

Физическое воспитание студентов вузов на современном этапе

Автор:

Наскалов Виктор Михайлович

Источник:

Журнал Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта

Выпуск:

12 (70) 2011, 11 января 2011

Страницы:

87-92

Виды спорта:

Общеспортивная тематика

Рубрики:

Образование, Спортивная наука

Регионы:

Санкт-Петербург

Рассказать|

Аннотация

Аннотация Одним из путей повышения эффективности физического воспитания студентов является создание многоуровневой системы физического воспитания, основанной на технологии модульно-блочного обучения как системообразующего фактора построения учебного процесса на циклической основе. Обоснованы

Физическое воспитание студентов вузов на современном этапе

Аннотация

Одним из путей повышения эффективности физического воспитания студентов является создание многоуровневой системы физического воспитания, основанной на технологии модульно-блочного обучения как системообразующего фактора построения учебного процесса на циклической основе. Обоснованы принципы «экологической комфортности» и «соответствия выбираемых средств, интенсивности нагрузки и методики проведения занятий уровню загрязнения окружающей воздушной среды».

Ключевые слова: физическое воспитание студентов, экологическая комфортность, технологии модульно-блочного обучения.

ВВЕДЕНИЕ

В рамках существующей системы физического воспитания студентов преобладает модель с узкими задачами и использованием традиционного набора средств физической культуры и спорта для их решения. Прежде всего, цель и задачи сводятся к повышению уровня физической подготовленности, сохранению и укреплению здоровья, улучшению осанки студентов, занимающихся физическими упражнениями. При организации спортивно-массовой работы преобладает направленность на подготовку и выполнение контрольных нормативов и спортивных разрядов. В то же время упускаются задачи по формированию у студентов глубоких и полных знаний о физическом состоянии организма и путях улучшения его кондиций, осознания необходимости оптимальной двигательной активности как основного компонента ведения здорового образа жизни. В сложившейся системе физического воспитания формы работы не связаны с различными видами духовно-творческой деятельности, что сказывается на развитии личностных качеств студентов. В учебном процессе по физическому воспитанию студентов вузов на второстепенном плане остаются вопросы реализации принципов гуманизации. Эти недостатки вызывают необходимость усиления эколого-валеологического содержания физического воспитания студентов.

Следовательно, можно утверждать, что существующая в вузах система физического воспитания, не учитывает современные проблемы и требования окружающей как природной, так и социальной среды.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Физическое воспитание представляет собой многоуровневую образовательную систему, целостную и единую как по структуре, так по содержанию, так и по организации. Этот процесс должен реализовываться в совокупности всех частей, соединений, условий, находящихся в отношениях и связях между собой и своевременно модернизироваться в соответствии с меняющимися экологическими и социальными процессами. Многоуровневая система физического воспитания позволила в нашем исследовании использовать технологию модульно-блочного обучения как системообразующий фактор построения учебного процесса на циклическо-целевой основе, состоящей из трех блоков, взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга на четырех уровнях: комплексно-целевой; информационно-экологической; инновационных технологий. Каждый из этих блоков и уровней представляет собой ряд тесно связанных между собой процессов по формированию образованного и здорового молодого специалиста (Рис. 1).



Рис. 1 Основные структурные элементы многоуровневой системы ФВ студентов вузов в экологически неблагоприятных условиях

Следовательно, задачи по воспитанию физических качеств, двигательных умений и навыков, оздоровлению, эколого-валеологическому образованию должны решаться с позиции комплексного подхода как метода научной и практической реализации многоуровневой системы физического воспитания и постоянной модернизации ее содержания. Такой подход предусматривает, использование во взаимосвязи рейтинго-модульной технологии организации занятий; с учетом экологических условий внедрение инновационных технологий; повышение физкультурно-образовательного потенциала занятий вследствие увеличения доли эколого-валеологического содержания теоретического программного материала; усиление профессионально-

прикладной физической подготовки молодых специалистов; повышение ценностные ориентации на ведение здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта.

Разработанная и внедренная в учебный процесс по физическому воспитанию система рейтингового контроля оказывает определяющее влияние, стимулируя использование специальных методов, приемов, операций педагогического воздействия, нацеленных на поддержку ее функционирования. Это дает основание толковать систему рейтингового контроля как образовательную технологию, при которой создаются предпосылки для дифференциации и индивидуализации, для реализации в ней развивающего принципа и деятельного подхода, для активизации самостоятельной работы студентов.

Система рейтингового контроля способствует более быстрой адаптации первокурсников в условиях вуза. Она позволяет стимулировать студентов к получению высшего балла при выполнении контрольных упражнений, подтягиванию отстающих физических качеств до нормативных требований, способствует активному участию в спортивно-массовой работе и соревнованиях, регулярному посещению занятий по физическому воспитанию. Так, в контрольной группе уровень физической подготовленности по системе рейтингового контроля увеличился на 6 баллов, в экспериментальной¹ - на 14 баллов, в экспериментальной-2 - на 39 баллов.

В дальнейшем для поддержания интереса к физическим упражнениям более действенна организация физического воспитания на основе спортивных специализаций. На 2-ом и 3-ем курсах построение занятий по принципу спортивной тренировки в избранном виде спорта поддерживает интерес студентов к физическому воспитанию и способствует стремлению к совершенствованию физических качеств в большей степени, чем по программе общей физической подготовки.

Занятия по физическому воспитанию на основе спортивной специализации в большей степени создают условия для последующей реализации задач профессионально-прикладной физической подготовки. Оценка по системе рейтингового контроля в контрольной группе увеличилась на 4 балла по сравнению с первым курсом, в экспериментальной-1 на 10 баллов, в экспериментальной-2 на 28, 5 балла.

На старших курсах учебный процесс по физическому воспитанию должен корректироваться исходя из требований будущей профессиональной деятельности. Именно этот период благоприятен для профессионально-прикладной физической подготовки, так как студенты, пройдя производственную практику, могут анализировать требования, которые предъявляет будущая трудовая деятельность, и осознанно заниматься подготовкой к ней. Оценка по системе рейтингового контроля в контрольной группе увеличилась на 2 балла по сравнению с конечной оценкой студентов третьего курса, а в экспериментальной-1 на 6,3 балла, в то время как в экспериментальной-2 оценка стала выше на 10 баллов.

Проведенный педагогический эксперимент позволил заключить, что основными методическими принципами системы физического воспитания студентов в экологически неблагоприятных условиях являются принципы «экологической комфортности» и «соответствия выбираемых средств, интенсивности нагрузки и методики проведения занятий уровню загрязнения окружающей воздушной среды».

Принцип экологической комфортности предусматривает:

- создание зоны комфортности - оптимального для организма человека сочетания температуры, влажности, скорости движения воздуха и воздействия вредных факторов внешней среды в состоянии покоя или при выполнении физической работы;
- учет в процессе занятий физическими упражнениями, при организации массовых физкультурно-спортивных мероприятий и строительстве спортивных сооружений мониторинга индекса загрязнения атмосферного воздуха в ежедневной, ежемесячной и ежегодной динамике;
- создание искусственной воздушной среды в спортивных помещениях для проведения занятий физическими упражнениями в неблагоприятных в экологическом отношении временных периодах,
- необходимость учета функциональных и физических кондиций организма студентов в зависимости от экологической обстановки в регионе проживания;
- изучение направления передвижения воздушных масс от источников загрязнения окружающей среды, с целью установления зон риска и благополучной обстановки для проведения занятий физическими упражнениями в зависимости от расстояния от источника загрязнения;
- повышение уровня экологического образования и воспитания различных возрастных групп населения.

Принцип соответствия выбираемых средств, интенсивности нагрузки и методики проведения занятий уровню загрязнения окружающей воздушной среды. Этот принцип предусматривает, что регулирование нагрузки на занятиях по физическому воспитанию в экологически неблагоприятной среде происходит за счет использования видов спорта с повышенным требованием к точности движений, характеру противоборства и изменению количественного состава занимающихся, а также правилам состязаний

Процесс физического воспитания должен осуществляться на основе принципа профессиографического подхода, что предусматривает всестороннее и глубокое изучение особенностей трудовой деятельности и их влияние на организм для отбора наиболее эффективных средств для профессионально-прикладной физической подготовки.

Кроме известных положений в теории и практике физического воспитания, принцип профессиографического подхода на занятиях в экологически неблагоприятных условиях, может быть дополнен следующим:

- изучение уровня и механизма воздействия вредных веществ, выделяемых в окружающую среду во время производственного процесса;
- учет функциональных возможностей организма по выработке устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов производства;
- обеспечение методиками физической реабилитации и рекреации в зависимости от особенностей влияния неблагоприятных факторов производственной деятельности.

ВЫВОДЫ

1. Анализ учебного процесса по физическому воспитанию в вузе позволил заключить, что его 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 реализуемый 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): комплексно-целевой; информационно-экологический; инновационных технологий. 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 и оценку влияния факторов внешней среды на здоровье учащейся молодежи.
2. Современный подход к физическому воспитанию на основе модульной технологии обучения требует и 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 соответствовать типовой программе, но и учитывать специфику профессии.
3. Комплексный подход является методом научной и практической реализации многоуровневой системы физического воспитания и постоянной модернизации ее содержания. Такой подход позволяет: использовать во взаимосвязи рейтинго-модульную систему организации занятий; внедрять инновационные технологии; повышать физкультурно-образовательный потенциал занятий вследствие увеличения доли эколого-валеологического содержания теоретического программного материала; усиливать профессионально-прикладную физическую подготовку молодых специалистов; повышать ценностные ориентации на ведение здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта.