

УДК 378.091:796.03

Айдаров Р.А., старший преподаватель, Набережночелнинский институт ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский) федеральный университет».

К ВОПРОСУ ОБОСНОВАНИЯ СОДЕРЖАНИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА ИЛИ СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Аннотация: В статье представлены теоретико-методологические положения, которые могли бы послужить основанием для решения вопросов определения цели, структуры, содержания, организационных форм и учебно-методического обеспечения общего (неспециального) образования студентов в области избранного вида спорта или системы физических упражнений на примере занятий силовой подготовкой.

Ключевые слова: общее физкультурное образование студентов, избранный вид спорта, содержание образования, организация образования.

Формирования физической культуры личности, как интегрированного человеческого качества, предполагает сбалансированное педагогическое воздействие, как на духовную, так и на физическую стороны человека. При этом, как и в формировании любого вида культуры, приоритет отдается развитию внутреннего мира человека, его мировоззрения, определяющего отношение личности к физкультурно-спортивному совершенствованию. Поэтому реализация культурологического подхода требует приведения в соответствии данному подходу содержания, средств, методов и организационных форм учебного процесса по физическому воспитанию. Значительный вклад в содействии достижения вышеобозначенной цели, по мнению исследователей, привносит процесс качественной реализации общего (неспециального) образования в области физической культуры.

По проблеме общего образования в области физической культуры изучены вопросы специализированной теоретической подготовки студентов по дисциплине «Физическая культура» в процессе лекционных занятий (А.Л. Димова, Р.В. Чернышова, 2005), разработана педагогическая модель

самообразования и самосовершенствования студентов в области физической культуры (Л.Б. Лукина, 2007), определены некоторые теоретико-методологические основания для построения и реализации системы информационно-образовательного обеспечения физкультурного образования молодежи (В.К. Бальсевич, Л.И., Лубышева, 1995; В.И. Григорьев, В.В. Трунин, 2000; Д.Н. Давиденко Г.Н. Понамарев, 2004; В.И. Ильинич, 2004 и др.), определены методологические основания образования в области физической культуры (В.П. Лукьяненко, 2005, 2008; В.Н. Курьсь, Е.Н. Следнева, 2004 и др.); рассмотрены активные методы обучения для формирования познавательного интереса студентов вузов к теоретическим занятиям по физической культуре (Т.В. Бушма, 2003), изучены теоретико-технологические и организационные особенности общего высшего профессионально-ориентированного образования в области физической культуры (Н.И. Соколова, 2006). Однако обращает на себя внимание отсутствие научных работ, затрагивающих вопросы общего образования студентов по виду спорта или системе физических упражнений.

Анализ научной и научно-методической литературы позволил выявить, что не изучена проблема комплексной разработки и внедрения методической системы общего образования студентов в избранном виде спорта или системе физических упражнений. Более того, проведенные нами социологические исследования показали [1], что студенты после окончания обязательного курса по дисциплине «Физическая культура» слабо владеют знаниями и умениями необходимыми для физического самосовершенствования; более 90% студентов прекращают занятия физическими упражнениями и не осознают роль физической культуры в учебе и дальнейшей профессиональной деятельности. Слабая вооруженность студентов знаниями, умениями и навыками организации и проведения самостоятельных физкультурно-спортивных тренировок является одним из весомых факторов, препятствующих формированию осознанной потребности и вовлечению студентов в систематические занятия физическими упражнениями [2, 3, 4, 5].

Из этого следует, что проблема разработки содержания и организации общего образования студентов в области избранного вида спорта или системы физических упражнений является актуальной.

Для ее решения необходимо определить те теоретико-методологические положения, которые могли бы послужить основанием для осуществления вопроса разработки содержания и организации общего образования студентов в области избранного вида спорта или системы физических упражнений.

Результаты проведенного нами анализа и обобщения литературных источников по данной проблеме, выполненные в предыдущих работах, позволили определить следующее [1, 6]:

1. Общее образование в области физической культуры определяется как процесс и результат формирования, прежде всего, интеллектуального компонента физической культуры личности, но выступающий не как самоцель, а в качестве важнейшего условия, обеспечивающего эффективное телесное (физическое) развитие (В. П. Лукьяненко, 2002, 2008 и др.).

2. Образование в области физической культуры направлено на формирование мировоззренческих позиций студентов в этой области, освоение основы физического самосовершенствования человека, реализуемой в процессе его повседневной жизнедеятельности.

3. Содержание образования в области физической культуры должно включать формирование системы знаний общетеоретического, методического и практического характера, методических умений и навыков планирования и грамотного осуществления собственной физкультурно-спортивной деятельности.

В данной работе представлены основания, необходимые для проектирования организации и содержания образовательной направленности занятий на примере силовой подготовки студентов в процессе физического воспитания, выполнена попытка обоснования некоторых ее компонентов.

При разработке данной модели исходим из принципа оптимального сочетания двигательного и интеллектуального компонента физической

культуры, единства физкультурного образования и физического совершенствования [3, 4]. Этот принцип соответствует методологическому положению концепции физкультурного воспитания о единстве мировоззренческого, интеллектуального и телесного компонентов в формировании физической культуры личности [2].

Прежде всего, необходимо решить вопрос целеполагания при проектировании образовательной направленности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Это вызвано тем, что четко определенная и диагностируемая цель выполняет роль системообразующего фактора, без которого система теряет смысл своего существования. От того или иного подхода в понимании цели зависит вопрос о содержании этого процесса.

При определении цели общего образования студентов в избранном виде спорта или системе физических упражнений мы руководствуемся предложенным авторами, в частности В.П. Лукьяненко (2005), положением, которое требует не абсолютизировать и противопоставлять цели, а иерархически устраивать их взаимоотношения. Данное положение позволяет выделить несколько уровней целеполагания:

«Цель – содействие всестороннему и гармоничному развитию личности – является общей целью всей системы воспитания в обществе: нравственного, эстетического, умственного физического воспитания и т. д.» [3, с. 151].

«Цель – формирование физической культуры личности, в данной системе взглядов предстает еще не в качестве цели учебной работы по дисциплине «Физическая культура», а как цель более высокого ранга – всей системы физического воспитания в обществе» [3, с. 151]. При этом исследователи утверждают, что данная цель точно отражает направленность всей системы физического воспитания, однако носит слишком общий характер, являясь единой для всех форм физического воспитания, не обладает достаточной конкретностью и диагностичностью.

В соответствии с данной методологией целеполагания предлагается выделить цели учебной работы и внеучебной работы. При этом, при

определении цели учебной работы предлагается исходить из того факта, что физическая культура это учебная общеобразовательная дисциплина и следовательно ее специфической целью является обеспечение общего образования в области физической культуры.

В содержании общего образования студентов в области физической культуры выделены два взаимосвязанных компонента: базовый и вариативный. Целью базового компонента общего образования в области физической культуры является обеспечение общего образования студентов в области физической культуры. Цель вариативного компонента – обеспечение общего образования в избранном виде спорта или системе физических упражнений.

Выделение вариативного компонента образования обусловлено необходимостью создать основу для творческого самоопределения, самообразования, физического самосовершенствования и самореализации человека с учетом личностных потребностей в физкультурно-спортивной деятельности, т.е. сформировать индивидуальную (личную) физическую культуру. На наш взгляд, без самоопределения, самообразования и самосовершенствования в физкультурно-спортивной деятельности трудно вообще говорить о сформированности субъекта физической культуры – личности, освоившей ее ценностный потенциал. Поэтому направляющим вектором общего образования в области физической культуры является по своей сути его переход в процесс физического самосовершенствования. Это достигается качественной реализацией взаимосвязанных компонентов (базового и вариативного) общего образования в области физической культуры.

Важно подчеркнуть, что эти методологические основания находят свое отражение в требованиях государственного стандарта высшего профессионального образования. Они нацеливают работу кафедр физического воспитания на «формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности».

Структурирование содержания образовательной направленности занятий вызвано объективной необходимостью подбора соответствующих форм, методов и средств осуществления учебного процесса. При этом, мы исходили из того, что необходимо разграничить те средства, методы и формы, которые направлены на формирование интеллектуальных способностей и совершенствование двигательного потенциала студентов. В этой связи выделяется 2 блока – образовательный блок и блок двигательного совершенствования. Данное положение согласуется с данными других авторов [3, 4, и др.].

В образовательном блоке весь учебный материал сгруппирован в соответствии с представлениями о содержании образования в области физической культуры [3, 4]. Он включает систему знаний фундаментального, методического и практического характера, систему методических умений и навыков осуществления физкультурно-спортивного совершенствования. В зависимости от характера учебного материала дифференцируются и соответствующие специфические формы его усвоения. Для решения задачи формирования знаний выделяются лекционная, методическая, практические, самостоятельная и контрольная формы осуществления образовательного процесса. Для формирования методико-практических умений – методические занятия, для решения задач двигательного совершенствования используется практическая форма проведения занятий. Комплексный подход в реализации образовательного процесса предполагает целостность и взаимообусловленность в преподавании лекционного, методического и практического материалов. Такое содержание и организация усвоения учебного материала позволяет формировать не только теоретическую и методическую подготовленность, но и приобрести опыт использования теоретических знаний, и методических умений в практике физического самосовершенствования. Такой подход позволяет, по-новому, осмыслить и оценить роль теоретических знаний в обеспечении эффективности самостоятельной и осознанной практической деятельности. Это говорит о том, что без усвоения интеллектуальной составляющей физической

культуры невозможно реализовывать эффективное решение практических задач.

Важное значение для реализации общего физкультурного образования приобретает вопрос о подготовке и использовании средств учебно-методического обеспечения. разработке данных средств, на примере занятий силовой подготовкой студентов, мы выделяем следующие принципы:

1. Принцип дифференциации средств обучения в зависимости от уровня двигательной подготовленности студентов. Например, при начальном обучении силовой подготовке студентов с использованием элементов пауэрлифтинга (а именно системы упражнений в жиме штанги лежа) необходимо пройти курс базовой физической подготовки с соответствующим учебно-методическим обеспечением.

2. Принцип комплексного учебно-методического обеспечения лекционных, методических, практических, контрольных и самостоятельных занятий по силовой подготовке, нацеленный на решение образовательных задач должен включать как минимум:

— Учебную программу по силовой подготовке студентов с образовательной направленностью;

— Учебное пособие для базового курса обучения силовой подготовке (с использованием системы упражнений в жиме штанги лежа)

— Учебный практикум для формирования методико-практических умений и навыков осуществления физкультурно-спортивного совершенствования;

3. Принцип соответствия учебно-методического обеспечения цели и содержанию образования в данной области. На этапе базовой силовой подготовки студентов с использованием элементов пауэрлифтинга (а именно системы упражнений в жиме штанги лежа) образовательная направленность занятий должна быть нацелена на решение целостного комплекса задач, связанных с формированием теоретической, методико-практической и двигательной основы силовой подготовки студентов (жима штанги лежа),

необходимый для обучения студентов самостоятельной организации и проведения тренировочных занятий по физкультурно-спортивному совершенствованию. Содержание образовательной направленности занятий для решения вышеупомянутых задач при обучении силовой подготовке с использованием элементов пауэрлифтинга реализуется изучением двух взаимосвязанных компонентов (базового и вариативного) общего образования в этой сфере и включает следующие вопросы [7] :

1. Общетеоретические основы занятий силовой подготовкой: общие основы тренировочного процесса (понятия о тренированности, адаптации к физическим нагрузкам, дезадаптации, спортивной форме, принципы тренировок, нагрузки (объем и интенсивность), восстановление, дополнительные факторы тренировочных занятий, режим дня и питание при занятиях физическими упражнениями). Основы силовой подготовки: понятие о силе, факторы проявления силы, воздействие упражнений на организм, мышечная система организма, общие методы и средства развития силы.

2. Методические основы. Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Методика планирования занятий на этапе базовой силовой подготовки в жиме штанги лежа. Программа и комплексы самостоятельных занятий. Методика самоконтроля при занятиях силовыми упражнениями и методика ведения дневника тренировок.

3. Практические основы тренировочных занятий. Система упражнений в жиме штанги лежа на этапе базовой подготовки. Правила выполнения жима штанги лежа. Техника безопасности и экипировка на занятиях.

Таким образом, рассмотренные теоретико-методологические основания будут способствовать решению вопроса комплексной разработки и реализации содержания и организации общего образования студентов в области избранного вида спорта или системы физических упражнений.

Литература

1. Айдаров Р.А. Программа силовой подготовки студентов по жиму лежа: методическое пособие для преподавателей физической культуры и

студентов высших учебных заведений / Р.А. Айдаров, Н.А. Никитин. – Набережные Челны: лаб. операт. полиграфии филиала Казанского (Приволжского) университета, 2012. – 136 с.

2. Айдаров Р.А. Общее образование в области физической культуры: его место в системе физического воспитания и анализ взглядов на содержательную сущность данного понятия / Р.А. Айдаров // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2013. – Т. 29. – С. 7-17.

3. Айдаров Р.А. Общее образование студентов в области физической культуры: направленность и содержание / Р.А. Айдаров // Современные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта, туризма и социально-культурного сервиса: материалы II Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции (27-28 февраля). – Набережные Челны : НФ Поволжской ГАФКСиТ, 2014. – С. 6-8.

4. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры, 1997. – № 6.– С. 10-15.

5. Лукьяненко В.П. Современное состояние и концепция реформирования системы общего образования в области физической культуры: монография / В.П.Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2005. – 256 с.

6. Лукьяненко В.П. Терминологическое обеспечение развития физической культуры: монография / В.П. Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2008. – 168 с.

7. Соколова Н.И. Теоретико-технологические и организационные особенности общего высшего профессионально-ориентированного образования в области физической культуры: Дис. кан. пед. наук / Н.И. Соколова. – Ставрополь, 2006. – 265 с.

Aidarov R.A., Senior Lecturer, Naberezhnye Chelny Institute (branch) of Kazan (Volga region) Federal University

TO THE QUESTION OF THE VALIDITY OF THE CONTENT AND
ORGANIZATION OF GENERAL EDUCATION OF STUDENTS IN THE
CHOSEN SPORT OR THE SYSTEM OF PHYSICAL EXERCISES

Abstract: This paper presents the theoretical and methodological principles that could serve as a basis for justification of the purpose, structure, content, organizational forms and educational software of general (non-special) education of students in the chosen sport or the system of exercises on the example of classes in strength training.

Key words: general physical culture education of students, elected sport or exercise system, content of education, organization of education.