрою географії	10. -//-
	11. Змагання з армреслінгу	11. Стіл для армреслінгу, грамоти	11. Нагороджувальна атрибутика
	12. Веселі старты	12. Перекладина, стіл для армреслінгу, канат для перетягування	12. Нагороджувальна атрибутика, дартс, гімнастичне колесо
	Історико-юридичний факультет		
	1. Міні-футбол	1. М'ячі, грамоти	1. Теж саме, що і П (3), нагороджувальна атрибутика
	2. «Нумо, хлопці!»	2. Перекладина, стіл для армреслінгу, канат для перетягування	2. Нагороджувальна атрибутика
	Факультет психології і соціальної роботи		
	1. «Нумо, хлопці!»	1. Перекладина, стіл для армреслінгу, канат для перетягування	1. Нагороджувальна атрибутика

	<p>2. Міні-футбол</p> <p style="text-align: center;">Природничо-географічний факультет</p> <p>1. Міні-футбол</p> <p>2. Баскетбол</p> <p style="text-align: center;">Філологічний факультет</p> <p>1. Міні-футбол</p> <p>2. Волейбол</p> <p style="text-align: center;">ННІ Точних наук і економіки</p> <p>1. Міні-футбол</p> <p>2. Волейбол</p> <p>3. Козацькі розваги</p>	<p>2. М'ячі, грамоти</p> <p>1. М'ячі, грамоти</p> <p>2. М'ячі, грамоти.</p> <p>1. М'ячі, грамоти</p> <p>2. М'ячі, грамоти</p> <p>1. М'ячі, грамоти</p> <p>2. М'ячі, грамоти</p> <p>3. Перекладина, стіл для армреслінгу, канат для перетягування, м'ячі, гімнастичні палиці, гімнастичні «скачалки», грамоти</p>	<p>2. Нагороджувальна атрибутика</p> <p>1. Теж саме, що і II (3), нагороджувальна атрибутика</p> <p>2. Нагороджувальна атрибутика</p> <p>1. Теж саме, що і II (3), нагороджувальна атрибутика</p> <p>2. Нагороджувальна атрибутика</p> <p>1. Теж саме, що і II (3), нагороджувальна атрибутика</p> <p>2. Нагороджувальна атрибутика</p> <p>3. Гімнастичні мати, пластмасові конуси, нагороджувальна атрибутика</p>
--	---	--	--

III.	Участь студентів в обласних змаганнях 1.Л/атлетичний крос 2.Л/атлетика 3.Шахи 4.Міні-футбол 5.Баскетбол 6. Волейбол 7. Н/теніс	1. Номери 2. Номери 3. -//- 4. -//- 5. -//- 6. -//- 7. -//-	1.Л/атлетичне взуття, орієнтовні витрати на відрядження 2. Теж саме, що і III (1), л/атлетичний одяг, орієнтовні витрати на відрядження 3. Орієнтовні витрати на відрядження 4. Спортивний одяг, спортивне взуття, орієнтовні витрати на відрядження 5. Спортивний одяг, спортивне взуття, орієнтовні витрати на відрядження 6. Спортивний одяг, спортивне взуття, орієнтовні витрати на відрядження 7.Орієнтовні витрати на відрядження
IV.	Участь студентів у першості міста 1. Л/атлетичний крос 2. Міні-футбол 3. Волейбол 4. Баскетбол 5. Н/теніс 6. Шахи	1. -//- 2. -//- 3. -//- 4. -//- 5. -//- 6. -//-	1.Теж саме,що і III (1) 2. Теж саме,що і III (4) 3. Теж саме,що і III (6) 4. Теж саме,що і III (5) 5. Теж саме,що і III (7) 6. Теж саме,що і III (3)
У.	Спартакіада гуртожитків (планується) 1.Шахи	Проводить студком, профспілки студентів, кафедра фізичного виховання і валеології 1. -//-	1. Нагороджувальна атрибутика

	2. Шашки 3. Н/теніс 4. Армреслінг 5. Міні-футбол	2. -//- 3. -//- 4. -//- 5. -//-	2. Нагороджувальна атрибутика 3 -//- 4. -//- 5. -//-
УІ.	Спартакіада викладачів та співробітників університету (планується) 1. Шахи 2. Шашки 3. Н/теніс 4. Армреслінг 5. Міні-футбол 6. Рибна ловля 7. Веселі старти «Тато, мама, я-спортивна сім'я»	1. -//- 2. -//- 3. -//- 4. -//- 5. -//- 6. -//- 7. -//-	1. Нагороджувальна атрибутика 2. -//- 3. -//- 4. -//- 5. -//- 6. -//- 7. -//-