

ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

А.В. Боков, старший преподаватель
Вятский государственный университет
(Россия, г. Киров)

DOI: 10.24412/2500-1000-2023-6-2-110-114

Аннотация. Физическое воспитание студентов становится одной из главных задач высшего образования в соответствии с требованиями, предъявляемыми государством и обществом к развитию личности. В статье обуславливается необходимость внедрения инновационного подхода в физическом воспитании студентов вуза. Автором инновационный подход рассматривается как комплекс современных технологий, методов, средств и форм обучения, направленных на формирование физически развитой личности. Рассмотрены некоторые методы и технологии инновационного подхода в физическом воспитании студентов вуза: здоровьесберегающие технологии, спортивно-ориентированная технология, метод дифференцированного физкультурного образования, интерактивное обучение, информационно-коммуникационные технологии.

Ключевые слова: физическое воспитание, образовательный процесс, студент, инновационный подход, современные инновации.

За последние годы система образования существенно изменилась, и в условиях модернизации образования затронуты все ступени образования, включая высшие учебные заведения. В условиях модернизации системы высшего образования к выпускникам вузов предъявляются повышенные требования в части уровня образованности, нравственности, предприимчивости, которые обладают развитым чувством ответственности за судьбу страны, отличаются конструктивностью, мобильностью, креативностью, самостоятельностью в принятии ответственных решений в ситуации выбора.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) одной из задач процесса образования является формирование психологически и физически здоровой личности с высоким уровнем профессиональных умений, знаний и способностей. В связи с этим особую актуальность приобретает физическое воспитание, которое является неотъемлемой составной частью образовательного процесса.

Значимость физического воспитания также обусловлена современными исследованиями. В 2022 году Т.И. Бонько в Ир-

кутском государственном университете было проведено исследование по выявлению отношения студентов к физической культуре и здоровому образу жизни. Исследование показало, что на занятия физической культурой и спортом 21,7% студентов тратят менее часа, а 42,6% лишь 2-3 часа в неделю. Ежедневно занимаются спортом только 15% опрошенных. Оценка значимости занятий физической культурой в вузе показала, что, с одной стороны, более половины студентов (65,4%) к ним относятся положительно, однако, с другой стороны, физическая культура высших учебных заведений не способствует формированию привычки регулярно заниматься физической деятельностью; часть студентов (51,4%) ограничиваются 1-2 занятиями бегом в неделю или зарядкой, остальные (35,2%) 3-4 раза. Ежедневно занимаются спортом всего 9,3% студентов. Иными словами, современная организация занятий физической культурой и спортом, и в целом процесса образования оказывает незначительное влияние на физическое воспитание и привития потребности в занятиях спортом.

Решение данной проблемы предполагает повышение уровня физического воспитания у современного поколения и перехо-

да педагогов с традиционных подходов к обучению и воспитанию студентов к современному инновационному подходу. Освоение ценностей физической культуры наиболее эффективно в рамках такой учебной дисциплины, как «Физическая культура», которая становится фундаментом для целого блока компонентов, составляющих единство теоретического и практического освоения более абстрактного знания, ценностей и ориентиров.

Инновационный подход в физическом воспитании – это процесс обучения и воспитания, проектирующий и стимулирующий появление нового типа деятельности. В инновационном образовании комплексно используются современные формы, средства и методы обучения, что позволяет обеспечить наиболее творческий и продуктивный характер учебной деятельности. В процессе такого образования учебный процесс строится как диалог, при этом педагог становится не только организатором и руководителем, но и соучастником учебного процесса.

Инновационный подход к физическому воспитанию студентов высших учебных заведений включает в себя такие разнообразные формы и виды обучения, как:

1. Здоровьесберегающие технологии.
2. Спортивно-ориентированная технология.
3. Метод дифференцированного физкультурного образования.
4. Интерактивное обучение.
5. Информационно-коммуникационные технологии.

В здоровьесберегающей технологии сочетается физическая культура с общей системой высшего образования. Данная технология основана на оптимальном балансе между динамическими и статистическими нагрузками. Одной из главных направлений данных технологий – создать здоровый психологический климат. Данная технология в физическом воспитании играет значимую роль и является одной из наиболее значимых, так как ее основой выступают современные интерактивные методы обучения, используемые с целью наглядности, последовательное разучивание физических упражнений, нагрузки в соответ-

ствии с возрастом, оптимальное сочетание статистических и двигательных нагрузок, физический уровень подготовки студентов, состояние их здоровья. Педагог должен проводить занятия на свежем воздухе, соблюдать принцип индивидуального подхода по отношению к каждому студенту, организовывать благоприятную дружескую обстановку на занятиях, чередовать виды деятельности. Немаловажным моментом является то, что педагог в рамках такой технологии создает условия для заинтересованности студентов в посещении занятий, знакомится с результатами медицинских осмотров студента и учитывает их в процессе физического воспитания и образования.

Немаловажную роль в физическом воспитании играет спортивно-ориентированная технология, предполагающая, что занятия по физической культуре ориентированы на возможности, желания, способности студента и в целом на развитие его личности. Использование педагогами данной технологии на занятиях по физической культуре предполагает обучение студентов ценностям и значимости физической культуры и спорта, объединение студентов в учебно-тренировочные группы по уровню физической подготовленности, по притязаниям, потребностям и интересам обучающихся, по состоянию здоровья и другим индивидуальным характеристикам.

Метод дифференцированного физкультурного образования направлен на формирование методических умений и знаний, физических качеств, а также на управление образовательным процессом, который обеспечивает достижение физического совершенства. Данный метод обучения интересен тем, что целенаправленное физическое воспитание и развитие личности студента происходит за счет развития его индивидуальных способностей. В том случае, если студент не может выполнить упражнение, педагог проводит с ним индивидуальную работу. При оценке физической подготовленности важным становится учет не только абсолютного результата, но и его прироста. В связи с этим для формирования положительного отношения

к спорту и физической культуре в целом важно подчеркивать успехи каждого студента, даже самые незначительные.

Одной из наиболее современных и интересных технологий является интерактивное обучение, представляющее собой форму организации познавательной деятельности, способ познания, осуществляемый в форме совместной деятельности участников образовательного процесса: «студент-студент»; «студент-педагог». Цель такого обучения заключается в создании наиболее комфортных условий обучения для того, чтобы студент смог почувствовать свое интеллектуальное совершенство, успешность и уверенность в себе. Основа такого обучения – активный характер восприятия информации и положительные эмоции, получаемые студентом в процессе интерактивного обучения, а также взаимодействие друг с другом.

Посредством использования интерактивной технологии обучения на занятиях по физической культуре не только развивается креативное мышление, но и активизируется сознание и положительные эмоции, формируется положительное отношение к занятиям спортом и в целом к физической культуре. Информация для студентов подается в новом, необычном виде с использованием на практических занятиях физкультурой следующих педагогических приемов и форм работы: разрешение проблем («мозговой штурм», «дерево решений»); тренинги; обсуждение дискуссионных и сложных проблем и вопросов; дистанционное обучение; тестирование; интерактивные лекции; использование наглядных пособий, аудио- и видеоматериалов; социальные проекты и другие внеаудиторные методы обучения (фильмы, интервью, соревнования); использование общественных ресурсов (приглашение спортсменов); работа в малых группах; творческие задания и игры.

В инновационном подходе к физическому воспитанию студентов значимость приобретают и информационно-коммуникативных технологии, позволяющие организовать учебный процесс на более современном и новом уровне, обеспечивая полное усвоение учебного материала.

Использование данных технологии способствует появлению у студентов интереса к занятиям спорта и соблюдения здорового образа жизни.

На занятиях физической культуре применение и использование электронных презентаций помогает более нагляднее и подробнее предоставить теоретический материал, на который выделяется минимальное количество часов. Также педагог, используя презентации, может информативно и красочно преподнести биографии спортсменов, исторические события для повышения интереса студентов к физической культуре. Большой популярностью в процессе физического воспитания пользуются видеоролики различной тематики, начиная от тренировок до значимости здорового образа жизни и вреда здоровью от вредных привычек: «Спорт – это жизнь», «Я выбираю спорт», «Вредные привычки убивают мозг», «Дыши, двигайся, живи», «Живи ярко», «Достижения и победы спортсменов из народа», «Жизнь без наркотиков» и т.д.

Процесс организации занятий в рамках инновационного подхода должен сопровождаться привлечением автоматизированных систем для управления и контроля над тренировочным процессом, модулей виртуальной реальности, тренажерно-диагностических стендов, популярных сайтов, цифровых материалов, а также использованием современных средств подготовки (презентаций, компьютерного тестирования, дистанционных олимпиад, сетевых обществ и т.д.).

Особенно данная технология актуальна для работы со студентами, которые по состоянию здоровья освобождены от занятий по физической культуре или частично ограничены. Так, данная группа студентов пишут рефераты, доклады, делают различные презентации по физической культуре в соответствии с темами, представляемыми педагогом. Например, темы рефератов и докладов могут быть следующие: «Физическое воспитание в семье», «Здоровье женщины – здоровье нации», «Характеристика основных компонентов здорового образа жизни», «Виды физических нагрузок, их интенсивность», «Роль физических

упражнений в формировании ЗОЖ студенческой молодежи», «Влияние физических нагрузок на организм человека», «Самоконтроль эффективности самостоятельных занятий», «Физическая культура и спорт как социальные феномены воспитания» и т.д. Темы презентаций с целью физического воспитания могут быть направлены на изучение биографий спортсменов и их достижений: «Известные люди в спорте», «Футбольные звезды из народа», «Русские олимпийцы», «Великие спортсмены России», «Великие спортсмены и тренеры России», «История физической культуры», «Спорт – это жизнь», «Спорт в нашей жизни» и т.д. Интересной формой являются «выездные школы», которые реализуются посредством посещения коллективом крупных спортивных соревнований и фитнес-центров с целью интенсивного «погружения» в физкультурно-спортивную среду.

В рамках информационно-коммуникационных технологий также используется мобильное обучение, представляющее собой управляемую и организуемую педагогом физкультурную деятельность по интерактивному самообучению. Основой такого обучения является деятельность по физической культуре в условиях, когда студент имеет доступ с мобильного устройства к электронным образовательным ресурсам. Главное направление мобильного обучения – это сформировать физическую культуру личности студента.

Мобильное обучение также представляет собой процесс образования, основа которого – возможность получения или предоставления учебного материала или информации в любом формате, независимо от местонахождения пользователя. Данная организация процесса физического воспитания студентов предполагает создание в вузах организационно-педагогических условий, отвечающих за-

просам, интересам и потребностям студентов, а также техническому обеспечению учебных заведений. Мобильное обучение должно включать в себя механизм реализации мобильной технологии, критерии развития физической культуры и физического воспитания личности и рейтинговую систему ее оценивания, способы решения задач и постановку цели.

На основании вышесказанного можно сделать вывод о том, что реализация инновационного подхода в физическом воспитании личности в формате мобильного обучения обеспечивает:

- формирование практико-методических умений и получение теоретических знаний;
- оптимизацию стремления к здоровому образу жизни и индивидуальной физической активности;
- повышение мотивационного компонента у студентов к своему здоровью и физкультурной деятельности;
- поэтапное формирование у студентов физкультурно-оздоровительных знаний, стремления к самостоятельным занятиям спортом.

Таким образом, инновационный подход в физическом воспитании студентов высших учебных заведений представляет собой организацию воспитательного и учебного процесса с комплексным использованием различных технологий, методов, средств и форм обучения. Внедрение современных методов и технологий в физическое воспитание и обучение по сравнению с традиционными формами позволяет сделать учебный процесс более наглядным, интересным, способствует повышению результативности физкультурного образования, формированию потребности в самостоятельных занятиях спортом и физической деятельностью, положительного отношения к здоровому образу жизни.

Библиографический список

1. Бонько Т.И. Отношение студенческой молодежи к физической культуре и здоровому образу жизни / Т.И. Бонько, Т.И. Грабельных, О.А. Ницина // *Koinon*. – 2022. – Т. 3. – № 3-4. – С. 159-161. – DOI: 10.15826/koinon.2022.03.3.4.038
2. Зайцева А.Р. Новые инновационные технологии в физическом воспитании / А.Р. Зайцева, С.В. Плетцер, Е.В. Серженко // *Наука-2020*. – 2022. – №3 (57). – С.148-152.

3. Молоканов А.А. Инновации в преподавании физической культуры и спорта в вузе / А.А. Молоканов, И.С. Губанов, Д.И. Жиренко // Человек, экономика, социум: актуальные научные исследования: сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции (25 ноября 2020 года). – Белгород: ООО «Агентство перспективных научных исследований», 2020. – С. 110-114.

4. Москова М.С. Инновационные технологии в физическом воспитании студентов / М.С. Москова, С.П. Миронова // Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования: материалы III Международной научно-практической заочной студенческой конференции (21 марта 2016 г., г. Екатеринбург). – Екатеринбург: Рос. гос. проф. Пед. ун-т., 2016. – С. 186-189.

5. Сучков С.С. Инновационные и современные подходы к организации занятий физической культуры в вузе / С.С. Сучков, А.В. Краснобаева // Научный аспект. – 2019. – №1. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://na-journal.ru/1-2019-gumanitarnye-nauki/1473-innovacionnye-i-sovremennye-podhody-k-organizacii-zanyatiy-fizicheskoy-kultury-v-vuze>.

6. Шкляренко А.П. Инновационные подходы в организации физкультурной деятельности студентов в вузе / А.П. Шкляренко, А.А. Мазур // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – №52.

7. Яковлева В.Н. Физическое воспитание и физическая подготовленность студенческой молодежи / В.Н. Яковлева // Science Time. – 2014. – №9. – С. 254-261.

INNOVATIVE APPROACH IN PHYSICAL EDUCATION OF UNIVERSITY STUDENTS

A.V. Bokov, Senior Lecturer
Vyatka State University
(Russia, Kirov)

Abstract. *Physical education of students is becoming one of the main tasks of higher education in accordance with the requirements imposed by the state and society for personal development. The article determines the need to introduce an innovative approach in physical education of university students. The author considers the innovative approach as a complex of modern technologies, methods, means and forms of education aimed at the formation of a physically developed personality. Some methods and technologies of the innovative approach in physical education of university students are considered: health-saving technologies, sports-oriented technology, the method of differentiated physical education, interactive learning, information and communication technologies.*

Keywords: *physical education, educational process, student, innovative approach, modern innovations.*