

УДК 796.011.3

МОДЕЛИ ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ

Юшманова Е.В., Курешов Е.В.

*ФГАОУ ВПО «Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова»,
Архангельск, Россия, e-mail: e.ushtanova@narfu.ru*

Данная статья посвящена проблеме современного физического воспитания студентов и отношению студентов к занятиям физической культурой и спортом. Выявлена необходимость преобразования современного физического образования в вузах, а также формирование положительной нацеленности студентов на физкультурную деятельность. Проанализированы две научные статьи разных авторов на тему организации физического воспитания студентов. Выявлены основные предложения авторов по формированию физической культуры. На основе проведенного автором исследования путем интеграции и обобщения технологий индивидуального подхода в нормировании нагрузки и личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности предлагаются рекомендации по изменению и улучшению существующей системы физического образования в вузах. Разработанные рекомендации могут быть использованы как основа для разработки учебных программ по физической культуре в вузе для решения проблем традиционного физического воспитания.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, физкультурно-оздоровительный процесс, личностно-ориентированная технология.

MODELS OF PERSONALITY-ORIENTED TECHNOLOGY THE FORMATION OF PHYSICAL CULTURE OF STUDENTS

Ushmanova E.V. Kureshov E.V.

*Northern Arctic Federal University named after M.V. Lomonosov, Arhangelsk, Russia, e-mail:
e.ushtanova@narfu.ru*

This article deals with the problem of modern physical education of students and students' attitude to physical culture and sports. Identified the need to transform the modern physical education in universities, as well as creating a positive focus students on physical activity. Analyzed two research papers by different authors on the topic of organization of physical culture students. The basic propositions about the formation of physical education. On the basis of the author's researches by integrating and synthesizing technology individual approach to rationing loads and student-centered content physical activity recommendations for change and improvement of the existing system of physical education in universities. The recommendations can be used as a basis for curriculum development in physical education in the University to solve the problems of traditional physical education.

Key words: physical culture, physical education, physical education and recreation process, personality-oriented technology.

Введение.

Успех деятельности человека в разных областях зависит и от физического состояния человека. Оно главным образом определяет всё поведение личности, отношение к себе и окружающим.

Традиционное физическое воспитание уже давно не эффективно. Занятия физической культурой будут более эффективными, если студенты будут понимать цели физических занятий и определять для себя их ценность. Поэтому нужно найти такой способ проведения занятий физкультурой, который бы сформировал положительную направленность студентов на такие занятия. [3]

Цель работы: охарактеризовать модели лично ориентированной технологии формирования физической культуры студентов.

Материалы и методы исследования. Изучение научных публикаций, выбор технологий формирования физической культуры студентов и приобщения интереса студентов к занятиям физической культурой и спортом, разработка рекомендаций по формированию физической культуры студентов.

Результаты исследования и их обсуждение. Первая методика, разработанная аспирантом ТГУ В.В. Тверских, предусматривает индивидуальный подход в нормировании нагрузки, зависящий от состояния здоровья студента, развития физических качеств студента, ориентацию на индивидуальную подготовленность студента, а также систему консультаций, позволяющих приобщить интерес студентов к занятиям физической культуры путем психологических воздействий.

В.В. Тверских считает, что показателями достижения результата являются: физкультурно-спортивные знания, умения и навыки; осознанное отношение к физическому состоянию организма и его развитию; осознание способов достижения определенного уровня физического состояния; здоровье, физическое развитие, физическая подготовленность. [4]

Такая методика эффективна, но недостаточна для формирования у студента культуры физического воспитания. Эту методику необходимо подкрепить технологией спортивно-оздоровительного характера.

Вторая методика, разработанная на кафедре физического воспитания и спорта ТГУ, предполагает использование технологических инноваций.

Доктор педагогических наук ТГУ, мастер спорта СССР Виктор Генрихович Шилько разработал модель физического совершенствования студентов, которая основывается на трех элементах: общеразвивающая, спортивная и оздоровительная технологии. [5]

"Личностно ориентированное содержание" подразумевает цели, задачи, формы и методы физкультурной деятельности, которые сконцентрированы на интересы и потребности студента. [5]

В.Г. Шилько считает основным из принципов методологического обеспечения физкультурно-образовательного процесса принцип спортизации (процесс слияния технологий, правил, принципов спортивной деятельности, который направлен на решение

проблем физкультурного воспитания независимо от уровня физической подготовленности и состояния здоровья занимающегося) [1,5].

Учебные программы, которые разработаны с применением данной модели, предполагают свободный выбор вида физических упражнений и обеспечивают дифференцированный и индивидуальный подходы к студентам с учетом их физкультурных и спортивных интересов, состояния их здоровья и уровня физической подготовленности. [2,5]



Рис. 1. Схема модели личностно ориентированной технологии формирования физической культуры студентов, по В.Г. Шилько, 2007

В.Г. Шилько считает, что данная модель - это хороший способ решения проблемы оптимизации двигательной активности студентов. Личностно ориентированное содержание предложенной автором такой системы физического воспитания студентов, которое характеризует ее инновационную суть и социокультурную важность, раскрывается в таких принципах:

- свободный выбор вида физкультурной деятельности;

- организация тренирующих воздействий;
- оптимальность физических нагрузок;
- формирование учебно-тренировочных групп с учетом личностных характеристик, физической подготовленности, мотиваций и интересов каждого студента;
- целостность интегративность содержания (динамическое сочетание теории, методики и практики) физкультурно-спортивной деятельности;
- преимущество регламентированных и самостоятельных форм занятий;
- диагностика физкультурно-образовательного процесса и его коррекция по результатам мониторинга;
- отказ от нормативного подхода;
- выбор объема и интенсивности двигательной активности в качестве нового критерия эффективности педагогического процесса;
- успех как стимул формирования мотивов познавательной и двигательной деятельности студентов [6,5].

В связи с разработкой данной модели физического воспитания, были сформулированы следующие задачи:

- сохранение и укрепление здоровья студентов;
- оптимизация уровня физической подготовленности с ориентацией на будущую профессиональную деятельность;
- развитие у студентов здорового стиля жизни;
- познание студентами теоретических знаний;
- мотивация студентов к регулярным занятиям физическими упражнениями. [5]

Первый элемент модели В.Г. Шилько включает несколько вариантов спортивных видов деятельности (баскетбол, бодибилдинг, волейбол, ритмическая гимнастика, плавание, шахматы). Эти виды деятельности включены в учебный процесс как наиболее популярные среди студенческой молодежи.

Второй элемент модели предполагает традиционно сложившуюся систему физического воспитания студентов.

Третий элемент модели В.Г. Шилько - оздоровительные технологии, которые предусматривают 5 направлений двигательной активности, которые учитывают характер и степень заболевания занимающегося (сердечно-сосудистые, органов дыхания, внутренних органов, функциональные нарушения осанки, миопия) и уровень физической подготовленности. Основной целью направления является применение адекватной для занимающихся физической нагрузки для повышения их физической подготовленности,

регулирование функциональных параметров организма, замедления развития основного заболевания, создание позитивных мотиваций к двигательной активности [5].

Эта методика поможет перейти от обязательного физкультурного курса в вузе к самостоятельной физкультурной деятельности. [5]

Выводы и заключение. Изучив обе методики, выделив из них наиболее важные принципы, сформулируем рекомендации для формирования физической культуры студентов:

1. Проведение специальных лекций и консультаций, психически влияющих на отношение студента к занятиям физической культурой и спортом не только в рамках занятий в университете, но и самостоятельно (посещая специальные спортивные залы/клубы).

2. Индивидуальный подход: составление списка возможных видов двигательной активности для студента с учетом его личностных характеристик и состояния здоровья, а также интенсивность выполняемых упражнений (требуется работа не только преподавателей физической культуры, но и медицинских работников). Списки возможных видов двигательной активности составляются не индивидуально для каждого студента, а для группы студентов с определенными особенностями здоровья.

3. Свободный выбор студентом вида двигательной активности согласно списку, составленному преподавателями физической культуры для определенной группы.

4. Постоянный контроль и корректировка физкультурного процесса на основании ежегодных медицинских проверок.

Посредством данной методики можно достичь получения максимальной пользы от занятий физической культурой в университете: не только поддерживать, но и улучшать состояние здоровья студентов, оптимизировать уровень физической подготовленности с ориентацией на будущую профессиональную деятельность, формировать у студентов здоровый стиль жизни.

Список литературы

1. Бальсевич В.К. Конверсия высоких технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех // Теория и практика физ. культуры. – 1993. – № 4. – С. 21-23.

2. Григорьев В.И. Физкультурно-педагогическая технология управления физическим воспитанием студентов вузов // Проблемы совершенствования учебного и тренировочного процесса в вузах спортивного профиля: матер. докл. 4-й межвуз. науч.-практ. конф. – Чайковский, 1998. – С. 24-26.

3. Кондаков В.Л., Гончарук С.В., Воронин И.Ю. Управление формированием направленности личности студента на занятия физической культурой // Теория и практика физ. культуры. – 2007. – № 9. – С. 15-18.
4. Тверских В.В. Здоровьесберегающая технология физического воспитания студентов на основе использования средств тхэквондо // Теория и практика физ. культуры. – 2007. – № 1. – С. 28-29.
5. Шилько В.Г. Организация физического воспитания студентов в классическом университете с использованием спортивно-оздоровительных технологий // Теория и практика физ. культуры. – 2007. – № 3. – С. 2-6.
6. Шилько В.Г. Модернизация системы физического воспитания студентов на основе личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности: дис.... докт.пед.наук. – Томск. 2003. – 194 с.