

Е. В. Матухно

ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ СТАНОВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Описана инновационная технология становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности, которая легла в основу экспериментальной работы, проведенной на базе Комсомольского-на-Амуре государственного технического университета. Особенностью инновационной технологии становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности является комплексное использование традиционных, нетрадиционных оздоровительных средств на практических занятиях по физическому воспитанию в вузе и методов активного обучения, используемых на теоретических занятиях.

The article describes the innovative technology of physical culture formation for students with limited motor activity, which underlies the experiment conducted at Komsomolsk-on-Amur State Technical University. The distinctive feature of the innovative technology of physical culture formation for students with limited motor activity is a complex use of traditional and non-traditional recreational methods during practical physical training classes at universities as well as of active training methods during theoretical classes.

Ключевые слова: технология, низкий уровень двигательной активности, становление физической культуры, оздоровительные средства, методы активного обучения.

Keywords: technology, limited motor activity, physical culture formation, recreational methods, active training methods.

Преобразования в начале 90-х гг. XX в. и вступление России в рыночные отношения изменили социокультурную ситуацию в различных сферах жизнедеятельности. Не обошел стороной этот процесс и систему высшего образования. В обострившейся конкурентной борьбе на рынке образовательных услуг, когда главным критерием выступает качество образования, существенно возросли требования к профессиональной подготовке, а опосредованно — и к физическому воспитанию будущих специалистов. Традиционно сложившаяся система физического воспитания студентов с низким уровнем двигательной активности в вузах нефизкультурного профиля не всегда отвечает современным требованиям [2].

Сложившаяся неблагоприятная ситуация на кафедре физического воспитания КнАГТУ, а именно: спад посещаемости занятий по физическому воспитанию студентами, имеющими низкий уровень двигательной активности, до 30—40 %; негативное отношение к регламентирующему характеру учебных занятий по физической культуре, не позволяющее учитывать физкультурно-оздоровительные интересы и по-



требности занимающихся; снижение двигательной активности; низкий уровень знаний по дисциплине — все это послужило поводом для разработки инновационной технологии становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности. При составлении данной технологии учитывались индивидуальные особенности обучающихся, уровень физического здоровья и класс заболеваний.

Большое влияние на разработку инновационной технологии оказали работы исследователей, в которых определялось влияние комплексного применения традиционных и нетрадиционных оздоровительных средств на уровень физического состояния и работоспособности людей (В. Елисеев, 1987; В. Г. Ким, 1989; Э. Г. Булич, 1989; Е. А. Крапивина, 1991; Ю. М. Иванов, 1991; Л. В. Попадьяна, 1999; Г. А. Булатова, 2000; Т. П. Игнатьева, 2002; Э. Н. Антоненко, 2002 и др.).

Существует несколько точек зрения на классификацию педагогических технологий. Наиболее адекватной целям исследования представляется многомерная классификация Г. К. Селевко, позволяющая структурировать описание различных педагогических технологий, выделяя следующие компоненты: классификационные параметры, целевой компонент, особенности содержания образования, организационный и результативный компоненты [1, с. 26–27]. В соответствии с ней далее описывается проектируемая инновационная технология и рассматриваются классификационные параметры становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности:

- по уровню применения: общепедагогическая, частнопредметная;
- по философской основе: гуманистическая;
- по концепции усвоения: развивающая;
- по ориентации на личностные структуры: мотивационно-ценностная, когнитивно-рефлексивная, эмоционально-чувственная, физическая, волевая;
- по характеру содержания: обучающая, профессиональная, гуманистическая, комплексная;
- по организационным формам: индивидуальная, индивидуально-групповая;
- по подходу к обучающемуся: лично ориентированная.

Цель инновационной технологии заключается в становлении физической культуры студентов с низким УДА посредством включения их в целенаправленную физкультурно-оздоровительную деятельность в системе физического воспитания.

Данная инновационная технология становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности базируется на основополагающих научных взглядах и подходах, которые предлагаются отечественной педагогикой: системно-целостный подход, историко-социологический и лично ориентированный.

Реализация описываемой инновационной технологии становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности осуществляется в три этапа: первый этап — идентификация;



второй этап — индивидуализация; третий этап — актуализация. Все этапы строго определены и логически взаимодействуют.

Анализ образовательной программы подготовки студентов с низким уровнем двигательной активности и результаты экспериментальной работы позволили выделить наиболее значимые для становления физической культуры разделы учебной дисциплины «Физическая культура». К ним мы относим: теоретический, практический и самостоятельный разделы.

Формы организации педагогического процесса инновационной технологии становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности включают в себя нетрадиционные лекции, программированное обучение, технические средства обучения (ТСО), оздоровительную направленность легкой атлетики, нетрадиционных видов физических упражнений, дыхательные упражнения, доступные элементы игр и физических упражнений, самостоятельную работу.

Учебные занятия являются основной формой развития физической культуры. Виды учебных занятий: теоретические, практические, контрольные; индивидуальные и индивидуально-групповые дополнительные занятия; самостоятельные занятия под контролем преподавателя.

Внеучебные занятия включают физические упражнения и рекреационные мероприятия в режиме дня (утренняя зарядка и др.); массовые оздоровительные мероприятия (спортивные соревнования, физкультурные и профессиональные праздники).

В нашем вузе получили распространение такие формы организации учебной деятельности со студентами, имеющими низкий УДА, как физкультурно-оздоровительные группы. Физкультурно-оздоровительные группы (ФОГ) решают следующие задачи: вовлечение студентов с низким уровнем двигательной активности в регулярные занятия доступными физическими упражнениями; утверждение в коллективе вуза здорового образа жизни и на этой основе укрепление здоровья занимающихся, повышение уровня их общей работоспособности. ФОГ осуществляют также функцию пропаганды физической культуры, спорта, здорового образа жизни.

Учебно-методическим сопровождением реализации инновационной технологии является комплекс, состоящий из курса «Подготовка студентов к ведению физкультурно-оздоровительной деятельности через экологическое воспитание и образование» и учебных пособий «Мое здоровье — здоровье окружающих», «Самоменеджмент здоровья», «Физическая культура как фактор здорового образа жизни», «Оздоровительные основы доступных физических упражнений», а также методических пособий: «Дыхательные упражнения», «Оздоровительные системы Востока».

Наиболее эффективными методами обучения являются традиционные (рассказ, объяснение, работа по карточкам, работа с книгой), методы активного обучения (с целью формирования познавательного интереса к теории физической культуры) и методы физического воспитания.

К методам физического воспитания мы относим следующие:



- метод наглядности; применяется на начальном этапе разучивания упражнений нетрадиционных оздоровительных средств (элементы гимнастики хатха-йоги, китайская оздоровительная гимнастика бадуаньцин, гимнастика для рук и ладоней японского врача Иосиро Цуцуми);
- равномерный и переменный методы; применяются для совершенствования дыхательной и сердечно-сосудистой систем организма;
- фронтальный метод; используется в процессе выполнения нетрадиционных оздоровительных гимнастик.

В качестве основных средств становления физической культуры студентов с низким уровнем двигательной активности выделены следующие: доступные физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы. Их комплексное взаимодействие обеспечивает наибольший оздоровительный и развивающий эффект.

Результативный компонент инновационной технологии нацелен на поэтапное повышение уровня знаний по «Физической культуре» и двигательной активности студентов с низким уровнем двигательной активности за счет включения в целенаправленную физкультурно-оздоровительную деятельность в системе физического воспитания.

Обобщая вышесказанное, можно с уверенностью сказать, что предлагаемая инновационная технология становления физической культуры решает проблему создания, внедрения и культивирования новых форм организации физкультурно-оздоровительной деятельности для студентов технических вузов с низким уровнем двигательной активности.

Список литературы

1. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии: учебное пособие. М.: Изд-во МГУ, 1998. 156с.
2. Хакунов Н. Х. Физическая культура в системе образования. М.: Советский спорт, 1994. 132с.

Об авторе

Е. В. Матухно – канд. пед. наук, доц., Государственный технический университет, г. Комсомольск-на-Амуре, burbygina-vvv@mail.ru

Author

Dr. Ye. Matukhno, Associate Professor, Komsomolsk-on-Amur State Technical University, burbygina-vvv@mail.ru