

Сорокина Елена Николаевна

кандидат педагогических наук, доцент,
заведующая кафедрой профессионального
обучения Невинномысского государственного
гуманитарно-технического института

Семкина Евгения Николаевна

кандидат политических наук, доцент,
доцент кафедры социально-гуманитарных
и юридических дисциплин
Невинномысского государственного
гуманитарно-технического института

**ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД
В ПРЕПОДАВАНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
БУДУЩИМ ПЕДАГОГАМ С ОПОРОЙ
НА ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКУЮ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

Аннотация:

В статье описываются педагогические возможности применения интегративного подхода в преподавании физической культуры и безопасности жизнедеятельности будущим педагогам с опорой на туристско-краеведческую деятельность на примере опыта Невинномысского государственного гуманитарно-технического института. Представлены инновационные технологии, использованные в интеграции означенных учебных дисциплин: спортивно-ориентированное физическое воспитание, задействование элементов туристической подготовки в физическом развитии, лично ориентированное физическое воспитание и интеллектуальное развитие, экологическое, патриотическое воспитание, историческое просвещение студентов, нетрадиционные методы оздоровления студенчества. Поиски и формирование новейших образовательных моделей в современной системе высшего образования детерминированы необходимостью разработки эффективных способов формирования культуры здоровья молодых специалистов, преодоления массовой гиподинамии российского студенчества, сохранения и укрепления здоровья молодого поколения, снижения проявлений различных видов девиаций, коррекции и реабилитации поведения молодежи. Практика интегративного подхода к внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс, в частности в систему физического воспитания студентов НГГТИ, с опорой на туристско-краеведческую деятельность способствовала достижению синергетического педагогического эффекта, который заключается в повышении уровня культуры здоровья, улучшении показателей аэробной выносливости, адаптационных и функциональных возможностей организма, психологических показателей студентов, в нравственно-патриотическом воспитании молодежи.

Ключевые слова:

интегративный подход, система высшего образования, физическая культура, безопасность жизнедеятельности, физическое воспитание, здоровьесберегающие технологии, педагогические возможности, туристско-краеведческая деятельность.

Sorokina Elena Nikolaevna

PhD in Pedagogy, Associate Professor,
Head of Vocational Training Department,
Nevinnomyssk State Humanitarian
and Technical Institute

Semkina Evgenia Nikolaevna

PhD in Political Science, Associate Professor,
Department of Social and Humanitarian
and Legal Disciplines,
Nevinnomyssk State Humanitarian
and Technical Institute

**AN INTEGRATIVE APPROACH
TO TEACHING
PHYSICAL EDUCATION
AND LIFE SAFETY
TO FUTURE TEACHERS
BASED ON TOURIST AND LOCAL
HISTORY ACTIVITIES**

Summary:

The paper describes the pedagogical possibilities of using an integrative approach in teaching physical culture and life safety to future teachers based on tourist and local history activities using the experience of the Nevinnomyssk State Humanitarian Technical Institute as an example. Innovative technologies used in the integration of the indicated disciplines are presented: sports-oriented physical education, involvement of the elements of tourist training in physical development, personality-oriented physical education and intellectual development, environmental, patriotic education, historical education of students, non-traditional methods of students sanitation. Searches and the formation of the latest educational models in the modern system of higher education determined by the need to develop effective ways to build a culture of health for young professionals, to overcome the mass hypodynamia of Russian students, to preserve and strengthen the health of the young generation, to reduce the manifestations of various types of deviations, and to correct and rehabilitate youth behavior. The practice of an integrative approach to the implementation of health-saving technologies in the educational process, in particular in the physical education system of students at Nevinnomyssk State Humanitarian and Technical Institute, relying on tourism and local history activities, has contributed to the achievement of a synergistic pedagogical effect, which consists in increasing the level of health culture, improving aerobic endurance, adaptive and functional capabilities organism, psychological indicators of students in the moral and patriotic education of youth.

Keywords:

integrative approach, higher education system, physical education, life safety, physical education, health-saving technologies, pedagogical opportunities, tourist and local history activities.

Формирование культуры здоровья будущего педагога в процессе его профессиональной подготовки в вузе представляет собой важнейший фактор, детерминирующий ведение им здорового образа жизни по окончании обучения, правильное распределение телесных и духовных сил в профессиональной деятельности, возможность выступать ретранслятором правильного отношения к жизни для будущих учеников, несмотря на то что в студенческом возрасте здоровый образ жизни не является ценностью для молодого человека.

Эффективное применение интегративного подхода к физическому воспитанию студентов и формирование у них правильного отношения к культуре здоровья в государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт» (далее – НГГТИ) предусматривает использование современных педагогических технологий. Интегративный подход реализуется через методы, содержание и формы преподавания предметов «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности» с опорой на туристско-краеведческую деятельность. Интеграция всех элементов представленной педагогической системы обеспечивает достижение поставленной нами цели и получение синергетического педагогического эффекта, который заключается в формировании культуры здоровья студентов – будущих педагогов, повышении их внутренней мотивации к обучению, основанной на интересе к двигательной активности и снижении отрицательного воздействия аудиторной деятельности, сокращении проявлений различных видов девиаций, коррекции девиантного поведения обучающихся.

Объектом исследования выступил процесс реализации интегративного подхода в системе высшего образования, предметом – интегративный подход в преподавании физической культуры, безопасности жизнедеятельности с опорой на туристско-краеведческую деятельность в ГАОУ ВО «Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт».

Методами, формирующими культуру здоровья студентов и детерминирующими достижение поставленной цели, явились анкетирование обучающихся, учебные занятия и воспитательная работа.

Объединение физического воспитания студентов с туристско-краеведческой деятельностью и усвоением знаний, умений и навыков, предусмотренных дисциплиной «Безопасность жизнедеятельности», является инновационной разработкой, поскольку представляет собой результат интеграции новых идей и имеющихся знаний, способствующий формированию молодого поколения с определенным уровнем физической подготовки и высоким уровнем духовно-нравственного развития. Инновационными технологиями в предлагаемой интеграции выступают спортивно-ориентированное физическое воспитание, задействование элементов туристической подготовки в физическом развитии, личностно ориентированное физическое воспитание и интеллектуальное развитие, экологическое, патриотическое воспитание, историческое просвещение, нетрадиционные методы оздоровления студенчества. Подобные технологии крайне редко встречаются в учебно-воспитательном процессе студентов вузов, что сдерживает инновационный процесс развития и внедрения здоровьесберегающего потенциала и формирования культуры здоровья студентов. Опыт и методология применения интегративного подхода в преподавании физической культуры и безопасности жизнедеятельности в школе неоднократно описывался, однако в настоящее время отсутствует опыт внедрения в процесс физической подготовки студентов методов туристско-краеведческой деятельности в сочетании с изучением и закреплением знаний по безопасности жизнедеятельности.

Состояние культуры здоровья студентов 1–4-х курсов направлений подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», 44.03.04 «Профессиональное обучение (по отраслям)» в НГГТИ определялось с помощью анкеты А.М. Лощакова [1] «Культура здоровья будущего педагога», позволившей оценить состояние ценностно-мотивационного, когнитивного и деятельностного компонентов культуры здоровья. Всего было опрошено 350 респондентов.

По итогам анкетирования обнаружено, что здоровый образ жизни не является потребностью и ценностью для подавляющего большинства студентов, что обусловило их слабую информированность о принципах и факторах здорового образа жизни. Интерес к здоровому образу жизни и к здоровью в целом носит ситуативный характер.

Кроме этого, анкетирование показало, что ценностно-мотивационный компонент культуры здоровья присутствовал у подавляющего большинства студентов независимо от курса и профиля обучения. Наиболее высокий уровень когнитивного компонента продемонстрировали студенты 4-го курса направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль – «Физическая культура», наиболее низкий – студенты 1-го курса всех профилей подготовки, участвовавших в опросе.

Исследование уровня здоровья опрошенных студентов НГГТИ позволяет сделать вывод, что высокий уровень культуры до проведения эксперимента не был обнаружен ни у одного студента, средний уровень – у 44 % респондентов, низкий – у 56 %.

На основании проведенного исследования организованы занятия по физической культуре и спорту, на которых студенты также получали знания по безопасности жизнедеятельности и овладевали навыками туристско-краеведческой деятельности. Такой подход расширяет представления студентов о крае, в котором они живут, о резервах организма, о здоровье как ценности, способствует развитию их познавательных и творческих способностей, укрепляет их психологическое состояние и формирует культуру здоровья, необходимую в дальнейшей жизни и профессиональной деятельности. Такая интегративная форма обучения студентов в вузе представляет собой совокупность методов и средств, обеспечивающих планируемый результат физической подготовки будущих педагогов, повышение их уровня здоровья при оптимальной физической активности и рост общей культуры здоровья. Интегративный подход к преподаванию физической культуры и спорта, безопасности жизнедеятельности с опорой на туристско-краеведческую деятельность формирует здоровьесберегающую образовательную среду в вузе за счет применения здоровьесберегающих технологий.

Наиболее распространенная классификация здоровьесберегающих технологий в современном образовании, разработанная Н.К. Смирновым [2], включает в себя несколько групп, отличающихся между собой формами здоровьесбережения и подходами к способам и методам охраны здоровья:

- медико-гигиенические технологии, подразумевающие сотрудничество администрации образовательных организаций с медицинскими организациями, создание медицинских кабинетов, присутствие и деятельность медицинских работников по обеспечению и контролю над соблюдением гигиенических условий;

- физкультурно-оздоровительные технологии, подразумевающие обеспечение условий для физического развития студентов;

- экологические здоровьесберегающие технологии, направленные на гармонизацию взаимодействия студентов и преподавателей с природой и экологией;

- технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности, обеспечивающие организацию гарантированных условий безопасного нахождения студентов в образовательной организации и проведение обучающих мероприятий по безопасности жизнедеятельности;

- здоровьесберегающие образовательные технологии, нацеленные на психолого-педагогическое сопровождение студентов в период учебного процесса, а также формирование знаний, умений и навыков ведения здорового образа жизни, заботы о здоровье.

В реализации экспериментального интегрирования технологий здоровьесбережения в учебный процесс (физкультурно-оздоровительных, экологических, образовательных, психологических, обеспечения безопасности жизнедеятельности) в сочетании с туристско-краеведческой деятельностью в Невинномысском государственном гуманитарно-техническом институте была поставлена цель получить синергетический педагогический эффект, заключающийся в формировании культуры здоровья, укреплении здоровья студентов и преподавателей вуза, улучшении двигательных качеств, развитии социальной активности будущих профессионалов, повышении уровня духовно-нравственного развития личности, обеспечении досуга студенчества, повышении степени понимания и солидарности между профессорско-преподавательским составом и студенчеством, повышении студенческой грамотности в поведении в чрезвычайных ситуациях, формировании волевого компонента личности, преодолении и профилактике девиации [3].

До проведения экспериментального интегрирования не был решен еще один важный вопрос – психологической рекреации студентов. В учебных планах и программах вузовской профессиональной подготовки студентов не предусматривается психологическое восстановление обучающихся. Как правило, студенты вынуждены автономно, методом девиантных экспериментов над своим психическим и физическим здоровьем находить способы релаксации и восстановления после перенапряжения в процессе занятий. Они выбирают пассивный отдых с использованием гаджетов, употребление алкогольных и табачных релаксантов.

Анкетирование 120 студентов НГГТИ в возрасте от 17 до 23 лет, посвященное изучению их предпочтений в выборе досуга, показало, что 40 % опрошенных в свободное время предпочитают сидеть в интернете и общаться с друзьями, 15 % занимаются спортом, 25 % проводят время на природе, гуляют на улице, 20 % посещают увеселительные и культурно-массовые заведения [4].

Развитие информационных и коммуникационных интернет-технологий способствует распространению гиподинамии среди представителей современного студенчества. Проведение большого количества времени за компьютером и иными гаджетами значительно снижает двига-

тельную активность молодого поколения. Занятия физической культурой, улучшающие физическую подготовку, способствуют повышению резервов иммунитета, а также благоприятно сказываются на возможности освоения студентами знаний и духовно-нравственных ценностей. Именно по этой причине было принято решение совершенствовать учебный процесс с целью формирования высокой физической культуры личности студента, повышения интереса и мотивации обучающихся к самостоятельным занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

По мнению авторов, инновационной педагогической технологией, способствующей реализации данных целей, является использование потенциала туристической деятельности и знаний основ безопасности жизнедеятельности в системе физического воспитания студентов [5]. Качества, приобретаемые в процессе туристической деятельности, и адаптация организма к природным, порой экстремальным, условиям являются формой мобилизации резервов организма студентов. Туризм в контексте занятий физической культурой и спортом правильно считать спортивным экстремальным туризмом, поскольку, помимо физической подготовки, студенты сталкиваются с определенным риском. Они затрачивают много сил и времени на преодоление больших расстояний, несут с собой снаряжение, осваивают дополнительные навыки и овладевают способами выживания в природной среде и в экстремальных ситуациях. Важными условиями в предлагаемой практике являются соблюдение мер безопасности, правильное ориентирование на местности, умение работать с топографическими картами, готовить еду, владение навыками оказания первой медицинской помощи и многое другое.

Физическая нагрузка в туристической деятельности развивает выносливость, силу, скорость реакции, выдержку, храбрость, решительность, ответственность, снимает умственную и психологическую усталость. Соприкосновение с природой формирует эстетические и этические аспекты взаимодействия человека и природы, а также экологическую культуру личности.

Туристско-краеведческая деятельность и физическая подготовка способствуют воспитанию нравственности и патриотизма, повышают историческую грамотность, формируют гражданственность, национальную идентичность и самосознание молодого поколения, тем самым решая не только задачи по улучшению здоровья студентов, но также образовательные, культурные и нравственные задачи.

Туризм выступает не только как хобби, но и как средство физического воспитания студенческой молодежи, которое включает множество видов двигательной активности, совмещаемых с преодолением естественных природных препятствий, расстояний, при котором личные интересы починаются коллективным. Туризм в данном случае выполняет воспитательную, оздоровительную, спортивную и образовательную функции. В связи с этим необходимо профилировать туризм и занятия физической культурой и спортом в вузах с целью подготовки студентов к трудовой деятельности.

Туристический клуб «Вершина», существующий в НГГТИ уже более 20 лет, ежегодно организует походы различного уровня сложности (выходного дня, степенные, категорийные). Многолетний опыт работы туристического клуба и профессионализм профессорско-преподавательского состава НГГТИ позволили применить интегративный подход к преподаванию физической культуры и спорта, безопасности жизнедеятельности будущим педагогам с опорой на туристско-краеведческую деятельность для достижения заявленной цели.

В ходе экспериментальной работы, организованной в НГГТИ в 2017–2019 гг., студенты очной формы обучения направлений подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» и 44.03.04 «Профессиональное обучение (по отраслям)» и преподаватели имели возможность длительное время находиться на природе, выполнять физические нагрузки, оздоравливающие организм. При этом соблюдались важные методологические принципы общедоступности и посильности, так как в походе участвовали студенты и преподаватели разного уровня физической подготовки. Ежегодно организуя поход в рамках краевой акции «Вахта памяти» по местам боевой славы, руководители эксперимента – преподаватели кафедр профессионального обучения, социально-гуманитарных и юридических дисциплин, психологии, образования и педагогических наук, стремились удовлетворить спортивные, духовные, образовательные потребности студентов вуза, развивать и раскрывать их волевые качества, формировать внутреннюю мотивацию к обучению, повышать уровень патриотического воспитания и воспитывать правильное отношение студентов к природе, формировать трудовые навыки и внутривузовскую солидарность. Студенты овладевали навыками эффективного и рационального использования физических возможностей, правильного отношения к свободному времени [6].

Во время походов группа вела исследовательскую деятельность, что способствовало воспитанию патриотизма, активной гражданской позиции студентов, сохранению и преумножению памяти об исторических событиях. Участники походов устанавливали обелиски, памятные таблички, мемориальные доски.

Программы бакалавриата по многим направлениям подготовки предусматривают реализацию дисциплин по физической культуре и спорту свыше 300 академических часов, являющихся

обязательными для освоения, а также дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Формирование компетенций, предусмотренных данными, а также рядом других дисциплин, возможно не только в процессе проведения традиционных форм занятий, но и в ходе осуществления форм туристско-краеведческой деятельности в вузе. Опыт интегрирования туристической деятельности в спортивную и совмещение физической подготовки с туристско-краеведческой деятельностью, применение знаний, умений и навыков, полученных в процессе изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», связанных с наличием большого количества опасностей различного характера, снижением уровня здоровья россиян, повышением травматизма во всех сферах жизнедеятельности, накоплен в ГАОУ ВО «Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт», разработаны необходимые методические материалы. На лекционных занятиях дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» студенты НГГТИ знакомились с мерами безопасности в походах, основами оказания первой доврачебной помощи, изучали факторы риска и потенциальные опасности. На занятиях в зале и спортивных площадках студенты выполняли специальные упражнения, развивающие необходимые в походах физические качества, а также овладевали необходимыми техническими действиями, способами обращения с туристическим снаряжением [7].

Контрольный опрос студентов по окончании эксперимента позволил установить высокий уровень ценностно-мотивационного компонента у студентов 2-го и последующих курсов, средний уровень преобладал у студентов 1-го курса. Когнитивный компонент находится на высоком уровне у большинства опрошенных студентов 2–4-х курсов, тогда как у студентов 1-го курса он развит недостаточно, обнаружен его низкий уровень. Такой результат является следствием более длительного участия в эксперименте студентов 2–4-х курсов, так как студенты 1-го курса не имели возможности быстрого применения теоретических знаний на практике.

Все студенты, участвовавшие в эксперименте, отметили, что теперь высоко оценивают значимость наличия крепкого здоровья и будут прилагать максимальные усилия, чтобы вести здоровый образ жизни, соблюдать режим дня и заниматься спортом. Также у всех студентов, по их наблюдению, повысилась мотивация к обучению в результате гармонизации отношений как внутри группы, так и с преподавательским составом, сократилось число вредных привычек, произошло обесценивание негативных девиантных поступков.

Экспериментально проверенные основания применения интегративного подхода к преподаванию физической культуры, безопасности жизнедеятельности с опорой на туристско-краеведческую деятельность для достижения поставленной в эксперименте цели являются ориентиром для совершенствования современного педагогического процесса в вузах.

Ссылки:

1. Лощаков А.М. Акмеологические условия оптимизации информационного сопровождения формирования культуры здоровья будущего педагога : дис. ... канд. пед. наук. Шуя, 2006. 185 с.
2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М., 2005. 318 с.
3. Семкина Е.Н., Душина Т.В. Организация самостоятельной работы в системе подготовки студентов-бакалавров : учебно-методическое пособие. Невинномысск, 2017. С. 46–56.
4. Балык А.С., Демченко Н.Ю. Досуговые предпочтения студентов ГАОУ ВО «НГГТИ» : отчет по материалам социологического исследования. Невинномысск, 2018.
5. Семкина Е.Н., Душина Т.В. Указ. соч.
6. Сорокина Е.Н. Социокультурный и воспитательный потенциал туризма в образовательном пространстве подростков // Менеджмент и маркетинг в массовом спорте и туризме : материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции / редкол.: Ю.А. Зубарев, В.В. Горбачева. Волгоград, 2018. С. 323–328.
7. Там же.

References:

- Balyk, AS & Demchenko, NJ 2018, *Leisure Preferences of Students of the State Autonomous Educational Establishment of Higher Education "NSHTI": Report on the Materials of a Sociological Study*, Nevinnomysk.
- Loshchakov, AM 2006, *Acmeological Conditions for Optimizing Information Support for the Formation of the Health Culture of a Future Teacher*, Shuya, 185 p., (in Russian).
- Semkina, EN & Dushina, TV 2017, *Organization of Separate Work in the System of Training Bachelor Students: Teaching Aid*, Nevinnomysk, pp. 46-56, (in Russian).
- Smirnov, NK 2005, *Health-saving Educational Technologies and the Psychology of Health at School*, Moscow, 318 p., (in Russian).
- Sorokina, EN 2018, 'Sociocultural and Educational Potential of Tourism in the Educational Space of Adolescents', in YuA Zubarev & VV Gorbacheva (eds), *Management and Marketing in Mass Sports and Tourism: Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation*, Volgograd, pp. 323-328, (in Russian).

Редактор: Тальчук Калерия Сергеевна
Переводчик: Ездина София Александровна