

СОВРЕМЕННАЯ СПЕЦИФИКА ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ

УДК/UDC 796.011.3

Поступила в редакцию 23.11.2022 г.



Информация для связи с автором:
irisha-zip@yandex.ru

Доктор биологических наук, профессор **И.П. Зайцева**¹

¹Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль

MODERN SPECIFICITY OF THE ORGANIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS FOR APPLIED PHYSICAL CULTURE IN THE UNIVERSITY

Dr. Biol., Professor **I.P. Zaitseva**¹

¹P.G. Demidov Yaroslavl State University, Yaroslavl

Аннотация

Цель исследования – рассмотреть проблемные аспекты и пути их решения в вопросах организации учебного процесса по дисциплине «Прикладная физическая культура» (элективные дисциплины), реализация которой осуществляется в соответствии с требованиями действующих федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.

Методика и организация исследования. В ходе изучения проведен анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования; осуществлено обобщение педагогического опыта; изучены данные социологического опроса студентов о самостоятельных занятиях по прикладной физической культуре студентов 1-3-го курсов всех факультетов и разных специальностей ЯрГУ им. П.Г. Демидова.

Результаты исследования и выводы. Автором отмечается, что право образовательных организаций на самостоятельное решение по реализации программ физической культуры и спорта послужило поводом к распределению часов не на обязательные занятия, а на самостоятельную работу студента. Это приводит к тому, что студенты не занимаются, и только небольшой их процент продолжает во время учебы регулярно посещать спортивные секции. В качестве других проблемных аспектов автор приводит неудобное расписание занятий, отсутствие материально-технических возможностей создания необходимого количества секций по видам спорта. В качестве выводов автором предлагаются пути решения проблемы систематических занятий физической активностью студентами вуза.

Ключевые слова: федеральный государственный стандарт высшего образования, прикладная физическая культура (элективные дисциплины), учебные программы, практические занятия, здоровье студентов.

Abstract

Objective of the study was to consider the problematic aspects and ways to solve them in the organization of the educational process in the discipline "Applied Physical Education" (elective disciplines), the implementation of which is carried out in accordance with the requirements of the current federal state educational standards of higher education.

Methods and structure of the study. In the course of the study, an analysis and generalization of scientific and methodological literature on the research problem was carried out; generalization of pedagogical experience; the data of a sociological survey of students on self-study in applied physical culture of students of the 1st-3rd courses of all faculties and different specialties of P.G. Demidov Yaroslavl State University.

Results and conclusions. The author notes that the right of educational organizations to make an independent decision on the implementation of physical culture and sports programs was the reason for the distribution of hours not for compulsory classes, but for independent work of the student. This leads to the fact that students do not study, and only a small percentage of them continue to regularly attend sports sections during their studies. As other problematic aspects, the author cites an inconvenient schedule of classes, the lack of logistical capabilities to create the required number of sections for sports. As conclusions, the author suggests ways to solve the problem of systematic physical activity by university students.

Keywords: federal state standard of higher education, applied physical culture (elective disciplines), curricula, practical classes, students' health.

Введение. Реформы высшего образования связаны в немалой степени с модернизацией системы физической культуры, в целом претерпевая изменения по содержанию, целям и задачам, по объему и форме реализации, по ее месту в образовательном процессе.

Основной целью дисциплины «Физическая культура» является формирование компетенций по физической культуре,

направленных на развитие личности учащейся молодежи и способности применения средств и методов физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Достижение этой цели предусматривает значительную интенсификацию учебного процесса и создание необходимых

условий для эффективной работы студентов. Однако повседневная напряженная умственная работа даже при хорошей ее организации требует от обучающихся крепкого здоровья и нормального физического развития.

При составлении учебных планов и расписания занятий по дисциплине элективного блока практической направленности предусмотрено 328 академических часов, которые являются обязательными для освоения, не переводятся в зачетные единицы и не включаются в объем программы [2].

Цель исследования – рассмотреть проблемные аспекты и пути их решения в вопросах организации учебного процесса по дисциплине «Прикладная физическая культура» (элективные дисциплины), реализация которой осуществляется в соответствии с требованиями действующих федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.

Методика и организация исследования. В ходе изучения проведен анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования; обобщен педагогический опыт; изучены данные социологического опроса студентов о самостоятельных занятиях по прикладной физической культуре студентов 1–3-го курсов всех факультетов и разных специальностей ЯрГУ им. П. Г. Демидова; подсчитано количество занимающихся студентов в спортивных секциях спортивного учебного отделения и количество студентов, сдавших на отлично контрольные нормативы в учебных группах, на основании рабочих журналов групп, по дисциплине физическая культура (элективные дисциплины) на факультете биологии и экологии в осенний семестр 2022 года.

Результаты исследования и их обсуждение. Прикладная физическая культура (элективные дисциплины) состоит из двух разделов: практического и контрольного.

Практический раздел состоит из двух подразделов: методико-практического, обеспечивающего овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности; учебно-тренировочного, содействующего достижению физического совершенствования, повышению функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности.

Контрольный раздел определяет дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности обучающихся [6].

В последние годы образовательным организациям дано право на самостоятельное решение по реализации программ физической культуры и спорта, что послужило поводом для распределения часов не столько на обязательные занятия, сколько на самостоятельную работу студента, что неприемлемо, но формально допустимо [2].

Решают и вносят в учебные планы распределения часов специалисты, не имеющие никакого отношения и представления о целях, задачах и содержания дисциплин по физической культуре и не учитывающие мнение преподавателей физического воспитания и студентов. А некоторые члены администрации в вузах предлагают вообще убрать контрольные нормативы, что пагубно влияет на отношение к физической культуре и физической подготовленности студентов, особенно в нынешних условиях страны.

В настоящее время в университете на многих факультетах из 328 обязательных академических часов по про-

грамме 224 практических занятия – обязательные в рамках расписания и 104 – самостоятельная работа. Из 224 часов обязательных академических часов, на 2-м и 3-м курсе в каждом семестре 32 часа обязательных и 38 часов самостоятельных, что сказалось негативно на подготовке уровня физического и функционального развития и здоровья студентов.

Физическая подготовленность студентов, скорректированная в условиях обучения при повышенной учебной нагрузке, является важной составляющей качества усвоения образовательной программы, что способствует поддержанию работоспособности молодого организма, его должного уровня здоровья, психического благополучия и совершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности.

Самостоятельные занятия физической культурой считаются обязательной составляющей научной организации труда, которые восполняют недостаток двигательной активности, содействуют наиболее результативному восстановлению организма после утомления, повышению физической и интеллектуальной работоспособности и должны проводиться под руководством преподавателя или тренера соответствующей квалификации.

Казалось бы, введение самостоятельных занятий как одной из форм двигательной активности физической культуры у студентов, решит проблемы двигательного режима с использованием индивидуального подхода в решении задач физического воспитания.

Но многолетние наблюдения за динамикой физической подготовленности студентов всего периода обучения в вузе показывают, что самостоятельные занятия большинство студентов считают необязательными. Только небольшой процент студентов (3–5%) продолжает во время учебы регулярно посещать спортивные секции [6].

Расширение сети секций оздоровительного, спортивного характера в условиях вуза не даст желаемого результата в увеличении двигательного режима для большей части студентов. Как правило, одну спортивную секцию могут посещать до 15–20 студентов, а занятия проводятся только во внеучебное время [4]. Во многих вузах не представляется возможным создать необходимое количество секций и пригласить специалистов по причине недостаточных материально-технических возможностей.

С физиологической точки зрения проведение практических занятий один раз в неделю (недостаточная двигательная активность) и принятие контрольных нормативов отрицательно сказываются на здоровье студентов (влияет на сердечно-сосудистую, нервную, иммунную системы, опорно-двигательный аппарат и др.) и губительны для всего организма.

Одним из важных принципов физического воспитания является принцип систематичности и регулярности, то есть построение такого графика физических нагрузок, который обеспечивает их постепенную аккумуляцию, а для этого занятия должны проходить с периодичностью минимум два раза в неделю по два часа. Так как система контроля является одним из наиболее важных факторов стимулирующих студентов к регулярным занятиям [6].

Расписание учебных занятий в вузе, в условиях смешанного обучения, составлено до позднего времени, и студенты не имеют возможность посещать спортивные секции.

Анализ проведенного социологического опроса студентов 1–3-го курсов (988 обучающихся) всех факультетов и разных специальностей ЯрГУ показал:

– желание и возможность заниматься самостоятельно есть у 86% студентов, то есть студенты понимают важность занятий физической культурой. Однако самостоятельно занимаются лишь 59%, из них 25% ходят в спортивные секции.

В приоритете следующие занятия: в фитнес-центрах – 50,4%, в спортивной секции – 26,5%, в парке – 14,9%, нигде – 8,2% [3].

Анализ результатов на факультете биологии и экологии выявил:

– в секциях занимаются 15,5% студентов;
– сдают контрольные нормативы на отлично – 2,5%, а в предыдущем семестре – 3,5%;

– ищут любую возможность не ходить на занятия (например, медицинская справка – 0,02%), в предыдущем семестре – 0,02%;

– 70% желают заниматься в рамках расписания два раза в неделю;

– 11,98% – неопределившиеся.

Изменения в учебном процессе коснулись специальной медицинской группы «Б» и адаптивной физической культуры (письмо от 30 мая 2012 г. № МД-583/19 Министерства Образования и Науки Российской Федерации «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья» сказано) [5], а именно проведение занятий для студентов спецгруппы «Б» непосредственно в учебных заведениях. А сейчас идет распределение в учебные группы по 30 и более человек, без учета у обучающихся отклонения по состоянию здоровья, и ведут занятия по физической культуре преподаватели без специального образования.

Выводы. Для качественной реализации дисциплины «Прикладная физическая культура (элективные дисциплины)» необходимо равномерно распределять учебную нагрузку по семестрам, то есть два раза в неделю. Итогом занятий является оценка сформированных заданных компетенций средствами выполнения студентами нормативов, разработанных кафедрой физической культуры и спорта.

В спортивное учебное отделение определяются студенты, имеющие спортивные разряды и высокий уровень спортивной подготовки (студенты сборных команд вуза или спортивных секций). Занятия должны проводиться под руководством преподавателя кафедры или сертифицированного штатного тренера-преподавателя спортивного клуба по видам спорта с учетом разработанных программ.

В специальные группы определяются студенты с учетом отклонения по состоянию здоровья. Занятия должны вести преподаватели – выпускники факультета адаптивной физической культуры, поскольку их профессиональная подготовка предполагает проведение занятий с инвалидами и людьми, имеющими отклонения в здоровье.

В штатном расписании кафедры физического воспитания каждого учебного учреждения следует предусмотреть ставки по специальности «Адаптивная физическая культура». При необходимости дать направление на первичное обучение из числа сотрудников кафедры физического воспитания.

Литература

1. Агеев А. В. Физическая культура в зеркале развития образовательных стандартов / А. В. Агеев, В. Ю. Ефимов-Комаров, Л. Б. Ефимова-Комарова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2016. – № 2 (132). – С. 8–20.
2. Агеев А. В., Ефимов-Комаров В. Ю., Шепелева М. И. Проблемы планирования организации учебного процесса дисциплин по физической культуре в вузе. Перспективы, особенности, пути решения / А. В. Агеев, В. Ю. Ефимов-Комаров, М. И. Шепелева // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 6 (148). – С. 9–16.
3. Воронов Н. А. О последствиях перевода 38% очных занятий по прикладной физической подготовке в раздел самостоятельных занятий в системе дистанционного образования в условиях пандемии / Н. А. Воронов, С. В. Новожилова // Актуальные проблемы совершенствования высшего образования: XV Всероссийская науч.-метод. конф. – 28–29 марта 2022 г., Ярославль. – С. 57–60.
4. Листкова М. Л. Самостоятельные занятия студентов физической культурой в структуре физического воспитания вуза / М. Л. Листкова // Ж. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – Т. 14. – № 4. – 2019. – С. 87–92.
5. Минобрнауки России от 30.05.2012 № МД-583/19 О методических рекомендациях Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья // sudact.ru/law/pismo-minobrnauki-rossii-ot-30052012-n-md-58319/.
6. Щекотихин М. Ю. Система планирования учебного процесса по дисциплинам физическая культура и прикладная физическая культура в вузе, как необходимое условие решения образовательных и воспитательных задач, рационального использования спортивных объектов. / М. Ю. Щекотихин // Международная научно-практическая конференция «Наука, спорт, туризм», 25–26 февраля 2017 г. – Орел. – С. 221–225.

References

1. Ageevets A.V., Efimov-Komarov V.Yu., Efimova-Komarova L.B. Fizicheskaya kultura v zerkale razvitiya obrazovatelnykh standartov [Physical culture in the mirror of the development of educational standards]. Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 2016. No. 2 (132). pp. 8-20.
2. Ageevets A.V., Efimov-Komarov V.Yu., Shepeleva M.I. Problemy planirovaniya organizatsii uchebnogo protsesssa distsiplin po fizicheskoy kulture v vuze. Perspektivy, osobennosti, puti resheniya [Problems of planning the organization of the educational process of disciplines in physical culture at the university. Perspectives, features, solutions]. Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 2017. No. 6 (148). pp. 9-16.
3. Voronov N.A., Novozhilova S.V. O posledstviyakh perevoda 38% ochnykh zanyatiy po prikladnoy fizicheskoy podgotovke v razdel samostoyatelnykh zanyatiy v sisteme distantsionnogo obrazovaniya v usloviyakh pandemii [On the consequences of the transfer of 38% of full-time classes in applied physical training to the section of independent studies in the system of distance education in a pandemic]. Aktualnyye problemy sovershenstvovaniya vysshego obrazovaniya [Actual problems of improving higher education]. Proceedings national scientific-practical conference. March 28-29, 2022, Yaroslavl. pp. 57-60.
4. Listkova M.L. Samostoyatelnyye zanyatiya studentov fizicheskoy kulturoy v strukture fizicheskogo vospitaniya vuza [Self-study of students in physical culture in the structure of physical education of the university]. Pedagogiko-psikhologicheskiye i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kultury i sporta. Vol. 14. No. 4. 2019. pp. 87-92.
5. Minobrnauki Rossii ot 30.05.2012 N MD-583/19 O metodicheskikh rekomendatsiyakh Medikopedagogicheskij kontrol za organizatsiyey zanyatiy fizicheskoy kulturoy obuchayushchikhsya s otkloneniyami v sostoyanii zdorovya [Ministry of Education and Science of Russia dated 30.05.2012 N MD-583/19 On methodological recommendations Medical and pedagogical control over the organization of physical education classes for students with disabilities]. //sudact.ru/law/pismo-minobrnauki-rossii-ot-30052012-n-md-58319/
6. Shchekotikhin M.Yu. Sistema planirovaniya uchebnogo protsesssa po distsiplinam fizicheskaya kultura i prikladnaya fizicheskaya kultura v vuze, kak neobkhodimoye usloviye resheniya obrazovatelnykh i vospitatelnykh zadach, ratsionalnogo ispolzovaniya sportivnykh obyektoy [The system of planning the educational process in the disciplines of physical culture and applied physical culture at the university, as a necessary condition for solving educational and educational problems, the rational use of sports facilities]. Nauka, sport, turizm [Science, sport, tourism]. Proceedings International scientific-practical conference, February 25-26, 2017. Orel. pp. 221-225.