

Г.А. Васенин, И.В. Машошина // Актуальные проблемы внедрения комплекса ГТО и развития массового спорта: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, приуроченной к 140-летию Белгородского государственного национального исследовательского университета / Под общей редакцией И.Н. Никулина. – Белгород : Издательский дом «Белгород», 2016. – С. 185–191.

4. Серых, А.Б. Социальный и профессиональный аспекты формирования у студентов компетентности здоровьесбережения / А. Б. Серых, Е. И. Мычко, А.Е. Якубовская // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 7. – С. 29–31.

5. Таланцева, В.К. Повышение мотивации студентов к занятиям физической культурой / В.К. Таланцева, Н.В. Алтынова, Т.Н. Петрова // Теория и практика физической культуры. – 2024. – № 2. – С. 113.

6. Уваров, В.А. Научное обоснование совершенствования всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» на современном этапе / В.А. Уваров // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» и массовый спорт в системе здорового образа жизни населения : материалы междунар. науч.-практ. конф. [Электронный ресурс] / – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2016. – С. 78–84.

7. Устинов, И.Е. Сравнение результатов юношей и девушек относительно норм комплекса ГТО / И.Е. Устинов // Мир педагогики и психологии. – 2017. – № 4(9). – С. 79–86.

8. ФГОС ВО (3++) по направлениям бакалавриата // Портал Федеральных образовательных стандартов высшего образования: [сайт]. – URL: <https://fgosvo.ru/fgosvo/index/24> (дата обращения 26.08.2024).

МЕТОДОЛОГИЯ ПРОЕКТИРОВАНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ В КОНТЕКСТЕ ТРЕБОВАНИЙ СТАНДАРТА 3+

Стрельцов В.А. канд. пед. наук, доцент, strelez.46@mail.ru

**ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский
университет»,
г. Белгород, Россия**

В.П. Павлов, канд. пед. наук, доцент

**УО «Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина»,
г. Мозырь, Беларусь**

Разрабатываемая в последнее время в контексте гуманистических ценностей парадигма человеческой целостности рассматривается методологической основой проектирования образовательного процесса по физической культуре в вузе (ФК). Целостное развитие личности предполагает различение процессов социализации и индивидуализации. Если социализация предусматривает усвоение форм культуры, всеобщих норм и способов деятельности, то индивидуализация предполагает формирование и реализацию субъектности, творческой активности, уникальности личности в процессе усвоения социального. [1; 2; 6; 8].

В специальной литературе отмечается, что образование по ФК в вузе не реализует методологию диалектического единства социально-общего и индивидуально-особенного, позволяющей в полной мере реализовать принцип целостного подхода. В этой связи, на этапе проектирования учебного процесса по ФК важно обеспечить, с одной стороны, обязательное усвоение студентами необходимого минимума учебного материала, с другой – предоставить индивидуальную самостоятельность и учесть исключительность каждого обучающегося.

Новые Стандарты образования в вузах обеспечивают возможность решения этой задачи. Согласно Стандарту 3+ учебная дисциплина «Физическая культура» (ФК) подразделяется на базовую часть и элективные курсы, такой подход позволяет гармонизировать интересы общества и личности. Базовая ФК ориентирована на освоение инвариантного содержания, являющееся педагогически адаптированным содержанием социального опыта, то есть удовлетворяет потребности общества в воспроизведстве ФК. Элективные курсы предоставляют возможность выбора видов двигательной деятельности в соответствии со своими склонностями и интересами, способствуя раскрытию индивидуальности, то есть удовлетворяют потребности личности.

Кроме того, при таком подходе возможно более успешное решение многоплановых задач, решаемых предметом «Физическая культура». Исследования показывают, что практические занятия по ФК в рамках учебной группы в сетке общего расписания имеют более высокий потенциал для решения образовательных задач. Практические занятия по элективному курсу в группе, укомплектованной из числа студентов учебных групп разных специальностей по признакам общности физкультурно-спортивных интересов, являются оптимальной формой решения развивающих задач, обеспечивающих повышение физических кондиций студентов и их спортивно-техническую подготовку [2; 5].

Реализация образовательного потенциала ФК предполагает проведение лекционных, методико-практических и практических занятий. Содержание теоретической подготовки должно быть направлено на ценностно-смысловую ориентировку студентов в пространстве физической культуры. Содержание методико-практических занятий целесообразно ориентировать на освоение способов самооценки своего физического потенциала. Инвариантное содержание практических занятий необходимо ориентировать, прежде всего, на освоение прикладных видов двигательной деятельности: легкая атлетика, плавание и оздоровительная гимнастика. Содержание этих учебных курсов должно иметь пропедевтическую направленность, обеспечивая приобщение студентов к физкультурной деятельности. Ориентация не на технический тренаж и достижение конкретных нормативных требований, а на обеспечение основных условий становления физкультурной деятельности: формирование мотивации на основе ценностно-смысловой ориентации образовательного процесса; построение учебной деятельности в режиме диалога, совместного поиска и сотрудничества [3; 4; 6; 9].

Специфика направленности и содержания базовой ФК обуславливает необходимость достижения следующих образовательных результатов:

- знания студентом своего физического потенциала: физического состояния, физического развития, физической подготовленности;
- умения оценивать свои физические кондиции в аспекте социальных требований и личностных устремлений;
- положительное отношение к физкультурной деятельности;
- ориентировка в пространстве физической культуры.

Достижение этих результатов, с учетом объема базовой ФК – 72 часа, целесообразно проектировать на 1 семестр в рамках учебных групп в сетке общего расписания из расчета 4 часа в неделю. При проектировании конкретных видов, тем занятий, цели должны быть конкретизированы на взаимосвязанные задачи, реализация которых происходит в сравнительно небольшие, ограниченные рамки учебного времени, а простота и оперативность получения обратной связи позволяет сделать этот процесс подконтрольным и завершенным.

Направленность учебных занятий, актуализирующая базовую потребность человека в самопознании, создаёт необходимые предпосылки для перехода к элективному курсу, педагогической задачей которого, является индивидуальная реализация физического потенциала студента в условиях избранной физкультурной деятельности. Для решения этой задачи целесообразно планировать учебно-тренировочный процесс из расчета 4 часа

в неделю со второго по шестой семестры и по два часа самостоятельной работы, чтобы обеспечить необходимый минимум физической нагрузки для получения тренировочного эффекта.

В целях более полного удовлетворения физкультурно-спортивных потребностей студентов элективные дисциплины целесообразно проектировать по трем основным направлениям: спортивное, оздоровительно-рекреативное и реабилитационное [7].

Спортивные группы необходимо комплектовать из числа студентов, имеющих, как правило, опыт занятий определенным видом спорта, желающих совершенствоваться в нем и выступать на соревнованиях различного уровня. Содержание занятий должно иметь тренировочную направленность и планироваться по возможности во второй половине дня, как наиболее благоприятный период для занятий спортом. К работе в спортивных группах необходимо привлекать преподавателей, склонных к тренерской работе и имеющих высокий уровень технической подготовленности.

Оздоровительно-рекреативное направление ориентировано на студентов, которые мотивированы на инструментальное использование средств физической культуры для решения утилитарных задач: снижение веса, повышение работоспособности, укрепление здоровья, корректировка фигуры, воспитание морально-волевых качеств и др. Эти задачи реализуются, как правило, такими видами двигательной деятельности, как атлетизм, аэробика и ее разновидности, оздоровительное плавание, корrigирующая гимнастика, туризм, настольный теннис, легкая атлетика и др. К работе в этих группах по возможности привлекать нужно преподавателей, владеющих технологией личностно-ориентированного образования и личным опытом занятий конкретным видом.

Для реабилитационного блока, ориентированного на студентов специального учебного отделения, целесообразно разрабатывать программы, содержание которых обусловлено теми отклонениями в состоянии здоровья, которые наиболее массово проявляются среди студентов вуза. К работе в этих группах необходимо привлекать преподавателей, прошедших соответствующие курсы повышения квалификации.

Для оценки качества освоения учебного материала целесообразно разрабатывать балльно-рейтинговую систему. Ее использование обусловлено необходимостью максимально возможного учета многообразных форм физкультурно-спортивной активности студентов. Подобная система апробирована в БелГУ, в ней предполагается, что зачетные баллы можно получить не только за посещение лекций, практических занятий и сдачу контрольных нормативов, но и за другие формы работы (участие в спортивных соревнованиях в зависимости от ранга, в их судействе, наличие спортивных разрядов и званий, занятия в спортивных организациях за пределами университета и т. д.).

Опыт работы по использованию балльно-рейтинговой системы показал, что она позволяет значительно упростить возможность получения зачета по физической культуре без снижения качества усвоения учебного материала.

Список использованных источников

1. Алексеев, С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин, А.В. Лотоненко, Л.И. Лубышева, С.И. Филимонова // Монография. – М. : Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2013. – 780 с.
2. Бальсевич, В.К. Здоровьесформирующая функция образования в Российской Федерации [Материалы к разработке национального проекта оздоровления подрастающего поколения России в период 206–2026 гг.] [Текст] / В.К. Бальсевич // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 2006. – №5. – с 2–6.
3. Виленский, М.Я. Гуманитарная парадигма образования в высшей школе. Актуальные проблемы образования в условиях его модернизации: Мат-лы Межд. науч.-практ. конф., 15–16 марта 2007 г., Москва, МПГУ: В 2-х ч. – Ч. 1. – М. : МАНПО, 2007.

4. Здоровые нации – основа процветания России : Материалы X Всероссийского форума (Москва 28–30 апреля 2016 г.) – Общероссийская общественная организация «ЛИГА ЗДОРОВЬЯ НАЦИИ», 2016. – 489 с.

5. Лубышева, Л.И. Спорт, спортивный стиль жизни и здоровье молодежи [Текст] / Л.И. Лубышева / Материалы 4-го Международного конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех, проблемы здоровья, рекреации и реабилитации». – Киев : Здоровье, 2000. – С. 530–531.

6. Масалова, О.Ю. Концепция формирования ценностных отношений студентов к физической культуре / О.Ю. Масалова // Дисс. на соиск. ученой степени д. пед. н. – М. : 2014. – 614 с.

7. Никулин, И.Н. К вопросу о совершенствовании образовательного процесса по физической культуре / И.Н. Никулин, Я.И. Гончарук // Актуальные проблемы физического воспитания и спорта в вузе. Мат. Всерос. науч.-методич. конф. (1-4 февраля 2017 г.). – М. : Изд. центр РГУ нефти и газа (НИУ) им. И.М. Губкина. Москва, 2017 – С. 19-22.

8. Пономарев, Г.Н. Стратегия развития физической культуры в условиях реализации ФГОС ВПО / Г.Н. Пономарев // Культура физическая и здоровье. – 2012. – № 4. – С. 21–24.

9. Стрельцов, В.А. Формирование ценностно-смыслового отношения студентов к физической культуре / Совершенствование системы физического воспитания, спортивной тренировки, туризма и оздоровления различных категорий населения: мат-лы XV Юбилейной Всерос. с междунар. участ. науч. конф. под ред. С.И. Логинова, Ж.И. Бушевой. – Сургут. Гос. Ун-т ХМАО-Югры. – Сургут : ИЦ СурГУ, 2016. – Т. 1. – С.103–109.

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ТРЕНИРОВКЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

А.В. Юрошкевич, *jadirashid@mail.ru*

УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

Аннотация. В статье рассматриваются научно-методические подходы к тренировке координационных способностей у студентов факультета физической культуры. Анализируются теоретические и практические аспекты развития координации, а также предлагаются методические рекомендации для повышения эффективности тренировочного процесса.

Ключевые слова: координационные способности, физическая культура, методика тренировки, студенты, педагогическая деятельность.

Введение. Студенты факультета физической культуры – это будущие специалисты в области физического воспитания и спорта, которые должны обладать высоким уровнем развития координационных способностей. Эти навыки влияют на качество и эффективность их педагогической деятельности, позволяя легче и быстрее осваивать новые и сложные двигательные действия, а также демонстрировать их на практике, используя наглядный метод обучения. Кроме того, координационные способности способствуют повышению адаптационных возможностей студентов к различным условиям обучения и труда, а также к профилактике травматизма и заболеваний опорно-двигательного аппарата.

В современных условиях значительно увеличился объем деятельности, осуществляющей в вероятностных и неожиданно возникающих ситуациях. Это требует