

Литература.

1. Кузнецов, В. С. *Теория и методика физической культуры: учеб. для студентов высш. проф. образования / В. С. Кузнецов.* – М.: Академия, 2012. – 410 с.
2. Холодов, Ж. К. *Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов.* – 12-е изд., испр. – М.: Академия, 2014. – 478 с.
3. *Основы методик дошкольного образования. Краткий курс лекций: учеб. пособие / О. Н. Анципирович [и др.].* – Минск: Новое знание; М.: ИНФРА-М, 2016. – 389 с.

УДК 378.172: [796:001.895]

ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ, СРЕДСТВА И ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

Шайдоров М.С., Вильчинская А.К., научный руководитель **Минин А.С.**

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет», г. Витебск, Республика Беларусь

Аннотация. Применение инновационных технологий в системе физкультурного образования в вузе повышает эффективность и качество занятий по физической культуре в современных условиях. Освоение содержания инновационных технологий обеспечивает специфику высокой степени готовности к социально-профессиональной деятельности преподавателя и студента. Внедрение теоретико-методологических основ образовательных технологий в педагогическую деятельность преподавателя, изменение форм, методов и содержания обучения формирует соответствующие мотивации и интересы к физкультурно-спортивной деятельности.

Ключевые слова: физическая культура, студенты, инновационные педагогические технологии, модульно-рейтинговая система, учебно-методический комплекс.

Актуальность. Занятия физической культурой и спортом, любительское выполнение физических упражнений, фитнес бесспорно являются необходимыми для поддержания здоровья человека, т.к. благодаря физической деятельности улучшается состояние нервной, сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата, повышается иммунитет и даже в эмоциональном плане происходят положительные изменения. Особенно важно это в современном «оцифрованном» мире, поскольку в настоящее время, в связи с развитием технологий и «облегчением» жизни с помощью этих технологий, всё чаще встречается такое явление как гиподинамия – малоподвижный образ жизни.

Цель исследования. Изучить инновационные формы, средства и технологии в физическом воспитании студентов, их влияние на уровень физического воспитания студентов.

Организация и методы исследования. Проведения анкетирования на тему «Актуальность и эффективность инновационных форм, средств и технологий в физическом воспитании» среди студентов 1-4 курсов ВУЗа. В анкетировании приняли участие 65 студентов. Анализ собранной информации, подведение итогов на основе результатов анкетирования.

Результаты исследования и их обсуждение. На рисунке 1 представлены результаты анкетирования. В анкете был проведен опрос на тему «Необходимы ли инновационные формы, средства и технологии в физическом воспитании студентов?», «Отношение к нововведениям в программе физического воспитания студентов», «Какие инновации хотели бы видеть в физическом воспитании студентов нашего ВУЗа?».

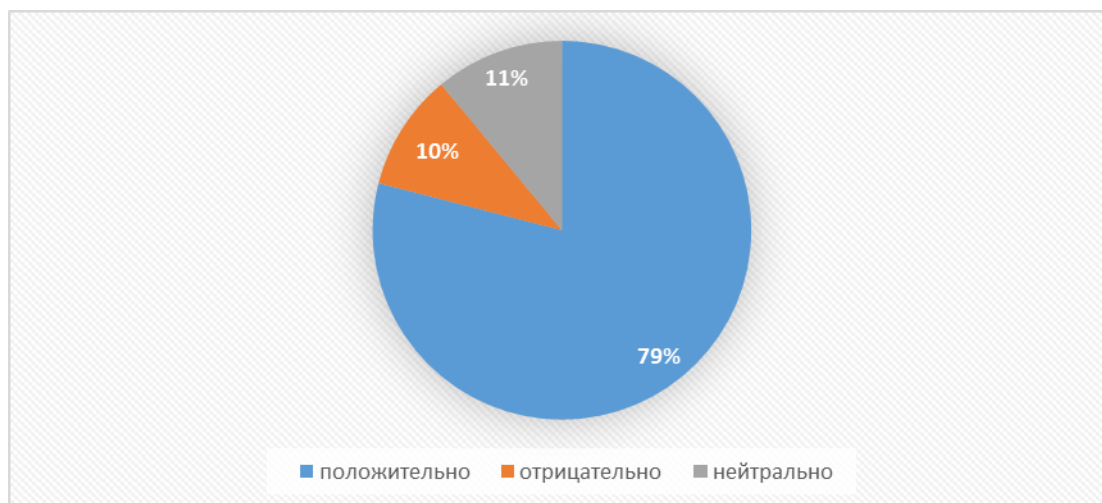


Рисунок – результаты анкетирования студентов 1-4 курсов ВУЗа

Современные технологии в физкультурном образовании направлены на поиски оптимумов физической активности и физкультурных знаний человека. Они должны обеспечивать системный подход к подготовке специалистов на базе современных достижений теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки, соответствующих современному уровню развития знаний, реальным образовательным задачам обучающихся, развивающимся потребностям общества. Процесс реализации этих технологий предусматривает прежде всего повышение педагогического профессионализма в сфере физической культуры, что невозможно без освоения преподавателями различных типов и видов образовательных технологий.

Создание новых видов физической культуры, усовершенствование технологий, являются приоритетными направлениями научно-технического процесса, что обеспечивает медикаментозную базу и безопасность занимающихся. Важнейшую роль играют инновационные методики подготовки кадров и информационное обеспечение образовательных учреждений, связанных с физической культурой. Тема инноваций в педагогической деятельности педагогов по физической культуре очень актуальна на сегодняшний момент. В этой связи целесообразно говорить о выстраивании модели инновационного развития физического воспитания, которая выстраивает взаимосвязь предметных знаний и профессиональных технологий, формирует инновационное мышление. Новые знания и умения, влияют на повышение качества обучения с последующим ее применением на практике. Под педагогической технологией понимается проект учебно-воспитательного процесса как модель этого процесса, как закономерности и принципы его организации. Проект как система учебно-воспитательного процесса представляет собой совокупность методов, средств, операций, приемов, условий, форм его организации. Целью физического воспитания студентов является формирование культурной личности. Направлена на повышение у них уровня физических качеств и морфофункциональных показателей.

Инновации в педагогическом процессе по дисциплине «физическая культура и спорт» основаны на следующих технологиях:

1. Здоровьесберегающая
2. Спортивно-ориентированная
3. Технология дифференцированного физкультурного образования
4. Интерактивное обучение

Рассмотрим эти технологии подробнее.

Здоровьесбережение нацелено на гармоничное сочетание физической культурой с общей системой образования и основано на балансе между статическими и динамическими нагрузками. Одним из основных принципов данной технологии является создание здорового

психологического климата, в котором будет комфортно всем студентам, вне зависимости от их физической подготовки и индивидуальных характеристик.

Помимо гармоничного сочетания двигательных и статических нагрузок, здоровьесберегающие образовательные технологии основаны на возрастных особенностях студентов, принципе постепенного возрастания нагрузки и последовательного разучивания упражнений, чередовании видов деятельности, создании благоприятной обстановки на занятии, тщательно продуманной дозировки заданий с учётом индивидуального подхода к каждому студенту. Также учитывается ведение занятий на свежем воздухе [1].

Немаловажно уделить внимание распределению учебных часов. При распределении учебных часов должно учитываться наличие занятий по физической культуре в назначенный учебный день, чтобы студенты не перенапрягались до и после занятий физической культуры. Рекомендуются сократить количество часов по другим дисциплинам с целью сохранения энергии и сил у студентов [3].

Преподавателю в рамках такой технологии необходимо ознакомиться с результатами медицинских осмотров студента, учитывать их в образовательном процессе, создать условия для заинтересованности студентов в посещении занятий.

Ещё одной образовательной технологией, тесно связанной с предыдущей, является спортивно-ориентированная. Занятия по рассматриваемой дисциплине в настоящее время должны быть ориентированы на личность студента, его способности, желания и возможности. Данная технология преподавания гарантирует как можно большие возможности для обучения студентов ценностям физической культуры и спорта, при этом учитывая задатки студента, его личностные установки, потребности и интересы, уровень физического развития и подготовленности и состояние здоровья. Спортивно-ориентированная технология предполагает объединение обучающихся в учебно-тренировочные группы, идентичные по интересам, потребностям, притязаниям, уровню физической подготовленности и иным индивидуальным характеристикам.

Для эффективного применения рассматриваемой технологии необходимо правильно дозировать физические нагрузки и тем самым регулировать интенсивность их воздействия на организм [2].

Всё перечисленное способствует формированию атмосферы заинтересованности каждого студента в работе группы, созданию условий для улучшения физической подготовленности студентов.

Следующая методика носит название «технология дифференцированного физкультурного образования», сокращённо – ТДФО. Она подразумевает целенаправленное физическое формирование человека благодаря развитию его индивидуальных способностей. В состав ТДФО входят педагогические технологии дифференцированного обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний, методических умений, технологий управления образовательным процессом, обеспечивающих достижение физического совершенства. Обучение двигательным действиям подразумевает целостный метод с последующей дифференциацией, т.е. выделяются детали техники и разделяются по сложности, затем объединяются в зависимости от уровня физической подготовленности обучающихся, с целью более качественного выполнения упражнения [4].

Интерактивное обучение заключается в создании комфортных условий обучения, при которых студент чувствует свою успешность, свое интеллектуальное совершенство, уверен в себе, и это делает продуктивным весь образовательный процесс. Метод основан на активном характере восприятия информации – когда человек испытывает положительные эмоции, он легче создаёт «карты восприятия», а те, в свою очередь, оказываются более качественными. Интерактивная технология активизирует эмоции, сознание, развивает креативное мышление. Подбирать физические упражнения следует дифференцированно, используя принципы постепенности, систематичности и доступности. Процесс овладения двигательными умениями и навыками студентами также зависит от их сознательности, активности и

профессионального мастерства преподавателя [4].

Заключение. Таким образом, на сегодняшний день инновации в преподавании физической культуры и спорта являются актуальными, т.к. увеличивается процент студентов, которые имеют какие-либо ограничения по состоянию здоровья или особые предписания врача. Также ещё одной причиной актуальности можно считать незаинтересованность, скептическое отношение части студентов в занятиях физической культурой. По этим причинам необходимо внедрение инноваций в преподавании данной дисциплины с учётом индивидуальных характеристик студентов. Например, из-за разницы в физической подготовке или же по состоянию здоровья не каждый студент способен легко пробежать 100 метров и тем самым сдать норматив наравне со своими сверстниками, другому студенту по субъективным причинам или, опять же, в силу его неподготовленности может быть некомфортно заниматься баскетболом, волейболом или выполнять определённый вид упражнений. Это необходимо учитывать, чтобы создать максимально комфортные условия для студентов и при этом увеличить эффективность занятий физической культурой, повысить интерес студентов к образовательному процессу по этой дисциплине.

Литература.

1. Васенков, Н.В. *Инновационные методы преподавания физической культуры в вузе/ Н.В.Васенков, Э.Ш. Миннибаев // Современные тенденции развития науки и технологий, 2016. –№ 10-7. – С. 72-75.*

2. *Веровский, А.А. Система организации спортивного ориентирования студентов вузов в процессе физического воспитания/ А.А. Веровский, А.Б. Габибов, А.А. Молоканов, И.С. Губанов//Образование, культура и личность в современном российском обществе Материалы всероссийской научно-практической конференции, 2018. – С. 88-91.*

3. *Пермяков, О.М. Проблема негативного отношения студентов к занятиям физической культурой и пути ее решения/ О.М. Пермяков //Novainfo,2018. – №81. – URL: <https://novainfo.ru/article/14813> (дата обращения: 01.12.2022)*

4. *Сучков, С.Л. Инновационные и современные подходы к организации занятий физической культуры в вузе/ С.Л. Сучков, А.В. Краснобаева// Научный аспект, 2019. – №1. – 170 с.*

УДК 796-057.875

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МЕТОДЫ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СРЕДИ СТУДЕНТОВ

Шарупская В.С.; Вашкевич В.И.

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»,
г. Гродно, Республика Беларусь

Физическая культура имеет огромное значение в жизни современного общества. Наряду с правильным питанием, режимом сна, гигиеной и т.п., физическая активность является одним из важнейших аспектов формирования крепкого здоровья.

Ценность физической культуры давно доказана и не подвергается сомнению. Умеренная физическая активность формирует и развивает в человеке волю, ответственность, целеустремлённость и самодисциплину. Помимо черт характера, она положительно влияет на физические качества человека. Наше физическое состояние тесно сопряжено с нашими достижениями. Люди, регулярно занимающиеся физическими упражнениями, имеют преимущество перед другими. У людей, занимающихся активной физической работой, наблюдается возрастание уровня физической работоспособности, выносливости;