

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

УДК 796.011.1

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К СОДЕРЖАНИЮ И ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

*канд. пед. наук, доц. В.М. НАСКАЛОВ
(Полоцкий государственный университет)*

Организация физического воспитания студентов в вузах не позволяет эффективно использовать физические упражнения в современной экологической ситуации. Существует противоречие между уровнем социальных требований и состоянием физического здоровья студентов. Создавшаяся ситуация вызывает необходимость модернизации системы физического воспитания на основе комплексного подхода, предусматривающего использование современных педагогических технологий. Эта проблема для теории и практики физической культуры указывает на необходимость создания многоуровневой системы физического воспитания студентов, учитывающей экологически неблагоприятные условия. Процесс физического воспитания в вузе нами рассматривается как многоуровневое комплексное взаимодействие подсистем (модулей), взаимно связанных в трех основных блоках модулей. Каждый блок имеет свои задачи и этапы их реализации, заключенные в модулях. Каждому модулю подготовки также соответствуют свои задачи, полное решение которых обеспечивает возможность перехода к следующему модулю и их взаимосвязи. Эта взаимосвязь обеспечивается использованием технологии модульно-блочного обучения, включающей в себя обучающие модули различного направления, в каждый из которых входят операционные функциональные блоки. Такая организация учебного процесса на циклической основе позволила ориентировать содержание занятий на свободу в выборе вида и формы физкультурно-спортивной деятельности, переход к гибким программно-модульным обучающим технологиям, придающим им личностный смысл.

Введение. Современная учебная деятельность из-за большой интенсивности процесса обучения вызывает значительные нервно-психические напряжения. Это обусловлено большим объемом выдаваемой информации, влиянием компьютерной техники, гиподинамией, влиянием химических веществ, используемых на лабораторных занятиях и действующих на организм студентов во время производственных практик на вредных предприятиях. К тому же в повседневной жизни на организм студентов оказывает воздействие неблагоприятная экологическая обстановка современных городов. Все это создает противоречие между функциональным состоянием их организма и требованиями, которые предъявляет учебная деятельность, окружающая экологическая и социальная среда [2, 8, 13].

Поэтому основной проблемой современного этапа развития физической культуры в вузах является устранение противоречия между уровнем социальных требований и эффективностью физического воспитания. Решение задач физической культуры студентов следует искать в создании системы физического воспитания в современных экологически неблагоприятных условиях с последующим укреплением как внутрисистемных связей, так и отношений с другими образовательными системами [7, 14].

Одним из методологических подходов, позволяющих переосмыслить современное состояние физического воспитания, является инновационная деятельность. Разрабатываются инновационные подходы к созданию новых образовательных, спортивных, оздоровительных, физкультурных, профессионально-прикладных, реабилитационных и рекреационных технологий. Однако они практически не применяются на занятиях по физическому воспитанию в вузах из-за того, что носят узкий целенаправленный характер и не обеспечены научно-методическими рекомендациями для широкого внедрения [2, 5, 9].

Следовательно, можно заключить, что система, существующая в вузах, не содержит целостного представления о теоретических и практических рекомендациях по организации физического воспитания с учетом неблагоприятных экологических условий. Изучаемый учебный материал не представляет собой взаимосвязанные этапы обучения, которые с каждым достигнутым уровнем физического воспитания позволяли бы ставить новые задачи, направленные на спланированное достижение более высоких конечных результатов по физической подготовке.

Методика снижения влияния отрицательных внешних факторов на уровень физической подготовленности студентов в экологически неблагоприятных условиях остается до конца не изученной. Убедительных доказательств по этому вопросу в известной нам литературе не встречено. Следовательно, проблема физического воспитания учащейся молодежи в экологически неблагоприятных условиях, вызван-

ных химическими загрязнениями атмосферного воздуха, заставляет искать пути дальнейшего научного обоснования методов и средств, которые позволяли бы наиболее эффективно использовать физические упражнения в любой экологической обстановке.

Создавшаяся ситуация указывает на необходимость модернизации системы физического воспитания на основе комплексного подхода, предусматривающего использование современных педагогических технологий. Современные технологии в физическом воспитании можно охарактеризовать следующими признаками:

- научно обоснованные и экспериментально проверенные дидактические нововведения;
- оптимальность и экономичность, т.е. достижение целей обучения с минимальными затратами средств, сил и времени студента и преподавателя;
- инновационная деятельность;
- использование технических средств обучения и компьютерных технологий.

Указанные технологии не нашли еще в полной мере воплощения в практической педагогической деятельности в вузах, и от этого существенно сдерживается инновационный процесс при модернизации физического воспитания в целом. Инновационные технологии в физической культуре не имеют достаточного методологического обеспечения, как следствие – слабое их практическое использование [6].

В этой связи целесообразно говорить о выстраивании модели инновационного развития физического воспитания. Данная модель должна содержать три этапа обучения. На первом этапе выстраиваются взаимосвязи предметных знаний и профессиональных технологий, формируется инновационное мышление. На втором этапе создаются новые знания и умения, изучаются инновационные технологии, влияющие на повышение качества обучения. На третьем этапе изучается инновационная методология с последующим ее применением на практике [3, 11].

Основная часть. В результате анализа литературных источников и собственных исследований нами установлено, что организация занятий физическими упражнениями в неблагоприятных экологических условиях требует разработки новых научно обоснованных педагогических подходов к выбору и применению традиционных и нетрадиционных средств физического воспитания. Эта проблема для теории и практики физической культуры указывает на необходимость создания многоуровневой системы физического воспитания студентов, учитывающей экологически неблагоприятные условия.

Многоуровневая система физического воспитания представляет собой образовательное пространство, в нижнем слое которого отражен исторический и социальный опыт формирования и использования средств физической культуры как реакции действием на трудные и экстремальные ситуации жизнедеятельности человека. В верхнем слое фиксируются выработанные варианты физкультурной деятельности, направленной на нормативные основы физической культуры. Связывает эти уровни пространства позиция творчески взаимодействующих между собой ученика и учителя [4].

Совокупность всех приведенных сторон физического воспитания составляет многоуровневую систему. Многоуровневая система физического воспитания в вузе предполагает ряд подсистем (блоков), содержание и взаимосвязь которых требует научного изучения с целью теоретико-методологического и практического обоснования этого процесса. Любая система содержит структуру элементов и определяет способ их взаимодействия между собой.

Процесс физического воспитания в вузе нами рассматривается как многоуровневое комплексное взаимодействие подсистем (модулей), взаимно связанных в трех основных блоках модулей. Каждый блок имеет свои задачи и этапы их реализации, заключенные в модулях. Каждому модулю подготовки также соответствуют свои задачи, полное решение которых обеспечивает возможность перехода к следующему модулю и их взаимосвязи. Эта взаимосвязь обеспечивается использованием технологии модульно-блочного обучения, включающей в себя обучающие модули различного направления, в каждый из которых входят операционные функциональные блоки.

Использование модульной технологии как системообразующей методологии построения многоуровневой системы физического воспитания в эколого-неблагоприятных условиях позволило распределить ее содержание в трех блоках модулей, представленных на схеме (рисунок):

- комплексно-целевое обучение (I);
- экологическое образование в физическом воспитании (II)
- валеологическое образование в физическом воспитании.

Такая организация учебного процесса на циклической основе позволила ориентировать содержание занятий на свободу в выборе вида и формы физкультурно-спортивной деятельности, переход к гибким программно-модульным обучающим технологиям, придающим им личностный смысл.

Разработанная система включает комплексную программу, предусматривающую, кроме обязательных занятий по физическому воспитанию в соответствии с действующей программой для вузов,

проведение комплексных мероприятий на базе оздоровительно-реабилитационного центра (ОРЦ) и обеспечивающую в этой связи, во-первых, разработку теоретико-методологических основ и совершенствование программно-методического, информационного и инновационного обеспечения процесса физического воспитания (ФВ) и эколого-валеологического образования; во-вторых, интегративное развитие студенческого спорта и организацию активного досуга студентов путем использования современных технологий для повышения двигательной активности студентов до 6 – 8 часов в неделю.



Основные структурные элементы многоуровневой системы физического воспитания студентов вузов в экологически неблагоприятных условиях

Структура многоуровневой системы вырисовывает модель спирали, позволяющей циклично наращивать уровень физического воспитания с взаимными связями между этапами подготовки. Это положительный фактор, потому что система физического воспитания должна стимулировать студентов к повышению физической подготовленности и получению знаний в области физической культуры.

Многоуровневую систему в экологически неблагоприятных условиях дополняют следующие компоненты:

- экологическое образование студентов за счет включения в учебный процесс по физическому воспитанию изучения методики проведения и организации педагогического процесса, медицинского и психологического обеспечения, физической рекреации в неблагоприятных экологических условиях;
- организация спортивной, спортивно-массовой работы с учетом мониторинга индекса загрязнения атмосферного воздуха (ИЗАВ);
- физкультурно-активный образ жизни студента;
- отношение в коллективе учебных групп к занятиям по физическому воспитанию.

Кроме этого особенности физического воспитания студентов в экологически неблагоприятных условиях заключаются в следующих положениях:

- учет мониторинга состояния окружающей среды по ИЗАВ во время занятий физическими упражнениями;
- физическое воспитание организуется в «комфортных условиях»;
- методика использования средств физического воспитания вызывает оптимальное физическое развитие и физическую подготовленность в любых экологических условиях;
- положительные изменения функционального состояния организма занимающихся способствуют повышению резистентности к воздействию неблагоприятных факторов;
- в процессе физического воспитания используются инновационные технологии, что способствует повышению ценностной ориентации у студентов на занятия физическими упражнениями;

Реализация многоуровневой системы физического воспитания на основе комплексного подхода предусматривает и наличие программы, которая направлена на поэтапное решение социально-экономических задач:

- обеспечение полного удовлетворения спроса студентов на физкультурно-спортивную деятельность;
- удовлетворение потенциального спроса студентов на все виды физической культуры;
- выделение приоритетных направлений развития физической культуры и спорта, исходя из потребностей различных социально-мотивационных групп студентов;
- внедрение программных принципов комплексного обслуживания при занятиях физической культурой;
- совершенствование структуры материально-технической базы;
- перестройка работы сферы платных услуг на основе рыночных отношений, заинтересованности коллективов оказывать различные услуги на более высоком уровне.

Первый блок (комплексно-целевое обучение) реализуется на основе учебно-методического комплекса (УМК), разработанного в дополнение к государственной программе по физическому воспитанию для студентов вузов. В состав УМК входят три модуля: физическое воспитание по программе общефизической подготовки (адаптационный) с использованием системы рейтингового контроля на первом курсе; спортивно-ориентированных занятий на втором и третьем курсах; профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) на четвертом курсе (см. рисунок).

Второй блок (экологическое образование) предполагает повышение уровня освоения образовательного потенциала физического воспитания через овладение общетеоретическими и специальными знаниями в области физической культуры, повышение экологического образования и воспитания, овладение методикой использования данных мониторинга ИЗАВ при занятиях физическими упражнениями, получение умений и навыков организации спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий в неблагоприятных экологических условиях.

Третий блок (валеологическое образование) – в результате деятельности ОРЦ обеспечивается использование инновационных технологий валеологического образования. В результате изучения ценностных ориентаций студентов и разработки методологии формирования ЗОЖ разрабатываются и выполняются реабилитационные программы по физкультурно-оздоровительной работе с учетом неблагоприятной экологической среды.

Кроме этого структура многоуровневой системы предполагает взаимосвязь блоков на четырех уровнях физического воспитания.

Первый уровень блока комплексно-целевого обучения предусматривает наличие разработанного на основе учебной программы для непрофильных специальностей вузов (2002 г.) УМК, где учитываются региональные особенности занятий физическими упражнениями в экологически неблагоприятной среде. Он взаимосвязан с первым уровнем второго блока, предполагающим овладение теоретическими знаниями в области физической культуры и спорта, а также ознакомление с результатами влияния на организм человека неблагоприятных факторов окружающей среды и методикой снижения отрицательных воздействий. В действующей в настоящее время учебной программе отведенных часов на изучение этих теоретических разделов для решения задач физкультурного образования студентов недостаточно. Кроме этого первый уровень предполагает разработку модели и содержания деятельности ОРЦ с учетом экологической ситуации в данном регионе.

Второй уровень предусматривается усиление образовательного аспекта в содержании учебного материала, нацеленного на формирование мотивации студентов к ЗОЖ с использованием средств физической культуры. Методологический подход к построению учебно-воспитательного процесса неспециального физкультурного образования студентов предусматривает коррекцию модели его развития с учетом региональных особенностей и разработку инновационных технологий формирования эколого-валеологического образовательного потенциала физической культуры. В связи с этим возникает не-

сколько практических вопросов: как повысить эффективность образовательного процесса по физическому воспитанию? и как обеспечить достижение запланированных целей обучения? Поиски ответов на эти вопросы заставляют предпринять попытку обосновать физическое воспитание как технологический процесс с гарантированным достижением планируемых результатов в результате использования системы рейтингового контроля.

Вследствие этого основными показателями эффективности физического воспитания студента на втором уровне были установлены:

- практическое доведение отстающих физических качеств до средне-статических и поддержание студентом в постоянной норме физическое состояние своего организма;
- уровень знаний о функционировании систем организма в условиях физической самоподготовки, контроля и самоконтроля с использованием данных мониторинга ИЗАВ;
- изучение ценностных ориентаций студентов на ведение ЗОЖ.

Третий уровень предусматривает решение одной из важнейших проблем, которая заключается в формировании деятельного отношения студентов к физическому воспитанию, проявлении интереса к возможности физического развития своего тела, формировании собственного здоровья во всех его компонентах (физического, соматического, психического) в процессе спортивно-ориентированных занятий. Только при условии осознания студентом реальной возможности такого воздействия на собственный организм становится возможным эффективное решение частных двигательных задач, составляющих содержание любого учебного занятия. Более того, трансформация абстрактно сознаваемого содержания предмета физического воспитания в сознательно контролируемое двигательное действие может произойти лишь на основе актуализации этого осознания каждым конкретным обучаемым. Только осознание результата собственной деятельности на всех этапах процесса физической активности способно пробудить и поддерживать внутренние действия, посредством которых содержание двигательного задания трансформируется в сознании студента в побудительную причину к действию. Кроме того, использование на этом уровне спортивно-ориентированных занятий по физическому воспитанию призвано обеспечить познание механизмов воздействия физических упражнений на функции организма.

На **четвертом уровне** большое внимание уделяется ППФП, экологическому образованию и воспитанию. Заканчивается процесс организационно-методическими мероприятиями по формированию у студентов ЗОЖ средствами физической культуры. Совокупность компонентов, составляющих обучающую среду процесса физического воспитания, позволяет расширить возможности реализации дидактических принципов (наглядности, сознательности, непрерывности и др.), активизировать сознание студентов, радикальным образом совершенствовать педагогический процесс и тем самым оказывать решающее влияние на эффективность функционирования системы физического воспитания в экологически неблагоприятных условиях. Такая организация занятий позволяет организовать инструкторско-методическую подготовку по различным видам спорта, а также изучение теоретических основ методики использования традиционных и нетрадиционных оздоровительно-реабилитационных технологий в экологически неблагоприятных условиях, овладение умениями и навыками составления индивидуальных оздоровительных программ. Результатом реализации четвертого уровня физического воспитания является овладение умениями и навыками профилактики профессиональных заболеваний, использовать физкультурно-оздоровительные и реабилитационные технологии для восстановления организма после воздействия неблагоприятных факторов внешней среды и овладение методикой формирования индивидуального стиля ЗОЖ средствами физической культуры.

В заключение исследования можно сделать следующие **выводы**:

1) физическое воспитание в вузе в неблагоприятных экологических условиях необходимо рассматривать как многоуровневую образовательную систему, целостную и единую как по структуре, содержанию, так и по организации. Этот процесс представляется как совокупность всех частей, соединений, условий, находящихся в отношениях и связях между собой и реализуемых на основе комплексного подхода. Такой подход предполагает использование технологии модульно-блочного обучения как системообразующего фактора построения учебного процесса на циклической основе и состоящего из взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга на четырех уровнях трех блоков (модулей).

Решение задач по воспитанию физических качеств, двигательных умений и навыков, оздоровлению, эколого-валеологическому образованию с позиции комплексного подхода предусматривает взаимосвязь методов и средств на всех уровнях системы физического воспитания с учетом оценки влияния факторов внешней среды на здоровье учащейся молодежи;

2) модульная организация учебного процесса позволяет модернизировать традиционные методы обучения: предполагает уровневую дифференциацию, адаптивную систему обучения, коллективные спо-

собы обучения. Существенной характеристикой модульного подхода как современной педагогической технологии является всесторонний анализ процесса обучения в определенном типе учебного заведения.

Такой подход в физическом воспитании на основе модульной технологии обучения требует новой технологической направленности. Его новизна заключается в модульно-блочном обучении. Модульно-блочное обучение в совокупности с системой рейтингового контроля позволяют организовать модульно-рейтинговую технологию физического воспитания. Учебный процесс по физическому воспитанию на курсе разбивают на модули, которые обычно составляют тему или комплекс тем, образующих завершённый раздел. Содержание модулей должно не только соответствовать типовой программе, но и учитывать специфику профессии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абзалов, Д.А. Экология и физическая культура человека: физическая культура и экология человека / Д.А. Абзалов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 8. – С. 53 – 54.
2. Бальсевич, В.К. Физическая культура: молодежь и современность / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 4. – С. 2 – 7.
3. Булгакова, Н.Ж. Научное обоснование инновационных преобразований в сфере физической культуры и спорта / Н.Ж. Булгакова // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 10.
4. Ермолович, Д.В. Связь мотивации и обучения (К вопросу о развитии учебной мотивации и эффективности обучения) / Д.В. Ермолович // Адукацыя і выхаванне. – 2001. – № 10. – С. 18 – 24.
5. Лубышева, Л.И. Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа / Л.И. Лубышева // Теория и практика физ. культуры. – 1996. – № 1. – С. 2 – 4.
6. Лубышева, Л.И. Концепция модернизации процесса профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту (авторский проект) / Л.И. Лубышева // Теория и практика физ. культуры. – 2003. – № 12. – С. 13 – 16.
7. Матвеев, Л.П. Интегративная тенденция в современном физкультуроведении / Л.П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 5 – 8.
8. Пономарев Г.Н. Государственные образовательные стандарты в области физической культуры и спорта: проблемы и перспективы усовершенствования культуры физического здоровья / Г.Н. Пономарев // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – № 12. – С. 9 – 14.
9. К проблемам выбора перспективных направлений в использовании нетрадиционных методов и средств оздоровительной физической культуры / И.П. Ратов [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 5. – С. 9 – 13.
10. Селуянов, В.Н. Оздоровительная системы ИЗОТОН / В.Н. Селуянов // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації: сб. ст. IV междунар. науч. конф., Киев, 16 – 17 травня 2000 г. – Киев, 2000. – С. 426.
11. Столяров, В.И. Концепция физической культуры и физического воспитания (инновационный подход) / В.И. Столяров, И.Н. Быховская, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 5. – С. 11 – 15.
12. Столяров, В.И. Проект «СиАрт» и новая комплексная система физкультурно-спортивной работы с целью духовного и физического оздоровления населения России (основные идеи и первые итоги реализации) / В.И. Столяров // Теория и практика физ. культуры. – 1993. – № 4. – С. 10 – 13.
13. Ходыкин, А.В. Влияние компьютеризации на здоровье студентов и защитно-восстановительные мероприятия / А.В. Ходыкин, В.Я. Колесник // Теория и практика физ. культуры. – 1994. – № 7. – С. 45 – 46.
14. Шадриков, В.Д. Структурно-содержательные реформы и качество образования / В.Д. Шадриков // Высшее образование в России. – 1996. – № 1. – С. 65 – 73.

Поступила 30.04.2009