

УДК 796.011

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОВ

*Виктор Михайлович Наскалов, кандидат педагогических наук, доцент,
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма*

Аннотация

В результате комплексного подхода разработана многоуровневая система управления физическим воспитанием студентов вузов. Весь процесс физического воспитания нами представлен как система взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга системных блоков. Каждый блок имеет свои задачи и этапы их реализации, заключенные в модули. Каждому модулю подготовки также соответствуют свои задачи, полное решение которых обеспечивает возможность перехода к следующему модулю и их взаимосвязи для решения общих задач блока. Для активизации мотивов к учебно-профессиональной деятельности студентов нами использовалась модульно-рейтинговая система обучения и контроля. Кроме этого структура многоуровневой системы, предполагает взаимосвязь блоков на четырех уровнях физического воспитания. Эта система предусматривает: усиление образовательного аспекта в содержании учебного материала, нацеленного на формирование ценностных ориентаций студентов на ведение здорового образа жизни с использованием средств физической культуры и спорта; учет взаимосвязи региональных особенностей физической подготовленности студентов первокурсников и уровня загрязнения окружающей среды; рационально организовывать их самостоятельную работу в семестре, регулярно отслеживать результаты работы обучающихся по физическому воспитанию, создавать условия для последовательного становления индивидуального стиля профессиональной деятельности.

Ключевые слова: комплексный подход, многоуровневая система, физическое воспитание, студенты, модуль, рейтинг, блоки, уровни.

DOI: 10.5930/issn.I 994-4683.2014.11.117.p94-98

COMPLEX APPROACH TO THE PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

*Victor Mikhailovich Naskalov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism*

Annotation

As a result of the integrated approach the multilevel control system of physical education of university students is designed. The entire process of management of physical education is presented as a system of interrelated and mutually complementary system blocks. Each unit has its own tasks and steps of implementation included in the modules. Each module also meets its training objectives, a complete solution of which enables the transition to the next module, and their relationship to solve common problems of the block. To activate the motives for the educational and professional activities of the students, we used the module-rating system of training and supervision. Besides, the structure of the multilevel system assumes the relationship of blocks at four levels of physical education. This system provides: strengthening of the educational aspect of the content of educational material aimed at the formation of the students value orientations on maintaining a healthy lifestyle by using the physical culture and sports; taking into account the relationship of the regional features of freshmen physical fitness and the level of environmental pollution; rational organization of their independent work in a semester, regular monitoring of the work of students in physical education, creation of the conditions for the consistent formation of the individual style of the professional activity.

Keywords: integrated approach, multilevel, physical education, students, module, rating, blocks, levels.

ВВЕДЕНИЕ

Отличительной особенностью современного комплексного подхода к модернизации физического воспитания является: во-первых, совершенствование механизма взаимодействия внешних факторов и средств, как целенаправленного, так и нецеленаправленного воздействия на формирование и развитие физических качеств; во-вторых, следует добиваться того, чтобы результатом физического воспитания было гармоничное и пропорциональное развитие всех физических качеств и функциональных систем организма студентов; в-третьих, необходимо всестороннее и систематическое изучение условий и причин, способствующих и мешающих формированию позитивно складывающегося образа жизни личности; в-четвертых необходимо учитывать тесную взаимосвязь всех факторов влияющих на формирование и развитие физической культуры личности; в-пятых в процесс физического воспитания должен гармонично вписываться эколого-валеологический здоровьесберегающий подход [3, 5, 6, 7].

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Комплексным решением обозначенных проблем для теории и практики может стать создание многоуровневой системы современных подходов к управлению процессом физического воспитания студентов. Многоуровневая система физического воспитания представляет собой образовательное пространство, в нижнем слое которого отражен исторический и социальный опыт формирования и использования средств физической культуры и спорта, а в верхнем слое фиксируются выработанные варианты физкультурной деятельности, направленной на инновационные преобразования теоретико-методических основ физической культуры [2].

Весь процесс управления физическим воспитанием нами представлен как система взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга системных блоков: инновационно-педагогический; эколого-образовательный; оздоровительно-реабилитационный (см. рисунок). Каждый блок имеет свои задачи и этапы их реализации, заключенные в модули. Каждому модулю подготовки также соответствуют свои задачи, полное решение которых обеспечивает возможность перехода к следующему модулю и их взаимосвязи для решения общих задач блока.

Для активизации мотивов к учебно-профессиональной деятельности студентов нами использовалась модульно-рейтинговая система обучения и контроля. Эта система позволяет рационально организовывать их самостоятельную работу в семестре, регулярно отслеживать результаты работы обучающихся по физическому воспитанию, создавать условия для последовательного становления индивидуального стиля профессиональной деятельности. Это дает возможность студентам получать образование в пределах избранного пространства профессионального развития с учетом индивидуального комплекса способностей, индивидуальных предпочтений и возможностей [8].

Первый блок (инновационно-педагогический) реализуется на основе учебно-методического комплекса, разработанного в дополнение к государственной программе по физическому воспитанию для студентов вузов. В состав учебно-методического комплекса входят три модуля: физическое воспитание по программе общей физической подготовке (адаптационный) с использованием системы рейтингового контроля на первом курсе, спортивно-ориентированных занятий на втором и третьем курсах, профессионально-прикладной физической подготовки на четвертом курсе.

Учебный процесс по физическому воспитанию разбивают на модули, которые обычно составляют тему или комплекс тем, образующих завершённый раздел программы. Исходя из того, что модуль, его оптимальный объем, логически соответствует отдельному разделу учебного материала программы по физическому воспитанию на семестр, учебный год, для его реализации разрабатываются учебно-тренировочные модули (УТМ). На отдельные разделы программы отводится, как правило, 20-24 часа, что со-

ставляет 3-4 УТМ. Следовательно, каждый семестр или учебный год может состоять из 3-4 УТМ и завершается оценкой по системе рейтингового контроля. Сумма баллов, набранная студентом за всю работу в семестре или учебном году по рейтинговой системе оценки, позволяет аттестовать его независимо от зачетной или экзаменационной сессии.



Рисунок. Основные структурные элементы многоуровневой системы управления физическим воспитанием студентов вузов в экологически неблагоприятных условиях

Второй блок (эколого-образовательный) предполагает повышение уровня освоения образовательного потенциала физического воспитания через овладение общеобразовательными и специальными знаниями в области физической культуры и спорта, повышение экологического образования, овладение методикой использования данных мониторинга индекса загрязнения атмосферного воздуха при занятиях физическими упражнениями, формирование умений и навыков организации спортивно-массовых мероприятий в неблагоприятных экологических условиях.

Третий блок (Оздоровительно-реабилитационный) - в результате деятельности оздоровительно-реабилитационного центра обеспечивается использование инновационных технологий для валеологического образования за счет выполнения реабилитационных программ по физкультурно-оздоровительной работе в условиях неблагоприятной экологической среды, изучения ценностных ориентаций студентов и разработки методики формирования здорового образа жизни среди учащейся молодежи. Кроме этого структура многоуровневой системы, предполагает взаимосвязь блоков на четырех уровнях физического воспитания.

Первый уровень предусматривается усиление образовательного аспекта в содержании учебного материала, нацеленного на формирование ценностных ориентаций студентов на ведение здорового образа жизни с использованием средств физической культу-

ры и спорта. Методологический подход к построению учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию студентов предусматривает коррекцию модели его развития с учетом региональных особенностей и разработку инновационных технологий формирования эколого-валеологического образовательного потенциала физической культуры.

Вследствие этого основными показателями эффективности физического воспитания студента на первом уровне были установлены: практическое поддержание студентом в постоянной норме физического состояния своего организма; уровень знаний о функционировании систем организма в условиях физической самоподготовки, контроля и самоконтроля с использованием данных мониторинга индекса загрязнения атмосферного воздуха; умение использовать физкультурно-оздоровительные и реабилитационные технологии для восстановления организма после воздействия неблагоприятных факторов внешней среды.

Второй уровень блока комплексно-целевого обучения предусматривает учет региональных особенностей физической подготовленности студентов первокурсников и результатов 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 гиподинамии, гипокинезии, экологического кризиса, эмоционального стресса и методикой снижения этих отрицательных воздействий. Кроме этого второй уровень предполагает изучение теоретических основ методики использования традиционных и нетрадиционных оздоровительно-реабилитационных технологий в экологически неблагоприятных условиях, овладение умениями и навыками составления индивидуальных оздоровительных программ.

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 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 спортивно-ориентированных занятий по физическому воспитанию [1]. Поскольку в дальнейшем эффективность общей физической подготовки понижается, то для поддержания интереса к физическим упражнениям на 2-3 курсах построение занятий по принципу спортивной тренировки в избранном виде спорта в большей степени способствует стремлению к совершенствованию физических качеств.

На четвертом уровне большое внимание уделяется профессионально-прикладной физической подготовке, экологическому образованию и воспитанию. Заканчивается процесс организационно-методическими мероприятиями по формированию у студентов навыков ведения здорового образа жизни средствами физической культуры. Результат реализации четвертого уровня физического воспитания - овладение умениями и навыками профилактики профессиональных заболеваний и методикой формирования индивидуального стиля здорового образа жизни средствами физической культуры.

Наиболее подготовлены для профессионально-прикладной физической подготовки студенты-старшекурсники, так как, пройдя производственную практику, они могут анализировать требования, которые предъявляет будущая трудовая деятельность, и осознанно заниматься подготовкой к ней на основе программы специальности.

ВЫВОДЫ

Современное состояние физического воспитания студентов требует комплексного подхода к его модернизации. Это обуславливает необходимость создания многоуровневой системы организации и управления физическим воспитанием в вузе. Многоуровне-

вая система представляет собой взаимосвязанные на четырех уровнях блоки, включающие по четыре модуля. Для контроля над реализующей стороной процесса физического воспитания студентов в каждом модуле использовалась рейтинговая система оценки успешности обучения. Такая система управления физическим воспитанием позволяет наиболее эффективно использовать инновационные технологии для теоретико-методического обеспечения формирования физкультурно-ориентированного образа жизни студентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Базилевич, М. В. Организация спортивно ориентированного физического воспитания студентов на основе избранного вида спорта / М.В. Базилевич // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. - 2009. - № 5. - С. 27.
2. Виленский, М.Я. Конструирование содержания образования по физической культуре / М.Я. Виленский, В.В. Черняев // Культура физическая и здоровье. - 2004. - № 1. — С. 26-29.
3. Капичникова, О.Б. Модернизация образовательного процесса в современном вузе / О.Б. Капичникова, О.В. Романов, А.И. Капичников // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2014. - № 5 (111). - С. 60-63.
4. Макарова, Л.П. Концептуальные основы здоровьесберегающей педагогики / Л.П. Макарова // Здоровьесберегающее образование. - 2010. - № 4 (8). - С. 97-99.
5. Митин, А.Е. Концептуальный подход к применению гуманитарных технологий в области физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Митин А.Е. - Санкт-Петербург, 2012.-23 с.
6. Островский, А.В. Личностно-ориентированное физическое воспитание студентов вузов / А.В. Островский // Теория и практика физической культуры. - 2007. - № 8. - С. 39.
7. Тумаров, К.Б. К вопросу о целевом и содержательном обеспечении личностно- ориентированного физического воспитания студентов / К.Б. Тумаров // European Social Science Journal. - 2011,-№6.-С. 222-230.
8. Чебатарева, Н.Е. Модульно - рейтинговая технология оценки учебных достижений студентов как фактор повышения успешности обучения : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Чебатарева Н.Е. - Волгоград, 2004. - 23 с.

REFERENCES

1. Bazilevich, M.V. (2009), "Organization of sports-oriented physical education students based on the chosen sport", *Physical education: education, education and training*, No. 5, pp. 27.
2. Vilensky, M.J. and Tchemyaev, V.V. (2004), "Designing curriculum for Physical Culture", *Culture and physical health*, No. 1, pp. 26-29.
3. Kapichnikova, O.B., Romanov, O.V. and Kapichnikov, A.I. (2014), "The modernization of the educational process in the modern university", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 111, No. 5, pp. 60-63.
4. Makarova, L.P. (2010), "Conceptual framework of health-saving pedagogy", *Health-saving education*, No. (8), pp 97-99.
5. Mitin, A.E. (2012), *The conceptual approach to the use of humanitarian technologies in the field of physical culture*, dissertation, St. Petersburg.
6. Ostrovsky, A.V. (2007), "Personality-oriented physical education of university students", *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 8, pp. 39.
7. Tumarov, K.B. (2011), "To the question about destination and provide meaningful personal-oriented physical education students", *European Social Science Journal*, No. 6, pp. 222-230.
8. Chebatareva, N.E. (2004), *Module-rating technology evaluation of students educational achievements as a factor in increasing success of training*, dissertation, Volgograd.