

УДК 796.011.3 + 378.17.014

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И.А. Комкова, Л.В. Смирнова, Е.И. Целищева

Процесс физического воспитания в вузе построен в контексте ориентирования учащихся на обучение различным двигательным действиям, их правильном выполнении для управления физическим развитием. Отсутствие необходимой мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью, активному овладению двигательными действиями, повышению психофизических кондиций, улучшению здоровья может быть связано с преобладанием на сегодняшний день технократического или предметно ориентированного обучения.

Ключевые слова: физкультурное образование, технология, студенты, вуз.

Одной из важнейших задач учебной дисциплины «Физическая культура» является приобщение студентов к физическому воспитанию, которое рассматривается как решающий аспект физкультурного образования, активно способствующий общему и профессиональному развитию, а также обеспечение физической и психофизиологической составляющей при гармоническом развитии личности будущего специалиста.

В связи с этим, в современном высшем образовании существует острая потребность в выделении и формировании системы ценностных ориентаций как основы определения учащимися и преподавателем целей обучения, поскольку мотивация и положительное отношение к предмету является важнейшим условием активизации процесса образования, условием активизации учебно-познавательной деятельности [3].

Здоровье отражает структурно-содержательный аспект данной деятельности и, несомненно, показывает нам, чем отличается образование от других социальных явлений – это соответствие проектируемых целей и реально достигнутых результатов без заметного отклонения в здоровье личности в ходе её профессионального развития. Здесь образование следует рассматривать как ключ к устранению или исправлению многообразных проблем в здоровье студентов. Это и социальные проблемы, которые раскрывают степень соответствия жизнедеятельности учащихся (тех или иных его сторон) потребностям развития общества (стресс, нерациональное питание, различные экологические и другие факторы), и личностные, отражающие степень соответствия реального образа жизни его личностным потребностям, желаниям, планам (отказ от вредных привычек, активные занятия физкультурой, рациональный режим труда и отдыха).

При этом ценностный подход к изучению педагогических явлений и процессов позволяет высветить внутреннюю сторону взаимосвязи личности и общества, увидеть личностный аспект ориентации учащихся на жизненные ценности.

На практике учебный процесс по физическому воспитанию в части сохранения и укрепления здоровья и формирования здорового стиля жизни является малопродуктивным [1]: удовлетворение от самостоятельных занятий физкультурной деятельностью получают 57,8 % студентов и только 16,8 % выпускников вузов. Желание заниматься самостоятельно испытывают только 37,6 % студентов младших курсов, к старшим курсам это желание посещает 8,3 % всех студентов. Понимание значимости физкультурно-оздоровительной деятельности для дальнейшей жизни составляет 30,9 % и 7,4 % для младших и старших курсов соответственно. Многие студенты проявляют пассивность и неудовлетворённость учебной деятельностью на занятиях физическим воспитанием, не умеют использовать и развивать свои двигательные и познавательные возможности, на которые их ориентируют преподаватель.

По сути дела смысл содержания физкультурного образования – это организация здорового образа жизни в среде любого учебного заведения, которое по-новому выстраивает отношения между образованием и воспитанием за счёт «грамотной «встроенности» [2] оздоровительных мероприятий в общую систему образовательного процесса. В этом случае здоровьесберегающую деятельность образовательных организаций необходимо рассматривать как высокоэффективную систему действий по улучшению здоровья нации и личностному развитию современного человека.

Включение человека в физкультурное образование предполагает его позитивную оценку физического воспитания, форм физической культуры. При этом, ориентируясь на определенные знания, идеалы, культурные образцы, он учитывает те аспекты, стороны, компоненты, функции занятий, которые для него выступают как ценности. Значит физкультурное образование – это педагогическая деятельность, призванная содействовать человеку при его активном участии в формировании и развитии здоровьесбережения.

Исходя из этого, в ЮУрГУ на кафедре физического воспитания и здоровья было проведено анкетирование со студентами 1, 2 и 3 курсов. Студентам было предложено анонимно высказать своё положительное и отрицательное отношение к физической культуре с помощью составленных нами анкет, содержащих вопросы открытого, закрытого и смешанного типа. Нами были изучены и проанализированы теоретические основы ценностных ориентаций, определено место здорового образа жизни в жизнедеятельности студенческой молодежи и особенности условий и образа жизни лиц молодого возраста, занимающихся физической культурой и спортом.

Параллельно анкетирование проводилось у студентов, которым была предоставлена возможность самостоятельного выбора физкультурно-оздоровительной деятельности в рамках физического воспитания. Такие учащиеся не только обладают практическими навыками создания индивидуальных программ сохранения здоровья и физического самосовершенствования, но и часто принимают руководящую роль в физкультурно-оздоровительных мероприятиях на себя. Ими обозначалась ценность физкультурно-оздоровительной деятельности и сопутствующих ей гигиенических, медицинских, восстановительных мероприятий для укрепления и сохранения здоровья, улучшения настроения, снятия усталости, подчёркивалось её социальное значение. У таких студентов уровень физической подготовленности становится выше среднего и преобладает устойчивый интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности.

Реализовав на практике принципы обратной связи, мы получили ценную информацию, крайне необходимую для регулирования любого процесса, связанного с поведением людей.

Изучение мотивов учащихся, позволяет заключить, что наиболее значимыми ценностями у юношей являются: здоровье, наличие хороших и верных друзей, счастливая семейная жизнь, у девушек: счастливая семейная жизнь, любовь, здоровье, наличие верных друзей. Более 65 % студентов различных факультетов уделяют достаточно времени тренировкам. Занимаясь физическим воспитанием, в большей степени студенты стремились укрепить здоровье (55,4 %) и овладеть искусством своей специальности (18,9 %).

Наименьшим по значимости рангом юноши отметили такие ценности как: активная жизнь, творчество, благополучие отечества; девушки: физическое совершенство, творчество, благополучие отечества. Соответственно, более половины студентов повышают свой уровень знаний, читая научную литературу в области физической культуры и спорта. Решение выбрать профессию у большинства было самостоятельным. Сведения о характере профессии в основном были получены от родственников, друзей, знакомых и рекламных источников.

Большинство студентов с оптимизмом относятся к своему здоровью – 88,5 % оценивают его как отличное и хорошее, что коррелирует с их двигательной активностью. 90 % респондентов считают свой двигательный режим достаточным для нормальной жизнедеятельности и сохранения здоровья. Все студенты единогласно пришли к мнению, что регулярные занятия физической культурой и спортом способствуют улучшению физического состояния, меньшей утомляемости во время учебы и снижению заболеваемости. Студенты, уделяющие занятиям больше времени, более объективны в оценке своего здоровья.

Наиболее значимыми факторами, отрицательно влияющими на здоровье, по мнению учащихся обоих полов, являются: экологическая обстановка, стрессовые ситуации, наследственность, курение; по мнению юношей: экология, наследственность, стрессовые ситуации, употребление наркотиков.

Однако можно позволить отметить тот факт, что у студентов в процессе физического воспитания в рамках учебного процесса, на недостаточном уровне происходит осознание значимости данной деятельности. Это проявляется в негативном отношении учащихся к физкультурно-оздоровительной деятельности: 1) боязнь показаться неуклюжим и неловким в новом коллективе; 2) недостаток времени; 3) недостаточное использование на занятиях спортивного инвентаря и оборудования; 4) отсутствие музыкального сопровождения; 5) недостаток знаний в организации самостоятельных занятий; 6) не приветствие на занятиях популярных, современных видов двигательной активности.

Учитывая имеющуюся тенденцию к ухудшению состояния здоровья учащихся в период обучения, важно создать условия, позволяющие остановить данный процесс, то есть первоочередная задача заключается в сохранении имеющегося уровня здоровья и уже в дальнейшем, в случае невозможности обеспечить параллельность, – в оказании содействия в его повышении. В свою очередь, повышение уровня здоровья будет зависеть, прежде всего, от степени усилий самого человека, его мотивационных и целевых установок.

В нашем понимании сущность физкультурного образования должна заключаться в формировании у обучающихся опыта деятельности по сохранению и укреплению здоровья, мотивации к активному поиску оптимальных стратегий, направленных на актуализацию своего личностного потенциала, а также организацию собственного стиля здорового образа жизни. Технологии физкультурного образования позволяют осуществить переход от категории физических упражнений как основного средства физического воспитания к понятию физкультурная деятельность, выступающее основным технологическим звеном в формировании физической культуры личности обучаемого. То есть под пристальное внимание нашего исследования попадает непосредственно деятельность учащихся в сфере физического воспитания, приоритетными для которой являются образовательные аспекты.

Таким образом, в физкультурном образовании специфический характер мотивации к физическому воспитанию формируется не только вследствие присвоения ценностей, свободно избираемых им в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, не только ранжированием потребностей, представляемых ему обществом, а всей фактичностью обстоятельств, связывающих его с окружающей действительностью. Поэтому в реальном

процессе физического воспитания нет несущественного: вся фактичность человеческого участия в мире одинаково формирует физический, психический и социальный компоненты резерва здоровья учащихся.

Физкультурное образование не является альтернативной другим технологиям, системам и подходам в образовании: все указанные термины – «образование», «воспитание» и «обучение» – употребляются в узком значении. Но для обозначения педагогической деятельности, включающей в себя все эти компоненты, целесообразно сохранить термин «физкультурное образование», понимая его в широком значении.

Библиографический список

1. Виленский, М.Я. Основы здорового образа жизни студентов / М.Я. Виленский. – М., 1995. – 216 с.
2. Гребенюк, Е.Н. Синергетический подход в гуманитарном исследовании: монография / Е.Н. Гребенюк. – Астрахань: Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2011. – 100 с.
3. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2006. – 320 с.

[К содержанию](#)