

В. А. Лопатин¹✉

Поиск компетентного подхода в преподавании физической культуры в вузе

¹ Сибирский государственный университет геосистем и технологий,
г. Новосибирск, Российская Федерация
e-mail: 777_valery@mail.ru

Аннотация. В статье автор показывает предмет Физическая культура с точки зрения и восприятия его студентом высшего учебного заведения. Гипотетически предполагается определить недостаточность современных форм преподавания. С помощью, анализа, анкетирования, дискута и фокус – групп выясняется отношение к физической культуре у студентов. Обозначены проблемы обучающихся студентов в погружении в этот предмет. Зафиксировано внимание на оздоровительной, генеральной цели занятий физической культурой. Показаны возможные стратегии в углублении компетенций студентов на занятиях физической культурой с помощью междисциплинарного симбиоза и познания механизмов функционирования человеческого организма.

Ключевые слова: здоровье, физическая культура, оздоровительные мероприятия

V. A. Lopatin¹✉

The search for a competent approach in teaching physical education at the university

¹ Siberian State University of Geosystems and Technologies,
Novosibirsk, Russian Federation
e-mail: 777_valery@mail.ru

Annotation. In the article, the author shows the subject of Physical education from the point of view and perception of it by a student of a higher educational institution. Hypothetically, it is supposed to determine the insufficiency of modern forms of teaching. With the help of analysis. The students' attitude to physical culture is clarified through questionnaires, discussions and focus groups. The problems of students studying in immersion in this subject are outlined. Attention is focused on the health-improving, general purpose of physical education classes. Possible strategies for deepening students' competencies in physical education classes through interdisciplinary symbiosis and knowledge of the mechanisms of functioning of the human body are shown.

Keywords: health, physical education, recreational activities

Введение

В данной статье рассматривается проблема воспитания здоровьесбережения у студентов в вузе, сохранения активности на академических занятиях, повышение мотивации и работоспособности. Выдвинута гипотеза, что физическая культура, уходящая корнями в глубокое прошлое, своими наработками тормозит инновационные подходы в реабилитационно-оздоровительных мероприятиях. Рассмотрены причины застоя в современном подходе к предмету «Физическая куль-

тура». Обозначены назревшие изменения комплексной программы обучения. Проведён анализ слабой физической подготовки у юношей и девушек с развитием цивилизации и научно-технического прогресса, пути поиска новых решений. Исследована заинтересованность обучающихся в сознательном изучении источников литературы, раскрывающих принципы оздоровительной и лечебной физкультуры.

Методы и материалы

Для изучения вовлеченности студентов в освоение прикладных аспектов оздоровительной и лечебной физической культуры был применен комплексный методологический подход, включающий анкетирование, проведение фокус-групп, дискуссии и аналитические процедуры.

Анкетирование осуществлялось с использованием специально разработанного инструментария, включающего вопросы, направленные на оценку уровня информированности студентов о принципах оздоровительной физической культуры, их мотивации к занятиям физическими упражнениями, предпочтениях в выборе видов физической активности, а также на оценку эффективности существующих программ физической культуры в университете.

Анкета была анонимной и распространялась среди студентов всех институтов университета. Обработано более 200 анкет. Результаты получены с помощью статистического анализа. Просмотрены фокус-группы с участием студентов (по 8 – 10 человек в группе), представляющих различные уровни физической подготовки и мотивации к занятиям физической культурой и спортом. Проведены дискуссии в группах.

Результаты

Результаты анкетирования показали низкий уровень осведомленности студентов о принципах оздоровительной и лечебной физкультуры, только 17 % респондентов смогли озвучить 2-3 принципа физического воспитания (систематичность, оздоровление, постепенность) с помощью наводящих вопросов преподавателя [1]. В слабой и волнообразной мотивации к самостоятельным занятиям признались 48 % опрошенных. Многие студенты испытывают трудности с выбором подходящих видов физической активности, таких выявилось 23 %. Об отсутствии навыка в организации самостоятельного занятия физическими упражнениями сказали 32 %. Посещают занятия для здоровья 18 % опрошенных, 68 % – для получения зачёта. На тренировочные занятия по различным видам спорта для получения зачёта ходят 12 % и 6 % посещают с целью повышения спортивного мастерства.

В ходе обсуждений были определены ключевые препятствия и факторы, мотивирующие студентов заниматься спортом, а также разработаны рекомендации по совершенствованию программ физического развития. В ходе обсуждения, 64 % участников сослались на большую занятость в процессе обучения в вузе, необходимость работать и отсутствие энергии, необходимой для здорового образа жизни. Стимуляторами движения и познания своего здоровья были выдвинуты:

желание соответствовать современным эталонам красивого, здорового человека и желание быть «как все», «ходить на спорт». Фокус-группы подтвердили эти данные, выявив ряд факторов, снижающих мотивацию: нехватка времени, отсутствие интереса к предлагаемым видам спорта и неудобный график занятий.

Проведен анализ действующих программ физической культуры в вузе, сравнение их с современными методическими рекомендациями и лучшими мировыми практиками. Анализ эффективности программ осуществлялся на основе изучения информации о физической форме учащихся (тесты на выносливость, силу, гибкость), а также их удовлетворённости занятиями и изменений в состоянии здоровья. Выяснилось, что существующие программы не в полной мере учитывают индивидуальные особенности студентов и не связаны с другими предметами, такими как анатомия и психология, которые способствуют формированию здорового образа жизни [2].

Обсуждение

Современная стратегия физической культуры в вузе нуждается в кардинальной модернизации. Необходимо перейти от традиционной модели общефизической подготовки к индивидуализированному подходу, учитывающему потребности и возможности каждого студента [3]. Предлагается внедрить инновационные методы обучения, использовать интерактивные технологии, развивать мотивацию студентов через игровые формы занятий и включение в программы интересных и доступных видов спорта. Важно также усилить образовательную компоненту предмета «Физическая культура», сосредоточившись на принципах оздоровительной и лечебной физкультуры, профилактике заболеваний и формировании навыков здорового образа жизни [4]. Необходима тесная коллаборация с другими подразделениями вуза (медицинская служба, пункты питания, психологическая служба, геодезический полигон) для создания широкой системы здоровьесбережения студентов СГУГиТ. Внедрение системы мониторинга здоровья студентов позволит своевременно выявлять проблемы и принимать необходимые меры по их предотвращению. Реализация предложенных рекомендаций позволит повысить эффективность процесса физического воспитания в вузе и будет способствовать формированию здорового и активного образа жизни у студенческой молодёжи. Формирование здорового человека, улучшение его физических и умственных возможностей – актуальная цель физического воспитания во все времена. Реализация оздоровительных мер происходит на академических занятиях в вузе, где повышается работоспособность и социальная активность в сохранении здоровья [5]. Укрепление здоровья молодёжи с помощью системы физического воспитания, как важнейшей задачи направлено на гармоничное, функциональное состояние организма.

Заключение

Таким образом, становится очевидным факт, что в образовательном процессе произошёл перекосяк в сторону развития силы, скорости, координации движений, а вопрос о целостности организма остаётся открытым [6]. Обучающиеся

имеют пробел в знаниях, как функционируют органы и системы организма на спортивных площадках и в обычной жизни. Как самостоятельно провести для себя занятие. Это недостающее звено в понимании всех процессов смогут компенсировать дополнительные обучающие программы в виде лекционных вливаний и проговаривании преподавателем на практических занятиях основ физической культуры.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Лопатин В.А. Формирование здоровьесберегающих компетенций в вузе средствами физической культуры // Педагогика, психология, общество: новая реальность: мат. всерос. науч.- практ. конф. с международным уч. (г.Чебоксары, 22 января 2021 г.) / под ред. Ж. В. Мурзиной. Чебоксары: Среда, 2021. – 260-262.
2. Лопатин В. А., Ковалева М.И. Формирование здорового образа студентов посредством занятий физической культуры // Научная электронная библиотека eLibrary.ru – 2021. – 48-51с.
3. Михайлов С. Л., Беличева Т. В., Боков А. В. Повышение эффективности занятий физической культурой в вузе на основе изучения мотивов и интересов физкультурной деятельности студентов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». - 2018. - № V12. - 0,4 п. л.
4. Пономарева И.А., Физиология физической культуры и спорта: учебное пособие / И.А. Пономарева: Издательство Южного федерального университета, 2019. – С. 16.
5. Пащенко Л. Г. Самостоятельная физкультурно-спортивная деятельность молодежи в условиях досуга в аспекте социологического анализа /Л. Г. Пащенко, О. А.
6. Губа В. П. Современные реалии физкультурно-спортивного образования / В. П. Губа, С.Д. Неверкович // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2021. - №5. – с. 31-34

© В. А. Лопатин, 2025