

МРНТИ 77.01.01

СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УРОЧНОЙ ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

С.Ж. Сыздыкова

к.п.н. доцент НАО Медицинский университет Астана.

С.Н. Капанова,

старший преподаватель НАО Медицинский университет Астана.

А.А. Есеева,

старший преподаватель НАО Медицинский университет Астана.

Н.Н. Кожемякина,

старший преподаватель НАО Медицинский университет Астана.

▣ **Аннотация.** В статье рассматривается практика работы вузов по вопросам оптимальной направленности и планирования учебного курса по физическому воспитанию. В ходе анализа учебного процесса по физическому воспитанию рассмотрены содержание и проблемы направлений, сложившихся в практике работы вузов: оздоровительное, общей физической подготовки и спортивная специализация.

↔ **Ключевые слова:** физическая культура; студент; общая физическая подготовка, спортивная специализация, специальная медицинская группа.

Актуальность исследования.

Lesson Study – педагогический подход, Ухудшение здоровья студентов стало не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой. Состояние здоровья студенческой молодежи во многом определяется «школьной патологией». Однако в период обучения в колледжах и вузе уровень физического здоровья ещё более снижается, а число хронических больных ещё более из года в год возрастает. При получении профессионального образования отмечается значительно более высокая распространённость функциональных отклонений и хронических заболеваний на старших курсах по сравнению с первыми курсами: при этом выявлен быстрый рост распространённости хронических болезней по сравнению с функциональными отклонениями на одного студента в среднем приходится 1,5-3 диагноза [1].

Возникает ряд вопросов в связи с повышением роли образовательного процесса, направленного на качественно новую ступень развития физической культуры в высших учебных заведениях. Несомненно, есть многолетний опыт преподавания, традиции, отработанные приемы образовательного уровня, разработанные учебные программы, тесты и т.д. на основе Типовой программы по дисциплине «Физическая культура», утвержденная приказом министра

образования и науки Республики Казахстан от 31 октября 2018 года № 603 (изменения в редакции Министра науки и высшего образования РК от 13.12.2022 № 185) [2].

В редакции Типовой программы «Физическая культура» целью дисциплины является формирование социально-личностных компетенций студентов и способности целенаправленно использовать средства и методы физической культуры, обеспечивающие сохранение, укрепление здоровья для подготовки к профессиональной деятельности; к стойкому перенесению физических нагрузок, нервно-психических напряжений и неблагоприятных факторов в будущей трудовой деятельности [2].

За последние годы в практике работы казахстанских вузов вопросы оптимальной направленности и планирования учебного курса по физическому воспитанию являлись дискуссионным. Научные и практические исследования свидетельствуют о том, что физкультурно-спортивная деятельность еще не стала для студентов насущной потребностью. Эта проблема волнует многих ученых. Анализ теоретической литературы: Мадиева Г.Б.[3,4], Ботагариев Т.А., Тулегенов Е.К., Мамбетов Н.М., Аралбаев А.С.[5], Орехов Л.И [6], позволяет сделать вывод, что одним из эффективных путей привлечения молодежи к занятиям физической

культурой является: изучение мотивов, интересов, потребностей к активным занятиям физическими упражнениями; формирование необходимых знаний в данном направлении. Достижение этой важной цели некоторые авторы видят в возможности комплексного использования средств физической культуры и спорта для обеспечения не только физического, но и психического здоровья каждого студента, формируя тем самым его физическую культуру как неотъемлемый компонент общей культуры будущего специалиста.

Л.И. Орехов с соавторами делают правильное и своевременное замечание, что во многих вузах Казахстана организация учебного процесса по физическому воспитанию не соответствует современным требованиям. Авторы отмечают: «Нередко учебные занятия проводятся на низком уровне, не оказывая существенного влияния на позитивное изменение сознания студентов, формирование у них адекватных установок, устойчивых интересов к занятиям и убеждений в положительном влиянии двигательной активности на здоровье занимающихся». Высшее образование на современном этапе предполагает создание благоприятных условий для социального и культурного развития студенческой молодежи. Физическое воспитание, являясь «составной частью целостной системы вузовского процесса», направлено на выполнение социального заказа государства и призвано обеспечить подготовку физически крепкого специалиста, способного организовать и вести здоровый образ жизни [6].

Сравнив силлабусы наших казахстанских вузов приходим к выводу, что несмотря на требования Государственного общеобязательного стандарта высшего образования РК, типовой программы по физической культуре учебный процесс в вузах по физической культуре проходят в разных форматах, начиная от объёма часов, выделенных на дисциплину, распределение по группам, где может отсутствовать или присутствовать спортивное отделение, СМГ, недостаточная обеспеченность материально-технической базы по физической культуре.

Цель исследования – провести анализ состояния и проблем организации урочной формы физического воспитания студентов.

Методы исследования:

Анализ и обобщение литературных источников, программно-нормативных документов по физическому воспитанию в высших учебных заведениях.

Результаты исследования

Основной целью дисциплины «Физическая культура» в высших учебных заведениях является формирование социально-личностных компетенций студентов и способности целенаправленно использовать средства и методы физической культуры, обеспечивающие сохранение, укрепление здоровья для подготовки к профессиональной деятельности; к стойкому перенесению физических нагрузок, нервно-психических напряжений и неблагоприятных факторов в будущей трудовой деятельности. Это значит научить заботиться о своём здоровье в течении своей жизни!

В ходе изучения учебного процесса по физическому воспитанию проанализировано несколько направлений, сложившихся в практике работы вузов: оздоровительное, общей физической подготовки, и спортивная специализация.

В представленной статье мы хотим поделиться своим видением как же работать в рамках обновлённого содержания. Конечно каждый преподаватель при составлении учебно-методического комплекса дисциплины должен проявить творческий потенциал, предложить свои результаты обучения, выбор задания их критерии оценок и т.д.

Исходя из содержания Типовой программы, авторы статьи вывели следующие результаты обучения: На уровне знаний:

1) имеет представление о физической культуре как учебной дисциплине в системе образования Республики Казахстан, о основах здорового образа жизни (ЗОЖ), о естественно-научных основах физического воспитания, о современных оздоровительных системах и основах контроля физического состояния организма, о правилах техники безопасности на занятиях физической культуры и спорта; о профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП).

На уровне понимания и применения:

2) способен использовать практические умения и навыки по физической культуре, сохранения и укрепление здоровья, развития и совершенствования физических качеств;

3) способен применять методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий;

4) способен применить полученные знания по профессионально-прикладной физической культуре в течении трудовой деятельности.

На уровне синтеза, оценки, анализа:

5) способен контролировать и оценивать уровень своего физиологического состояния, физической и функциональной подготовленности;

6) способен участвовать в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях в период обучения, осуществлять помощь в организации соревнования и судействе.

Исходя из содержания Типовой программы мы (НАО МУА) рабочую программу по общей физической подготовленности разделили на 4 модуля:

Модуль 1. Общая физическая подготовка (развитие физических качеств) и специальная физическая подготовка (1 семестр)

Модуль 2. Виды спорта (2 семестр)

Модуль 3. Современные оздоровительные системы (3 семестр)

Модуль 4. Профессионально-прикладная физическая подготовка. (4 семестр). Каждый модуль проводится по семестрам. В итоговом контроле на 1-2 курсах нами разработаны контрольные нормативы по ОФП.

Анализируя выше сказанное, можно говорить о том, что при работе и составлении учебно-методического комплекса по дисциплине «Физическая культура» преподаватель должен понимать, что предмет физическая культура несёт основную задачу обучить студента хорошо ориентироваться в методиках здоровьесберегающих технологий, комплексах упражнений по ОФП и СФП, комплексах ППФК, в методиках контроля за своим собственным здоровьем.

Проблемы учебного процесса по физической культуре в вузах объективного характера:

- Спортивная база вузов устаревшая, существует со времен открытия вузов от 20-60 лет;

- В вузах не планировалось строительство бассейнов; легкоатлетических манежей; не во всех вузах есть стадионы, где можно заниматься легкой атлетикой.

- В ГОСО по учебной дисциплине «Физическая культура» запланировано 240 часов. В связи с академической свободой вузы сокращают часы. Например, во многих вузах на следующий учебный год планируют на практические часы отдать 30%, остальные часы СРО и СРОП.

- Отсутствует единая электронная база учебно-методических материалов по физической культуре в вузах.

К сожалению, не все университеты могут предложить занятия по спортивной специализации, так как организация деятельности в спортивных отделениях требует развитой базы спортивных сооружений, материальных затрат на покупку и обновление спортивного инвентаря при его износе.

В Национальных вузах республики, таких как Казахский национальный университет имени аль-Фараби, Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, Назарбаев университет занятия физической культурой проводятся по избранным видам спорта, где соответствует материально-техническая база физической культуры и спорта.

Спортивное учебное отделение формируется из числа студентов, показавших хорошую физическую подготовленность, как общую, так и специальную, и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям избранным видом спорта. При распределении в спортивное отделение учитываются наличие у студента спортивного разряда или звания, а также его желание заниматься определенным видом спорта и совершенствовать свое спортивное мастерство. Численность учебных групп спортивного отделения определяется спецификой вида спорта, спортивной квалификацией занимающихся и реальными условиями вуза для проведения учебно-тренировочного процесса. Студенты групп спортивного совершенствования, имеющие высокую спортивную квалификацию, освобождаются от сдачи контрольных нормативов. Оценивание обучения в спортивном отделении идет по разделам: ОФП, СФП, техническая, тактическая подготовка в избранном виде спорта, выступления на соревнованиях [3].

Но при организации учебного процесса в спортивном отделении, также есть проблема, связанная с организацией соревнований за пределами вуза.

На начало учебного года студенты предоставляют на кафедру физической культуры результаты медицинского осмотра по допуску к занятиям и определению в физкультурную группу (основную, специальную).

Студенты, имеющие определенные отклонения в состоянии здоровья, переводятся в специальную медицинскую группу по назначению медицинской комиссии. В программный материал входят обще развивающие, профилактические и коррекционные упражнения. Двигательные режимы со студентами с ослабленным здоровьем

рекомендуется выполнять при ЧСС 120—130 уд./мин с постепенным увеличением интенсивности физических нагрузок в основной части урока и частоты пульса до 140—150 уд./мин. Двигательные режимы при ЧСС 130—150 уд./мин являются оптимальными для кардиореспираторной системы в условиях аэробного дыхания и дают хороший тренирующий эффект [7]. В основном физическое воспитание в СМГ проводятся в медицинских вузах. Одной из проблем организации занятий по физическому воспитанию студентов, относящихся по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, является замена практических занятий теоретическими, защитой рефератов по ЛФК по соответствующим заболеваниям.

Причиной является, отсутствие в вузе ППС, имеющих компетенции в работе со студентами с отклонениями в состоянии здоровья, отсутствие материально-технической спортивной базы, перегруженность спортивных залов.

Выводы

Выдвижение проблемы здоровья студентов в число приоритетных задач общественного развития личности обуславливает актуальность изучения состояния физического воспитания в вузах, изучение проблем постановки учебного процесса, связанные с материально-технической обеспеченностью, академической свободой вузов, которые приводят к сокращению практических часов. Актуальны вопросы повышения квалификации преподавателей физической культуры вузов.

Физическая культура в вузах состоит не только из урочной формы, но и спортивно-массовой, физкультурно-оздоровительной, в которых студенты участвуют по желанию и состоянию здоровья. Поэтому важно заложить фундамент физической подготовленности, мотивацию к занятиям физической культуры на практических занятиях, то есть в урочной форме.

Важно обсуждать проблемы физического воспитания не только на заседаниях кафедры, где можно решать вопросы учебно-методического комплекса дисциплины, но и подавать заявки на прохождение курсов повышения квалификации, обсуждать проблемы на заседаниях ученого совета, ректората, РУМЦ по физической культуре.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. **Каусова Г.К., Уразиманова Г.С.** Медико-социальная оценка состояния здоровья и оптимизация медицинской помощи студентам (общий обзор) // Вестник КазНМУ №4 -2017 г., - стр 295-300
2. Приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 31 октября 2018 года № 603 от 31 октября 2018 года № 17651. Об утверждении типовых учебных программ цикла общеобразовательных дисциплин для организаций высшего и (или) послевузовского образования.
3. **Мадиева Г.Б.** Физическая культура в высших учебных заведениях: монография / Г.Б. Мадиева. – Алматы: Қазақ университеті, 2018. – 200 с.
4. **Ниязов А.Т., Мадиева Г.Б., Милашюс К.** Организация учебного процесса по физической культуре с учетом особенностей интересов, мотивации и потребностей студентов. Материалы VI Международной научно-практической конференции. Под редакцией Р.А. Юсупова, Б.А. Акишина. Казань, 2020, -стр. 260-262
5. **Ботагариев Т.А., Тулегенов Е.К., Мамбетов Н.М., Аралбаев А.С.** Физическое воспитание в вузе: учебное пособие. – Алматы: ССК, 2018 г. - 256с.
6. **Орехов Л.И., Бозтаев Ж.Б., Караваева Е.Л.** Системный подход при формировании здорового образа жизни студентов и выборе приоритетов в физическом воспитании // Вестник физической культуры. Научно-практический журнал, № 2. – Алматы, 2001. – С. 21-25
7. **Сливкина Н.В., Сыздыкова С.Ж., Шаканов Д.Р.:** учебное пособие. Организация занятий по физическому воспитанию со студентами специальной медицинской группы. – Астана: 2012год. - 51 с.