

Содержание и способы формирования теоретических знаний и методико-практических умений в области физической культуры у студентов, будущих специалистов по социальной работе

Лейфа А.В.

ГОУ «Амурский государственный университет»

Аннотации:

Показано значение теоретических знаний, методических, практических учений, навыков в формировании физической активности студентов. Уровень усвоения компонентов физической активности тесно взаимосвязан с основными блоками профессиональной подготовки студентов и их будущей профессиональной деятельностью. Теоретические знания по дисциплине «Физическая культура» содействуют определенному воздействию на глубину и широту усвоения знаний профессиональной подготовки.

Лейфа А. В. Зміст і способи формування теоретичних знань і методико-практичних умінь в області фізичної культури в студентів, майбутніх фахівців із соціальної роботи. Показано значення теоретичних знань, методичних, практичних навчань, навичок у формуванні фізичної активності студентів. Рівень засвоєння компонентів фізичної активності тісно взаємозалежний з основними блоками професійної підготовки студентів і їх майбутньою професійною діяльністю. Теоретичні знання з дисципліни «Фізична культура» сприяють певному впливу на глибину і широту засвоєння знань професійної підготовки.

Leyfa A.V. Maintenance and methods of forming theoretical knowledge and methodical and practical abilities in area of physical culture for students, future specialists on social work. The value of theoretical knowledge, methodical, practical studies, skills in forming physical activity of students is rotined. The level of mastering of components of physical activity is closely associate with the basic blocks of professional preparation of students and their future professional activity. Theoretical knowledge on discipline the «Physical culture» assist the certain affecting depth and breadth of mastering of knowledge of professional preparation.

Ключевые слова:

теоретические, знания, методические, умения, навыки, физическая, активность, культура, студенты, социальная, работа.

теоретичні, знання, методичні, уміння, навички, фізична, активність, культура, студенти, соціальна, робота.

theoretical, knowledge, methodical, abilities, skills, physical, activity, culture, students, social, work.

Введение.

Современное российское общество вступило в период поступательного развития, в процессе которого социально-экономические и политические преобразования направлены на утверждение гуманистических ценностей и повышение качества жизни людей. Важное место в данном процессе занимают проблемы, связанные с качеством жизни самого человека, его здоровьем, здоровым образом жизни, формированием физической активности. В новых условиях развития России возрастает социальная значимость физической активности в обществе, усиливается ее роль в формировании здорового образа жизни россиян.

Ю.Д. Железняк (1995), А.А. Бодалев (1998), В.К. Бальсевич (2000) считают, что важную роль в освоении профессии, достижении вершин профессионализма играет умелое использование ценностей физической культуры, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья, физического и духовного развития, двигательной подготовленности как важнейших составляющих профессионализма. Наиболее существенным проявлением физической культуры личности является физическая активность как особая деятельность человека. Смещение акцента в формировании физической активности на двигательный компонент в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому – одна из главных причин того, что она не является необходимой потребностью каждого студента. Для совершенствования содержания и организации системы физической активности в высших учебных заведениях необходимы такие формы и методы обучения и воспитания, которые формируют целостное отношение молодежи к средствам физической активности. Поэтому одна из актуальных научных задач – это поиск и обоснование эффективных

© Лейфа А.В., 2009

путей формирования целостного отношения к физической активности студенческой молодежи.

Работа выполнена по плану НИР ГОУ ВПО «Амурский государственный университет».

Цель, задачи работы, материал и методы.

Целью нашего исследования была разработка содержания теоретического и методико-практического разделов дисциплины «Физическая культура» для студентов, будущих специалистов по социальной работе.

Результаты исследования и их обсуждение.

Важную роль в формировании физической активности студентов играет освоение определенной суммы знаний для осуществления собственной двигательной деятельности. К сожалению, теоретические аспекты образования в сфере физической культуры в общеобразовательной и высшей школах носят лишь декларативный характер и остаются только на страницах программных документов. В то же время для выпускников вузов наступает момент в жизни, когда необходимо для решения личностных и профессиональных целей использовать запасы знаний в области физической культуры.

Разработанное содержание теоретического курса реализовывалось в объеме 32 аудиторных часов. Оно строилось на основе содержания теоретического раздела государственной программы [6], дополненного нами содержанием, отражающим специфику профессиональной деятельности специалиста по социальной работе и особенности Дальневосточного региона [5].

Содержание теоретического курса в обобщенном виде включает в себя: основные понятия и термины, инновационные научные идеи; основные закономерности, теории, принципы, положения, раскрывающие сущность явлений в физической культуре, объективные связи между ними; тематическую информацию

и научные факты, объясняющие и формирующие знания, убеждения и умения по использованию полученных знаний и приобретению собственного практического опыта в регулярной и целенаправленной физической активности. По нашему мнению, особое место в системе научных знаний должно отводиться роли физической активности, сохранению и укреплению здоровья студентов как важных условий в содействии достижению должного уровня профессиональной готовности и профессионализма в будущей трудовой деятельности. В то же время феномен физической активности не находит своего места в системе знаний студентов. Поэтому важно было включить в содержание теоретического курса знаний о феномене физической активности, ее роли в достижении профессиональной готовности и профессионализма в будущей профессиональной деятельности, знаний профессионально-прикладной физической подготовки и физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности в учреждениях социальной защиты и помощи. Разработанное содержание включает основные темы, перечисленные в табл. 1. Для реализации теоретического раздела нами было разработано учебное пособие «Теоретический курс по дисциплине «Физическая культура», которое было рекомендовано УМО по педагогическому образованию РФ [4].

В целом передача знаний должна осуществляться как в лекционном курсе, так и на методико-практических и учебно-тренировочных занятиях, постоянно, последовательно на протяжении всех лет обучения студентов, в рамках реализации дисциплины «Физическая культура».

Важным компонентом качества знаний является уровень их научности. Научность знаний в области физической культуры студента обусловлена следующими критериями: уровнем содержания дисциплины «Физическая культура»; научным уровнем коммуникации знаний; интеллектуальными способностями студентов. Разработка и теоретическая схематизация объективных знаний по дисциплине «Физическая культура» осуществляется на основе гуманитарных, естественнонаучных и точных дисциплин. Из всех педагогических дисциплин физическая культура, на наш взгляд, является самой многогранной и поликомпонентной, имеющей высокую степень сложности.

Научный уровень коммуникации знаний определяется наличием современных средств связи, технологией и профессионализмом преподавателей физического воспитания. Интеллектуальные способности студентов являются субъективным фактором, который формируется в процессе образования студентов и активизируется интересами. Уровень знаний по физической культуре проявляется от простого описания до изложения материала на междисциплинарном языке.

По дисциплине «Физическая культура» нами давалось сжатое изложение основных положений, служащих базой для последующего анализа студентами информации и накопления новой дополнительной. В этом проявляется информационная функция лекции.

При рассмотрении тем «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке

студентов, обучающихся по специальности «Социальная работа»; «Основы здорового образа жизни студента»; «Физическая культура в обеспечении здоровья»; «Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста по социальной работе»; «Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов по социальной работе» мы оперировали знаниями дисциплин общепрофессионального и специального блоков профессиональной подготовки специалиста по социальной работе. Это позволяет глубже рассмотреть специфику профессиональной деятельности специалиста по социальной работе.

Теоретические знания на учебно-тренировочном занятии нами использовались перед основной частью, в начале и конце освоения учебных элементов, в период восстановления организма студентов после физической нагрузки и в заключительной части, дополняя лекционный курс. Информация сообщалась лаконично и обоснованно. Наши наблюдения показали, что 1015 –минутные затраты времени на теоретические сведения во время учебно-тренировочных занятий являются оптимальными и позволяют увеличить раздел теоретических знаний примерно на 18 часов в учебный год. Важное значение при передаче знаний имеет материально-техническое сопровождение теоретического курса. Оно является не только инструментальной составляющей формирования теоретических знаний физической активности, позволяющей повысить эффективность усвоения знаний, но и средством воспитания интереса студентов к учебной деятельности. В процессе проведения лекций нами использовались плакаты, рисунки, таблицы, видеофильмы, оздоровительные программы на CDдисках, материалы контроля и самоконтроля.

Таким образом, теоретический курс по дисциплине «Физическая культура», учитывающий специфику будущей профессиональной деятельности и региональные особенности, реализуемый в процессе физического воспитания студентов в высшем учебном заведении, должен быть направлен на формирование теоретических знаний физической активности.

Методические умения и навыки формировались в процессе реализации методико-практических занятий по дисциплине «Физическая культура» в объеме 36 аудиторных часов. Они были направлены на освоение методических умений и навыков по целенаправленному использованию видов физической активности студентами, обучающимися по специальности «Социальная работа», основных методов и способов формирования здоровья, учебных, профессиональных и жизненно важных двигательных умений и навыков (табл. 2).

Каждое методико-практическое занятие, проводимое со студентами, согласовалось с соответствующей теоретической темой. На I курсе значительное внимание отводилось оценке индивидуального состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности и работоспособности. На II – разработке индивидуальных программ физической активности, и программ направленных на сохранение и укрепление

Тематический план теоретического раздела по годам и формам обучения

№	Т Е М Ы	Распределение часов	Курс
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, обучающихся по специальности «Социальная работа»	2	1
2	Социально-биологические основы физической культуры	4	1
3	Основы здорового образа жизни студента с учетом региональных факторов риска. Физическая культура в обеспечении здоровья студентов с учетом региональных факторов риска	4	1
4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	4	1
5	Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания студентов высших учебных заведений	4	1
6	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	2	2
7	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физического упражнения.	2	2
8	Особенности занятий студентами избранным видом спорта или системой физических упражнений	2	2
9	Физическая активность студента в достижении профессиональной готовности	2	2
10	Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста по социальной работе с учетом национально-региональных особенностей	2	2
11	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов по специальности «Социальная работа» на основе национально-региональных особенностей	2	3
12	Физкультурно-спортивная и оздоровительная деятельность в учреждениях социальной защиты	2	4
	Всего	32	

здоровья. На III – разработке программ физической активности и программ, направленных на сохранение и укрепление здоровья с учетом будущей профессиональной деятельности. На IV – разработке и проведению физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий в учреждениях социальной защиты. Для проведения методико-практических занятий автором составлены практические задания для каждого занятия, а также в соавторстве с группой специалистов разработаны учебные пособия «Практические занятия по оценке состояния здоровья», «Теоретические и практические основы самостоятельных занятий атлетической гимнастикой для женщин», «Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями во внеурочное время», обучающая программа «Обучение технике тройного прыжка» и др.

На V курсе студенты использовали полученные знания, инструктивные навыки и умения, двигательные навыки и умения в самостоятельных занятиях физической активностью.

Большие возможности для активизации учебной, научной и самостоятельной работы студентов имеет не только изучение методик оценки состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности и работоспособности, но и активное включение студентов в оценку собственных кондиций. Активность студентов во много раз возрастала при разработке собственных программ физической активности,

сохранения и укрепления здоровья с учетом первоначального контроля. Важно и сложно было показать студентам роль физической культуры в профессиональной деятельности специалиста по социальной работе и физической активности в содействии достижению высокого уровня профессиональной готовности. В процессе реализации методико-практического курса, при анализе профессиограммы специалиста, нами при активном участии студентов были выявлены особенности личностных, физических и психофизиологических качеств специалистов. При этом, как показало педагогическое наблюдение, значительно повышалась активность студентов не только на занятиях методико-практического и учебно-тренировочного разделов дисциплины «Физическая культура», но и при освоении дисциплин общепрофессионального и специального блоков профессиональной подготовки.

Особое отношение к физической культуре и «клиентам» социальной работы возникало у студентов при проведении физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий в учреждениях социальной защиты населения (центр социальной помощи пожилым людям и инвалидам, дом ветеранов, центр социальной помощи семье и детям, социальный приют и др.). Как будущий специалист по социальной работе, с помощью видов физической активности и с привлечением специалистов в этой области решал социальные проблемы «клиентов», связанные с восстановлением

Тематический план методических занятий по дисциплине «Физическая культура»

№	Тема	час	Семестр
1	Методика оценки физического развития	2	1
2	Методика оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы и физической работоспособности	4	1
3	Методика оценки функционального состояния системы внешнего дыхания	2	1
4	Методика оценки функционального состояния нервной и мышечной систем	2	1
5	Методика оценки физической и специальной подготовленности, физической активности и мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом	2	1
6	Методика оценки суточного расхода энергии, режима дня, психофизического напряжения учебного труда	4	1
7	Методика оценки уровня здоровья	2	1
8	Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками (ходьба, бег, передвижение на лыжах, плавание)	2	2
9	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции	2	2
10	Основы методики самомассажа и корригирующей гимнастики для глаз	2	2
11	Методика составления и проведения комплексов утренней гимнастики и физкультурных пауз, подвижных игр и спортивных эстафет	2	2
12	Методики развития физических качеств и проведения учебно-тренировочного занятия	2	2
13	Методы самоконтроля за физическим развитием и функциональным состоянием организма (стандарты, индексы, функциональные пробы, программы, формулы)	4	2
14	Методика составления и проведения индивидуальных программ физической активности со спортивной, оздоровительной и восстановительной направленностью	4	2
15	Оценка профиограммы специалиста по социальной работе (личностных, физических и психофизических качеств)	2	3
16	Разработка комплексов спортивных, физкультурных и оздоровительных мероприятий направленных на обеспечение выполнения профессиональных ролей специалистов на высоком уровне	2	3
17	Составление планов и сценариев проведения в социальных учреждениях с людьми различного возраста физкультурно-оздоровительных мероприятий («Веселые старты», «День здоровья», спортивный праздник, утренняя гимнастика, и т.д.)	2	3
18	Методика проведения физкультурно-спортивного и оздоровительного мероприятия в социальных учреждениях (социальном приюте, центре социальной помощи и др.)	2	4
	Всего часов	44	

и укреплением здоровья, формированием здорового образа жизни и регулярной физической активности. Таким образом, содержание методико-практического курса дисциплины «Физическая культура» направлено на формирование методических умений и навыков, будущих специалистов, необходимых для осуществления физической активности, сохранения и укрепления здоровья, как на индивидуальном уровне, так и в будущей профессиональной деятельности.

Результаты формирования теоретических знаний и методических умений компонентов физической активности представлены в табл. 3.

На первом этапе педагогического эксперимента была проведена оценка теоретических знаний и методических умений у студентов I курса. Она являлась исходным показателем формирования физической активности. Результаты исследования показали, что на первом этапе исходный уровень контрольной группы составил $2,9 \pm 0,24$ балла, в экспериментальной

$2,9 \pm 0,26$ балла ($p > 0,05$), что соответствует I уровню усвоения знаний. Чтобы иметь полную информацию об усвоении теоретических знаний и приобретении методических умений студентами, нами оценивались знания по основным разделам и темам дисциплины «Физическая культура». В процессе эксперимента показатели усвоения теоретических знаний и методических умений компонентов физической активности (уровень осознанного восприятия и запоминания, а также последующего их воспроизведения) в контрольной и экспериментальной группе были достаточно высокими, что подтверждается показателями качества знаний ($3,6 \pm 0,16$ балла в экспериментальной группе, $3,1 \pm 0,12$ балла в контрольной группе, $p < 0,05$).

Однако там, где необходимо аналитические мышление (анализ, обобщение, абстрагирование, использование межпредметных связей и др.) и творчество в использовании знаний (третий и четвертый уровни), показатели качества знаний в экспериментальной

Таблица 3

Динамика изменения теоретических знаний и методических умений компонента «физическая активность» у студентов, обучающихся по специальности «Социальная работа», за время эксперимента, n - 125

Компоненты	Группы	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	p ¹⁻²	p ¹⁻³	p ¹⁻⁴	p ²⁻³	p ²⁻⁴	p ³⁻⁴
		M±m	M±m	M±m	M±m						
Теоретические знания и методические умения, баллы	ЭГ.	2,9±0,26 I - уровень	3,6±0,16 II- уровень	4,2±0,12 III- уровень	4,7±0,17 IV- уровень	<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	<0,05	<0,05
	КГ.	2,9±0,24 I - уровень	3,1±0,12 II- уровень	3,7±0,22 II- уровень	3,7±0,23 II- уровень						
			p>0,05	p<0,05	p<0,05	p<0,05					

Таблица 4

Успеваемость студентов по различным блокам подготовки по специальности «Социальная работа», баллы

Блоки дисциплин	Исходные		Итоговые	
	группы	M±m	M±m	p
Общепрофессиональные дисциплины	экспериментальная, n - 125	3,0±0,34	4,5±0,34	<0,05
	контрольная, n - 125	3,0±0,44	3,9±0,42	<0,05
		p>0,05	p<0,05	
Специальные дисциплины	экспериментальная, n - 125	3,1±0,48	4,7,54	<0,05
	контрольная, n - 125	3,0±0,54	3,9±0,38	<0,05
		p>0,05	p<0,05	
Физическая культура	экспериментальная, n - 125	2,9±0,24	4,8±0,17	<0,05
	контрольная, n - 125	2,9±0,26	3,8±0,22	<0,05
		p>0,05	p<0,05	

группе были достоверно выше, чем в контрольной. Анализ профессиональной подготовки будущих специалистов позволил установить, что в экспериментальной группе успеваемость студентов выше по общепрофессиональному и специальному блокам подготовки (табл. 4).

Наиболее тесная взаимосвязь дисциплины «Физическая культура» обнаружена с дисциплинами специального цикла ($r=0,78$), с общепрофессиональными дисциплинами ($r=0,64$).

Выводы.

1. Уровень усвоения теоретических знаний и методических умений компонентов физической активности тесно взаимосвязан с основными блоками профессиональной подготовки студентов и их будущей профессиональной деятельностью.
2. Теоретические знания по дисциплине «Физическая культура» определяют приобретение и совершенствование методических умений и содействуют определенному воздействию на глубину и широту усвоения знаний профессиональной подготовки.

Дальнейшие исследования предполагается провести в направлении изучения других проблем формирования теоретических знаний и методико-практических умений в области физической культуры у студентов,

будущих специалистов по социальной работе.

Литература.

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич.. – М.: 2000. – 275 с.
2. Бодалев А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения / А.А. Бодалев. – М.: Флинта: Наука, 1998. – 168 с.
3. Железняк Ю.Д. Профессионализм физкультурно-спортивной деятельности// Основы общей и прикладной акмеологии / Ю.Д. Железняк. – М.: Российская академия гос. службы при президенте РФ, 1995. – С.294–303.
4. Лейфа, А. В. Теоретический курс дисциплины «Физическая культура»: учеб. Пособие / А. В. Лейфа. – Благовещенск: АмГУ, 2003. – 272 с.
5. Лейфа, А.В. Обоснование профессионально прикладной физической культуры специалиста по социальной работе / А. В. Лейфа. //Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков, ХГАДИ, 2008. - №6. _ С. 65 -74.
6. Примерная программа дисциплины «Физическая культура» МО РФ: ГНИИ ИТТ «Информатика» (Интернет публикация) Москва, 2000.

Поступила в редакцию 12.11.2009г.
Лейфа Андрей Васильевич.
aleifa@mail.ru