
Секция 10.

ГУМАНИТАРНЫЕ АСПЕКТЫ СОЦИАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ

Подсекция 10-2

УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

И.П. Бездетко

Минский институт управления, г. Минск, Беларусь

kaffv@miu.by

Свои образовательные и развивающие функции физическая культура наиболее полно осуществляет в целенаправленном педагогическом процессе физического воспитания.

Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности.

Задачи физического воспитания:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей готовность студента к будущей профессии.

Учебная программа по физической культуре – это программный документ, определяющий для всех вузов основное содержание физического образования и воспитания, направленных на формирование личности студента.

Учебная программа содержит три раздела: теоретический, практический и контрольный.

Теоретический раздел. Материал раздела предусматривает овладение студентами системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования.

Практический раздел. Учебный материал данного раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, на формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение в ней личного опыта, обеспечивающего возможность самостоятельно, целенаправленно и творчески использовать средства физической культуры и спорта.

Контрольный раздел. Материал раздела направлен на дифференцированный и объективный учёт процесса и результатов учебной деятельности студентов. Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую информацию об уровне освоения теоретических, практических и методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности каждого студента. В качестве критериев результативности учебно-тренировочных занятий выступают зачётные требования и практические нормативы, изложенные в учебной программе для высших учебных заведений, а также дополнительные тесты, разрабатываемые кафедрой физического воспитания вуза с учётом специфики подготовки специалистов в данном учебном заведении.

Тесты проводятся в начале учебного года как контрольные, характеризующие физическую подготовленность при поступлении в вуз, и в конце года – как определяющие изменения за прошедший учебный период.

Физическое воспитание в вузе проводится на протяжении всего периода обучения студентов и осуществляется в многообразных формах, которые взаимосвязаны, дополняют друг друга и представляют собой единый процесс физического воспитания студентов.

Учебные занятия являются основной формой физического воспитания в высших учебных заведениях. Они планируются по всем специальностям, и их проведение обеспечивается преподавателями кафедр физического воспитания.

Физические упражнения в режиме дня направлены на укрепление здоровья, повышения умственной и физической работоспособности. Физкультурные и спортивные мероприятия направлены на широкое привлечение студенческой молодежи к регулярным занятиям физической культуры и спортом. У студентов, включенных в систематические занятия физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, наблюдается высокий жизненный тонус. Они в более коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, радуются социальному признанию, меньше боятся критики. Этой группе студентов в большей степени присущи чувство долга, собранность. Они успешно взаимодействуют в работе, требующей постоянства, напряжения, более находчивы, среди них чаще встречаются лидеры.

Формирование социально-активной личности в гармонии с физическим развитием – важное условие подготовки выпускника вуза к профессиональной деятельности в обществе.

Критериями оптимальности содержания учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» на уровне функционирования генеральной цели могут быть:

- его целостность, соответствие требованиям развития современного общества (чтобы средствами физической культуры решались проблемы социализации студенчества в условиях экономических и социальных реформ), удовлетворение потребности студента в физическом совершенствовании;
- соответствие содержания образования гендерным особенностям и физкультурным интересам студентов;
- возможность усвоения программных требований в рамках учебного времени;
- отражение международного и отечественного опыта (средства, формы и методы);
- соответствие содержания образования условиям конкретного вуза (учебно-материальная база, студенческий контингент, климат и т.д.).

Литература

1. Оздоровительная физическая культура: учеб. для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528 с.
2. Теория и методика физ. воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 4-е изд., стер. – М.: Издат. центр «Академия», 2006. – 480 с.
3. Физическая культура в учебном процессе вуза/ Т.М. Ерофеева. – М., 1995.
4. Теория и методика физ. культуры. учеб. для ин-тов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – М., 1991.
5. Физическое воспитание студенток / под ред. В.М. Михалени. – Минск: Дизайн ПРО, 1998.

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ АЭРОБИКОЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОК

Е.Н. Блашко, Н.И. Бучинская

Минский институт управления, г. Минск, Беларусь

kaffv@miu.by

Физическое воспитание занимает важное место в общекультурной и профессиональной подготовке современных студентов. Вопросы физической подготовки будущих специалистов и нахождение эффективных методов ее повышения являются актуальной проблемой и требуют углубленного изучения.

Анализ литературных источников показал, что данных о физической подготовленности девушек-студенток, занимающихся аэробикой очень мало. Этому вопросу посвящены лишь отдельные публикации, не дающие общей картины изменения уровня физической подготовленности студенток под влиянием занятий аэробикой.

Целью нашего исследования является определение влияния различных методик проведения занятий по аэробике на уровень физической подготовленности студенток, относящихся к основной медицинской группе.