

## АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО ВУЗА

Червякова Е. Э.<sup>1</sup>, Седых Н. В.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>АОУ ВПО Ленинградский государственный университет им. А. С. Пушкина, Санкт-Петербург, e-mail: vic-vlg@mail.ru;

<sup>2</sup>ФБГОУ ВО Волгоградская государственная академия физической культуры, Волгоград, e-mail: nina4588@rambler.ru

---

В современных условиях очевиден разрыв между степенью подготовленности выпускников вузов к работе в условиях свободного трудоустройства и растущими запросами общества. Назрела необходимость смены организационно-управленческой парадигмы системы подготовки специалистов – приобретать не только знания и умения, но и навыки профессионального самосовершенствования [1, 2, 5]. До настоящего времени не разрешена проблема органического соединения теоретических знаний с практикой их применения. В вузе чрезмерно загружается память в ущерб развитию интеллекта. В процессе образования следует формировать целостное представление о профессии, реализовывать идею интеграции и личностной ориентации образования [4]. Таким образом, подготовка к трудовой деятельности будущих специалистов в современных социально-экономических условиях является актуальной проблемой, а ее решение – приоритетным в профессиональном гуманитарном образовании, и немаловажная роль отводится физической подготовке студенческой молодежи страны.

---

Ключевые слова: профессиональное гуманитарное образование, социальные требования, физкультурное образование, компетентностный подход к гуманитарному образованию.

## ACTUAL PROBLEMS OF STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATIONAL HUMANITARIAN INSTITUTE

Chervyakova E. E.<sup>1</sup>, Sedykh N. V.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> DLС VPO Leningrad State University A.S. Pushkin, Saint Petersburg, e-mail: vic-vlg@mail.ru;

<sup>2</sup> IN FBGOU Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd, e-mail: nina4588@rambler.ru

---

It is obvious that there is a gap between level of graduates' qualification for work in conditions of free employment and growing demands of society in modern business environment. Necessity in changing of organizational and management paradigm of specialists' training system has come – to acquire not only knowledge skills, but also the skills of professional self-improvement [1, 2, 5]. The organic combination problem of theoretical knowledge with practice of its application hasn't been solved till the present day yet. The memory is excessively loaded in the Institute of higher education in damage of the intellectual development. An entire notion about profession should be formed and an idea of integration and personal educational orientation should be realized during the process of education [4]. So future specialists' training for the working career is an actual problem in modern socioeconomic conditions, and its solution is priority in professional humanitarian education, and significant part is assigned to the physical preparedness of students' youth.

---

Keywords: professional humanitarian (liberal) education, social demands, physical education, competence-based approach to humanitarian education.

В настоящее время физкультурное образование студентов, позволяющее осуществлять подготовку к высокопроизводительному труду в вузах гуманитарного профиля педагогического направления, реализуется по следующим направлениям: теоретическая составляющая, рассчитанная на приобретение прикладных знаний; составляющая физической подготовленности – акцентированное воспитание отдельных физических и специальных качеств, особо необходимых для высокопроизводительного труда; психофизическая составляющая – выработка высокой психической устойчивости, высокой концентрации внимания и большого объема памяти; потребностно-мотивационная

составляющая, формирующая потребность к занятиям двигательной деятельностью.

Первое из направлений связано с приобретением теоретических и прикладных знаний, направленных на внедрение физической культуры в режим труда и отдыха, второе – с воспитанием физических (двигательных) и специальных способностей, третье – с формированием профессионально важных психофизических функций, четвертое – с формированием мотивации к занятиям физическими упражнениями, необходимыми в будущей профессиональной деятельности.

Мы сделали попытку повысить качество физкультурного образования студентов вуза гуманитарного педагогического направления, акцентируя внимание на компетентностном подходе, предусмотренном Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС-3+).

Результатом обучения по ФГОС-3+ становятся компетенции как динамический набор знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться в широком спектре гуманитарной отрасли.

Организация процесса физкультурного образования студентов гуманитарного вуза на основе компетентностного подхода предполагала передачу как практических, так и теоретических знаний по физическому воспитанию.

При разработке блока теоретических знаний будущих специалистов мы сочли необходимым ввести два раздела: первый – основы знаний по общей теории и истории физической культуры и профессионально-прикладной физической подготовке, второй – знания о состоянии здоровья и поддержании его на высоком уровне, умения самостоятельно организовать занятия физическими упражнениями и о средствах физической культуры, способствующих поддержанию высокого уровня физической работоспособности (компетенции ОК-6 (способность к самоорганизации и самообразованию); ОК-8 (готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность); ОПК-1 (готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности); ОПК-6 (готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся); ПК-6 (готовность к взаимодействию с участниками образовательного процесса).

При компетентностном обучении важной становится триада:

- компетенции как новый результат образования;
- образовательные технологии как способ формирования компетенций;
- оценочные средства, технологии оценивания и оценочные процедуры как инструменты доказательства достижения заявленных результатов образования.

С целью повышения качества физкультурного образования в гуманитарном вузе педагогических направлений нами проделана следующая работа:

- разработано содержание лекционных, методико-практических, учебно-тренировочных и контрольных занятий;
- разработан фонд оценочных средств по формированию указанной компетенции;
- подобрано новое учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины;
- подготовлены методические рекомендации студентам по освоению дисциплины.

Оценка компетенций студентов – очень сложная задача как в теоретическом, так и практическом плане. Основная трудность связана с тем, что компетенции формируются и проявляются только в деятельности студента, а, следовательно, при обучении и оценивании эту деятельность необходимо планировать и организовывать, обеспечивая высокую мотивацию при оценивании.

Средняя оценка за результаты тестирования по ОФП определялась по итогам сдачи контрольных нормативов, определяющих уровень развития основных физических способностей: силы, быстроты, выносливости, ловкости и скоростно-силовых способностей.

В соответствии с международными требованиями оценки качества обучения результатом сформированности компетенции у студентов являлся соответствующий уровень: «превосходный», «повышенный», «достаточный» и «недостаточный». Каждый УСК соизмерялся с 5-и балльной шкалой оценки успешности освоения дисциплины.

Нами были предложены оценочные средства теоретической подготовленности, посещаемости и развития физических способностей, основанные на компетентностном подходе к физкультурному образованию студентов гуманитарных вузов.

С целью выявления влияния компетентностного подхода на совершенствование процесса физкультурного образования было проведено исследование, направленное на изучение состояния здоровья, психическое и физическое состояние занимающихся. Исследования были проведены на базе АОУ ВПО ЛГУ им. А. С. Пушкина в течение двух лет 2013–2015 гг. В них участвовало 128 студентов, готовившихся к получению профессии по педагогическому направлению.

Выявлено, что общая заболеваемость у студентов имеет отчетливую тенденцию к росту.

Предварительный этап исследования показал, что физическое состояние юношей, поступивших на первый курс вуза, оценивается следующим образом: физическая

подготовленность – «низкая» (средний балл – 2,07), заболеваемость – «низкая» (средний балл – 2,43).

Настораживают данные раздела «Образ жизни». Анализ данных показал, что 75,4 % студентов не занимается и не хочет заниматься закаливанием. 64,9 % студентов курят, а 62,5 % – регулярно употребляют алкогольные напитки. Образ жизни студентов оценен как «низкий» (средний балл – 2,79). Естественно, образ жизни студентов негативно влияет на показатели физического развития и физической подготовленности будущих специалистов.

Анализ данных тестирования физической подготовленности свидетельствует об отставании участников исследования в развитии общей выносливости, скоростных способностей и гибкости. Это можно объяснить, во-первых, генетической обусловленностью, во-вторых, недостаточностью или практическим отсутствием двигательного опыта и, в-третьих, образом жизни студентов.

Анализ педагогических наблюдений позволил отметить в процессе педагогической практики, что в профессиональной деятельности наибольшая нагрузка приходится на центральную нервную систему. В их деятельности задействованы преимущественно зрительный анализатор, а также предъявляются повышенные требования к развитию психических процессов (памяти, внимания, мышления) и общей психологической устойчивости.

Устойчивость внимания студентов исследовалась с помощью корректурной пробы.

В начале учебного года результат тестирования студентов составил 2,5 балла (из 9 возможных) (1102 знака из 2151 знака); к концу учебного года средний балл участников исследования увеличился до 3,5 баллов.

Оценка зрительной памяти осуществлялась следующим образом. Суть задания заключалась в предъявлении на 30 с плаката, на котором в 16 клетках изображены простые фигуры. Нужно запомнить, какие фигуры нарисованы, в каких клетках они находятся. Затем в течение 45 с на бланках (где заранее подготовлены решетки с 16 клетками) воспроизвести, что запомнили.

В начале учебного года зрительная память студентов оценена в 2,4 балла (из 9 возможных), то есть участники исследования запомнили только 3 фигуры из 16-ти возможных; к концу учебного года средний балл участников исследования вырос до 4,0 баллов (5 фигур).

Оперативная память оценивалась тем объемом информации, который обследуемый способен удерживать в кратковременной памяти, одновременно оперируя им.

В начале учебного года результат тестирования студентов был оценен в 2 балла из 9-ти возможных, в конце года результат тестирования незначительно улучшается и составляет 3,5 балла.

Таким образом, уровень развития всех исследуемых параметров не превысил 40–45 % от максимума и явно не соответствовал требованиям профессиональной подготовки специалистов.

Анализ данных первого года исследования студентов позволил отметить тенденцию к увеличению изучаемых показателей, что свидетельствует о достаточно высокой чувствительности организма студентов к физической нагрузке и характеризует их потенциальные возможности на данном периоде биологического развития. Однако статистически недостоверные изменения большинства показателей дает основание утверждать, что общеподготовительное направление в физическом воспитании в настоящее время является малоэффективным, так как не позволяет в полной мере реализовать потенциальные возможности организма студентов. В связи с этим возникает необходимость переориентировать рабочие программы для студентов на преимущественно оздоровительно-тренирующий эффект. Реализация поставленной задачи возможна только на основе применения на занятиях по физической культуре средств и методов спортивной тренировки, что в целом способствует интенсификации учебного процесса и предполагает организацию дополнительных занятий избранным видом двигательной деятельности во внеучебное время.

Для подтверждения эффективности программы, содержание которой было рассчитано на оздоровительно-тренирующий эффект, нами было проведено исследование, в результате которого выявлено, что студенты экспериментальной группы вышли на более высокий качественный уровень здоровья – общая сумма баллов на 9 единиц, а функциональный класс – с «низкого» – на «ниже среднего», в контрольной – на 4 единицы, функциональный класс остался на прежнем уровне (по Апанасенко).

Достоверно улучшаются и имеют больший прирост в экспериментальной группе параметры динамометрии относительно веса тела, состояния сердечно-сосудистой системы, относительная ЖЕЛ.

В показателе «Заболеваемость» также наблюдаются позитивные изменения: более пяти раз не болел никто из участников эксперимента, в то время как в контрольной группе этот показатель снизился с 10 до 6,9 %. Наиболее показательным является тот факт, что в экспериментальной группе к концу учебного года 21,6 % учащихся не болели ни разу, в то время как в контрольной группе таких студентов не наблюдалось. Этот факт еще раз подтверждает, что рационально организованная двигательная активность студентов, даже в рамках государственного образовательного стандарта, оказывает существенное влияние на

улучшение уровня здоровья.

Но самым важным, на наш взгляд, является то, что у юношей, занимающихся по экспериментальной методике, произошло перераспределение отношения к здоровому образу жизни. Так, 18,3 % (+15,8 %) юношей осознали пользу закаливания (контрастный душ), стало значительно меньше курящих (-12,4 %, в контрольной - +7,1 %) и употребляющих алкогольные и энергетические напитки (-27,7 %, в контрольной - +4,1 %). Объяснить это можно тем, что юноши экспериментальной группы прочувствовали пользу от занятий физическими упражнениями и осознали, что вредные привычки и физические нагрузки – вещи не совместимые, мешающие добиться желаемого оздоровительно-тренирующего эффекта от занятий.

В процессе исследования нами проводилось психологическое тестирование на определение внимания, зрительной и оперативной памяти студентов. В частности, при тестировании «Внимания» в начале исследования студенты экспериментальной группы получили 2,4 балла, а контрольной – 2,7; к моменту окончания исследования эта оценка составила соответственно 7,0 и 4,8 балла.

Аналогичные изменения прослеживались и при измерении зрительной и оперативной памяти: в экспериментальной группе – 3,3 и 2,5 балла, в контрольной – 3,1 и 2,2 балла в начале исследования и 6,9 – 5,6 и 4,8 – 3,9 балла – в конце.

Изучение состояния мотивационной сферы студентов показывает, что формирование красивого телосложения находится в числе популярных мотивов, которые побуждают их заниматься физической культурой. Анализ этого явления косвенно доказывает, что для молодежи первостепенными мотивами являются совершенствование телесной красоты, своего физического «Я», удовлетворяющими потребности нравятся противоположному полу, отвечать имиджу современного молодого человека и современной девушки. Ориентирование программ по физической культуре на формирование профессионально-прикладной физической подготовленности способствует возникновению у студентов потребности в приобретении необходимых умений и навыков для профессиональной деятельности [3].

В число важных потребностно-мотивационных ориентаций у юношей экспериментальной группы вошел мотив, определяющий возможность приобретения умений и навыков, необходимых для будущей профессиональной деятельности, который стоит в таблице рангов на 5 месте. До проведения эксперимента этот мотив стоял на 10 месте. Для юношей экспериментальной группы наибольшую ценность представляют мотивы: укрепления здоровья (1 ранг), формирование телосложения (2 ранг), умение красиво двигаться (3 ранг), улучшение физической подготовленности (4 ранг).

Мотив «нравится заниматься физическими упражнениями» для юношей немаловажен; в структуре мотивов он занимает 6 место (до эксперимента – 9 ранг). Возможно, этому способствовал выбор наиболее приоритетных видов двигательной деятельности в период проведения эксперимента. У студентов экспериментальной группы появилась потребность к достижению высоких результатов в физкультурно-спортивной деятельности (7 ранг).

У юношей контрольной группы потребностно-мотивационная составляющая практически не изменилась по сравнению с исходной.

Доминирующими мотивами для них остались формирование красивого телосложения (1 ранг), укрепление здоровья (2 ранг), умение красиво двигаться (3 ранг). Достаточно важными мотивами выступают: возможность отдохнуть, переключиться на другую деятельность, снять умственное напряжение (4 ранг), желание общаться с друзьями (5 ранг), получение зачета (7 ранг). Мотив приобретения необходимых умений и навыков для профессиональной деятельности остался на 10 месте в структуре изучаемых мотивов.

Немаловажен и тот факт, что студентам нравится заниматься физическими упражнениями (5 ранг) и потребность в них – не простое развлечение и отдых, а направленность на достижение высоких спортивных результатов (4 ранг).

Ориентация на формирование профессионально-значимых физических способностей способствовала возникновению у студентов потребности в приобретении необходимых умений и навыков для профессиональной деятельности (6 ранг).

Анализ потребностно-мотивационных ориентаций студентов контрольной группы показал, что мотивы, побуждающие посещать занятия по физической культуре, практически остались прежними.

Положительное влияние занятий по экспериментальной программе сказалось почти на всех исследуемых показателях. Все эти улучшения статистически достоверны.

Качественно изменился и уровень сформированности компетенции. Если в начале исследования он был равен в экспериментальной группе 2,4 балла, а в контрольной – 2,7, то к моменту окончания исследования он был равен соответственно 3,6 и 2,9 балла.

Таким образом, реализация экспериментальной программы, направленная на физкультурное образование с учетом формируемых компетенций по ФГОС-3+ для студентов гуманитарного вуза педагогических специальностей, преимущественно учитывающий оздоровительно-тренирующий эффект, способствовала возникновению у студентов потребности в приобретении знаний, умений, навыков и личностных качеств, необходимых для профессиональной деятельности.

## Список литературы

1. Бахов Д. Е. Формирование профессионально-прикладной физической культуры личности будущих мастеров общестроительных работ /Д. Е. Бахов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2009. – 24 с.
2. Жегалова М. Н. Технология профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по направлению «Пожарная безопасность» / М. Н. Жегалова: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Волгоград, 2012. – 24 с.
3. Кивихарью И. В., Крючек Е. С. Профессиограмма специалистов в области декоративно-прикладного искусства / И. В. Кивихарью, Е. С. Крючек // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2012. – № 3(85). – С. 103-107.
4. Моисеева А. Г. Формирование профессионально-прикладной физической культуры личности студентов непрофильных вузов /А. Г. Моисеева: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2008. – 24 с.
5. Руденко Г. В. Индивидуализация профессионально-прикладной физической подготовки к деятельности, связанной с риском для жизни и здоровья (на примере горно-геологических специальностей) / Г. А. Руденко: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Санкт-Петербург, 2013. – 23 с.