

25.08.2024.

4. Щедрина А. Г. Онтогенез и теория здоровья: методологические аспекты. Наука. Сиб. Отделение, 1989. – 135 с.

5. Петленко В. П. Основы валеологии. электронный учебник. Книга первая. 1998. – 433 с. URL: <https://web.archive.org/web/20091018063133/http://uchebnik.net/> (дата обращения: 12.01.2025).

6. Абаскалова Н. П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе «школа – вуз»: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. 13.00.04. – Барнаул, 2000. – 48 с.

7. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура: учебник. 2-е изд., стер. М.: КНОРУС, 2016. – 214 с.

УДК 796

В.М. Куликов, доц., канд. пед. наук;  
С.А. Ковалев, ст. преп.; В.М. Веремейчик, ст. преп.  
(БГУ, г. Минск)

## **СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Введение.** В последние годы все большую актуальность приобретают научные исследования направленные на совершенствование организации занятий физической культурой и спортом в учреждениях высшего образования (далее УВО) [1-5]. Становится очевидным тот факт, что традиционные, издавна сложившиеся и используемые на практике формы учебной, физкультурно-спортивной работы со студентами уже не отвечают современным требованиям и должны быть заменены новыми, более эффективными. Исходя из этого идет поиск новых идей и подходов к организации учебной и физкультурно-спортивной работы [3; 5].

Особое внимание специалистов привлекают вопросы перестройки физкультурного образования студентов УВО в соответствии с современными социально-экономическими условиями.

Модернизация физического воспитания в УВО Республики Беларусь должна проводиться на основе переосмысления подходов к преподаванию учебной дисциплины «Физическая культура», которые бы базировались на новых формах организации физического воспитания, соответствующих современным реалиям жизни студенческой молодежи.

**Цель исследования** заключалась в научно-методическом обосновании современной системы организации занятий физической культурой студентов УВО.

**Организация и методика исследования.** На протяжении длительного периода времени был проведен аналитический обзор различных подходов организации учебных и внеучебных занятий физической культурой, которые применялись в педагогической практике вузовского образования.

**Результаты исследования.** Согласно анализу литературных источников для организации физического воспитания студентов УВО разными авторами предлагаются пять основных подходов.

Первый, ориентирует главным образом на усвоение студентами определенных знаний в сфере физической культуры и спорта, а также двигательных умений и навыков.

Во втором подходе акцент делается на получении значимого тренировочного эффекта в развитии физических качеств посредством увеличения физической нагрузки на учебных занятиях физической культурой.

Третий, спортивно-ориентированный, подход основан на рациональном сочетании учебной и внеучебной формы занятий определенными видами спорта. В нем основной задачей является формирование у студентов привычки систематически заниматься избранными видами двигательной активности.

Четвертый, оздоровительный подход, при котором как высшую ценность рассматривают здоровье студентов и соответствующий уровень их физического развития, физической подготовленности.

Ряд авторов предлагают также другие альтернативные формы организации физического воспитания с отказом от традиционных учебных занятий и проведения занятий в учебно-тренировочных группах за пределами академического расписания и в тренировочных режимах. При этом студенты имеют полную свободу выбора вида занятий в связи с их интересами и уровнем притязания.

Довольно интересным представляется нам подход, который ориентирует учебно-воспитательный процесс на всестороннее развитие личности и ее самоопределение во время творческого овладения двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью. Главной задачей при таком подходе является в большей степени овладение студентами знаниями таких гуманитарных дисциплин, как теория и история физической культуры и спорта, гигиена, психология, физиология, биомеханика. Они позволяют более полно сформировать у студентов целостное

представление о физической культуре как элементе общей культуры человека. В качестве второй важной задачи физического воспитания рассматривается творческое овладения умениями и навыками двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

В рамках совершенствования физического воспитания предлагается с учетом отмеченных выше подходов сделать выбор одного из них с целью разработки конкретной учебной программы, которая учитывала физкультурные интересы студентов, материальную базу и профессиональные возможности преподавателей. Она должна состоять из двух частей: базовой (обязательной) и вариативной (дифференцированной).

Базовая часть программы должна являться основой Государственного стандарта для учреждений высшего образования в сфере физической культуры. Ею должны овладевать все студенты независимо от индивидуальных отличий.

Вариативная часть, содержания дисциплины "Физическая культура" должна строиться с учетом индивидуальных способностей студентов, материально-технической базы, специализации педагога и интересов студентов. Содержание вариативной части программы определяется самим учебным заведением. Сюда включается материал, выбранный педагогом конкретного учебного заведения и согласованный с соответствующими структурами учебного заведения.

Рациональное сочетание базовой и вариативной частей содержания учебной программы позволяет снять существующие противоречия между интересами общества и индивида, повышает значимость физической культуры в здоровом образе жизни, более полно удовлетворяет потребности студентов в самопознании и самосовершенствовании, создает большие возможности для творческих поисков нетрадиционных форм занятий физической культурой, реализации принципов гуманизации в педагогическом процессе.

Отмеченные выше общие подходы к организации физического воспитания в УВО отражаются и на организации всего учебного процесса по дисциплине «Физическая культура».

Предложенные подходы для совершенствования организации физического воспитания ориентируют не только на двигательную подготовку студентов, но и на развитие личности, на индивидуальное восприятие учебного материала. Физическая нагрузка подбирается в зависимости от подготовленности студентов. Специальное время отводится для выполнения упражнений, выбранных по их желанию. Такой подход стимулирует

студентов к приобретению навыков выполнения упражнений в процессе самостоятельных занятий.

В исследованиях ряда авторов большое значение при построении учебных занятий по физическому воспитанию придается усилению их образовательной направленности. Это выражается в увеличении тех специальных знаний (по теории и методике физической культуры, смежных с нею областей), которые должны усвоить студенты, в широком использовании межпредметных связей, позволяющих более полно и глубоко осмыслить изучаемый материал. Все большее внимание уделяется эстетическим аспектам. Акцентируется внимание на положительных эмоциях и достижениях студентов, на удовлетворении их потребности в самоутверждении и общении. Решение этих задач предполагает отход от жесткой регламентации занятий, повышение их эмоциональной насыщенности, максимальное разнообразие форм, методов и средств физического воспитания, широкое использование наглядных и технических средств.

В целях повышения эффективности учебного процесса специалистами значительное внимание уделяется поиску новых форм и методов тестирования физической подготовленности студентов. Для инновационных подходов к тестированию студентов характерно усиление внимания показателям прироста индивидуальных результатов. Тестирование должно побуждать студентов добиваться более высокого уровня физической подготовленности, не вызывать отрицательного отношения к занятиям физическими упражнениями, помогать создать у студентов положительный психологический настрой. Тесты должны носить информационный характер, формировать у студентов представление об уровне их физической подготовленности и путях ее повышения. При таком подходе к оценке физической подготовленности студентов не должны происходить сравнение результатов различных студентов между собой или с установленными нормами. Более правильной следует считать установку, когда каждый учащийся стремился к достижению своей личной цели в физической подготовленности, в укреплении здоровья.

Такой подход должен реализовываться в новых учебных программах по физической культуре, которые в настоящее время еще не разработаны в нашей стране. В них должна быть изменена система оценивания физической подготовленности студентов. До последнего времени в учебных программах существовали нормативы физической подготовленности, выполнение которых являлось обязательным для всех учащихся и было основанием для сдачи зачета по физической культуре. Практика показала,

что с нормативами справлялись меньше половины учащихся. Поэтому преподаватели стремились к развитию физических качеств учащихся и, как правило, сводили занятия к тренировкам. В связи с этим у них не оставалось времени на обучение студентов самостоятельной работе, на знакомство с различными оздоровительными системами и со всем остальным, что входит в содержание физкультурной образованности.

**Заключение.** На современном этапе развития общества организация физического воспитания студентов УВО должна проводиться на основе учебной программы по дисциплине «Физическая культура», в которой основное место отводится педагогу, его творческим и профессиональным качествам. Содержание этой программы должна быть ориентировано на самих студентов, повышать у них физкультурную активность и тем самым способствовать их физическому совершенствованию.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Лубышева Л. И. Концепция формирования физической культуры человека. – М.: ГЦИФК, 1992. – 120 с.

2. Бальсевич В. К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка. – 1996. – №1. – С. 21-26.

3. Столяров В. И., Кудрявцева Н. В. Новые формы физкультурно-спортивной работы с учащейся молодежью // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка. – 1998. – №1. – С.21-260.

4. Виленский М. Я., Соловьев Г. М. Основные сущности характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2001. – №3. – С. 2-7.

5. Столяров В. И. Теория и методология современного физического воспитания (состояние разработки и авторская концепция) / В. И. Столяров. – Изд-во Автор, М.: 2015. – 142 с.