

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ВУЗЕ: СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ

А.В. Боков, старший преподаватель

А.З. Искендерова, студент

Вятский государственный университет
(Россия, г. Киров)

DOI:10.24412/2500-1000-2022-11-1-130-134

***Аннотация.** В статье рассматриваются современные тенденции совершенствования учебной работы по предмету «Физическая культура» в вузе. Авторы приходят к выводу о том, что в нынешних условиях актуальным представляется пересмотр концептуальных основ преподавания дисциплины. Предлагается положить в основу учебной работы формирование у молодого поколения положительного и уважительного отношения к собственному телу, а также принимать во внимание интересы и увлечения студентов, выстраивать занятия с учетом запросов обучающихся. В этом случае вся система физической подготовки студентов будет восприниматься как лично значимый аспект обучения.*

***Ключевые слова:** физическая культура, физическое развитие, спорт, физическое здоровье, студенческая молодежь, тенденции.*

В современных условиях физической культуре и спорту, здоровому образу жизни уделяется особое значение, поскольку они оказывают исключительно положительное влияние на воспитание и гармоничное развитие молодого поколения как основы будущего общества. Предмет «Физическая культура» в высших учебных заведениях преследует своей основной целью сохранение и поддержание на достаточном уровне физического и ментального здоровья молодежи. При этом исследователи указывают на существование противоречия между необходимостью решения проблемы сохранения физического и ментального здоровья современной студенческой молодежи, с одной стороны, и недостаточно разработанной научно-теоретической и практической базой для внедрения соответствующих здоровьесберегающих условий, методик и технологий обучения, которые бы обеспечили устойчивое и гармоничное развитие физической и психической составляющей личности студентов [1].

Следовательно, актуальность рассмотрения современных тенденций к преподаванию физической культуры в условиях вуза обусловлена текущими общественными и социальными трансформациями, которые привели к появлению новых при-

оритетов в системе высшего образования в целом и в преподавании отдельных дисциплин, в частности.

В Федеральном государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования одной из компетенций, подлежащих овладению выпускниками, признается «приверженность к здоровому образу жизни, нацеленность на должный уровень физической подготовки», поскольку соответствующий уровень физической подготовки выступает фундаментом для успешной реализации будущим специалистом профессиональной деятельности [2]. В документе уточняется, что обучающиеся должны демонстрировать осознанную готовность достичь определенного уровня физической подготовки, который позволит им выполнять социальную и профессиональную деятельность активно, эффективно и в полном объеме [2]. Все это подтверждает высокое значение, которое регулярные занятия физической культурой и спортом имеют для студенческой молодежи как будущих специалистов в разных областях знаний, как основы эффективного и успешного общества в будущем. Именно сегодняшние студенты университетов будут определять векторы развития государства в ближайшие десятилетия. Уровень развития стра-

ны и общества будут зависеть не только от их компетенций как специалистов, но и от состояния физического и ментального здоровья, а также от отношения к здоровому образу жизни как жизненной позиции. Непременным условием успешного становления личности как профессионала является его активность, потребность в проявлении и демонстрации своих сил и потенциала – все это возможно только при условии соответствующей физической подготовленности.

Вопросы влияния физической культуры и спорта на физическое и ментальное состояние нации в целом и студентов, в частности, подробно изучены и раскрыты: к настоящему времени существует большое количество работ по этой теме. На основании эмпирических данных исследователи пришли к выводу, что методически правильно организованная работа при преподавании дисциплины «Физическая культура» обеспечивает исключительно положительно воздействие на жизненно важные аспекты функционирования человеческого организма [3]. Программа физического воспитания в условиях университета имеет своими приоритетами два направления: с одной стороны, это формирование физических способностей студентов, а с другой, выработка морально-волевых качеств, необходимых для эффективного осуществления профессиональной деятельности в будущем. Основу физической культуры составляет целенаправленная и целесообразная двигательная активность в форме физических упражнений, которые в своей совокупности способствуют эффективному формированию необходимых для человеческого организма физических способностей, оптимизации и поддержанию должного уровня состояния физического здоровья [4].

Физическая культура рассматривается исследователями как обязательный интегральный компонент общечеловеческой культуры. В соответствии с трактовкой Л.П. Матвеева под понятием «физическая культура» понимается «...культура оптимизации физического состояния и развития человека – оптимизации, осуществляемой на основе адекватно отлаженной в

данном отношении двигательной деятельности, а вместе с тем и как культуру содействия на этой основе психическому развитию личности в соответствии с запросами общества» [5].

Исследователи особо подчеркивают важность занятий физической культурой и спортом, которые обладают не только общеукрепляющим, но и терапевтическим потенциалом. Помимо укрепления и поддержания должного уровня состояния здоровья, регулярные занятия здоровьем способствуют развитию и совершенствованию у студентов всего многообразия социальных навыков, среди которых можно отметить такие умения, как успешно разрешать споры и противоречия, достигать эффективного межличностного взаимодействия [4]. Регулярные занятия физической культурой не только развивают двигательную активность и физическую силу, но и стимулируют соревновательный дух студентов, формируют навыки коммуникации в соревновательных условиях, адекватное соревновательное поведение. Физическая культура вносит значительный вклад в формирование профессионально важных качеств личности студентов как будущих специалистов, например, пунктуальности, ответственности за принятые решения, терпение, дисциплинированности, командного духа, умения работать в команде, принимать коллективные решения, уверенности студентов в себе, в своих силах – и все это благодаря типологическим особенностям спорта как деятельности [6]. Именно ввиду того, что физическая культура и спорт оказывают комплексное воздействие на гармоничное развитие личности студента, они играют важную роль в образовательном и воспитательном процессах в условиях университета [4].

Как отмечают в своей статье Д.Э. Шкирьянов, Ю.В. Гапонёнок и А.Н. Яковлев, успех в учебно-образовательной деятельности и жизненная активность человека достижимы только при условии должного состояния физического и ментального здоровья, физической подготовленности [1].

В работах ряда авторов (например, Е.Л. Зверевой) используется понятие «фи-

зическая культура личности», которое подчеркивает признание студента личностью, одним из основополагающих аспектов которых выступает положительное отношение к занятиям физической культурой и спортом. Это интегральное качество личности, а также определяющий фактор и предпосылка эффективной учебно-профессиональной деятельности студента,

показатель его профессиональной культуры в целом [7]. Иными словами, физическая культура личности, будучи одновременно процессом и результатом развития личности студента, выступает целью современного физкультурного образования в университете. Содержание понятия «физическая культура личности» можно представить в виде следующей схемы (рис. 1).

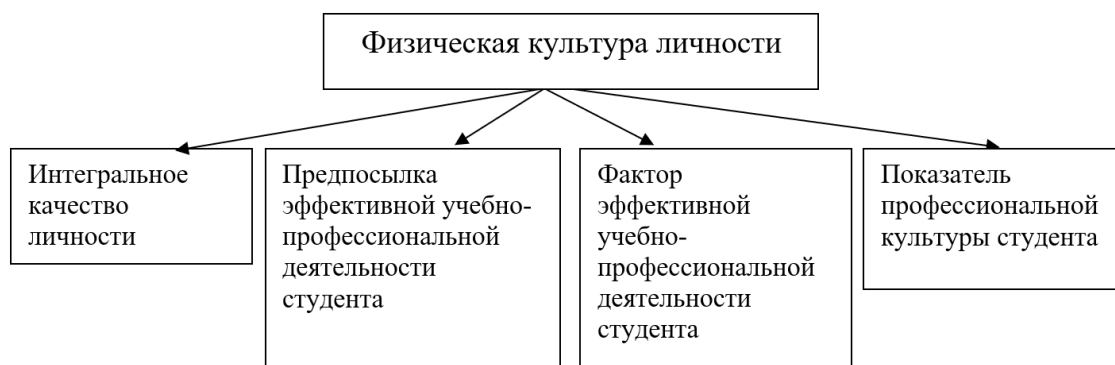


Рис. 1. Содержание понятия «физическая культура личности»

Одним из актуальных направлений совершенствования современной системы физической подготовки студенческой молодежи в вузах, эффективного формирования и развития физической культуры личности студентов выступает пересмотр концептуальных основ преподавания рассматриваемой дисциплины. Исследователи предлагают делать основной акцент на модуль тела. Иными словами, крайне важно сформировать у молодого поколения положительное и уважительное отношение к собственному телу, организму.

Кроме того, формирование положительного отношения к занятиям физической культурой возможно при условии учета интересов и увлечений самих студентов, выстраивания учебной работы и структуры самих занятий, исходя из запросов обучающихся. В этом случае вся система физической подготовки студентов будет восприниматься как личностно важный аспект обучения [1]. Актуальным в этой связи направлением в нынешних условиях выступает также адаптивная физическая культура, основной аудиторией которой являются студенты с особенностями физического развития. Адаптивная физическая культура рассматривается как общественно важное социальное явление,

ведущим приоритетом которого признается социализация личности человека с ограниченными возможностями, качественное повышение уровня его жизни, обеспечение комфортных условий обучения в университете. При таком подходе обучающиеся будут рассматривать занятия физической культурой и спортом как средство совершенствования физической формы, улучшения состояния здоровья, а также активно участвовать в совершенствовании среды для таких занятий.

Представляется возможным сформулировать следующие основные рекомендации, реализация которых, на наш взгляд, будет способствовать повышению эффективности познавательной деятельности студентов при прохождении курса физической культуры:

- 1) активно внедрять новые педагогические технологии в образовательный процесс при преподавании учебной дисциплины «Физическая культура»;
- 2) осуществлять модернизацию содержания обучения с учетом возможностей, интересов и запросов студентов;
- 3) указывать на взаимосвязь между состоянием физического и ментального здоровья, с одной стороны, и успешностью в овладеваемой профессией, с другой;

4) акцентировать внимание на потенциале занятий физической культурой и спортом для гармоничного развития и подготовки будущих специалистов, демонстрировать студентам разные техники и пути достижения соответствующей физической формы (игровые виды спорта, аэробика, черлидинг, фитнес и занятий под музыку и т.д.);

5) активнее развивать адаптивную физическую культуру, что позволит максимально охватить всю студенческую аудиторию.

Таким образом, был сформулирован вывод том, что достижение образовательных целей, стоящих перед современными вузами, возможно при условии внедрения в учебный процесс новой педагогической модели, основу которой составляет фор-

мирование у обучающихся уважительного отношения к своему телу, заботы о нем. Приоритетом данной модели выступает акцент на личности студента, его интересах, потребностях и запросах. Важно проводить работу по приобщению студенческой молодежи к физической культуре и спорту на регулярной основе, а также принимая во внимание не только особенности их профессиональной прикладной физической подготовки, но и личных предпочтений. Представляется необходимым интегрировать учебно-воспитательный процесс с занятиями физической культурой, поскольку они обладают огромным потенциалом в формировании жизненно важных качеств любого студента как успешного специалиста в своей предметной области в будущем.

Библиографический список

1. Шкирьянов Д.Э., Гапонёнок Ю.В., Яковлев А.Н. Международный электронный журнал. Устойчивое развитие: наука и практика / гл. ред. А.Е. Петров: Труды IV Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы физического воспитания и студенческого спорта» (3 февраля 2022 г., Государственный университет «Дубна», ФОК «Олимп»). – 2022. – № 32. – С. 85-92.

2. ФГОС ВПО по направлениям бакалавриата. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fgosvo.ru/fgosvpo/7/6/1/28> (дата обращения: 12.11.2022).

3. Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / под общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 528 с.

4. Sharm, A. Importance of Games and Sports in Student's Life. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://budingstar.com/blog/importance-games-sports-students-life/> (дата обращения: 12.11.2022).

5. Матвеев, Л.П. Интегративная тенденция в современном физкультуроведении // Теория и практика физической культуры. – 2003. – №5. – С. 17-19.

6. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учебное пособие. – М.: Академия, 2009. – 332 с.

7. Зверева Е.Л. Современные тенденции совершенствования обучения студентов физической культуре в спортивном ВУЗе // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2010. – №13. – С. 153-156.

PHYSICAL CULTURE AT THE UNIVERSITY: CURRENT TRENDS

A.V. Bokov, *Senior Lecturer*

A.Z. Iskenderova, *Student*

Vyatka State University

(Russia, Kirov)

***Abstract.** The article considers current trends in improving educational work on the subject “Physical Education” at the university. The author comes to the conclusion that in the present-day conditions it seems relevant to revise the conceptual foundations of teaching the discipline. It is proposed to base the educational work on the formation of a positive and respectful attitude towards one's own body among the younger generation, as well as to take into account the interests and hobbies of students, to build classes taking into account the needs of students. In this case, the entire system of physical training of students will be perceived as a personally important aspect of education.*

***Keywords:** physical culture, physical development, sports, physical health, student youth, trends.*