

ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Смирнов Константин Борисович

Каршинский государственный университет

refereefifa@mail.com

АННОТАЦИЯ

В процессе обновления современного общества все больше возрастают требования к студенту не только в профессиональной подготовке в вузе, но и к его здоровью, физическим кондициям. В статье рассматривается вопрос значимости занятий элективными дисциплинами по физической культуре и спорту для физической подготовленности студентов.

Ключевые слова: студент, физическая культура, элективные дисциплины, физическая подготовленность, здоровье.

ABSTRACT

In the process of updating the modern society, the requirements to the student not only in professional training at the University, but also to their physical condition and health are increasing. The article considers the importance of elective courses in physical culture and sports for the physical fitness of students.

Keywords: student, physical education, elective subjects, physical fitness, health.

ВВЕДЕНИЕ

Современный подход к образованию оказывает огромное влияние на весь учебный процесс и является одним из главных факторов, определяющих его эффективность и успех. На сегодняшний день повышение эффективности системы физического воспитания студенческой молодежи является актуальной. Причины этого очевидны. Это, в первую очередь, колоссальное снижение здоровья не только возрастного, но и молодого поколения страны. Развитие научно-технического прогресса привело к малоподвижности населения всех возрастных категорий, отсутствие понимания значимости физической активности для здоровья, отсутствие у большинства людей устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, отсутствие элементарных знаний о правильном питании, лишний вес, наличие вредных привычек.

Дошкольные учреждения, школы, колледжи пытаются решить вопросы физического развития детей, привить любовь и потребность к занятиям физической культурой, улучшить физическую подготовленность детей, но не всегда успешно по ряду причин материально-технического и кадрового обеспечения образовательных учреждений.

Перед педагогами возникает проблема. С одной стороны, вузовская программа по физической культуре и элективным дисциплинам нацелена на дальнейшее развитие физических качеств и совершенствование приобретенных навыков и умений, повышение физической подготовленности студентов с применением более высоких нагрузок, чем в школе. Это связано и с увеличением времени занятий с 45 минут до 1,5 часов, разнообразием двигательной активности, с повышением уровня контрольных тестов. С другой стороны, выполнение нагрузки по физической культуре, доступно чуть более половины занимающихся студентов из-за очень низкой физической подготовленности, ограниченного арсенала движений, отсутствия элементарных знаний по физической культуре.

ЛИТЕРАТУРА И МЕТОДОЛОГИЯ

Труды выдающихся русских ученых: хирурга, анатома и педагога Н. И. Пирогова (1810—1881), педагога К.Д. Ушинского (1824—1870), писателя, педагога, мыслителя Л.Н. Толстого (1828—1910), физиологов И.М. Сеченова (1829—1905) и И.П. Павлова (1849—1936) и ряда других ученых и деятелей физической культуры заложили педагогические и естественнонаучные основы физического воспитания в нашей стране. Значительную роль в формировании научных основ физического воспитания сыграли врачи Е. А. Покровский (1834—1895) и Е.М. Дементьев (1850—1918). Они глубоко верили в возможность науки преобразовать жизнь общества на разумных началах, считая, что высокий уровень развития естественных наук, пропаганда научных, в частности гигиенических, знаний может разрешить проблему всеобщего физического воспитания, а вместе с тем и улучшить жизнь народа, особенно детей.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Физическая культура, новые педагогические технологии и повышение эффективности занятий, их изучение и анализ педагогической литературы по физической культуре позволяет показать следующее:

- проектирование учебного процесса и выполнение задач со студентами на занятиях по элективным дисциплинам;

- целью образования должна быть реальная, точная диагностика и обучение учащегося, объективная оценка качества занятий по элективным дисциплинам;
- целостность структуры и содержания образовательного процесса, взаимозависимость друг от друга и способность взаимодействовать;
- оптимизация (облегчение) форм обучения;
- учет взаимодействия технических средств и человеческого потенциала в образовательном процессе;
- обучение на основе деятельности учащегося;
- выявление и исправление ошибок, допущенных в процессе приобретения знаний;
- выполнение тестовых заданий по установленным критериям;
- гарантируемое достижение запланированного результата;
- высокая эффективность обучения.

ОБСУЖДЕНИЕ

Учитывая довольно известные причины недостаточного формирования физической подготовки студентов, работа преподавателя строится таким образом, чтобы ликвидировать упущенные возможности обучающихся студентов в повышении физической подготовленности в короткие сроки и приступить к освоению программного материала. Ведение нового предмета «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» позволило перейти от традиционных форм проведения практических занятий по физической культуре к лично ориентированной оздоровительной программе [1, с. 156]. Для этого занятия проводятся на открытом воздухе в периоды сентября - ноября в первом семестре и марта-июня во втором семестре. На занятиях по физической культуре и элективным дисциплинам используются методики индивидуального подхода, корректирующего и контролирующего воздействия. Данные методики подтвердили свою успешность, так как показатели физической подготовленности студентов по многим параметрам меняются в лучшую сторону, в среднем, в пределах 5 - 7%. Одной из задач, в этот период для преподавателей, является повышение интереса студентов к занятиям физической культурой и элективным дисциплинам по физической культуре и спорту, формирование устойчивых мотивов к физическому самосовершенствованию через приобретение знаний и умений, транслируемых педагогами на занятиях.

Путем решения повышения заинтересованности студентов в занятиях физической культурой и совершенствования физической подготовленности студентов является деятельность преподавателей кафедры физической

культуры, обеспечивающих необходимый уровень специальных знаний, двигательных умений и физических кондиций студентов через освоение элективных дисциплин по физической культуре и спорту. Чтобы добиться хороших результатов в освоении студентами программного материала по физической культуре и элективным дисциплинам преподаватели предлагают новые, нетрадиционные средства проведения занятий, с учетом мотивационной сферы занимающихся. Учитывая индивидуальные возможности каждого студента, используют новые методы организации учебного процесса по физической культуре. В настоящее время востребованы новые подходы организации учебного процесса по ФК, средства дифференциации физической нагрузки, методики физического воспитания студентов с особыми образовательными потребностями, методики контролируемого и корректируемого воздействия [2, с. 58]. Актуальна диверсификация комплексов упражнений для определенных групп мышц, для определенного уровня физической подготовки, индивидуальных предпочтений. Но не только от преподавателя зависит успех студента в учебном процессе. Успехи в образовательном процессе по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту в вузе, в значительной мере, зависят от активного и сознательного включения студентов в учебный процесс, от их отношения к физкультурно - спортивной деятельности. Учебные занятия по физической культуре и элективным дисциплинам для многих студентов являются единственной возможностью получить физическую нагрузку и развить свои физические качества, улучшая физическую подготовленность [3]. Физическая подготовленность только один из социально значимых результатов занятий физической культурой и элективными дисциплинами по физической культуре и спорту. Она быстро утрачивается после завершения учебы, если не поддерживается самостоятельно. Возникает необходимость привить студенту потребность к регулярным самостоятельным занятиям физической культурой и спортом, так как большинство студентов не имеют интереса к самостоятельным занятиям. Вовлечению студентов в процесс регулярных занятий физическими упражнениями способствует выбор той элективной дисциплины, которая его заинтересует. Это осознанный, самостоятельный выбор студента на весь период обучения, где он может достигнуть хороших результатов физической подготовленности, так как занятия проводятся по видам спорта и приближены к тренировочному процессу. Преимуществом такой формы организации занятий является возможность учета интересов студентов, соответственно, высокая

работоспособность и положительный эмоциональный фон на занятиях. Такой подход обеспечивает решение нескольких задач:

- усиливается интерес студента к физической культуре и данному виду спорта;
- повышается дисциплинированность, ответственность на занятиях, самоконтроль;
- поддерживается способность к восприятию и изучению новой информации;
- формируется и расширяется арсенал двигательных навыков, умений;
- равнозначно развиваются все физические качества, улучшаются показатели физической подготовленности;
- возникает потребность в увеличении количества занятий, и как следствие, возникает потребность заниматься самостоятельно в не учебное время;
- повышается самооценка, появляется уверенность в своих возможностях, что приводит к хорошим показателям физической подготовленности и появляется стремление к более высоким достижениям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Средствами физической культуры и элективных дисциплин обеспечивается дальнейшая общая и специальная физическая подготовка применительно к условиям будущей профессии. Моделирование ситуаций профессиональной деятельности на занятиях предъявляет к будущему специалисту требования по развитию способностей принимать решения, самостоятельно действовать в сложных ситуациях, иметь высокий уровень работоспособности. Любой вид профессиональной деятельности (обучение, умственный труд, физический труд и т.д.) представляет собой структуру трудовых процессов различной степени сложности, особенности двигательной активности, требующий от специалиста строго определенных профессионально важных качеств, диктует свой уровень развития психофизических качеств и разносторонний уровень физической подготовленности.

Таким образом, можно с уверенностью констатировать, что элективные дисциплины по физической культуре и спорту позволяют организовать учебный процесс наиболее эффективно, что помогает решить комплекс проблем, связанных с физическим развитием и здоровьем студентов, создает условия познания собственных возможностей.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Головинова, И. Ю. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту как мотивационно - ценностный компонент на занятиях студентов в вузе / И. Ю. Головинова, Т. А. Андреевко, М. Ю. Савельев, Л. М. Лукьянова, М. Н. Нестерова, Е. В. Тесел-кина // Проблемы современного педагогического образования. Сер: Педагогика и психология. 2017. - Вып.55. - Ч 4. - 380 с.

2. Белецкий, С. В. Адаптация контролирующих программ по теории физической культуры в вузе к условиям дестабилизирующих воздействий / С. В. Белецкий, Е. Ю. Внукова, Е. Ю. Сысоева// Теория и практика физической культуры. 2016. - №5. - С. 58.

3. Носова, Н. С. Методика совершенствования физической подготовки студентов вуза // Современные проблемы науки и образования. - 2016. - № 6. - Режим доступа: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=25693> (дата обращения: 03.09.2020).