

Дорошенко Виталий Викторович

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры физического воспитания
Кубанского государственного университета

Бессарабова Юлиана Владимировна

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры физического воспитания
Кубанского государственного университета

РЕКРЕАЦИОННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Аннотация:

В статье раскрывается содержание рекреационной направленности профессионально-прикладной физической подготовки студентов вуза. Представлены описание и научное обоснование авторской модели, нацеленной на улучшение эффективности процесса профессионально-прикладной физической подготовки студентов посредством использования средств рекреации. Разработанная и реализованная модель процесса профессионально-прикладной физической подготовки обеспечила позитивные изменения функциональных и психофизических качеств студентов.

Ключевые слова:

физическая культура, профессионально-прикладная физическая подготовка, рекреационная направленность подготовки студента.

Doroshenko Vitaliy Viktorovich

PhD in Education Science, Assistant Professor,
Physical Education Department,
Kuban State University

Bessarabova Yuliana Vladimirovna

PhD in Education Science, Assistant Professor,
Physical Education Department,
Kuban State University

RECREATIONAL FOCUS OF OCCUPATION-BASED PHYSICAL TRAINING OF HIGHER SCHOOL STUDENTS

Summary:

The article deals with the content of the recreational focus of occupation-based physical training of higher school students. The authors describe and scientifically substantiate an original model aimed to improve the efficiency of occupation-based physical training of students by means of recreation resources. The developed and implemented model of occupation-based physical training has provided positive changes of students' functional and psychophysical qualities.

Keywords:

physical education, occupation-based physical training, recreational focus of student's training.

При реализации новых образовательных стандартов (ФГОС ВО 3+) по дисциплине «Физическая культура» необходимо не только увеличение объема профессионально-прикладной физической подготовки в форме учебных занятий, но и понимание значимости самостоятельных занятий физической культурой как средства формирования профессионального здоровья студента [1; 2].

Следует отметить, что имеющее место в практике высшего образования явное недооценивание значимости профессионально-прикладной физической подготовки студентов влияет на эффективность процесса формирования их готовности к профессиональной деятельности и профессионального здоровья [3].

В результате анализа специальной литературы было установлено, что готовность студентов вуза к профессиональной деятельности является сложным психофизиологическим образованием и включает в устойчивом единстве следующие компоненты: мотивационный, теоретический, практический. Эффективным средством ее развития является профессионально-прикладная физическая подготовка [4].

Для организации рекреационной направленности профессионально-прикладной физической подготовки необходимо уточнить потенциальные возможности рекреационной среды вуза и рекреационных предпочтений студентов [5; 6].

Нами было установлено, что уровневая характеристика рекреационной направленности студентов характеризуется следующими признаками:

– микроуровень – рекреационная деятельность основана на одном уровне (например, развлечения и домашний досуг – в пределах одного рекреационного пространства города);

– макроуровень – рекреационная деятельность сконцентрирована вокруг всех уровней (например, развлечения, домашний досуг, путешествия, осуществляемые во внегородском и городском рекреационных пространствах);

– мезоуровень – рекреационная деятельность сконцентрирована вокруг нескольких уровней в различных конфигурациях (например, развлечения, городские и загородные прогулки, экскурсии) [7; 8].

Авторами было выявлено, что среда имеет значительные потенциальные возможности в формировании готовности студентов к профессиональной деятельности и в воспитании у них культуры здорового образа жизни и профессионального здоровья [9].

В исследовании для улучшения эффективности процесса профессионально-прикладной физической подготовки студентов было произведено моделирование [10]. В качестве структурных компонентов модели были определены:

Проективный компонент – предполагает нацеленность на появление в будущем, ожидание чего-либо, связанного с профессионально-прикладной подготовкой. Предполагалось, что комплексное решение задач, формирующих здоровый образ жизни, и повысит качество жизни студентов.

Содержательный компонент – наполнен дидактическим инструментарием, цель которого состоит в использовании всех доступных физических упражнений в профессионально-прикладной физической подготовке. Содержание подготовки реализовывалось в разработанной авторами программе «Прикладная физическая подготовка», имеющей спортивно-рекреационную направленность с широким использованием средств двигательной рекреации и игровых видов спорта.

Процессуальный компонент – является органичной частью всех этапов формирования двигательных умений, включая методику использования технических элементов из игровых видов спорта в профессионально-прикладной физической подготовке. Он включает способы организации индивидуальных двигательных маршрутов согласно требованиям ФГОС ВО 3+.

Контрольно-учетный компонент – включает в себя набор диагностического инструментария и технологию мониторинга показателей физической подготовленности [11].

Апробация модели проводилась на базе ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» в 2013–2015 учебных годах. В экспериментальной работе приняли участие 420 студентов вуза всех направлений подготовки в рамках обучения по дисциплине «Физическая культура».

Исследование эффективности функционирования модели с направленным использованием средств профессионально-прикладной физической подготовки показало, что ее реализация в учебном процессе вуза обеспечивает позитивную динамику физической подготовленности студентов вуза (скоростно-силовые качества, силовая выносливость), что связано с повышением уровня сформированности у них умений физической самоорганизации. Также произошли положительные изменения в психофизическом состоянии студентов.

Анализ психофизических показателей и показателей профессионально-прикладной подготовки проводился в комплексе в стандартных условиях для всех участников педагогического эксперимента. После выполнения статистической обработки полученных результатов было выявлено, что показатели развития физических качеств быстроты, силы и выносливости у студентов экспериментальной группы были достоверно более высокими, чем у студентов контрольной группы.

В основе профессионально-прикладной физической подготовки студентов лежит развитие устойчивости нервной системы студентов, что ориентирует преподавателей на разработку оздоровительных программ с использованием средств дыхательной гимнастики.

В ходе эксперимента было установлено, что рекреационная направленность профессионально-прикладной физической подготовки студентов влияет на качество обучения и профессионального воспитания.

Полученные данные позволяют заключить, что уровень готовности студентов к профессиональной деятельности на завершающем этапе значительно вырос по сравнению с начальным, в то время как в контрольной группе эти изменения оказались менее значительными. Исследование эффективности реализации модели процесса профессионально-прикладной физической подготовки студентов вуза показало, что в экспериментальных группах произошли позитивные, статистически достоверные сдвиги в развитии физических качеств по сравнению с контрольными группами. Позитивная динамика развития профессионально значимых физических качеств, функционального и психического состояния студентов, их здоровья и качества жизни свидетельствует о перспективности использования рекреационной направленности в профессионально-прикладной физической подготовке.

Ссылки:

1. Виленский М.Я., Лурье Л.И. Физическая культура в образовании и науке : монография. М., 2013. 288 с.
2. Проблема цели в физическом воспитании студентов: методологический аспект / В.А. Петьков, Ю.А. Джаубаев, А.А. Эльгайтаров, Ф.Д. Джирикова, Р.С. Джириков // Теория и практика общественного развития. 2015. № 7. С. 183–187.
3. Петьков В.А. Формирование профессионального здоровья студента // Педагогическое образование и наука. 2013. № 9. С. 31.
4. Петьков В.А., Чувилова Н.А. Проектирование саморазвития физического потенциала студентов вузов // Там же. 2008. № 8. С. 8–11.

5. Бессарабова Ю.В., Петьков В.А. Рекреационная среда как средство формирования готовности студентов с ограниченными возможностями здоровья к жизнедеятельности // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2014. № 4 (146). С. 22–27.
6. Бессарабова Ю.В., Крутько Г.А. Социальная интеграция и адаптация студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в спортивно-рекреационной деятельности вуза. Краснодар, 2015.
7. Петьков В.А., Кобцева О.Н. Проектирование здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения // Культура физическая и здоровье. 2009. № 6. С. 67–70.
8. Петьков В.А., Бессарабова Ю.В. Технология физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов // Теория и практика общественного развития. 2015. № 5. С. 139–141.
9. Бессарабова Ю.В., Петьков В.А. Подготовка студентов с ограниченными возможностями здоровья к жизнедеятельности в условиях рекреационной среды вуза: состояние, проблемы и перспективы. Краснодар, 2012.
10. Петьков В.А., Филоненко В.А. Моделирование процесса формирования умений профессиональной самоорганизации у будущих педагогов // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2013. № 4 (129). С. 21–27.
11. Комплекс ГТО как основа мониторинга физического воспитания студентов / В.А. Бальба, Г.А. Лундина, В.А. Петьков, Д.А. Романов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2015. № 5 (123). С. 27–31.

References:

- Balba, VA, Lundina, GA, Petkov, VA & Romanov, DA 2015, 'TRP complex as a basis for monitoring of physical education students', *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, no. 5 (123), pp. 27-31, (in Russian).
- Bessarabova, YV & Krutko, GA 2015, *Social integration and adaptation of students with disabilities and people with disabilities in sports and recreational activities of the university*, Krasnodar, (in Russian).
- Bessarabova, YV & Petkov, VA 2012, *Preparation of students with disabilities for life in the conditions of outdoor environment of high school: state, problems and prospects*, Krasnodar, (in Russian).
- Bessarabova, YV & Petkov, VA 2014, 'Recreational environment as means of formation of readiness of students with disabilities to the vital activity', *Vestnik Adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya*, no. 4 (146), pp. 22-27, (in Russian).
- Petkov, VA 2013, 'Formation of professional student health', *Pedagogicheskoye obrazovaniye i nauka*, no. 9, p. 31, (in Russian).
- Petkov, VA, Dzhaubaev, YA, Elgaytarov, AA, Dzhirikova, FD & Dzhirikov, RS 2015, 'The problem of purpose in physical training of students: methodological aspect', *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya*, no. 7, pp. 183-187, (in Russian).
- Petkov, VA & Bessarabova, YV 2015, 'The technology of physical education of students with disabilities and persons with disabilities', *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya*, no. 5, pp. 139-141, (in Russian).
- Petkov, VA & Chuvilova, NA 2008, 'Designing self-development of the physical potential of students of high schools', *Pedagogicheskoye obrazovaniye i nauka*, no. 8, pp. 8-11, (in Russian).
- Petkov, VA & Filonenko, VA 2013, 'Simulation of the formation of professional skills of self-organization at the future teachers', *Vestnik Adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya*, no. 4 (129), pp. 21-27, (in Russian).
- Petkov, VA & Kobtseva, ON 2009, 'Health-related services activities of the educational institution', *Kultura fizicheskaya i zdorov'ye*, no. 6, pp. 67-70, (in Russian).
- Vilenskiy, MY & Lurie, LI 2013, *Physical culture in education and science: a monograph*, Moscow, 288 p., (in Russian).