

## **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ СОВРЕМЕННОЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

*Кондратьева Т.А. (УО МГПУ им. И.П. Шамякина, г. Мозырь)*

*Научный руководитель – Р.М. Rogovik, преподаватель*

Каждая эпоха рождает свой тип мировоззрения, новые знания, новый жизненный опыт непрерывно изменяет наши взгляды на окружающий мир, на самого человека, на его место в нём.

Физическая культура и спорт призваны выполнять роль важнейшего фактора, обеспечивающего полноценную жизнь, раскрытие самых разнообразных задатков и способностей человека, достижение мастерства в любом виде профессиональной деятельности, так как оптимальная физическая нагрузка развивает и поддерживает функциональные резервы организма, соответствующие хорошему состоянию здоровья.

Физическая подготовка студентов является одной из главных задач высших учебных заведений. Принято считать, что главной целью физического воспитания студентов является содействие подготовке гармонически развитых людей.

Средства физической культуры несомненно способствуют профилактике утомления, повышению умственной и физической работоспособности, формируют механизмы для восстановления нарушенных функций, повышают сопротивляемость организма различным негативным воздействиям.

Но не менее важно то, что средства физической культуры и спорта могут и должны использоваться для воспитания у студентов готовности управлять, стремиться к успеху, к лидерству. Занятия по физическому воспитанию в вузе необходимо строить таким образом, чтобы можно было обеспечить максимальный профессионально-прикладной эффект при воспитании предприимчивости, оригинальности мышления, способности к рациональной организации своего бюджета времени, внутренней дисциплины, собранности, быстроты оценки ситуации и принятия решения, настойчивости в достижении поставленной цели, умения спокойно пережить неудачи и даже поражение. Именно на формирование такого типа личности должно быть ориентировано физическое воспитание в высших учебных заведениях. В этом направлении, а также для активного отдыха студенческой молодёжи, получения удовлетворения от такого вида деятельности, отвлечения молодёжи от обыденности в УО «Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина» регулярно проводятся внутривузовские соревнования по видам спорта, физкультурно-массовые мероприятия, организовано 18 видов секций повышения спортивного мастерства. В этих мероприятиях принимают участие более 70% студентов нашего вуза. Современная система физического воспитания студенческой молодёжи вузов должна являться приоритетной в формировании физической культуры как вида общей культуры молодого человека, здорового образа и спортивного стиля жизнедеятельности будущих специалистов производства, науки, культуры.