

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Михайлова Т.А., Елагина В.С.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск, e-mail: V_275@mail.ru

Проблема физической подготовленности будущих учителей физической культуры остается актуальной, а интерес ученых и практиков к прикладным вопросам физического воспитания в педагогическом вузе постоянно растет. В статье актуализируется проблема организации профессионально-прикладной физической подготовки студентов в вузе, которая рассматривается как одна из подсистем физического воспитания. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов способствует развитию физических и профессионально значимых качеств личности будущего учителя физической культуры, а также формированию психофизической готовности к профессионально-педагогической деятельности. Целью работы является выявление особенностей и характера профессионально-прикладной физической подготовки студентов педагогического вуза. Методическим основанием исследования служили диагностические методики, включающие наблюдение, беседу и анкетирование. Результаты констатирующего эксперимента позволили определить значимые для студентов аспекты организации профессионально-прикладной физической подготовки в вузе, ее особенности, задачи и основные компоненты, взаимодействие которых позволит существенно повысить эффективность учебно-профессиональной деятельности, сформировать профессионально-педагогическую культуру будущего учителя, создать условия для его саморазвития и самосовершенствования. В условиях вуза профессионально-прикладная физическая подготовка должна осуществляться в единстве с общей профилированной физической подготовкой, что позволит существенно повысить качество подготовки высококвалифицированных, конкурентоспособных специалистов в области физической культуры и спорта.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, физическая культура, студент, деятельность.

PROFESSIONAL AND APPLIED PHYSICAL TRAINING OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY STUDENTS

Mikhailova T.A., Elagina V.S.

South Ural State Humanitarian and Pedagogical University, Chelyabinsk, e-mail: V_275@mail.ru

The problem of physical fitness of future teachers of physical culture remains relevant, and the interest of scientists and practitioners in applied issues of physical education at a pedagogical university is constantly growing. The article actualizes the problem of the organization of professionally applied physical training of students at the university, which is considered as one of the subsystems of physical education. Professional and applied physical training of students contributes to the development of physical and professionally significant personality qualities of the future teacher of physical culture, as well as the formation of psychophysiological readiness for professional and pedagogical activity. The purpose of the work is to identify the peculiarities and nature of professionally applied physical training of students of a pedagogical university. The methodological basis of the study was diagnostic techniques, including observation, interviewing and questioning. The results of the ascertaining experiment made it possible to determine the aspects of the organization of professionally applied physical training at the university that are significant for students, its features, tasks and main components, the interaction of which will significantly increase the effectiveness of educational and professional activities, form the professional and pedagogical culture of the future teacher, his self-development and self-improvement. In the conditions of the university, professionally applied physical training should be carried out in unity with the general profiled physical training, which will significantly improve the quality of training of highly qualified, competitive specialists in the field of physical culture and sports.

Keywords: professional-applied physical training, physical education, student activities.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов сложилась как профилированная отрасль физической культуры, которая в современной системе высшего образования заняла важное место. В настоящее время ППФП реализуется в качестве раздела обязательного курса физического воспитания в педагогическом вузе, и его назначение заключается в подготовке будущих учителей к успешной профессионально-педагогической деятельности.

Занятия физической культурой и спортом, включенные в ППФП, не только направлены на физическое совершенствование человека, но и оказывают положительное влияние на его здоровье, трудоспособность, а также способствуют развитию профессионально значимых личностных качеств, психомоторных способностей, чувств и воли, мировоззренческих убеждений, творческой и общественной активности, повышению интереса и потребности в физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи профессионально-прикладной физической подготовки студентов во многом предопределены спецификой и профилем их будущей педагогической деятельности. У студентов необходимо сформировать практические (прикладные) знания и умения, воспитать требуемые для учителя психофизические (например, психоэмоциональную устойчивость, выносливость и др.) и профессионально значимые качества, непосредственно связанные с педагогической деятельностью.

Цель исследования: выявить особенности и характер профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов педагогического вуза – будущих учителей физической культуры.

Материалы и методы исследования. С целью изучения влияния средств профессионально-прикладной физической подготовки, условий и стиля жизни студентов, образовательной среды вуза, характера участия студентов в спорте, туризме и других формах самостоятельных занятий физической культурой и спортом на формирование физических и профессионально значимых качеств студентов были проведены анализ педагогической литературы по рассматриваемой проблеме, констатирующий педагогический эксперимент, изучение и обобщение педагогического опыта.

Для проведения констатирующего эксперимента использовалось анкетирование, в котором приняли участие 68 студентов 3-го и 4-го курсов Высшей школы физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет» г. Челябинска.

Результаты исследования и их обсуждение. Профессионально-прикладная физическая подготовка является одним из направлений подготовки будущих учителей физической культуры, которое многими педагогами и специалистами в области физической

культуры и спорта рассматривается как подсистема физического воспитания, направленная на подготовку человека к профессиональной деятельности средствами физической культуры.

По мнению В.А. Кутейникова, профессионально-прикладная физическая подготовка обеспечивает формирование и совершенствование качеств и свойств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессии [1]. Безусловно, данное направление подготовки оказывает влияние на успешность и эффективность педагогической деятельности будущего учителя физической культуры.

Изучение педагогической литературы по рассматриваемой проблеме убеждает нас в том, что проблема профессионально-прикладной подготовки будущих специалистов достаточно широко представлена в научных работах А.А. Бишаева [2], Г.Д. Иванова [3], В.С. Кузнецова [4], С.В. Федоровой [5] и др. Хочется отметить большое количество учебной литературы, направленной на организацию профессионально-прикладной физической подготовки студентов в вузах разного профиля.

Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов, считает В.С. Ежков, способствует положительному воздействию на развитие физических и профессионально значимых качеств, уровень совершенствования важнейших профессиональных психомоторных способностей студентов и является мощным активизатором мотивации физкультурно-спортивной деятельности [6].

Целью профессионально-прикладной физической подготовки студентов в вузе служит развитие умений поддерживать на оптимальном уровне свое психофизическое состояние, выработать функциональную и психоэмоциональную устойчивость в процессе профессиональной деятельности.

Следует отметить, что образовательная среда вуза представляет собой особенно благодатную сферу для наблюдения за формированием прикладных знаний, умений и навыков в процессе профессионально-прикладной физической подготовки будущих педагогов разного профиля педагогической деятельности.

При изучении специальных средств ППФП следует рассмотреть не только проблемы, связанные с необходимостью заботы об обеспечении и сохранении состояния здоровья, физической подготовленности студенческой молодежи, но и использование средств физической культуры и спорта для подготовки студента к профессионально-педагогической деятельности. Мы считаем, что процесс физического воспитания студентов вуза должен осуществляться с опорой на приобретаемые студентами прикладные знания, которые имеют непосредственную связь с будущей педагогической деятельностью в школе. Так, в период педагогической практики в школе студентам предлагаются задания, требующие знаний, способствующих формированию у них прикладных умений и навыков (организаторских,

инструкторских, судейских и др.), необходимых учителю физической культуры и спорта. Например, разработать план организации и проведения школьной спартакиады школьников 5–9-х классов или спортивного праздника; составить комплекс физических упражнений для проведения утренней гимнастики; составить фотовыставку спортивных достижений студентов и др.

В процессе физического воспитания следует учитывать возможности прикладных физических упражнений и разных видов спорта, способствующих выработке двигательных умений и совершенствованию психофизических качеств. Систематические самостоятельные занятия физической культурой или прикладными видами спорта в спортивных секциях, лагерях, сборах, способствуют не только формированию прикладных умений и навыков, но и воспитанию прикладных физических качеств.

Важным направлением профессионально-прикладной физической подготовки студентов являются мероприятия, ориентированные на оздоровительные силы природы и гигиенические факторы, направленные на воспитание качеств, обеспечивающих профессиональную деятельность в различных условиях. Участие в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятиях дает возможность не только развивать прикладные умения и навыки, но и сохранить (восстановить) здоровье, сформировать потребность в здоровом образе жизни.

Комплексное использование средств ППФП позволяет всесторонне развивать будущего специалиста, формировать профессионально значимые качества будущего учителя физической культуры и в целом повысить качество образовательного процесса.

Эффективность ППФП значительно повышается, если образовательные организации располагают вспомогательными средствами (различными тренажерами, техническими приспособлениями и др.), которые позволяют моделировать необходимый характер будущей профессионально-педагогической деятельности, а также условия, в которых данная деятельность осуществляется. Использование специальных технических средств на занятиях профессионально-прикладной направленности закладывает психофункциональные основы, способствует развитию двигательного аппарата, что обеспечивает успешность будущей профессиональной деятельности.

На этапе констатирующего эксперимента определялись факторы (особенности образовательной среды, местожителство студентов, их участие в спорте, туризме, взаимосвязь образа жизни студентов с имиджем современного специалиста в области физической культуры и др.), оказывающие влияние на формирование имиджа современного специалиста.

С этой целью в течение учебного года среди студентов Высшей школы физической культуры и спорта Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета проводились анкетирование, индивидуальные беседы, наблюдение. В эксперименте участвовали студенты 3-го и 4-го курсов.

Анализируя результаты проведенного исследования, мы пришли к заключению, что наиболее тренированными и мотивированными являются студенты 4-го курса, что находит свое выражение в успеваемости и большом количестве завоеванных спортивных мест, достижений в соревнованиях. Наибольшей популярностью среди студенческой молодежи пользуются студенческие спартакиады, проводимые в вузе. Более 80% респондентов занимаются различными видами спорта, многие из них активно и систематически посещали занятия спортом задолго до поступления в вуз. Большинство респондентов сходятся во мнении, что спортивные игры являются средством физического развития, способствуют нормализации психоэмоционального состояния и совершенствованию координации движений, формируют волевые качества (выносливость, настойчивость, эмоциональную устойчивость, силу воли, решительность и др.).

Следует отметить, что среди опрашиваемых встречаются студенты, которые только декларируют активное участие в различных видах физической культуры и спорта. В результате эксперимента обнаружилась группа студентов, отдающих предпочтение зрительской форме участия в спорте и занятиях физической культурой. Это явление характерно как для студентов 3-го курса, так и для студентов 4-го курса (50,0% и 45,0% соответственно).

Дифференциация предпочтений, касающихся занятий отдельными видами спорта, в исследованных студенческих совокупностях подтверждает, что на отношение к физической культуре в значительной степени влияют студенческая среда, система ценностей, сформированная школой и семьей. Опрос показал, что большая часть студентов положительно относятся к физической культуре и занятиям спортом (92,0% – 3-й курс, 98,0% – 4-й курс). В то же время 53,0% студентов не видят необходимости в специальных средствах ППФП, считая, что достаточно обычной физической культуры. Основными мотивами посещения занятий физической культурой они назвали такие, как: личный мотив, улучшение физического состояния, подготовка к профессионально-педагогической деятельности.

Наиболее значимым для студентов оказалось приобретение прикладных знаний о физической культуре и спорте. На вопрос: «Что нужно изменить в системе физического воспитания студентов в вузе?» из 15 предложенных вариантов ответа наиболее важными для них оказались следующие:

1) ввести в программу занятий виды спорта с оздоровительным, тренирующим и корректирующим эффектом;

2) использовать современные инвентарь и тренажерное оборудование, а также современные образовательные технологии;

3) разработать и использовать программу комплексного тестирования показателей физического развития и основных физических качеств в соответствии с возрастными стандартами;

4) сформировать комплекс мероприятий, позволяющих развивать профессионально-прикладную физическую культуру личности будущего специалиста;

5) создать условия в вузе для участия студентов в межвузовских соревнованиях, турнирах, первенствах, студенческих областных и региональных спартакиадах.

Далеко не полное представление результатов проведенного исследования среди студентов позволяет определить их отношение к общей физической и профессионально-прикладной физической подготовке, выявить ее особенности и учесть при организации физического воспитания студентов в вузе, которое в последнее время не всегда ими одобряется.

На наш взгляд, профессионально-прикладная физическая подготовка студентов должна осуществляться в единстве с общей физической подготовкой. Общеразвивающий характер занятий по общей физической подготовке в сочетании с занятиями профессионально-прикладного характера является средством всестороннего развития личности.

В практике педагогического вуза широко применяются прикладные виды спорта, ориентированные на развитие выносливости (бег на разные дистанции, плавание, туризм), сенсорно-моторной координации (баскетбол, волейбол, теннис, футбол и др.). На занятиях по общей физической подготовке проводятся упражнения профессионально-прикладной направленности (гимнастика, занятия на снарядах, прыжки, бег, спортивные игры и др.).

Применение средств физической культуры в ППФП является важным условием эффективной учебно-профессиональной деятельности, воспитания у будущего учителя профессионально-педагогической культуры, саморазвития и самосовершенствования. По профессионально-прикладной физической подготовке в вузе проводятся как теоретические, так и практические занятия. Целями теоретических занятий являются формирование прикладных теоретических знаний, а также формирование методических умений использования средств физической культуры на уроках и внеурочных занятиях в школе. На лекциях студенты знакомятся с формами и методами физического воспитания в школе, организационно-методическими положениями проведения познавательных туристских походов, массовых спортивных соревнований, а также методикой проведения уроков

физической культуры и внеклассных форм организации физического воспитания. На занятиях прикладного характера используются упражнения, ориентированные на формирование физических умений (бег, прыжки и др.) и общефизическую подготовку.

Достаточно серьезное внимание следует уделить вопросам техники безопасности. С этой целью организуются практические занятия, на которых рассматриваются вопросы, связанные с психофизиологическими и индивидуальными особенностями деятельности учителя, изменениями работоспособности в течение рабочего дня и др. Во внеаудиторное время студентам целесообразно предложить такие виды самостоятельных занятий, как занятия под руководством тренера в секциях, туристических клубах, выполнение самостоятельных упражнений по индивидуальной программе.

Таким образом, результатом профессионально-прикладной физической подготовки являются формирование у студентов системы научных знаний, умений и навыков прикладного характера, позволяющих качественно и быстро решать профессионально-педагогические задачи в повседневной деятельности; воспитание психофизиологических качеств (выносливости, силы, быстроты, гибкости, эмоциональной устойчивости и др.), проявление которых повышает эффективность педагогической деятельности учителя, а также развивает прикладные специальные качества, необходимые для поддержания, сохранения и развития здоровья.

Организация профессионально-прикладной физической подготовки студентов включает в себя:

- 1) разработку программно-информационного и учебно-методического обеспечения;
- 2) планирование наиболее эффективных форм учебных и внеучебных занятий физической культурой и спортом, в том числе и прикладного характера;
- 3) организацию дифференцированных групп студентов с учетом их физических возможностей и способностей, интересов, профессиональных запросов;
- 4) усиление тех компонентов профессионально-прикладной физической подготовки, которые способствуют развитию профессионально значимых физических качеств и связанных с ними способностей;
- 5) включение в профессионально-прикладную физическую подготовку студентов тренировочных занятий, а также занятий оздоровительной направленности;
- 6) привлечение студентов к прикладным видам спорта, а также к различным видам туризма (таким как походы, слеты, экскурсии).

В процессе профессионально-прикладной физической подготовки у студентов формируется система профессиональных ценностей, связанных со спецификой деятельности учителя: ценность здоровья, актуальность здорового образа жизни, двигательная активность,

ответственное отношение к занятиям физической культурой и иные, которые способствуют качественной подготовленности студентов к педагогической деятельности, отражают уровень общей и профессионально-педагогической культуры и компетентности.

Заключение. На протяжении последних десятилетий проблема физической подготовленности студентов остается актуальной и востребованной, возрастает интерес ученых и практиков к прикладным вопросам физического воспитания в педагогическом вузе. Несмотря на постоянное улучшение системы организации физического воспитания в вузах, она остается пока до конца не решенной. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов в вузе как подсистема физического воспитания наилучшим способом может обеспечить формирование и развитие физических и профессионально значимых качеств личности будущего учителя. Этому способствует оптимальное использование разнообразных средств физической культуры и спорта теоретической и практической направленности.

Организация профессионально-прикладной физической подготовки студентов в вузе позволяет существенно повысить качество подготовки высококвалифицированных, конкурентоспособных специалистов.

Список литературы

1. Кутейников В.А., Анохина А.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов, её задачи и средства // Молодой ученый. 2018. № 22 (208). С. 471-472.
2. Бишаев А.А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента. М.: КноРус, 2013. 304 с.
3. Иванов Г.Д. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Алма-Ата, 2017. 98 с.
4. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры. М.: Академия, 2013. 341 с.
5. Федорова С.В. «Профессионально-прикладная физическая подготовка: учебное пособие» 2019. 236 с.
6. Ежков В.С. Влияние занятий физической культурой на совершенствование профессионально важных качеств у студентов // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: материалы XII научно-практической конференции по проблемам физического воспитания учащихся. Коломна, 2002. С. 110-112.