

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

К. В. Чубикова (СГК МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *А. А. Евменчик*,

преподаватель

Физическое воспитание в системе образования, начиная с дошкольного и заканчивая высшим, ответственно за социально значимые результаты: физическую подготовленность и физическое развитие занимающихся; знания, двигательные умения и навыки, необходимые для физического самовоспитания; формирования здорового образа жизни. Физическое воспитание позволяет разносторонне воздействовать на личность. Вместе с тем, многие авторы указывают, что результаты физического воспитания достигаются в настоящее время лишь частично, так как наблюдается низкий уровень физической подготовленности учащейся молодежи [1].

Не вся учащаяся молодежь понимает значение физического воспитания. Многие ограничиваются только посещением обязательных занятий физической культуры и здоровья, игнорируя самостоятельные занятия. Это не может компенсировать недостаточность двигательной активности у учащейся молодежи, в результате чего возникает отставание в физическом развитии, снижается умственная работоспособность, появляется излишняя полнота. Соответственно, проблема является актуальной и занимает важное место в педагогике.

Одним из важных факторов физического воспитания по повышению физической подготовленности является наличие в учебных заведениях спортивного зала с достаточным количеством современного спортивного инвентаря и оборудования, тренажерного зала, а также разнообразное количество видов занятий объединений по интересам спортивной направленности.

В каждом учебном заведении необходимо придавать значение оценке состояния физической подготовленности учащейся молодежи. Систематический контроль уровня физической подготовленности учащихся позволяет выявить степень подготовленности, готовность учащихся к дальнейшему изучению программного материала. Такого рода контроль занимающихся дает преподавателю возможность управлять учебным процессом и вовремя вносить соответствующие коррективы в свою работу. Он формирует у учащихся механизм внутреннего самоконтроля и мотивацию к обучению.

Литература

1. **Кряж, В. Н.** Физическая культура и здоровье / В. Н. Кряж, З. С. Кряж // Белорусская педагогическая энциклопедия : в 2 т. / редкол.: Н. П. Баранова [и др.]. – Минск : Адукацыя і выхаванне, 2015. – Т. 2. – С. 466.