

## КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ ВУЗА

Тарабарина Е.В.<sup>1</sup>, Сметанин А.Е.<sup>2</sup>, Баганова А.А.<sup>2</sup>, Андропова Л.Н.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Нижегородский государственный технический университет, Нижний Новгород, e-mail: katrint2@yandex.ru;

<sup>2</sup>Дзержинский политехнический институт, Дзержинск

В статье рассматриваются вопросы, связанные с возможностями формирования у студентов вуза компетенций в сфере физического воспитания посредством предлагаемого авторами организационно-содержательного обеспечения процесса теоретической и практической подготовки. Федеральный государственный образовательный стандарт третьего поколения выдвинул на первый план потребность в поиске новых, наиболее доступных форм организационно-методического обеспечения, разрабатываемых на основе базовых принципов, с ориентацией на результат обучения, выраженных в виде определенных компетенций и модульном построении образовательных учебных программ по дисциплине «Физическая культура». Студентам предложены пути определения сформированности компетенций в области дисциплины по физической культуре посредством организационно-содержательного обеспечения учебного процесса по теоретической и практической подготовке. Компетентностный подход предлагает преподавателям новую систему оценочных средств результатов образования. Необходим переход от оценки знаний к оценке компетенций. Речь идет не о перестройке содержания образования по дисциплине «Физическая культура», а о совершенствовании образовательных технологий на основе постоянного взаимодействия преподавателя со студентом. Результатами образования по дисциплине «Физическая культура» должны быть ожидаемые и измеряемые конкретные достижения студентов, которые определяют, что должен будет делать студент по завершении всей или части образовательной программы. Оценка компетентности позволяет не только провести диагностику знаний, умений и навыков, но и оценить качество преподавания и прогнозировать дальнейшее обучение.

Ключевые слова: учебно-методический комплекс дисциплины, компетентностный подход, ориентированные модули, оценочные средства

## COMPETENCE-ORIENTED PHYSICAL EDUCATION UNIVERSITY STUDENTS

Tarabarina E.V.<sup>1</sup>, Smetanin A.E.<sup>2</sup>, Baganova A.A.<sup>2</sup>, Andronov L.N.<sup>1</sup>

*Nizhny Novgorod state technical University, Nizhny Novgorod, e-mail: katrint2@yandex.ru;*

*Dzerzhinsky Polytechnic Institute, Dzerzhinsk*

In the article the questions connected with the possibilities of formation at students of competence in the field of physical education through proposed organizational and informative providing of process of theoretical and practical training. Federal state educational standard of the third generation has brought to the fore the need to find a new, more accessible forms of organizational-methodical support developed on the basis of the basic principles with a focus on the learning outcome, expressed in the form of certain competencies and modular design of educational curricula in the discipline "Physical culture". Students proposed ways of determining competence in the field of discipline of physical education through organizational and informative providing of educational process on theoretical and practical training. Competence-based approach offers teachers a new system of assessment tools of educational outcomes, the transition from knowledge assessment to competency assessment. We are not talking about restructuring the content of education in the discipline "Physical culture", and on the improvement of educational technologies on the basis of continuous interaction between the teacher and the student. Results of education on the discipline "Physical culture" should be expected and measured specific students to determine who should do the student upon completion of all or part of the educational program. Assessment of competence allows not only to diagnose knowledge, abilities and skills, but also to evaluate the quality of teaching and to predict further learning.

Keywords: educational-methodical complex of discipline, competence-based approach oriented modules, and evaluation tools

Физическая культура студентов представляет собой неотъемлемую часть формирования общей и профессиональной культуры современного специалиста. Она выступает качественной и результативной мерой комплексного воздействия различных

форм, средств и методов на личность будущего специалиста в процессе формирования его профессиональной компетенции. Материализованным результатом этого процесса является уровень индивидуальной физической культуры каждого студента, уровень развития профессионально значимых способностей [1, 2].

Закон Российской Федерации «Об образовании» предоставляет широкие возможности для переосмысления ценностей физической культуры студентов, дает возможность в новом спектре осветить ее образовательные, воспитательные и оздоровительные функции. Этот Закон определяет содержание физической культуры студентов как самостоятельную сферу деятельности в федеральном социокультурном пространстве, выделяя при этом ее образовательные приоритеты.

Учебно-методический комплекс дисциплины (УМКД) по дисциплине «Физическая культура», разработанный нами на кафедре физического воспитания, ориентирован в помощь студентам для работы на учебных занятиях, при подготовке и выполнении самостоятельной работы, для семинарских занятий и подготовки к текущему и итоговому контролю по дисциплине [4]. Он включает: теоретический блок; практические задания; задания по самостоятельному изучению теоретического материала дисциплины и подготовке к семинарским занятиям; перечень требований по дисциплине; контрольные и зачетные нормативы; список рекомендованной к изучению основной, дополнительной литературы и перечень рекомендованных методических указаний и материалов по видам занятий (табл. 1).

**Таблица 1**

**Детализация знаний в рамках текущего и промежуточного контроля по дисциплине «Физическая культура»**

| <i>Основы теоретических знаний в сфере «физическая культура и спорт»</i>  |
|---|
| — содержание ФК как вида культурной и трудовой деятельности;  |
| — ФК в системе жизнедеятельности человека;  |
| — характеристика средств и методов физического воспитания и спортивной тренировки;  |
| — управление (организация, проектирование, регулирование, контроль и учет) индивидуальной системой физкультурно-оздоровительной деятельности; |
| — виды спорта и их характеристика;  |
| — современные формы физкультурно-оздоровительной деятельности;  |
| — основы совершенствования функциональных возможностей человека средствами физической культуры;   |
| — основы профилактики и коррекции физического состояния человека средствами физической культуры;  |
| — двигательный режим и построение системы его индивидуального обеспечения;  |
| — основы семейной физической культуры;  |
| — экологический туризм;   |
| — основы профессионально-прикладной физической подготовки   |

|  |
|--|
| <i>Технология физкультурно-оздоровительной и спортивной самодетельности</i>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>— технология измерения и оценка показателей физического развития;</li> <li>— технология измерения и оценка показателей физической подготовленности;</li> <li>— технология измерения и оценка показателей здоровья;</li> <li>— технология проектирования средств и методов физического воспитания;</li> <li>— технология построения системы реализации индивидуального плана физкультурно-оздоровительной или спортивной деятельности;</li> <li>— судейство и организация соревнований;</li> <li>— формирование способов туристической деятельности</li> </ul> |
| <i>Физкультурно-спортивная деятельность</i>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>— легкая атлетика;</li> <li>— баскетбол;</li> <li>— волейбол;</li> <li>— футбол;</li> <li>— настольный теннис;</li> <li>— бадминтон;</li> <li>— лыжный спорт;</li> <li>— общая физическая подготовка;</li> <li>— фитнес</li> </ul>  |

Приступая к изучению данной дисциплины, студенты должны внимательно изучить список основной и вспомогательной литературы, предложенной в данном пособии. По каждой теме в УМКД перечислены основные понятия и термины, необходимые для изучения, а также краткая информация по всем вопросам, подлежащим изучению. Наличие тезисной информации по теме позволяет вспомнить ключевые моменты, рассмотренные преподавателем на занятии.

Теоретическая подготовка студентов предполагает освоение студентами теоретического материала с опорой на его индивидуальные ценностные предпочтения и ориентации, на переход к самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности, получение углубленных знаний по физическому воспитанию, развитию интереса к занятиям, осознанное отношение к ним.

Информированность студентов о физкультурно-оздоровительной деятельности обеспечивает существенное повышение физической подготовленности и состояния здоровья, способствует улучшению психоэмоционального состояния и повышению теоретической грамотности. Формирование у них сознательного и активного отношения к физической культуре позволяет организовывать собственный здоровый образ жизни сообразно меняющимся ситуациям.

Таким образом, теоретическая подготовка предусматривает формирование мировоззренческой системы научно-практических знаний и отношения к физической культуре,

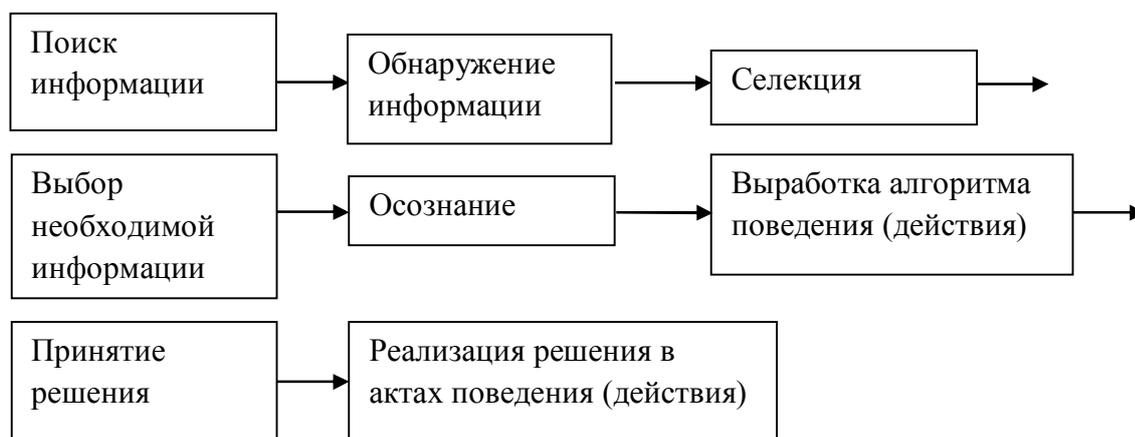
общие сведения о жизнедеятельности человека, естественнонаучные основы оздоровительной физической культуры, методические основы оздоровительной физической тренировки, оздоровительного воздействия природных факторов.

В своей диссертационной работе автор П.В. Шлыков, рассматривая вопрос об информационном обеспечении, поясняет, что передача информации — это некое взаимодействие, в процессе которого передаются определенные сведения, поэтому без учета запросов потребителя, в данном случае студента, нельзя говорить об информации. Только соединяясь с потребителем, сообщение «выделяет» информацию. Одно и то же сообщение одному студенту может дать много информации, а другому – мало [6].

Преподаватель при передаче информации контролирует объем усвоенной студентом информации, а также то, что прошло мимо его восприятия. Для этого он должен отчетливо представлять и планировать объем, качество, способы даваемой информации.

Преподаватель, передавая информацию студенту, одновременно выявляет и получает обратную информацию в результате педагогического взаимодействия. Обратная информация изменяет, уточняет представление преподавателя о студенте, вследствие чего он вносит коррективы в свою педагогическую деятельность; таким образом, характер передаваемой информации постоянно соотносится с особенностями студента.

Информационный механизм деятельности человека можно представить в виде следующей логической цепочки по П.В. Шлыкову (рис. 1).



*Рис. 1. Информационный механизм деятельности человека*

Преподаватель — активный преобразователь педагогического процесса, действующий на основе целеполагания и использующий тот набор средств, методов, который определяется индивидуальными особенностями, способностями студента (это возрастные особенности студента, тип телосложения, уровень физического развития и физической подготовленности, имеющиеся заболевания, мотивированность на здоровый образ жизни и т.д.) [3].

В процессе изучения дисциплины предусмотрена самостоятельная внеаудиторная работа, включающая выполнение заданий самоподготовки, углубленное изучение основных тем дисциплины [5].

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа студентов предполагает самоорганизацию, самопроектирование, самоконтроль. Данные методические рекомендации являются одним из компонентов системы учебно-методического комплекса дисциплины «Физическая культура».

Цель внеаудиторной самостоятельной работы студентов по дисциплине «Физическая культура» — формирование опыта самостоятельной физкультурной деятельности в связи с ее персональной самоорганизацией и самопроектированием. Есть основания полагать, что внеаудиторная самостоятельная физкультурная деятельность студентов является фактором развития их самостоятельности, ответственности, организованности, творческого подхода к решению задач укрепления здоровья и здорового образа жизни.

Задачами внеаудиторной самостоятельной физкультурной деятельности студентов по дисциплине являются:

- систематизация и закрепление способов двигательной деятельности;
- углубление и расширение знаний в сфере физической культуры в связи с проектированием и реализацией индивидуальной системы двигательной активности как основного фактора обеспечения здоровья и здорового образа жизни;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу в сфере физической культуры;
- формирование активности студентов в связи с подготовкой к сдаче норм комплекса ГТО;
- формирование способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации в решении вопросов укрепления здоровья и здорового образа жизни.

Количество часов на самостоятельную внеаудиторную работу студента по дисциплине «Физическая культура» устанавливается учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины.

Содержательное обеспечение внеаудиторной самостоятельной работы студентов определяется базовыми направлениями образовательной деятельности в сфере физической культуры. К ним относятся теоретическая (знания), техническая (техника) и физическая подготовка. Внеаудиторная самостоятельная работа студентов по этим направлениям может быть учебного, учебно-методического и учебно-исследовательского характера. Она

выполняется студентом во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия или при частичном участии преподавателя, оставляющего ведущую роль в самостоятельной работе студентам.

*Учебная* внеаудиторная самостоятельная работа студента связана с формированием знаний в области «Физической культуры» по заданию преподавателя.

*Учебно-методическая* внеаудиторная самостоятельная работа студента связана с самопроектированием содержания и организацией физической подготовки студентов, нацеленной на сдачу норм комплекса ГТО.

*Учебно-исследовательская* внеаудиторная самостоятельная работа студента связана с выполнением заданий по измерению индивидуальных показателей физического развития и физической подготовленности, их анализом и обобщением. Все виды заданий для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Физическая культура» имеют соответствующее обеспечение и предусматривают применение определенных видов контроля.

Фонды оценочных средств для аттестации студентов на соответствие их персональных достижений текущему контролю и промежуточной аттестации разрабатываются в зависимости от нагрузки, закрепленной в учебном плане. Могут быть другие фонды оценочных средств. Фонд оценочных средств дисциплины включает:

- критерии оценки физической подготовленности студента на зачете;
- тесты к зачету для проведения промежуточной аттестации основного отделения;
- тестовые задания для проведения текущего контроля знаний;
- тестовые задания для проверки остаточных знаний.

*Целью освоения дисциплины (модуля) «Физическая культура» является развитие физической культуры личности выпускников-бакалавров на основе формирования готовности к физкультурно-оздоровительной и спортивной самодеятельности в решении задач укрепления здоровья и создания индивидуальной системы здорового образа жизни, что является предпосылкой эффективности учебной деятельности студентов в настоящем и их профессиональной деятельности в будущем.*

Реализация цели предполагает решение образовательных, воспитательных, оздоровительных задач:

- формирование новых и уточнение имеющихся знаний в связи с физкультурной и спортивной самодеятельностью по обеспечению здоровья и здорового образа жизни;
- создание условий для самоопределения студентов в сфере физической культуры и спорта;

- совершенствование физических способностей и формирование готовности студентов к самостоятельному решению этой задачи;
- формирование ценностного отношения и интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- совершенствование средствами физической культуры положительных свойств личности;
- формирование психофизической готовности будущих специалистов к профессиональной деятельности.

*В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:*

- понятия: «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие», «спорт», «ценности физической культуры», «физическая подготовка», «показатели здоровья и здорового образа жизни», «двигательная активность»;
- средства и методы физического воспитания и спортивной тренировки;
- основы организации, проектирования, регулирования и контроля физкультурных и спортивных занятий;
- способы измерения и оценки состояния здоровья;
- способы измерения и оценки уровня физической подготовленности;
- способы восстановления работоспособности средствами физической культуры;
- виды спорта и их характеристику;
- современные виды физкультурно-оздоровительной деятельности;
- основы совершенствования функциональных возможностей средствами физической культуры и спорта;
- основы экологического туризма;
- основы семейной физической культуры;
- основы профилактики и коррекции физического состояния средствами физической культуры;
- двигательный режим и построение системы его индивидуального обеспечения;
- основы профессионально-прикладной физической подготовки.

*В результате освоения дисциплины студент должен уметь:*

- осуществлять адекватный выбор средств, форм и методов физкультурно-оздоровительной деятельности для решения индивидуальных задач физического совершенствования и оздоровления;
- реализовывать средства, формы и методы физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе решения индивидуальных задач физического совершенствования и оздоровления;

- оценить свое состояние здоровья;
- оценить уровень своей физической подготовленности;
- проектировать (покомпонентно и систему в целом) свою физкультурно-оздоровительную или спортивную деятельность;
- организовать свою систему физкультурно-оздоровительной или спортивной деятельности;
- реализовать свою систему физкультурно-оздоровительной или спортивной деятельности.

*В результате освоения дисциплины студент должен владеть:*

- способами двигательной деятельности, предусмотренными образовательными программами по физической культуре;
- методами измерения уровня физической и технической подготовленности;
- способами физической самодетельности, такими как утренняя зарядка, оздоровительный бег, выполнение общеразвивающих упражнений;
- профилактикой и коррекцией нарушений осанки, умением снять утомление с помощью физических упражнений;
- способами самооценки физического состояния;
- навыками судейства и организации массовых физкультурных мероприятий и спортивных соревнований.

### **Список литературы**

1. Акчурин Б.Г. Проблемы организации деятельности высшей школы по формированию физического здоровья студентов: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 /Б.Г. Акчурин. – Уфа, 1996. — 132 с.
2. Акилов М.В. Индивидуальный стиль здорового образа жизни — цель обучения в системе физкультурного образования /М.В. Акилов //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2000. — № 2. — С. 10–11.
3. Трушкин А.Г. Педагогические основы инновационных технологий физического воспитания оздоровительной направленности: автореф. дис. ... док-ра пед. наук: 13.00.04 /А.Г. Трушкин. — Майкоп, 2000. — 39 с.
4. Тарабарина Е.В. Организационно-содержательное обеспечение физического воспитания студентов вуза /Е.В. Тарабарина, В.В. Кононец, М.С. Краснова. – Н. Новгород: НГТУ, 2015. — 171 с.
5. Чичикин В.Т. Организационно-методическое обеспечение физического воспитания учащихся в общеобразовательном учреждении: методическое пособие /В.П. Чичикин. — Н. Новгород: Нижегородский институт развития образования. — 2010. — 311 с.

6. Шлыков П.В. Коррекция физической подготовленности студентов специальных медицинских групп с использованием индивидуальных программ: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. /П.В. Шлыков. – Екатеринбург, 2002. — 183 с.