

Литература

1. Прахова М.Ю., Коловертов Г.Ю., Шаловников Э.А. О месте тестирования как инструмента оценки знаний в вузе // Высшее образование в России. 2012. № 7. С. 113–116.
2. Косухин В., Логинова Г., Логинова И. Роль и место тестирования в деятельности вуза // Высшее образование в России. 2008. № 1. С. 94–97.
3. Бухман А.М. Проблемы тестового контроля экологических знаний и их решение // Изв. Самарского научного центра РАН. 2010. Т. 12. № 5. С. 21–24.
4. Розанов Ю.А. Теория вероятностей, случайные процессы и математическая статистика. М.: Наука, 1985. 320 с.

С.В. КАЗНАЧЕЕВ, профессор
О.В. ЛОПАТИНА, зав. кафедрой
Ж.Ю. БОГОЛЮБОВА, зам. зав. кафедрой
Сибирский институт управления –
филиал РАНХ и ГП при Президенте РФ
В.П. КАЗНАЧЕЕВ, академик РАН

Опыт преподавания физической культуры в нефизкультурном вузе

Физическая культура как составная часть системы образования имеет воспитательное, образовательное, оздоровительное, экономическое и общекультурное значение. Она способствует возникновению такого социального течения, как физкультурное движение – совместная деятельность людей по использованию, распространению, приумножению ценностей физической культуры. Управление системой физического воспитания – сложный процесс, требующий выбора наилучшей стратегии и тактики, эффективных методов достижения общественного здоровья и формирования здорового образа жизни населения. Особенно сложен подход к управлению системой физического воспитания в настоящее время, т.к. с начала XX в. занятия физической культурой перестали быть органически связаны с повседневным трудом и бытом россиян и стали развиваться в качестве хобби отдельных граждан общества.

Ключевые слова: физическая культура, организация учебного процесса на кафедре физической культуры, нефизкультурный вуз, здоровье студентов, телесно-ориентированная педагогика, здоровьесберегающие технологии

Современная система массовой физической культуры требует своего концептуального реформирования, свидетельством чему являются многочисленные публикации, указывающие на то, что школьники, учащиеся нефизкультурных инновационных школ, студенты вузов не считают данный предмет важной учебной дисциплиной и при удобном случае находят повод для отказа им заниматься [1–3].

Физическую культуру необходимо вновь сделать органической частью системы образования. Она давно зарекомендовала себя в виде особой самостоятельной

области, а физическое воспитание – одно из направлений общего воспитания личности, представленного в виде социально-педагогического процесса. Этот процесс в своём развитии ориентирован не только на укрепление и совершенствование физических качеств человека и его личностных свойств, но и на жизненно важные стороны социального поведения индивида, полученные в виде задатков от родителей и сформированные в условиях социально-семейного воспитания. В результате объединения в одном человеке умений, навыков, практик физической деятельности, на ос-

нове его личного отношения к духовным и материальным ценностям, потребностей самоорганизации и т.д. в его сознании формируется система мотивов, которая во многом определяет перспективы будущего изменения структуры его физической и спортивной культуры [4–6].

Стремясь учесть сказанное выше в своей практической работе, сотрудники *кафедры физического образования и рекреации Сибирского института управления* подчиняют весь учебный процесс, длящийся шесть семестров, прежде всего формированию нового отношения студентов к занятиям по физической культуре. В своих беседах, лекциях по теоретическим вопросам физической культуры, на семинарах, студенческих конференциях и в повседневной работе сотрудники кафедры помогают студентам понять связь этих занятий не только с укреплением их здоровья, формированием красоты тела, но и с развитием их сознания, личностных качеств, достижением высоких результатов в их карьерном росте, компетенции в выбранной ими специальности.

Основным предметом деятельности кафедры является разработка технологии комплексного развития студентов с учётом их телесной (конституциональной) организации, где главным инструментом становятся занятия по физической культуре. Гипотезу, которой руководствуется в своей работе наш коллектив, можно представить в следующем виде. По материалам использования на практике телесно-ориентированной педагогики убедительно доказана связь любых мышечных движений с функциональной активностью эмоциональной сферы сознания человека. Правильно сформированные макро- и микромоторные движения тела человека порождают в эмоциональной сфере положительные эмоции. Совокупность таких «радостных движений» тела, совпадающих с характером деятельности человека, способствует желанию его продолжения и, соответственно, рас-

ширения знаний об объекте деятельности. По сути, это творческий труд, побуждающий человека стремиться к совершенству и видеть в нем главную ценность своей жизни, приносящую устойчивый и адекватный денежный доход, счастье в семейной жизни и воспитании детей. Используя данный подход в занятиях со студентами, можно достаточно быстро вызвать у них значительный подъём в уровне мотивации при посещении занятий по физической культуре и устойчивый интерес к занятиям физической культурой на протяжении всей жизни.

Такой подход позволяет сотрудникам кафедры:

- а) создавать и практически использовать методически обоснованные модели организации учебно-воспитательного процесса;
- б) разрабатывать оригинальные тесты и критерии оценки качества образования/воспитания, физического развития студентов;
- в) экспериментально обосновывать целесообразность использования разработанных моделей организации и проведения занятий в других нефизкультурных вузах.

Кафедра осуществляет свою деятельность по рабочей программе, разработанной в соответствии с требованиями ФГОС по направлениям подготовки, принятым в Сибирском институте управления. В вузе применяется инновационная система организации обучения студентов дисциплине «Физическая культура». Её суть состоит в том, что учебные группы формируются из 12–15 человек по видам спорта и системам физических упражнений с учётом состояния здоровья студентов. В течение всего курса обучения они могут изучить выбранный ими вид спорта в рамках рабочей программы дисциплины, опираясь на теоретические и практические знания, получаемые на занятиях.

Для формирования и развития общекультурных компетенций на кафедре применяются:

- методико-практические занятия;

- учебно-тренировочные занятия;
- лекционно-практические занятия (не только для эффективного усвоения теоретических знаний в области физической культуры, но и для развития двигательных навыков и способностей студентов);
- работа в малых группах;
- сообщения по теоретическому раз-
делу программы.

На учебных и секционных внеучебных занятиях студентам обеспечиваются условия для постепенного перехода от коллективно-распределительных форм учебной деятельности к индивидуальным формам, опирающимся на самостоятельную работу, к саморегуляции и самокоррекции.

С целью достижения хорошей успеваемости, посещаемости и повышения активности на занятиях физической культуры на кафедре используется рейтинговая система оценки знаний студентов. Для кафедры это новое начинание, и пока оно осуществляется в качестве эксперимента. Разработаны информационные карты изучения дисциплины по всем видам спортивных специализаций, преподаваемым на кафедре.

Применяются многообразные формы организации деятельности студентов с использованием здоровьесберегающих технологий: обучение на оптимальном уровне трудности (сложности), вариативность методов и форм обучения, оптимальное сочетание двигательных и статических нагрузок, обучение в малых группах, использование наглядности и сочетание различных форм предоставления информации, создание эмоционально благоприятной атмосферы, формирование положительной мотивации к занятиям физической культурой, культивирование у студентов знаний по вопросам здоровья. На занятиях студенты мотивированы на положительный результат и доброжелательное отношение друг к другу. Для этого комплексно используется весь арсенал средств и методов обучения, из них наиболее результативными являются следующие методы: имитации, про-

ектов, игровой, регламентированного упражнения, анализа, сравнения, соревновательный. На занятиях со студентами особое место отводится силовой и общей физической подготовке, увеличивающей физические возможности человеческого организма.

Применение инновационных методов в образовательном процессе способствует росту посещаемости занятий студентами, делает для них более осмысленным выполнение физических упражнений, приводит к пониманию ими значения здорового образа жизни для подготовки к будущей профессиональной деятельности. Некоторые студенты на занятиях по физической культуре впервые сталкиваются с такими категориями, как самопознание и самосовершенствование, учатся использовать физическую культуру для развития и реализации собственных возможностей.

Для проведения практических занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» студенты распределяются в учебные отделения в начале первого семестра с учётом их интересов и возможностей кафедры. При распределении учитывается пол студента, его состояние здоровья, физическое развитие, физическая подготовленность. Студенты, не прошедшие медицинский осмотр, к практическим учебным занятиям не допускаются.

В *Основное отделение* зачисляются студенты, отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам. Здесь осуществляется набор в учебные группы по видам спорта и системам физических упражнений: атлетическая гимнастика, волейбол, баскетбол, фитнес-аэробика, теннис, общая физическая подготовка, лёгкая атлетика, плавание и др. Оптимальная численность учебной группы – 12–15 человек.

В *специальное отделение* зачисляются студенты, отнесенные по результатам медицинского осмотра к специальной медицинской группе. Учебные группы комплек-

туются с учетом уровня функционального состояния студентов (учебные группы оздоровительной гимнастики, плавания). Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий по физической культуре на длительный срок, зачисляются в отдельные учебные группы. Они занимаются изучением теоретического раздела курса физической культуры по специальной программе, где делается акцент на овладении ими навыками самоконтроля за динамикой изменения основных показателей здоровья и на умении пользоваться разнообразными методами самокоррекции при отклонении в качестве их здоровья.

Учебные группы плавания зачисляются не умеющие плавать студенты из всех медицинских групп, а также те, кому рекомендован этот вид спорта по медицинским показаниям.

Группы *спортивного совершенствования* формируются из студентов второго и третьего курсов основной медицинской группы, показавших хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из видов спорта (занятия организованы спортивным клубом кафедры физического образования и рекреации во внеучебное время). Студенты, регулярно занимающиеся в группах спортивного совершенствования и участвующие в соревнованиях за честь вуза, по рекомендации преподавателя могут не посещать занятия в учебных группах. В отдельных случаях к занятиям в спортивном отделении могут быть допущены студенты первого курса, имеющие достаточную квалификацию в избранном виде спорта.

Студенты, имеющие высокую спортивную квалификацию (кандидат в Мастера спорта России, Мастер спорта России) и занимающиеся в спортивных федерациях вне вуза, могут быть переведены на индивидуальный график занятий избранным видом спорта, с выполнением в установленные сроки обязательных зачетных требо-

ваний и тестов. Такие студенты числятся в списках групп основного отделения и для получения зачёта за семестр сдают зачётные требования в установленные графиком учебного процесса сроки.

Перевод студентов из одной учебной группы основного отделения в другую по их желанию осуществляется только после успешного окончания семестра при наличии свободных мест в учебных группах на 1–2-й неделе следующего семестра. Перевод студентов в специальное отделение проводится по медицинскому заключению в любое время учебного года.

В течение всех семестров обучения одним из условий, обеспечивающих успешность процесса физического воспитания, является регулярность посещения обязательных практических занятий. Пропуски занятий по болезни должны быть подтверждены справкой от врача.

Текущий контроль успеваемости студентов осуществляется в течение изучения дисциплины в соответствии с учебным планом и графиком учебного процесса по результатам оценки посещаемости студентами учебных занятий и выполнения заданий текущего модуля. Результаты текущего контроля являются основанием для выставления оценок на контрольных неделях; проводится также контроль самостоятельной работы студентов с использованием оценочных средств, указанных в рабочей программе дисциплины «Физическая культура».

Промежуточная аттестация студентов устанавливается учебным планом и графиком учебного процесса в виде зачёта в конце каждого семестра. Условием допуска к зачётным физическим упражнениям является регулярность посещения учебных занятий. Зачёт сдаётся в соответствии с требованиями модуля, разработанными для каждой спортивной специализации. В начале и конце учебного года студенты основного отделения сдают три обязательных теста для определения физической подго-

Таблица 1

Тесты общей физической подготовленности

№ пп.	Тестируемое качество	Контрольные упражнения	
		Для мужчин	Для женщин
1	Быстрота движений, координация	Подскоки на скакалке за 30 сек.	
2	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя	
3	Сила мышц плечевого пояса	Подтягивание в висе	
4	Сила мышц живота		Поднимание туловища из положения «лёжа на спине согнув ноги, руки согнуты перед грудью»

товленности (табл. 1). Также в соответствии с текущим модулем студенты сдают тестовые задания по общей физической и специальной подготовке в зависимости от вида спорта или системы физических упражнений.

В первом семестре проводится зачет по плаванию вольным стилем на 50 м без учёта времени для всех студентов, кроме тех, кто освобождён по медицинским показаниям. Задания по ППФП запланированы для каждого семестра в зачётных требованиях по спортивным специализациям.

Студенты специальной медицинской группы оздоровительной гимнастики сдают зачёт по разработанным для них требованиям с учётом состояния здоровья. Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий по физической культуре на длительный срок, в конце каждого семестра пишут и защищают реферат на тему, предусмотренную теоретическим разделом рабочей программы «Физическая культура» или на тему, связанную с характером их заболевания.

Сотрудники кафедры физического образования и рекреации Сибирского института управления – филиала РАНХиГС всегда помнят о том, что здоровье в онтологическом смысле есть совокупность биосоматических, когнитивных и духовных способностей личности. Здоровье – это интегративная характеристика человека, в

которой проявлен его темперамент, характер, волевые качества, эмоции, мотивации, физические и духовные силы, социальные установки. В этом плане здоровье выступает как символ творческой жизнедеятельности, а культура здоровья – как способ ее реализации, в котором проявляется бытие человека.

Литература

1. Воронин С.М. Личностно ориентированная физическая подготовка студентов непрофильных вузов // Теория и практика физической культуры. 2009. № 7. С. 59–64.
2. Садыкова С.В. Формирование активно положительного отношения к физической культуре у учащихся инновационных школ // Теория и практика физической культуры. 2009. № 5. С. 87–90.
3. Хорькова А.С. Особенности образа жизни студентов вуза и их отношение к физической культуре // Теория и практика физической культуры. 2009. № 3. С. 48.
4. Лубышева Л.И. Феномен спортивной культуры в аспекте методологического анализа // Теория и практика физической культуры. 2009. № 3. С. 10–13.
5. Мануйленко Э.В. Индивидуальные программы по формированию у студентов здорового стиля жизни // Теория и практика физической культуры. 2009. № 2. С. 44–46.
6. Казначеев С.В., Пузынин В.А. Физическая культура: курс лекций. Новосибирск: Изд-во СибАГС, 2008. 147 с.