**04.12.2019**

# НОВІ ФОРМИ РОБОТИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

**Бардадим І.М. –** фізичне виховання означає педагогічний процес, спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, вмінням і зв'язаних із ними знаннями для успішної наступної професійної діяльності, а також має спонукання до розвитку й реалізації психічної та соціальної активності, формує духовні сили та інтелект людини. Особливо це проявляється під час формування секцій із фізичного виховання за інтересами студентів. Створюється не тільки навчальна група, а також соціально-педагогічне середовище, соціум, у якому особистість має знайти задоволення своїм соціальним потребам, самореалізуватися, самоутверджуватися, а також взяти участь у багатогранному процесі організації пізнавальної фізкультурно-оздоровчої діяльності. Фізичне виховання має бути зорієнтоване на виховання в національному дусі, базуватися на національних традиціях, спрямованих на виховання громадянина своєї держави. Фізичне виховання покликане також врегульовувати внутрішні стани людини. Людина, змінюючись зсередини, тобто набуваючи нового досвіду, збагачуючись новими вміннями та навичками завдяки фізичній культурі, задіяній у процесі становлення особистості, може ефективно протидіяти, а також уникати або навіть не зважати на негативні впливи ззовні.

Фізичне виховання – педагогічний процес спрямований на фізичний розвиток , функціональне удосконалення організму , навчання основним життєво важливим руховим навичкам , вмінням і зв'язаних із ними знаннями для успішної наступної професійної діяльності .

Фізичне виховання проводиться шляхом обов'язкових занять відповідно до навчальних програм , затверджених у встановленому порядку .

Основні види позааудиторних занять, що використовуються в процесі фізичного виховання :

- Оздоровче і спортивне тренування , туристичні походи , дні і години здоров'я ;
- Спортивні змагання :внутрішні ( на першість навчальної групи , курсу , факультету і т.д. ) та зовнішні ( районні, міські , обласні, регіональні, республіканські ) тощо;
- Ранкова і вечірня зарядка , вступна, профілактична та відновлювальна гімнастика , фізкультурні паузи , фізкультурні хвилинки , мікро паузи , заходи після навчального відновлення , супровідні вправи.

Використання форм і видів фізичного виховання студентами повинно забезпечувати загальний обсяг індивідуальної рухової активності в середньому не менше 8- 10 годин на тиждень .

## Модуль «Баскетбол»

## Футбол (змагання між групами та вітдділеннями )

## Олімпійський урок ( фото )

## День спринтера

## Районні змагання з футболу присвячені пам'яті В.Сєрова

## Крос «Золота осінь 2019»

## Міні-футбол ( змагання між збірними коледжу та Шевченківським НВК)

## Волейбол ( змагання між групами та відділеннями )

## Волейбол (змагання між викладачами та студентами коледжу )

Волейбол ( змагання між збірними коледжу , школок
местецтв та Шевченківським НВК )

Волейбол ( обласні змагання )

## Змагання з шахів , шашок та настільного тенісу

## Гирьовий спорт ( найспортивніше село )

## Гирьовий спорт ( обласні змагання )

## Козацькі забави

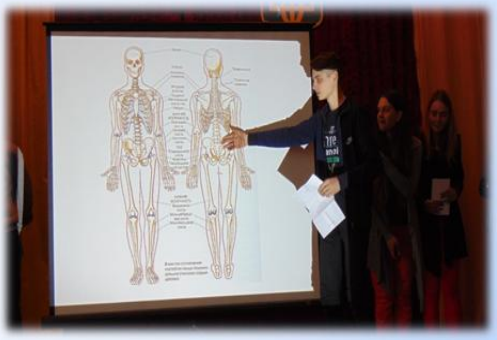
## Джура

## Пауерліфтинг та армліфтинг

## Змагання з гирьового спорту в м.Черкаси

## Атлетична гімнастика

Тиждень спорту

Троєборство

# Година здоров'я