Контактная информация: nik.zinoviev@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.04.2018

УДК 796.011.3

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОК, ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (НА ОСНОВЕ МОБИЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ)

***Александр Дмитриевич Лифанов**, кандидат химических наук, доцент,*
Казанский национальный исследовательский технологический университет, Казань

Аннотация

В данной работе рассматривается решение проблемы модернизации содержания занятий физической культурой в вузе со студентками, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Дается обоснование основных направлений по совершенствованию образовательного процесса по физической культуре. Представлены эмпирические результаты оценки уровней сформированности физической культуры личности и сформулированы перспективные направления совершенствования процесса физического воспитания в вузе.

Ключевые слова: студентки, физическая культура, непрерывное образование, личностные смыслы, средства мобильного обучения.

IMPROVEMENT OF PROCESS OF PHYSICAL TRAINING OF THE STUDENTS HAVING DEVIATIONS IN THE STATE OF HEALTH (ON THE BASIS OF MOBILE TRAINING)

***Alexander Dmitrievich Lifanov**, the candidate of chemical sciences, senior lecturer,*
Kazan National University of Science and Technology, Kazan

Annotation

In this article, the author offers the modern physical culture lessons in the higher education institutions with the female students who have disabilities in health status. Justification of the main directions on improvement of the educational process in the higher educational institutions is considered. The empirical results on developmental levels of the physical culture personality are presented for future optimizations of the physical training educational process.

Keywords: female students, physical culture, computer addiction, personal meanings, self-actualization, satisfaction.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время совершенствование процесса физического воспитания в образовательных учреждениях различных уровней является одним из приоритетных направлений государственной политики. Это обусловлено тем, что в настоящее время наблюдается отсутствие специальных программ для вузов по содержанию, направленности и организации занятий физической культурой со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Как отмечает В.А. Кузнецов, на кафедрах физического воспитания и спорта недостаточно внимания уделяется теоретической подготовке [1] по дисциплине «Физическая культура и спорт», которая зачастую просто игнорируется большинством преподавателей. При этом, около 75% теоретического материала отводится на самостоятельную работу студентов. Ситуация осложняется отсутствием междисциплинарных связей дисциплины «Физическая культура и спорт» с другими (смежными) дисциплинами.

Отсутствие приоритета здоровья в образовательной практике приводит к тому, что учебный процесс в минимальной степени ориентирован на воспитание ценностного отношения к своему здоровью. Данные ежегодных медицинских осмотров студентов вузов РФ, свидетельствуют об ухудшении здоровья студенческой молодежи. По различным оценкам

количество студентов в различных регионах РФ, имеющих отклонения в состоянии здоровья, варьируется в пределах 30–60% [2]. Данное обстоятельство обусловливает необходимость совершенствования подходов к организации процесса физического воспитания студенток, имеющих отклонения в состоянии здоровья, что и являлось целью нашей работы.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе кафедры физического воспитания и спорта ФБГОУ ВПО «Казанский национальный исследовательский технологический университет» (далее КНИТУ) с сентября 2012 по июнь 2015 года. Выборку составили 216 студенток СМГ в возрасте 17-21 лет (средний возраст – 18,7 лет) (экспериментальная группа – ЭГ). В качестве контрольной группы (КГ) (n=234) нами использованы результаты исследований, проводившихся на кафедре в 2009-2012 гг.

Студентки КГ занимались по утверждённой на кафедре физического воспитания и спорта ФГБОУ ВПО «КНИТУ» учебной программе, разработанной в соответствии с требованиями Примерной программы для вузов по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Разработанные программы для экспериментальной группы предполагали использование на различных этапах и уровнях реализации следующие инновационные формы организации учебного процесса:

– использование мобильных приложений для организации самостоятельных занятий физическими упражнениями;

– компьютерные игры (симуляторы), имитирующие спортивные и интеллектуальные игры;

– виртуальные лекции и онлайн-консультации (вебинары) в специально оборудованных кабинетах дистанционного обучения (Moodle), доступ к которым возможен с любого портативного устройства;

– участие студентов в научно-практических конференциях, в т.ч. видеоконференциях, посвященных вопросам самосохранения здоровья средствами физической культуры и спорта.

Для диагностики мотивации к занятиям физической культурой мы использовали опросник А.А. Касаткина [2]. Для диагностики уровня физической подготовленности нами выбраны следующие тесты: бег 60 м, бег 2000 м, челночный бег 4×9 м, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание и опускание туловища из положения «лежа на спине», наклон вперед из положения «стоя».

Статистический анализ данных осуществлялся с использованием пакета прикладных программ «Statistica 7.0». Для сравнения результатов использовался t-критерий Стьюдента, различия считались значимыми при $p < 0.05$.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Придание личностной значимости мотива, осознание смысла и актуализация субъективных представлений о физкультурно-оздоровительной деятельности возможно путем обращения к предыдущему опыту. Новые мотивы начинают формироваться при обогащении предметного содержания дисциплины «Физическая культура и спорт», когда занятия приобретают для студента личностный смысл и отношение к своему здоровью начинает перестраиваться, внутренняя мотивация начинает преобладать над внешней.

На первых методико-практических занятиях студенты совместно с педагогом по физической культуре осуществляли совместный анализ результатов анкетирования (по методике А.А. Касаткина), с целью получения информации о доминирующих мотивах физкультурно-оздоровительной деятельности. Для развития собственного отношения к поступающей информации, нами осуществлялось побуждение студентов к ее критической оценке не предмет соответствия их личностным смыслам. «Учет исходных мотивов к

занятиям физической культурой помогает скорректировать направление мотивов, не обладающих относительной устойчивостью, обеспечить перемещение мотива с результата на саму деятельность» [3].

Для этого студенты информировались о тех результатах, которых они могут достичь в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности. Причем отрицательный результат не должен приводить к переживаниям, поскольку неудовлетворенность процессом физического воспитания – это повод дальнейшей «работы над собой» и совершенствования. В результате студенты открывали не социально приписываемые, а собственные смыслы новой информации, что приводит к формированию готовности передачи полученных знаний другим людям.

Из данных, представленных в таблице 1 видно, что ранг мотивов оздоровительной деятельности в контрольной группе не претерпел существенных изменений. В экспериментальной группе, мы наблюдали существенные изменения. За период проведения эксперимента, существенным изменениям подверглись мотивы оздоровительной деятельности. Причем в экспериментальной группе, ведущее место студенты отводили внутренним, а не внешним мотивам оздоровительной деятельности. Студентки в меньшей степени отмечали выраженность мотив «Долженствование (внешний аспект)», «Удовольствие от движений» в сторону внутренних мотивов, таких как «Долженствование (внутренний аспект)», «Совершенствование» и «Самосохранение здоровья» (таблица 1).

Таблица 1 – Изменение степени значимости мотивов физкультурно-оздоровительной деятельности у студенток экспериментальной и контрольной групп за период эксперимента

№ п/п	Содержание мотивации к оздоровительной деятельности	ЭГ (n=216)				КГ (n=234)			
		В начале		В конце		В начале		В конце	
		$\bar{X}$	*r*	$\bar{X}$	*r*	$\bar{X}$	*r*	$\bar{X}$	*r*
1	Самосохранение здоровья	2,04	12	4,56	3	1,96	12	3,44	8
2	Совершенствование	3,71	3	4,15	7	3,68	3	4,65	3
3	Двигательная активность	5,01	1	7,16	1	5,54	1	7,07	1
4	Долженствование (внутренний аспект)	1,75	13	2,13	13	1,59	13	2,15	13
5	Долженствование (внешний аспект)	3,57	6	3,82	9	3,61	5,6	3,27	10
6	Долженствование (воспитательный аспект)	2,26	11	2,54	11	2,52	11	3,89	5
7	Общение	3,63	5	4,52	4	3,61	5,6	3,17	11
8	Доминирование	2,89	9	2,25	12	2,54	10	2,24	12
9	Физкультурно-спортивные интересы	3,52	7	3,94	8	3,43	7	3,73	7
10	Соперничество	0,47	15	-0,34	15	0,41	15	0,44	15
11	Удовольствие от движений	2,83	10	3,34	10	2,81	9	3,36	9
12	Игры и развлечение	4,53	2	4,74	2	4,45	2	5,02	2
13	Подражание	-1,56	16	-2,15	16	-1,43	16	-2,89	16
14	Привычки	0,83	14	-0,13	14	0,68	14	0,75	14
15	Положительные эмоции	3,65	4	4,41	5	3,67	4	4,05	4
16	Интерес к противоположному полу	3,19	8	4,32	6	3,16	8	3,78	6
$\bar{X}$ – среднее значение (-15; +15); *r* – ранг.									

Результаты тестирования физической подготовленности (таблица 2) объясняются тем, что студенты, занимающиеся физической культурой в соответствии с избранным видом спорта или системой физических упражнений, как правило, проявляют осознанный интерес к образовательному процессу, стремятся к познанию нового и раскрытию своих способностей.

Таблица 2 – Динамика показателей физической подготовленности студенток

Показатели	ЭГ		КГ	
	В начале	В конце	В начале	В конце
1. Бег 30 м, сек	5,47±0,12	5,32±0,18	5,36±0,14	5,34±0,12
2. Бег 1000 м, сек	337,2±9,8	314,5±7,5	356,4±7,6	338,2±7,8
3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	5,32±0,68	10,28±0,72	6,25±0,45	9,14±0,36
4. Подъем туловища из положения «лежа на спине», кол-во раз	31,5±2,14	56,8±3,72	28,75±2,05	54,2±1,68
5. Наклон вперед из положения стоя на скамье, см	15,04±6,76	16,42±7,18	14,86±6,84	15,12±6,78

В рамках компетентностного подхода, результаты образования представлены в виде набора соответствующих компетенций, которые прописаны в специальных нормативных документах. На практике за результативность процесса физического воспитания принимается степень соответствия усредненных значений результатов стандартных двигательных тестов типовым, принимаемых в качестве нормативных. Нормативный подход к оценке физической подготовленности не учитывает исходный уровень физической подготовленности и функционального состояния человека, которые могут существенно отличаться от средних значений как в большую, так и меньшую сторону.

Студенты экспериментальной группы информировались о тех результатах, которых они могут достичь в процессе оздоровительной деятельности. Причем отрицательный результат не должен приводить к переживаниям, поскольку неудовлетворенность процессом физического воспитания – это повод дальнейшей «работы над собой» и совершенствования. В результате студенты открывали не социально приписываемые, а собственные смыслы новой информации, что приводит к формированию готовности передачи полученных знаний другим людям.

Соответственно, педагогам при работе с такими студентами не требуется прибегать к дополнительным формам стимуляции активности студентов. Педагог лишь направляет эту активность и организует наиболее продуктивное взаимодействие со студентами, которые испытывают осознанный интерес к занятиям физической культурой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузнецов, В.А. Физкультурно-педагогическая деятельность в системе профессиональной подготовки учителя-предметника / В.А. Кузнецов, А.Б. Смирнов // Вестник Мининского университета. – 2015. – № 3 (11). – С. 17.

2. Касаткин, А.А. Мотивы оздоровительной деятельности студенток в процессе обучения в вузе / А.А. Касаткин // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 6. – С. 10-13.

3. Ильин, А.А. Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культурой / А.А. Ильин, К.А. Марченко, Л.В. Капилевич // Вестник Томского государственного университета. – 2012. – № 360. – С. 143-147.

REFERENCES

1. Kuznetsov, V.A. and Smirnov, A.B. (2015), “Sports and pedagogical activity in the system of vocational training of the subject teacher”, *Bulletin of Minin University*, No. 3 (11), pp. 17.

2. Kasatkin, A.A. (2012), “Motives of health-improving activity of female students within university education”, *Theory and practice of physical culture*, No. 9, pp. 10-13.

3. Ilin, A.A., Marchenko, K.A., and Kapilevich, L.V. (2012), “The forms and methods of student’s motivation to the lessons of physical culture”, *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo. universiteta*, No 360, pp. 143-147.

Контактная информация: m.sportedu@gmail.com

Статья поступила в редакцию 25.04.2018

УДК 796.011

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА ВУЗА КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ ЭФФЕКТИВНОГО ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

***Юрий Яковлевич Лобанов**, доктор педагогических наук, профессор, Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург*

Аннотация

В статье разрабатывается концепция физкультурно-образовательной среды вуза, обеспечивающей благоприятные условия для удовлетворения профессиональных, образовательных,