

**Організація самостійних
занять студентів**

**Спортивно – масової робота в
студентських гуртожитках**

Організація самотійних занять студентів

Основною проблемою залучити студентів до систематичних занять ФК і С - це створити мотивацію до цього роду діяльності. Тут необхідно враховувати масу факторів і ознак: історичні, природно-кліматичні, полові, вікові, соціально-групові, психологічні, екологічні, сімейні і т.д.

Звичайно, багато буде залежати від агітаційної роботи, котру повинні проводити усі підрозділи.

Форми самотійних занять *можуть бути наступними:*

- РГТ;

- самотійні тренувальні заняття з наступних видів (ходьба, біг, крос, лижний спорт та всі інші індивідуальні види спорту).

Тут важливо, щоб спортивний клуб підготував гарний мальовничий стенд з наступними розділами:

- ▣ планування самостійних занять (підготовча, основна, заключна частина);*
- ▣ методика самостійних тренувальних занять;*
- ▣ засоби та методи розвитку фізичних якостей;*
- ▣ методи самоконтролю;*
- ▣ особливості організації самостійних занять для дівчат;*
- ▣ список методичної літератури для організації самостійних занять, яку має бібліотека вузу.*

При організації самостійних занять повинні бути передбачені місця для їх проведення: "стежки здоров'я", спортивні майданчики, майданчики з нестандартним обладнанням та ін.

Організація спортивно – масової роботи в студентських гуртожитках

У вузах України у студентських гуртожитках проживає 50%-60% від загальної кількості студентів. Крім цього, у студентських гуртожитках із-за нестачі помешкань проживають також аспіранти, викладачі, співробітники та члени їх сімей. Організація роботи у гуртожитку з фізичного виховання потребує сумісних зусиль адміністрації вузу та гуртожитку, спортивного клубу, студентських рад, активності студентів та осіб, які проживають у гуртожитку.

Перелічені структури повинні виконувати по впровадженню ФК і С наступну роботу:

- організаційну;
- спортивно-оздоровчу;
- агітаційно - пролагандистську;
- господарську роботу.

Те керівництво вузу, яке піклується про здоров'я студентів, що проживають у гуртожитках, створює умови для занять: будує спортивні майданчики, комплекси, тренажерні кімнати, закупає інвентар, обладнання та ін.

У цивілізованих студентських гуртожитках, де проживає інтелектуальна молодь (технічні вузи, університети), там де адміністрація вміє керувати організованим студентським життям, там окрім студентської ради гуртожитку існує рада фізкультури, а також фізорги на поверхах.

Вони виконують слідуєчі завдання:

- організовують та проводять масово-оздоровчі та фізкультурно-спортивні заходи;
- займаються агітацією та пропагандою до занять ФК; разом з адміністрацією та СК вирішують питання матеріально-технічного забезпечення змагання з видів спорту між поверхами;
- *проводять спартакіади між гуртожитками вузів;*
- *багато турнірні змагання всередині гуртожитку з окремих видів спорту;*
- *організують студентські “клуби” шанувальників бігу, зимового плавання, нетрадиційних видів спорту та ін.*

