

ЛЕКЦИЯ №1 Общие основы организации физкультурно-спортивной работы

План лекции

1. Содержание учебных занятий
2. Организация учебной работы по физической культуре
3. Педагогический контроль и оценка успеваемости студентов
4. Учебные и внеучебные формы физического воспитания студентов
5. Организационные формы физкультурно-спортивной деятельности
6. Массовая физкультурно-спортивная и оздоровительная работа

Одной из важных социальных функций физического воспитания в процессе обучения студентов является функция, связанная с обеспечением их учебно-трудовой активности и высокой профессиональной работоспособности после окончания вуза. Именно на это и направлена учебная программа, которая явилась прогрессивным шагом в формировании всесторонне и гармонично развитой личности выпускника вуза с высокой степенью готовности к социально-профессиональной деятельности. Результатом обучения должно быть создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому и продуктивному стилю жизни, физическому самосовершенствованию, достижению максимального уровня физической подготовленности. Отличительными особенностями учебной программы являются ее широкая общеобразовательная направленность, наличие методико-практических занятий и итоговой аттестации. Профессиональная направленность образовательно-воспитательного процесса по физической культуре включается во все разделы программы, выполняя связующую, координирующую и активизирующую функцию.

Необходимость дальнейшего развития физической культуры и спорта среди студентов обусловлена запросами и правами личности молодых людей, возрастными и индивидуальными особенностями их развития, постоянно изменяющимися условиями жизнедеятельности, "социальным заказом" общества на подготовку высококвалифицированных специалистов. Этот заказ предполагает обязательное наличие у будущих специалистов общей и профессиональной культуры, физического и психического здоровья, высокой работоспособности, способности осваивать и обогащать культурный потенциал общества. Хорошее психофизическое развитие личности повышает биологические возможности жизнедеятельности, позволяет успешно противостоять ухудшающимся экологическим условиям, переносить высокие психические и физические нагрузки, эффективно функционировать в обычных и экстремальных условиях.

Однако надо всегда помнить, что физическая культура в своем арсенале содержит острые средства, которые при их неправильном использовании могут воспитывать у студентов отрицательные духовные (нравственные, волевые, психические) качества, поэтому каждый преподаватель на учебных занятиях тщательно контролирует этот процесс.

Помимо чисто воспитательных мероприятий одним из важных факторов в этом направлении является создание у студентов устойчивой мотивации по выполнению требований раздела профессионально-прикладной физической подготовки. С этой целью в рабочем учебном цикле кафедр физического воспитания должно предусматриваться обязательное ежегодное медицинское обследование, в состав которого по мере прохождения материала подключается углубленное функциональное обследование психомоторных и характерологических качеств личности. Результаты обследований сравниваются с разработанными психофизическими моделями инженеров-строителей различных специальностей, а затем выдаются соответствующие рекомендации по доведению уровня "профессионального здоровья", физических и психофизических характеристик студентов до уровня модельных.

Сохранение и укрепление здоровья студентов в период обучения в вузе и подготовка их к профессиональной деятельности является важной основой высшего образования и творческого долголетия будущих специалистов.

В совокупности социальных мер, обеспечивающих охрану здоровья студентов, определенное место принадлежит физической культуре, которая обеспечивает высокую учебно-трудовую активность студентов и высокую работоспособность их после окончания вуза.

Поэтому физическая культура нашла свое весомое отражение в учебном плане каждого вуза и в Государственном стандарте требований к выпускникам высшей школы.

Физическая культура - единственная учебная дисциплина, которая обучает студентов сохранять и укреплять свое здоровье, повышать физическую подготовленность, развивать и совершенствовать психофизические способности, необходимые в будущей профессиональной деятельности.

Вопрос 1. Содержание учебных занятий

Содержание занятий по физической культуре состоит из теоретического, практического и контрольного материалов, объединяющих следующие разделы учебной программы:

- физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
- основы здорового образа жизни и стиля жизни;
- оздоровительные системы и спорт (теория, методика и практика);
- профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.

Приоритетными направлениями содержания учебных занятий являются:

- усиление образовательного и методического аспектов учебного процесса;
- учет специфики квалификационной характеристики будущей профессиональной деятельности студентов;
- демократичность выбора студентами средств и организационно-методических форм реализации учебной программы;
- развитие принципа "обратной связи" между преподавателем и студентом.

Учебный материал преподается студентам на теоретических методико-практических и учебно-тренировочных занятиях

Теоретические учебные занятия предусматривают овладение студентами объемом научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умением их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, организации здорового образа жизни при выполнении учебной, профессиональной, общественной и культурной деятельности.

В дальнейшем теоретические сведения детализируются и закрепляются на практических учебных занятиях, что дает студенту возможность выбора путей реализации своей физической активности не только во время обучения в вузе, но и позволяет вооружить его знаниями на последующий период жизни.

Методико-практические занятия предусматривают освоение и самостоятельное воспроизведение студентами основных разделов теоретической и методической части учебной программы по предмету "Физическая культура".

Содержание этих занятий направлено на овладение знаниями, методами и приемами, обеспечивающими достижение практических результатов по изучаемой тематике.

На **учебно-тренировочных занятиях** используются системы специальных физических упражнений, а также упражнения из различных видов спорта, упражнения профессионально-прикладной подготовки, оздоровительные упражнения, упражнения на тренажерах. Их направленность связана с обеспечением необходимой двигательной активности; достижением и поддержанием оптимального уровня физической и функциональной подготовленности в период обучения студента; приобретением опыта совершенствования и коррекции индивидуального физического развития функциональных и двигательных возможностей; с освоением жизненно необходимых навыков; формированием устойчивого мотивационно-ценностного отношения к физкультурно-спортивной деятельности.

Вопрос 2. Организация учебной работы по физической культуре

Для проведения учебной работы студенты распределяются в учебные отделения: основное, специальное и спортивное. Распределение в учебные отделения проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения), физического развития, физической и спортивной подготовленности, интересов студентов.

В **основное учебное отделение** зачисляются студенты, отнесенные к основной и подготовительной медицинским группам.

В **специальное** учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу. Учебные группы комплектуются по полу и с учетом уровня функционального состояния студентов. Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный срок, зачисляются в специальное учебное отделение для освоения доступных им разделов учебной программы. (См. таблицу)

Название отделения	Медицинская характеристика группы	Допускаемая физическая нагрузка
Основное	Лица, без отклонений в состоянии здоровья, а также лица, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, при достаточном физическом развитии и физической подготовленности.	Занятия по учебной программе физической культуры в полном объеме; занятия в одной из спортивных секций; участие в соревнованиях.
Подготовительное	Лица, без отклонений в состоянии здоровья, а также лица, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, с недостаточным физическим развитием и недостаточной физической подготовленностью.	Занятия по учебной программе физической культуры при условии более постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением повышенных требований. Дополнительные занятия для повышения уровня физической подготовленности и физического развития.
Специальное	Лица, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного и временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, допущенные к выполнению учебной и производственной работы.	Занятия по специальным учебным программам

Примечание:

1. В отдельных случаях при выраженных нарушениях функций опорно-двигательного аппарата (параличи, парезы и др.) и значительных нарушениях здоровья, препятствующих групповым занятиям в условиях вуза, студенты направляются для занятий лечебной физкультурой в лечебно-профилактические учреждения.

2. Перевод из одной медицинской группы в другую проводится после дополнительного медицинского обследования на основании заключения врача и решения преподавателя по физической культуре.

В **спортивное** учебное отделение - учебные группы по видам спорта (системам физических упражнений), зачисляются студенты второго и старших курсов основной медицинской группы, показавшие хорошую общую физическую и спортивную подготовку и желание углубленно заниматься одним из видов спорта, занятия по которым организованы в вузе. В отдельных случаях к занятиям в спортивном отделении могут быть допущены студенты I курса, имеющие достаточную спортивную подготовленность в избранном виде спорта.

Студенты спортивного учебного отделения выполняют обязательные требования и нормативы (тесты), установленные для основного отделения в те же сроки. Отдельные студенты спортивного отделения, имеющие высокую спортивную квалификацию, могут быть переведены на индивидуальный график занятий избранным видом спорта с выполнением в установленные сроки обязательных зачетных требований и тестов.

Количество и спортивный профиль учебных групп определяется кафедрой физического воспитания с учетом материальных и штатных возможностей.

Вопрос 3. Педагогический контроль и оценка успеваемости студентов

Для наблюдения и контроля за динамикой и физической подготовленностью студентов рекомендуется проводить на всех курсах обучения в начале и в конце учебного года экспресс-тесты (бег на скорость, прыжки, силовые упражнения и т.д.), позволяющие эффективно оценивать уровень развития основных физических качеств.

Оценка успеваемости по предмету «Физическая культура» выводится по данным текущего учета и специальной проверки знаний, умений и навыков. При выставлении зачета принимается во внимание степень усвоения теоретических знаний и результаты выполнения контрольных упражнений и нормативов, предусмотренных программой.

К выполнению контрольных упражнений и нормативов допускаются студенты, регулярно посещавшие учебные занятия и получившие необходимую физическую подготовку. Контрольные упражнения и нормативы выполняются только в условиях соревнований.

Студентами в случае невыполнения ими по объективным причинам отдельных контрольных упражнений и нормативов в установленные сроки по решению преподавателя по физической культуре и заключению врача может быть поставлен зачет при условии регулярного посещения ими учебных занятий.

Преподаватели физического воспитания совместно с врачами определяют этим студентам другие оптимальные сроки и создают условия для подготовки и выполнения ими всех установленных программой нормативов и требований. Итоговая оценка вносится в зачетную книжку студента в виде «зачета», а на экзамене в виде дифференцированного бала.

Оценка успеваемости студентов, отнесенных к подготовительной медицинской группе, выводится на общих основаниях, за исключением выполнения тех нормативов, которые им противопоказаны.

Студенты, отнесенные к специальной медицинской группе выполняют контрольные требования, разработанные в соответствии с программой преподавателем физического воспитания, утвержденные на заседании кафедры, по согласованию с врачом с учетом показаний, противопоказаний и функциональных возможностей студентов. За выполнение этих требований студенту выставляется «зачет» в книжку успеваемости в конце каждого семестра.

Вопрос 4. Учебные и внеучебные формы физического воспитания студентов

Физическое воспитание студентов осуществляется с использованием разнообразных форм учебных и внеучебных занятий на протяжении всего периода обучения в вузе.

Учебные занятия проводятся в форме:

- теоретических, практических, контрольных занятий;
- элективных практических занятий (по выбору студентов);
- индивидуальных и индивидуально-групповых дополнительных занятий (консультаций);
- самостоятельных занятий по заданию и под контролем преподавателя.

Внеучебные занятия организуются и проводятся в форме:

- выполнения физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня;
- занятия в спортивных клубах, секциях, группах по интересам;
- массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

Взаимосвязь разнообразных форм учебных и внеучебных занятий создает условия, обеспечивающие студентам использование научно-обоснованного объема двигательной активности (не менее 6-8 часов в неделю), необходимой для нормального функционирования организма, формирования мотивационно-ценностного отношения к физической культуре.

Цель и задачи физкультурно-спортивной деятельности

Перед высшей школой ставится задача придать физкультурному движению студенчества массовый характер, создать научно-обоснованную систему массовой физкультурно-спортивной деятельности студентов.

Массовая физическая культура как сложное многофункциональное явление в жизни коллектива вуза выполняет оздоровительные, воспитательные, образовательные и социально-культурные задачи.

Оздоровительные задачи. Физическое состояние людей - социально управляемый процесс, оно зависит от многих факторов, как естественных (наследственность, климатические условия и др.), так и социально обусловленных (условия жизни, производственной деятельности и др.) В частности, с помощью соответствующим образом организованных массовых мероприятий с использованием физических упражнений, спорта, разумного режима труда и отдыха, рационального питания и т.д. можно в широком диапазоне изменять показатели здоровья, физического развития и физической подготовленности участников.

При проведении массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий обязательно должен достигаться оздоровительный эффект, поэтому участие медицинских работников в составе организаторов является обязательным.

Воспитательные задачи. При рациональной организации массовых физкультурно-спортивных мероприятий осуществляется воздействие на участников в направлении воспитания у них активной жизненной позиции, высокой нравственности, гражданственности и патриотизма, а также естественной потребности в использовании физических упражнений и спорта и здорового образа жизни в процессе своей жизнедеятельности.

Образовательные задачи. Объективная закономерность возрастания роли физической культуры в жизни человека еще не нашла адекватного отражения в обществе. Поэтому квалифицированные специалисты и общественные активисты должны вести целенаправленную деятельность по повышению физкультурной грамотности студенчества. Для достижения этого студентам, кроме знаний из области медицины, биологии, педагогики, теории и методики физического воспитания, необходимы знания и практические навыки по организации и проведению массовых, оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий, спортивных соревнований.

В целом, массовая физическая культура будет эффективно отражаться на развитии личности студентов только в том случае, если она будет частью целостной системы воспитания студенческой молодежи.

Формирование и потребности студентов в *физкультурно-спортивной деятельности*

Традиционно, в физическом воспитании основное внимание сосредоточено на повышении уровней физической и спортивно-технической подготовленности студентов. Воспитание же потребности в физкультурно-спортивной деятельности (ФСД) на практике чаще всего осуществляется стихийно.

Позитивный аспект формирования потребности в ФСД связан с наличием положительных эмоций. Педагогические воздействия должны быть впечатляющими, яркими, запоминающимися. Существенные результаты могут быть получены лишь в том случае, если воздействия соответствуют внутреннему настрою занимающихся, а цели - близки, понятны и легко доступны. Участие в мероприятиях должно способствовать устранению чувства собственной ограниченности студента в ФСД. Это достигается наличием адекватной самооценки собственных усилий. Преподавателю следует проявить при этом максимальную тактичность, нельзя использовать прямые сопоставления имеющейся негативной установки с желаемой, злоупотреблять менторским тоном и т.д.

Критерием сформированной потребности в ФСД следует считать такой уровень развития самосознания (мотивов, интересов, ценностей ориентаций, установок), который активно направляет практическую деятельность к достижению физического совершенства, здорового образа жизни, активной ФСД, формированию физической культуры личности студента.

Можно выделить следующие уровни развития потребности в ФСД:

- пассивный, когда потребность выражена слабо или отсутствует. В активе личности имеются лишь простейшие санитарно-гигиенические знания, навыки, умения, однако они находятся вне связи с ФСД. Возможны случаи открытой неприязни к массовым физкультурно-спортивным мероприятиям;

- ситуативный, характеризующийся неустойчивым интересом к участию в ФСД. Интерес этот может в силу разнообразных причин возникать или пропадать. Собственная активность к

участию в ФСД минимальна, личность находится как бы "в плену" внешних обстоятельств. Участие в ФСД не увязывается в сознании с целями укрепления здоровья, организации здорового образа жизни, подготовки к профессиональной деятельности;

- активно-деятельный уровень, отличающийся достаточно высокой активностью участия в ФСД и ориентацией на социально-биологические и производственные требования общества.

Поэтапное повышение уровня сформированности интереса и потребности студентов в ФСД обеспечивается при соблюдении следующих педагогических условий:

1. Направленное формирование социальных и индивидуальных мотивов, обеспечивающих сочетание личной заинтересованности с общественно значимыми целями деятельности. Нельзя считать личность социально зрелой, если ФСД направлена лишь для собственного удовольствия, вне связи с трудовой и общественной деятельностью.

2. Профессиональная направленность участия студентов в ФСД, отражающая общую направленность учебно-воспитательного процесса в вузе и обеспечивающая программно-целевую подготовку специалиста.

3. Выявление имеющихся и развитие новых физкультурно-спортивных интересов студентов как путей и средств самореализации и самосовершенствования.

4. Осознание студентами своих двигательных способностей, обеспечивающих переход от внешних результатов поведения к внутренним. Элемент соревнования "с самим собой" является важным показателем качества проводимых массовых физкультурно-спортивных мероприятий, в этом проявляется самопознание и самовыражение студентов в двигательных способностях.

5. Дифференцированный и индивидуальный подходы, обеспечивающие наиболее эффективное взаимодействие организаторов массовых мероприятий со студентами в решении цели и задачи ФСД.

В работе М.Я.Виленского (1991 г.) приведены результаты анкетного опроса более 2000 студентов, который позволил получить материал, определяющий широкий спектр причин, прямо или косвенно влияющих на формирование структуры свободного времени, на место физической культуры и спорта в этой структуре. Причины были сгруппированы по следующим признакам: 1) организационного характера, 2) материальные, 3) субъективно-личностные, 4) функционально-оздоровительные (табл. 15.1-15.2.)

Анализ материала табл.15.1 дает основание для утверждения, что в целом от курса к курсу оценка причин, ограничивающих участие студентов в физкультурно-спортивной деятельности, становится более выраженной. В качестве наиболее значимых причин выступает личная организованность студентов и условия, в которых протекает деятельность.

Таблица 15.1

Влияние организационных причин, препятствующих участию студентов в физкультурно-спортивной деятельности в свободное время, %

Причины	Курс			
	I	II	III	IV
Плохие условия для занятий	12,4	17,1	26,6	29,3
Неудовлетворительная организация мероприятий	13,8	18,6	20,9	21,7
Завышенные требования преподавателя	18,1	17,8	21,9	22,2
Большие затраты времени на дорогу	16,2	16,7	28,8	31,6
Нехватка свободного времени	21,2	23,0	25,1	29,6
Частая смена преподавателей	6,3	6,6	5,0	3,2
Однообразные формы проведения занятий (мероприятий)	14,7	16,9	24,2	26,9
Излишняя длительность проведения мероприятий (занятий)	20,2	21,4	17,5	16,0
Невозможность выбора занятий (мероприятий) по интересам	6,7	5,3	6,8	3,6

Таблица 15.2

Влияние субъективно-личностных причин, ограничивающих участие студентов в физкультурно-спортивной деятельности, %

Причины	Юноши	Девушки
Неумение организовать свое свободное время	14,0	21,6
Нет желания, интереса	19,4	11,0
Собственная пассивность	9,6	17,1
Нет контакта с преподавателем	8,2	10,8
Нет уверенности в необходимости занятий	10,5	8,6
Нет потребности в занятиях	24,1	20,3
Занятия не влияют на интеллектуальную сферу	14,0	16,7
Занятия не способствуют профессиональной подготовке	15,8	18,4

Характерно, что мужской контингент больше склонен искать причины ограничений в отсутствии желания и интереса, женский - в неумении организовать свое свободное время. Существенное значение для всех студентов имеют причины, связанные с отсутствием потребности в занятиях и со значением физкультурно-спортивной деятельности для развития духовных и интеллектуальных способностей. Многие студенты не видят связи между активностью в сфере физической культуры и будущей профессиональной деятельностью.

В процессе воспитательной работы можно выделить следующие уровни сформированности физкультурно-спортивной активности у студентов.

При низком уровне преобладают ситуативные и прагматические мотивы участия студентов в ФСД. Включенность в нее удовлетворяет минимальные потребности личности. Интерес не сформирован. ФСД затухает по мере прекращения воздействия извне. В послевузовский период специалисты с таким уровнем активности не используют средства физической культуры в образе жизни, либо используют их эпизодически при обязательном внешнем воздействии. В организации профессионального труда средства и ценности физической культуры применения не находят.

К среднему уровню можно отнести тех, кто находится ближе к пассивным и готов при случае занять их позиции, а также тех, кто предрасположен к активности, но пребывает в индифферентном отношении к ФСД. Студенты этой группы наиболее подвержены воздействию извне. Формирование потребностей и интересов у них идет успешнее, чем прочнее они усваивают необходимость применения полученных знаний, умений и навыков в своей профессиональной деятельности. Включение физической культуры в образ жизни после окончания вуза наблюдается у них при условии, если они попадают в производственный коллектив, учреждение, где имеются хорошие традиции физкультурной и спортивной работы.

При высоком уровне у студентов сформирована убежденность в необходимости ФСД для себя лично. Они активно воздействуют и на ближайшее к себе окружение. Это проявляется и в организации своего здорового образа жизни, и в организаторской, инструкторско-педагогической, судейской, познавательной и других видов активности в сфере физической культуры и спорта. По окончании вуза такие специалисты ведут активно преобразующую деятельность по месту работы. Как правило, им свойственна высокая общественная активность.

Вопрос 5. Организационные формы физкультурно-спортивной деятельности

Центр здоровья

Центр - структурное подразделение высшего учебного заведения, включающее в себя в качестве составляющих кафедру физического воспитания, спортивный клуб, медико-профилактические и лечебные службы, сектор спортивных сооружений и ресурсного обеспечения, оздоровительно-спортивный лагерь, научно-исследовательскую лабораторию, коммерческие службы, обслуживающие спортивно-оздоровительную деятельность.

Центр организует свою деятельность в соответствии с Законодательством Российской Федерации, положением и другими регламентирующими документами вуза.

Целью его деятельности является создание условий и возможностей совершенствования физической культуры студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского состава, внедрения здорового образа жизни как неотъемлемого компонента общей культуры будущего специалиста, способного реализовать их в учебной, социально-профессиональной деятельности и в семье.

Практическая деятельность Центра осуществляется по следующим направлениям:

- создание программ и условий для занятий физкультурой и спортом студентов, преподавателей, сотрудников вуза, совершенствование форм и содержания занятий с учетом профиля подготавливаемых специалистов, спортивной базы, с учетом пожеланий членов коллектива вуза и их семей;

- круглогодичное проведение учебно-тренировочных занятий, организация активного отдыха студентов, сотрудников, преподавателей, и их семей с использованием различных форм и средств физической культуры;

- проведение физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий (соревнования, туризм, лагеря и т.п.)

- врачебный контроль и врачебно-педагогические наблюдения за занимающимися во время занятий, физкультурно-оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;

- проведение регулярных профилактических медицинских осмотров и создание банка данных о состоянии здоровья и физического развития студентов, сотрудников, преподавателей в постоянно действующих педагогическом и медицинском консультативных пунктах, разработка научно обоснованных физкультурно-оздоровительных программ и рекомендаций;

- пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни, активного отдыха постоянно действующей информационно-пропагандистской службы по вопросам деятельности Центра;

- организация коммерческой деятельности по профилю своих функций.

Спортивный клуб

Спортивные клубы вузов создаются в виде объединений организационно-правовых форм студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников с образованием или без образования юридического лица.

Спортивные клубы организуют и проводят свою работу на добровольном членстве, на принципах демократии, в условиях широкой гласности, творческой инициативы, выборности руководящих органов и их отчетности перед коллективом.

В число основных задач клуба входят:

- вовлечение студенческой молодежи, аспирантов, преподавателей, сотрудников высшего учебного заведения и членов их семей в систематические занятия физической культурой и спортом;

- воспитание физических и морально-волевых качеств, укрепление здоровья и снижение заболеваемости, повышение уровня профессиональной готовности, социальной активности всех членов коллектива высшего учебного заведения;

- развитие в коллективе вуза массового спорта и спорта высших достижений;

- организация и проведение массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий;

- создание спортивных любительских объединений, клубов, секций, команд по видам спорта;

- пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни, организация содержательного досуга, привлечение широких масс физкультурников и спортсменов высшего учебного заведения к массовым общественно-политическим мероприятиям;
- сотрудничество со студенческими спортивными организациями России и зарубежных стран, установление международных связей среди студенческой молодежи;
- осуществление производственно-хозяйственной деятельности, в том числе предпринимательской и внешнеэкономической, оказание платных услуг в области физической культуры и спорта.

Спортивный клуб создает необходимые организационно-методические условия для занятий различными формами и видами физической культуры и спорта в соответствии со сложившимися в высшем учебном заведении традициями, профилем подготовки специалистов, интересами членов коллектива.

В состав его практической деятельности, прежде всего, входят организация массовых спортивных соревнований, смотров-конкурсов на лучшую постановку физкультурно-оздоровительной и спортивной работы среди учебных групп, факультетов, курсов, кафедр и других подразделений вуза.

Взаимодействие администрации, профсоюзных организаций, кафедры физического воспитания, спортивного клуба и медицинской службы вуза

Практика показала, что совместная физкультурно-спортивная деятельность администрации вуза, кафедры физического воспитания, профсоюзных организаций, спортивного клуба, администрации спортивных баз, медицинских работников приносит положительные результаты только в том случае, когда вопросы их взаимодействия четко регламентируются и выполняются.

Администрация вуза обеспечивает физкультурно-спортивные организации необходимыми помещениями, предоставляет спортивную базу во внеучебное время, оказывает материальную помощь для приобретения спортивного оборудования, инвентаря, формы и проведения физкультурно-спортивных мероприятий.

В организационном укреплении коллектива физической культуры на факультетах большое значение имеет повседневная помощь деканатов. Наиболее актуальные вопросы массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы на факультете в необходимых случаях декан выносит на рассмотрение ученого совета факультета и добивается их решения. К ним относятся: утверждение плана работы факультетского спортивного совета по организации спартакиад и смотров-конкурсов на лучшую постановку физкультурной работы, проведение массовых соревнований в учебных группах, на курсах и в общежитии, спортивных вечеров и праздников.

Медицинская служба вуза (поликлиника, профилакторий, медицинский кабинет) обеспечивает постоянное наблюдение за состоянием здоровья студентов, сотрудников и преподавателей, участвующих в физкультурно-спортивной деятельности, осуществляет профилактику травматизма и различных заболеваний, в том числе и профессиональных, проводит реабилитацию негативных явлений в состоянии здоровья занимающихся и участников массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

Особо тесная совместная работа объединяет спортивный клуб с кафедрой физического воспитания. Кафедра выполняет непрерывный учебно-воспитательный процесс, решающий задачи физкультурного образования, разностороннего физического воспитания, оздоровления и совершенствования спортивного мастерства студентов на всем протяжении их обучения, воспитания у них организаторских и инструкторских (тренерских) навыков проведения самостоятельной работы по физической культуре и спорту в вузе, на производстве, на отдыхе. Кафедра использует свои возможности для подготовки актива, инструкторов и спортивных судей, что способствует формированию положительного отношения к физической культуре и спорту у будущих специалистов народного хозяйства.

Являясь структурным учебным подразделением вуза, кафедра физического воспитания помимо организации учебного процесса несет непосредственную ответственность за реализацию комплекса научных, воспитательных, организационно-методических, спортивных, физкультурно-оздоровительных, медицинских и профилактических мероприятий в вузе.

ЛЕКЦИЯ №2 «Массовая физкультурно-спортивная и оздоровительная работа для студентов»

План лекции

1. Организованные учебно-тренировочные занятия
2. Массовые физкультурно-спортивные мероприятия
3. Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий
4. Физкультурно-оздоровительная работа в студенческом общежитии
5. Студенческие оздоровительно-спортивные лагеря
6. Пропаганда физической культуры и спорта в вузе.

Массовая физкультурно-спортивная и оздоровительная работа является важным разделом физического воспитания студентов.

Планирование, организация и проведение этой работы является важным фактором в процессе воспитания.

Самостоятельные занятия физическими упражнениями, спортом и туризмом, а также физкультурно-спортивные мероприятия заметно расширяют участие студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников в оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях, проводимых в вузе. При организации и проведении самостоятельных занятий рекомендуется учитывать особенности получаемой студентами профессии, интересы и запросы студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников.

В высших учебных заведениях постоянно рождаются и совершенствуются новые формы организации физкультурно-оздоровительной работы, организации и проведения самостоятельных занятий, создаются любительские спортивные объединения.

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

Вопрос 1.Организованные учебно-тренировочные занятия

Учебно-тренировочные занятия во всех организационных формах проводятся в соответствии с программами и методическими рекомендациями. Рабочие программы и графики учебного процесса разрабатываются с помощью преподавателей кафедры физического воспитания и предусматривают подготовку занимающихся к выполнению норм и требований учебной программы по физической культуре для студентов вузов и решение других задач. Занятия проводятся по утвержденному спортивным клубом расписанию платными тренерами и тренерами-общественниками спортивного клуба. Для занимающихся самостоятельно разрабатываются индивидуальные планы и проводятся консультации преподавателями физического воспитания и медицинскими работниками вуза, осуществляющими врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом.

Спортивные секции. Большое место в жизни коллектива физической культуры вуза занимает учебно-тренировочная работа в различных спортивных секциях спортивного клуба. Спортивные секции рекомендуется создавать прежде всего по таким видам спорта, которые лучше всего обеспечивают разностороннюю физическую подготовку, повышают уровень физической и умственной работоспособности человека, укрепляют здоровье. Это легкая атлетика, лыжный спорт, плавание, гимнастика, спортивные игры и др.

В спортивные секции зачисляются студенты, аспиранты, преподаватели и сотрудники, отнесенные к основной медицинской группе, имеющие спортивный разряд. В отдельных случаях к занятиям в спортивных секциях могут быть допущены лица, не имеющие спортивного разряда, но обладающие достаточной разносторонней физической подготовкой и желающие заниматься тем или иным видом спорта, культивируемым в вузе.

Занятия проводят специалисты по физическому воспитанию, имеющие высшее или среднее физкультурное образование. Для проведения занятий с группами новичков, III и II

спортивных разрядов допускаются тренеры спортивного клуба, имеющие специальную курсовую подготовку и являющиеся квалифицированными спортсменами по данному виду спорта не ниже I спортивного разряда.

Индивидуальные самостоятельные занятия. Кроме групповых занятий среди студентов и особенно аспирантов, преподавателей и сотрудников распространены индивидуальные самостоятельные занятия физическими упражнениями и спортом. Эту форму оздоровительно-физкультурной и спортивной работы используют те, у кого по роду учебы и производственной деятельности нет возможности посещать групповые занятия, или те, кто в силу особенностей своих личных качеств больше склонен заниматься физическими упражнениями вне коллектива, индивидуально.

При проведении индивидуальных занятий должны выполняться следующие требования: проведение медицинского освидетельствования у лечащего врача или в здравпункте вуза перед началом занятий и не реже одного раза в год; ведение дневника самоконтроля; во всех случаях нежелательных отклонений в самочувствии и состоянии здоровья, а также после перенесенных заболеваний необходимо обращаться к врачу за разрешением продолжить занятия.

Индивидуальные занятия будут полезны только тогда, когда занимающиеся овладели специальными методическими знаниями, умениями и навыками на организованных учебных занятиях по физическому воспитанию.

Вопрос 2. Массовые физкультурно-спортивные мероприятия

В условиях высшего учебного заведения массовые физкультурно-спортивные мероприятия занимают важное место. Во-первых, именно они показывают состояние решения широкого круга задач физического воспитания, развития студенческого спорта, внедрения здорового образа жизни, наконец, воспитательного назначения спорта. Во-вторых, они являются методом приобщения студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников к физической культуре и спорту, повышения уровня их физической подготовленности, воспитания полезных двигательных навыков и умений, стимулирует интерес к дальнейшим занятиям физическими упражнениями и спортом. В-третьих, они создают условия для состязательной игровой деятельности с учетом интересов и подготовленности занимающихся. Доступность этих мероприятий обеспечивается благодаря специальному подбору состязательных упражнений, элементов спорта или вида спорта в целом, дистанций определенной сложности и протяженности, веса используемых снарядов, количества и интенсивности выполняемых упражнений.

Спортивные соревнования являются одним из наиболее распространенных и эффективных видов организации массовой физкультурно-спортивной работы.

По характеру зачета и определению результатов все спортивные соревнования делятся на личные, лично-командные и командные. По форме проведения соревнования могут быть: открытыми и закрытыми, очными и заочными, одноразовыми и традиционными, однодневными и многодневными, официальными и товарищескими (тренировочными), классификационными. Эти формы могут использоваться в сочетании.

Практикой определено несколько систем проведения спортивных соревнований, обусловленных их правилами и положениями. Выбор системы зависит от задач данного спортивного соревнования, срока проведения, числа участников или команд, их подготовленности и учебной занятости, от условий материальной базы.

Большое воспитательное значение имеют мемориальные спортивные соревнования. Их главная цель - сохранение боевых и трудовых традиций Родины. Они посвящаются определенным историческим, революционным или спортивным датам, памяти героев и выдающихся спортсменов, что способствует воспитанию молодежи на их примере. Мемориальные соревнования требуют особо тщательной подготовки, соответствующего оформления, торжественных церемоний, ритуалов и атрибутики и проводятся по специальному сценарию.

Вопрос 3. Планирование и организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий

Успешное проведение мероприятий зависит от уровня планирования и подготовительной организационной работы, которые включают: составление календарного плана мероприятий,

разработку положений о соревнованиях, составление сметы расходов на каждое соревнование, образование оргкомитета, подбор судейской коллегии и организацию ее работы, оповещение о мероприятиях и соревнованиях (объявления, афиши, информации в газету, на радио, телевидение и т.п.), организацию приема и обработки заявок на участие в соревнованиях от участвующих организаций и участников, составление распорядка (программы, графика) соревнований, разработка ритуала награждения победителей, открытия и закрытия соревнований, подготовку и аренду спортивных сооружений, обеспечение медицинского обслуживания соревнований, проверку подготовленности мест спортивных соревнований, спортивного оборудования и инвентаря, определение мероприятий по обслуживанию участников соревнований и зрителей, обеспечение четкой и своевременной информации о подготовке соревнований, о результатах спортсменов в ходе соревнований, о предварительных результатах в ходе личной и командной спортивной борьбы, об окончательных итогах соревнований (отчетов).

Календарный план должен предусматривать организацию и проведение:

- массовых оздоровительных и физкультурных мероприятий с охватом как можно большего количества студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников вуза;
- факультетских и общеинститутских спартакиад, спартакиад общежитий и сотрудников вуза, кроссов, пробегов, эстафет, дней и недель спорта, физкультурных праздников и вечеров;
- соревнований по массовым видам спорта с целью повышения спортивно-технических результатов студентов-спортсменов;
- соревнований или товарищеских и матчевых встреч с командами других вузов или производственных коллективов по видам спорта, которые культивируются в вузе и других мероприятиях и спортивных соревнованиях с учетом условий, имеющихся в вузе для работы по физической культуре и спорту;
- спортивных вечеров (традиционных, спортивно-развлекательных, итоговых и т.д.).

Положение о соревнованиях - основной документ, регламентирующий все условия проведения данного соревнования. Положением руководствуются организация, проводящая соревнование, главный судья соревнований и судейская коллегия, участвующие коллективы, капитаны и представители команд, а также все участники. В положении о соревнованиях освещаются следующие разделы: название соревнований, их характер и особенности; цели и задачи данных соревнований; руководство проведением соревнований; состав участников соревнований; сроки и место проведения; программа соревнований и форма зачета; система оценки результатов; порядок и срок подачи заявок; медико-санитарное обеспечение и техника безопасности; условия награждения победителей личного и командного первенства; порядок подачи протестов и их рассмотрения.

На всех спортивных соревнованиях и массовых мероприятиях, независимо от их масштаба, должен присутствовать врачебный персонал для наблюдения за санитарным состоянием мест соревнований, обслуживания участников и оказания неотложной медицинской помощи. Врачебный персонал выделяется поликлиникой (здравпунктом) вуза, из его числа назначается главный врач, который входит в состав судейской коллегии на правах заместителя главного судьи.

В период подготовки к соревнованиям судейская коллегия принимает заявки от участвующих организаций только с визой (разрешением) врача, заверенной печатью, против каждой фамилии участника.

Организаторы и судьи спортивных соревнований должны принять все меры для предотвращения несчастных случаев и телесных повреждений. Согласно правилам соревнований, ответственность за принятие мер по предупреждению спортивных травм возлагается на главного судью и руководителя организации, проводящей соревнования.

Спортивные судьи на соревнованиях любого масштаба должны быть одеты в установленную форму.

Агитационно-пропагандистская работа при подготовке, в ходе и после окончания соревнований проводится в следующих формах:

- освещение в печати хода подготовки к соревнованиям; выпуск и распространение афиш, программ, пригласительных билетов, листовок; информация по радио и телевидению; организация фотостендов и т.п.;

- популяризация данного вида спорта путем торжественного открытия (парада); широкая радиоинформация по ходу соревнований; своевременное заполнение итоговых таблиц; выпуск фотомонтажей; трансляция соревнований по телевидению и т.п.;

- своевременное подведение итогов и торжественное закрытие соревнований; вручение грамот, дипломов, медалей и призов победителям соревнований; проведение показательных выступлений и парада победителей соревнований; своевременная информация в печати, по радио и телевидению о результатах проведения спортивных соревнований.

Независимо от места проведения соревнований (дворец спорта, спортивный зал, стадион, трасса лыжных гонок и др.) спортивные сооружения в дни проведения соревнований должны быть ярко и красочно оформлены, что является одним из эффективных средств агитации и пропаганды физической культуры и спорта, нравственного и патриотического воспитания спортсменов.

Вопрос 4. Физкультурно-оздоровительная работа в студенческом общежитии

В различных вузах страны в студенческих общежитиях проживают от 30 до 60% общего количества студентов. Организация работы по их физическому воспитанию является делом весьма важным и вместе с тем сложным, требующим совместных усилий ректората, деканатов факультетов, администрации общежитий и кафедр физического воспитания, с одной стороны, и спортивных клубов, спортивных советов факультетов, студенческих советов в общежитиях - с другой.

Физическое воспитание студентов в условиях общежития является органической частью всей воспитательной работы, проводимой в вузе, и требует реализации следующих задач.

1. Создание материальных условий для внедрения массовой физической культуры и спорта в быт общежития, привлечения студенческого коллектива общежития к активным занятиям физической культурой.

2. Развитие культуры умственного труда, привитие гигиенических навыков, обучение основам гигиены физических упражнений и закаливанию.

3. Формирование привычки к здоровому проведению досуга и воспитание устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

4. Воспитание широкого актива студентов в общежитии и привлечение его к организации и проведению физкультурно-оздоровительного досуга.

Эффективность физкультурно-оздоровительных мероприятий в значительной мере определяется отношением к ним самих студентов, направленностью их физкультурных интересов, запросов и потребностей.

Для планирования, координации и осуществления массовой оздоровительной физкультурной и спортивной работы в общежитии создается физкультурный актив (совет физкультуры). В его состав входят председатели клубов по интересам, спортклуба, совет общежития.

В практике работы наибольшее распространение в общежитии получили: комплексные спартакиады внутри общежития; дни здоровья; недели здоровья; конкурсы между этажами и комнатами по физкультурно-оздоровительной работе; спартакиады между общежитиями; товарищеские встречи между общежитиями; массовые физкультурные мероприятия (день бегуна, пловца и т.п.); много туровые соревнования внутри общежития по отдельным видам спорта.

Вопрос 5. Студенческие оздоровительно-спортивные лагеря

Студенческие оздоровительно-спортивные лагеря создаются в вузах с целью обеспечения условий для организации активного отдыха, укрепления здоровья, совершенствования физической подготовки и спортивного мастерства студентов, приобщения их к общественно полезному труду. Лагерь позволяет широко внедрять в режим дня физическую культуру, спорт и туризм и на этой основе значительно улучшать работу по физическому воспитанию студентов

в период каникул и осуществлять оздоровительно-спортивную деятельность в неразрывной связи с нравственным воспитанием студенческой молодежи.

Реализации этих задач способствуют условия, в которых протекает лагерная жизнь студентов - природа, четкий и здоровый режим жизнедеятельности, обязательное включение в него оздоровительных и массовых спортивных мероприятий, развитая система студенческой самоорганизации и самообслуживания.

Оздоровительно-спортивные лагеря могут быть: летние, зимние, круглогодичные (например, на базе общежития, без отрыва от учебных занятий), сочетаемые с производственной практикой, а также самодеятельные, организуемые небольшой группой студентов.

Лагеря создаются и оборудуются силами и средствами высших учебных заведений, на основе широкой общественной инициативы, самодеятельности и самообслуживания участников.

Физкультурно-оздоровительная работа в лагере включает организацию режима дня и питания; проведение утренней гигиенической гимнастики; организацию различных видов закаливания, прогулок, туристских походов и экскурсий; обучение плаванию и приемам спасания на воде; занятия со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе; проведение спортивных праздников и показательных выступлений спортсменов.

Студенческий физкультурный актив

Для всемерного развития общественных начал в работе коллектива физической культуры вуза кафедра физического воспитания и спортивный клуб в своей деятельности опираются на физкультурный актив, к которому относятся: председатели спортивных советов факультетов, физорги групп и курсов, председатели бюро спортивных секций, председатели советов физкультурно-спортивных клубов по интересам, старосты групп во всех формах учебно-тренировочных занятий, капитаны спортивных команд, представители спортивных команд.

Спортивные советы факультетов и других подразделений вуза избираются на общем собрании физкультурников и спортсменов факультета (подразделения). Из своего состава совет выбирает председателя и заместителя, распределяет обязанности между остальными членами совета.

Советы проводят массовые оздоровительные, спортивные и физкультурные мероприятия, спортивные соревнования (спартакиады) на первенство учебных групп, курсов и подразделений; комплектуют спортивные команды для участия в спартакиаде вуза и других спортивных соревнованиях; контролирует успеваемость студентов-спортсменов, оказывают им всевозможную помощь. Спортивные советы организуют на факультетах и подразделениях смотры-конкурсы на лучшую постановку работы по физической культуре и спорту, ведут наглядную агитацию и пропаганду физической культуры и спорта, организуют лекции, беседы, выставки, спортивные вечера и другие мероприятия.

Вопрос 6. Пропаганда физической культуры и спорта в вузе

Важной функцией коллективов физической культуры высших учебных заведений является вовлечение возможно большего числа студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников в регулярные занятия физической культурой, спортом и туризмом, привлечение их к активному участию в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях, утверждение в коллективе вуза здорового образа жизни.

Большую роль в ее успешном решении играет правильно поставленная активная пропаганда физической культуры и спорта.

Задачи пропаганды:

- повышение уровня физкультурного образования студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников;

- воспитание потребности в утверждении здорового образа жизни, использовании средств физической культуры в режиме труда и отдыха;

- активизация неучебных форм физкультурно-оздоровительной работы среди студентов.

Привлечение всех членов коллектива вуза к участию в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях;

- повышение эффективности занятий по физическому воспитанию и физкультурно-оздоровительных мероприятий;

- совершенствование работы по массовой физической культуре среди студентов, аспирантов, преподавателей и сотрудников.

С помощью многообразных форм и средств пропаганды необходимо последовательно освещать наиболее важные разделы работы по физической культуре в вузе.

Представляемая информация должна быть научно обоснованной и в то же время популярной, рассчитанной на студенческую аудиторию и на других членов коллектива вуза, учитывающей индивидуальный подход.

Пропаганда физической культуры и спорта в вузе должна быть не декларативной, а очень конкретной, продуманной и интересной, убедительной и остроумной, терпеливой и доходчивой, она должна быстро реагировать на все новое для придания дополнительного импульса и динамизма в проведении работы по массовой физической культуре в вузе.

Организацию и проведение пропагандистской работы по физической культуре и спорту в вузах осуществляют секторы агитации и пропаганды спортивных клубов и спортивных советов факультетов при квалифицированной помощи преподавателей кафедры физического воспитания.

Выводы

Реализация внеучебного раздела программы совместными усилиями администрации вуза, медицинской службы, кафедры физического воспитания и спортивной общественности (спортивного клуба и профсоюзной организации) способствует решению задач, направленных на формирование мотивационно-ценностной ориентации на физическое самосовершенствование, здоровый образ жизни, повышение уровня спортивного мастерства студентов. Особое значение в решении данной проблемы приобретает деятельность спортивного клуба.

Студенческие спортивные клубы при активном участии кафедр физического воспитания создают спортивные секции и команды в учебных группах, на курсах, факультетах и в вузе, ведут работу по пополнению рядов спортсменов-разрядников, по подготовке общественных физкультурных кадров, проводят массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия, туристские походы, слеты, спортивные вечера, праздники.

Однако при совместной работе спортивного клуба и кафедры физического воспитания нельзя допускать подмены преподавателями кафедры работы студенческого спортивного актива, мелкой опеки и излишней регламентации в его деятельности. Это может повлечь за собой иждивенчество, стремление организационную работу переложить на плечи преподавателей кафедры физического воспитания и в конечном итоге отрицательно отразится на инициативе и самостоятельности студенческого спортивного актива.

Таким образом, развитие студенческой самодеятельности и самоорганизации, объединение студенческой молодежи в группы, коллективы, команды, клубы для проявления своих потребностей и способностей в свободно избранной физкультурно-спортивной деятельности, отвечающей её индивидуальным, групповым и коллективным запросам, совместная деятельность спортивного клуба с администрацией, общественными организациями и кафедрой физического воспитания способствует оздоровлению студентов, повышению спортивного мастерства студентов-спортсменов, расширению массовости физкультурной работы в вузе.

ЛЕКЦИЯ №3 «Типология физкультурных и спортивных организаций»

План лекции

1. Определение понятий «организация», «спортивная организация». Физкультурно-спортивная организация как открытая система.

2. Правовая основа существования физкультурно-спортивной организации.

3. Классификация ФСО

4. Типы организаций, выделяемые по формам собственности

5. Типология физкультурно-спортивных организаций по целевому назначению

6. Организационно-правовые формы физкультурно-спортивных организаций
7. Типы организаций, выделяемые по взаимодействию подразделений
8. Иерархия отраслевого управления.

Вопрос 1. Определение понятий «организация», «спортивная организация»

Современное общество не может успешно функционировать, иначе как создавая в себе различные виды организаций - промышленные, торговые, учреждения культуры, здравоохранения, общеобразовательные школы, вузы, банки, включая организации физкультурно-спортивной направленности - спортивные школы, спортивные клубы, спортивно-оздоровительные центры, спортивные федерации, стадионы и т.п. Организация - одна из базовых форм общества. Каждый человек входит в одну или несколько организаций. Подавляющее большинство людей почти всю сознательную жизнь связаны с организациями – или являются их членами, или вступают с ними в контакт. По данным гос. статистики в 2000 г. В России насчитывалось около 100 тыс. различного вида организаций физкультурно-спортивной направленности.

Поскольку понятие организации является в спортивном менеджменте ключевым, рассмотрим его более детально. Какая-либо группа людей должна соответствовать нескольким обязательным требованиям, чтобы считаться организацией. К ним относятся:

- наличие как минимум двух человек, которые считают себя частью этой группы;
 - наличие, по крайней мере, одной цели (т.е. ожидаемого результата), которую принимают как общую цель все члены данной группы;
 - наличие членов группы, которые сознательно, преднамеренно работают вместе, чтобы достичь значимой для всех цели.

Таким образом, мы получили определение: организация – это группа людей, деятельность которых сознательно координируется для достижения целей.

Физкультурно-спортивная организация представляет собой совокупность людей, объединенных для достижения какой-либо цели, решения какой-либо задачи на основе принципов разделения труда, разграничения обязанностей и иерархической структуры ФСО создаются для удовлетворения разнообразных потребностей людей в сфере ФКиС.

В законе «О физической культуре и спорте РФ» физкультурно-спортивная организация рассматривается как «одна из организационно-правовых форм физкультурно-спортивного объединения, созданная на основе членства в целях совместной деятельности по проведению физкультурно-оздоровительной и спортивной работы и достижения своих уставных целей»

(Статья 2 названного закона).

В менеджменте группы людей, сформированные для достижения определенных целей и получивших статус официальных, называются формальными организациями. В качестве спортивных организаций такого типа правомерно рассматривать не только организации в целом, но и отдельные подразделения – кафедры физ.воспитания, филиалы спорт. школ и т.п.

Стихийно сформировавшаяся группа людей, вступивших в регулярное взаимодействие для достижения определенных целей, считается неформальной организацией.

В современных условиях для ФСО свойственно функционирование в виде открытых систем.

С точки зрения системного подхода открытые системы характеризуются динамическим взаимодействием с окружающим миром. Действительно, ФСО получают финансовые, материально-технические, человеческие, информационные ресурсы из внешней среды; их деятельность зависит от клиентов из внешнего мира, потребляющих производимые ими товары и услуги.

Любая ФСО как открытая система обладает двумя основными свойствами – *границами и окружающей средой*.

Определение границ ФСО зависит как от специфики самой системы, так и от точки зрения, с которой она рассматривается в конкретной ситуации.

Так, например, **границы** физкультурно-спортивного сооружения могут определяться местом расположения, составом входящих в его комплекс спорт. объектов и вспомогательных помещений, количеством мест для зрителей и т.д. Все, что выходит за рамки границ ФСО, является для нее окружающей средой.

Внешнюю среду по отношению к ФСО составляют: политическая среда (конституционные основы, особенности законодательства, формы собственности, политическая стабильность); социальная среда (социальные и этические нормы); экономическая среда (уровень жизни, капитал, поставщики, потребители, конъюнктура, цены и т.п.); ресурсная среда (рабочая сила, природные ресурсы, инфраструктура, территориальное положение); технологическая среда (развитие науки, технологий).

Правовой основой существования ФСО являются Гражданский кодекс РФ (1994), федеральные законы РФ «Об акционерных обществах» (1995), «Об общественных объединениях» (1995), «О некоммерческих организациях» (1996), «Об обществах с ограниченной ответственностью» (1998), «О ФКиС в РФ» (1999) и др.

Юридическим лицом признается организация, которая имеет в собственности, хозяйственном ведении или оперативном управлении обособленное имущество и отвечает по своим обязательствам этим имуществом, может от своего имени приобретать осуществлять имущественные и личные неимущественные права, нести обязанности, быть истцом и ответчиком в суде. Юридические лица должны иметь самостоятельный баланс и смету.

Вопрос 3. Классификация ФСО

Для того, чтобы понять особенности механизма функционирования различных видов ФСО и эффективно ими управлять, их нужно упорядочить, систематизировать. Типология организаций физкультурно-спортивной направленности по различным основаниям дает возможность:

- 1.Получить точное представление об организационно-правовом статусе каждой конкретной организации;
2. Четко определить цели, задачи и функции спортивной организации, ее место в отраслевой системе управления;
- 3.Понять ее внутриорганизационные отношения, обязанности и права ее сотрудников, возможности их участия в управлении организацией;
- 4.Квалифицированно построить работу по созданию новой организации, развитию, реорганизации или ликвидации спортивной организации.

По размерам ФСО группируются на *крупные, средние и малые*. К малым ФСО относят те, в уставном капитале которых доля государственной, муниципальной собственности и собственности общественных объединений не превышает 25%, а средняя численность работников не превышает 50 человек (для малых организаций других отраслей народного хозяйства средняя численность работников колеблется от 30 до 100 человек). Размеры средних ФСО по критерию численности занятых в них колеблются в пределах 100-300, а крупных – от 300 работающих.

По видам и формам собственности

Известно, что собственность как экономическая категория представляет собой совокупность производственных отношений, которые обусловлены отношением людей к средствам труда и произведенному ими продукту. В России признаются частная, государственная, муниципальная и иные формы собственности. В частности, общественные объединения, к которым относятся многие физкультурные и спортивные организации, могут являться собственниками приобретенного ими имущества и использовать его для достижения

уставных средств. Собственник по своему усмотрению владеет, пользуется и распоряжается принадлежащим ему имуществом. ФСО подразделяются на находящиеся в государственной (федеральная собственность и собственность субъектов РФ), муниципальной (районная, городская, поселковая) и т.п. собственность, частной (собственность предприятий, граждан) и собственности общественных объединений (общественных организаций). Большинство ФСО находятся в государственной, муниципальной, и собственности общественных объединений.

По отношению к прибыли ФСО могут быть коммерческими, преследующими извлечение прибыли и ее распределение между участниками деятельности в качестве основной цели, и некоммерческими, которые не стремятся извлекать или распределять полученную прибыль между участниками, но могут осуществлять предпринимательскую деятельность для достижения целей, ради которых они были созданы.

По целевому назначению. Классификация объектов системы управления физической культуры и спорта в зависимости от цели их деятельности помогает вычлнить присущие объекту цели, задачи, функции, дает возможность определить роль каждого объекта в системе, позволяет рассмотреть вопросы функционирования физкультурно-спортивных объектов. В соответствии с этим все спортивные организации дифференцируются на:

1) непосредственно осуществляющие физкультурно-массовую и учебно-спортивную работу (КФК, спортивные школы, центры олимпийской подготовки);

2) обеспечивающие возможность заниматься ФКиС (спортсооружения, физкультурно-оздоровительные комплексы, прокатные пункты спортивного инвентаря, водные, лыжные и туристические базы, парки культуры и отдыха);

3) обеспечивающие медицинское обслуживание (физкультурные диспансеры);

4) занимающиеся подготовкой физкультурных кадров (высшие и средние специальные учебные заведения ФКиС);

5) обеспечивающие сферу ФКиС необходимой информацией, проводящие пропаганду физкультурно-спортивных знаний (редакции спортивных газет и журналов, органы обществ «Знание»).

Вопрос 3. Типы организаций, выделяемые по взаимодействию подразделений

В каждой организации физкультурно-спортивной направленности присутствует разделение труда. Разделение труда в организации формально закрепляется в образовании структурных подразделений, каждое из которых выполняет конкретные задания. Такие подразделения называют службами, отделами, управлениями, секторами, отделениями и т.п. Следовательно, каждая организация имеет внутреннюю структуру, которая выражается в наличии структурных подразделений.

Структурные подразделения, как и спортивная организация, частью которой они являются, представляют собой группы людей, деятельность направлена на достижение общей цели.

Распределение организации на подразделения образует ее внутреннюю структуру, которая носит название иерархической. В теории менеджмента выделяют несколько типов организаций: линейные, функциональные, линейно-функциональные и др.

Линейная структура образуется в результате построения структуры спортивной организации, в которой звенья нижележащих уровней управления находятся в непосредственном подчинении у руководителя вышестоящего уровня. Каждое подразделение возглавляет руководитель, наделенный полномочиями и осуществляющий единоличное руководство подчиненным ему персоналом. Решения руководителя организации, передаваемые по цепочке «сверху вниз», обязательны для выполнения всеми нижестоящими звеньями. Линейная структура характерна для организаций с небольшой численностью персонала.

Функциональная структура – результат увеличивающейся сложности управления и развития специализации. Функциональная структура основана на разделении управленческого труда персонала и предполагает создание в ней наряду с линейными функциональных подразделений. Каждое функциональное подразделение специализировано на выполнении отдельных видов управленческой деятельности. Выполнение указаний руководителя функционального

подразделения в пределах компетенции обязательно для всех других подразделений. Такое взаимодействие подразделений создает двойное подчинение для исполнителей. Линейно-функциональная структура возникает в результате синтеза линейной и функциональной структур управления. При этой структуре функциональные подразделения утрачивают права принятия решений и руководства нижестоящими подразделениями. Они помогают линейному руководителю в выполнении отдельных функций управления. При данной структуре линейные звенья принимают решения и организуют их выполнение, а функциональные звенья планируют, координируют, информируют, т.е. выступают в качестве своего рода штаба.

Вопрос 5. Иерархия отраслевого управления

Иерархия управления – один из главных принципов социального менеджмента. Она характеризуется уровнями управления, число которых тем больше, чем крупнее управляемая система. Иерархия управления ФКиС определяется прежде всего территориально-государственным устройством РФ. В иерархической структуре управления ФКиС в России следует выделять четыре уровня.

Распределение ФСО по уровням управления:

Федеральный (высший) уровень

Федеральное государственное агентство РФ по физической культуре и спорту; Олимпийский комитет России, общероссийские федерации и союзы по видам спорта, общероссийские советы ДФСО и союзов.

Уровень субъекта федерации (республиканский, краевой, областной)- 3-й уровень

Республиканские, краевые и областные комитеты по ФКиС, соответствующие федерации по видам спорта, советы ДФСО и пр.

Районный, городской уровень – 2 – уровень

Районные и городские комитеты по ФКиС, районные и городские федерации по видам спорта, физкультурно-спортивные объединения и т.п.

Первичное (основное) организационное звено управления ФКиС - 1 уровень

Спортивные клубы, коллективы ФК, спортивно-оздоровительные школы, спортивные сооружения и базы и т.п.

Спортивные организации каждого уровня являются объектами управления для более высокого уровня. Первичными организациями физкультурно-спортивной направленности принято называть те из них, в которых непосредственно проводится учебно-тренировочная работа и различные формы физкультурно-оздоровительных занятий с населением различных социальных и демографических групп. Исходя из этого критерия эти организации считаются основным организационным звеном системы управления ФКиС в России.

Лекция 4. «Теория и методика оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры»

План лекции

1. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания
2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры
3. Содержательные основы оздоровительно-реабилитационной культуры.

Вопрос 1. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания

Суть данного принципа заключается в том, что физическая культура должна содействовать укреплению здоровья. Понятию **здоровье** американский медик Г. Сигерист дал следующее определение: «Здоровым может считаться человек, который отличается гармоническим развитием и хорошо адаптирован к окружающей его физической и социальной среде. Здоровье не означает просто отсутствие болезней: это нечто положительное, это жизнерадостное и охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека». Ему соответствует и определение, принятое Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):

«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов». Способность организма адекватно изменять свои функциональные показатели и сохранять оптимальность в различных условиях – наиболее характерный критерий нормы, здоровья (Р. Баевский, 1979).

Наукой доказано, что здоровье человека только на 10–15% зависит от деятельности учреждений здравоохранения, на 15–20% – от генетических факторов, на 20–25% – от состояния окружающей среды и на 50–55% – от условий и образа жизни.

Проблема движения и здоровья имела достаточную актуальность еще в Древней Греции и в Древнем Риме. Так, греческий философ Аристотель (Ив. до н.э.) высказывал мысль о том, что ничто так сильно не разрушает организм, как физическое бездействие. Великий врач Гиппократ не только широко использовал физические упражнения при лечении больных, но и обосновал принцип их применения. Он писал: «Гармония функций является результатом правильного отношения суммы упражнений к здоровью данного субъекта». Древнеримский врач Галлен в своем труде «Искусство возвращать здоровье» писал: «Тысячи и тысячи раз возвращал я здоровье своим больным посредством упражнений». Французский врач Симон-Андре Тиссо (XVIII в.) писал: «...Движение как таковое может заменить любое средство, но все лечебные средства мира не могут заменить действие движения».

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое снижение состояния здоровья населения и продолжительности жизни. По данным различных исследований, лишь около 10% молодежи имеют нормальный уровень физического состояния и здоровья, продолжительность жизни сократилась на 7–9 лет, в результате снижается и производственный потенциал общества (Г.А. Кураев).

Принцип оздоровительной направленности обязывает так организовать физическое воспитание студентов, чтобы оно выполняло и профилактическую и развивающую функции. Это означает, что с помощью физического воспитания необходимо:

- совершенствовать функциональные возможности организма, повышая его работоспособность и сопротивляемость неблагоприятным воздействиям;
- компенсировать недостаток двигательной активности, возникающей в условиях современной жизни.

Ведущая роль в оптимизации физкультурно оздоровительного процесса отводится проектированию различных физкультурно оздоровительных систем на основе научно обоснованных и адекватных соотношений внешних и внутренних факторов развития человека.

К настоящему времени разработан и практически апробирован целый ряд авторских комплексов и программ физических упражнений оздоровительной направленности, которые предназначены для широкого использования. Основные их достоинства – доступность, простота реализации и эффективность. Это прежде всего:

- контролируемые беговые нагрузки (система Купера);
- режим 1000 движений (система Амосова);
- 10 000 шагов каждый день (система Михао Икаи);
- бег ради жизни (система Лидьярда);
- всего 30 мин физических упражнений в неделю на фоне повседневной естественной физической нагрузки, учитывая правила: если можешь сидеть, а не лежать – сиди, если можешь стоять, а не сидеть – стой, если можешь двигаться – двигайся (система Моргауза);
- произвольное поочередное сокращение мышц тела без изменения их длины в течение всей «бодрствующей» части суток (скрытая изометрическая гимнастика по Томпсону);
- калланетика: программа из 30 упражнений для женщин с акцентом на растяжение (система Пинкней Каллане) и т.д.

В настоящее время появились новые направления оздоровительной физической культуры, дающие несомненный оздоровительный эффект. К ним можно причислить оздоровительную аэробику и ее разновидности: степ, слайд, джаз, аква– или гидроаэробику, танцевальную аэробику (фанк–аэробику, сити–джем, хип–хоп и др.), велоаэробику, аэробику с нагрузкой (небольшой штангой), акваджогинг, шейпинг, стретчинг и т.д.

В России разработана и внедрена в практику методология программирования физкультурных занятий оздоровительной направленности, основанная на энергетических

критериях эффективности занятий и имитационного и компьютерного моделирования процесса выполнения упражнений с проверкой их соответствия энергетическим возможностям конкретного человека или гомогенной по энергетическим возможностям группы людей (В.И. Бондин, 1999).

Выбор той или иной методики занятий физическими упражнениями с оздоровительной направленностью соотносится с реальной обстановкой, возможностями, запросами, иногда является делом индивидуального вкуса и интереса.

Оздоровительный эффект физических упражнений наблюдается лишь только в тех случаях, когда они рационально сбалансированы по направленности, мощности и объему в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся. Занятия физическими упражнениями активизируют и совершенствуют обмен веществ, улучшают деятельность центральной нервной системы, обеспечивают адаптацию сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем к условиям мышечной деятельности, ускоряют процесс вхождения в работу и функционирования систем кровообращения и дыхания, а также сокращают длительность функционального восстановления после сдвигов, вызванных физической нагрузкой.

Не менее положительное влияние регулярные занятия физическими упражнениями (и процедуры лечебной физической культуры) оказывают на деятельность органов пищеварения и выделения: улучшается перистальтика желудка и кишечника, повышается их секреторная функция, укрепляется мускулатура передней стенки живота, играющая большую роль в работе кишечника; более совершенными становятся функции органов выделения, а также желез внутренней секреции.

Кроме оздоровительного эффекта физические упражнения оказывают тренирующее воздействие на человека (повышается умственная и физическая работоспособность), позволяют повысить уровень физических качеств, содействуют формированию и дальнейшему совершенствованию жизненно важных двигательных умений и навыков (плавание, ходьба на лыжах и др.).

Оздоровительное, лечебное и тренирующее влияние физических упражнений на организм становится более эффективным, если они правильно сочетаются с закалывающими средствами в виде водных процедур, солнечных и воздушных ванн, а также массажа.

Таким образом, регулярное применение физических упражнений и закалывающих факторов повышает жизненный тонус организма занимающихся, его естественный иммунитет, улучшает функции вегетативных систем, работоспособность и предупреждает преждевременное старение.

Вопрос 2. Содержательные основы оздоровительной физической культуры

В системе оздоровительной физической культуры выделяют следующие основные направления: оздоровительно-рекреативное, оздоровительно-реабилитационное, спортивно-реабилитационное, гигиеническое.

Оздоровительно-рекреативная физическая культура – это отдых, восстановление сил с помощью средств физического воспитания (занятия физическими упражнениями, подвижные и спортивные игры, туризм, охота, физкультурно-спортивные развлечения). Термин **рекреация** (от лат. *recreatio*) означает отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий или соревнований. Чтобы оттенить специфический смысл этого термина в сфере физической культуры, часто говорят «физическая рекреация».

В современном обществе основные функции физической рекреации сводятся к следующему (Ю.Е. Рыжкин, 1999):

- социально-генетическая (механизм усвоения социально-исторического опыта);
- творчески-атрибутивная (позволяет ее рассматривать в развитии и совершенствовании);
- системно-функциональная (раскрывающая физическую рекреацию как функцию конкретной социальной системы);
- аксиологическая (ценностно-ориентировочная);
- коммуникативная (важное средство неформального общения людей).

Основными видами физической рекреации являются туризм (пеший, водный, велосипедный), пешие и лыжные прогулки, купание, всевозможные массовые игры: волейбол, теннис, городки, бадминтон, рыбная ловля, охота и др.

По количеству занимающихся рекреационные занятия могут быть индивидуальными и групповыми (семья, группа по интересам и т.д.).

Вопрос 3. Содержательные основы оздоровительно-реабилитационной культуры.

Оздоровительно-реабилитационная физическая культура — это специально направленное использование физических упражнений в качестве средств лечения заболеваний и восстановления функций организма, нарушенных или утраченных вследствие заболеваний, травм, переутомления и других причин. Применение отдельных форм движений и двигательных режимов с этой целью началось, судя по историческим сведениям, еще в древней медицине и к настоящему времени прочно вошло в систему здравоохранения преимущественно в виде лечебной физической культуры.

Общее представление о лечении с помощью физических упражнений основывается на факте оздоровления организма, обусловленного улучшением циркуляции крови и снабжением кислородом как больных, так и здоровых тканей, повышением мышечного тонуса, сокращением жировых запасов и т.д. В зависимости от возрастной градации людей восстановление происходит в одних случаях за счет нормализации функций и систем организма, в других — за счет преимущественного развития компенсаторных реакций.

В оздоровительно реабилитационной физической культуре значительно возрастает роль таких методических принципов, как принцип индивидуализации и постепенного повышения нагрузок.

Оздоровительно реабилитационное направление в нашей стране представлено в основном тремя формами:

- 1) группы лечебной физической культуры (ЛФК) при диспансерах, больницах;
- 2) группы здоровья в коллективах физической культуры, на физкультурно спортивных базах и т.д.;
- 3) самостоятельные занятия.

Работа в группах ЛФК имеет свою специфику. В рамках ЛФК широко используются лечебная гимнастика, дозированные ходьба, бег, прогулки на лыжах и т.п. Определены двигательные режимы (щадящий, тонизирующий, тренирующий), разработаны организационно методические формы занятий (урочные, индивидуальные, групповые).

Занятия в группах здоровья носят как общеоздоровительный характер для лиц, не имеющих серьезных отклонений в состоянии здоровья, а также специально направленный характер с учетом специфики заболевания.

Основными средствами занятий являются легкодозировуемые по нагрузке упражнения основной гимнастики, плавания, легкой атлетики. Лучший оздоровительный и тонизирующий эффект достигается при комплексном использовании упражнений, желательного разнообразия.

Занятия проводятся по специально разработанным программам под руководством методиста и наблюдением врача.

Индивидуальные занятия реабилитационного типа могут также носить как общеоздоровительный, так и специально направленный характер, укрепляющие наиболее слабые функции и системы организма. Например, при функциональных нарушениях сердечно сосудистой и дыхательной систем целесообразно широко использовать физические упражнения аэробного характера.

При самостоятельных занятиях, без непосредственного медицинского контроля максимальная ЧСС во время нагрузок не должна превышать 130 уд/мин для людей моложе 50 лет и 120 уд/мин для лиц старше 50 лет (Н. Амосов и др., 1975).

Оздоровительно реабилитационная культура играет существенную роль и в системе научной организации труда. Проведение профилактических мероприятий в физкультурно оздоровительных центрах позволяет устранять стрессовые явления и негативные последствия, возникающие вследствие физического и психического перенапряжения во время учебы, на производстве и современных условий жизни. В комплекс профилактических

мероприятий входят различные восстановительные упражнения, применяемые в режиме и после учебного или (и) рабочего дня, массаж, баня, психорегулирующие и другие средства.

Спортивно реабилитационная физическая культура направлена на восстановление функциональных и приспособительных возможностей организма после длительных периодов напряженных тренировочных и соревновательных нагрузок, особенно при перетренировке и ликвидации последствий спортивных травм.

Гигиеническая физическая культура – это различные формы физической культуры, включенные в рамки повседневного быта (утренняя гимнастика, прогулки, физические упражнения в режиме дня, не связанные со значительными нагрузками). Ее основная функция – оперативная оптимизация текущего функционального состояния организма в рамках повседневного быта и расширенного отдыха.