

УДК 37.016:796:378.172  
ББК 451р+4448.005.5

ГСНТИ 14.07.01

Код ВАК 13.00.01

**Макеева Вера Степановна,**

профессор, доктор педагогических наук, заведующий кафедрой туризма, рекреации и спорта, отличник физической культуры, Государственный университет – учебно-научно-производственный комплекс, г. Орел; 302020, г. Орел, Нагорское шоссе, д. 29; e-mail: vera\_191@mail.ru

**Рапопорт Леонид Аронович,**

министр физической культуры, спорта и молодежной политики Свердловской области; член Правительства Свердловской области; доктор педагогических наук, заведующий кафедрой управления в сфере физической культуры, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина; лауреат государственной премии Правительства РФ в области образования; мастер спорта; 620004, г. Екатеринбург, ул. Малышева, д. 101; e-mail: ministr@minsport.epn.ru

**Ямалетдинов Тальгат Махмутович,**

старший преподаватель, кафедра оздоровительной тренировки и профессионально-прикладной физической подготовки, Гуманитарный университет, г. Екатеринбург; 620049, г. Екатеринбург, ул. Студенческая, д. 19; yamalga@k66.ru

**Ямалетдинова Галина Александровна,**

доктор педагогических наук, доцент, профессор, заведующий кафедрой оздоровительной тренировки и профессионально-прикладной физической подготовки, Гуманитарный университет, г. Екатеринбург; лауреат премии Губернатора Свердловской области; 620049, г. Екатеринбург, ул. Студенческая, д. 19; e-mail: yamalga@k66.ru

**УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА ОСНОВЕ МОДУЛЬНО-ПРОЕКТНОЙ ТЕХНОЛОГИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ САМОУПРАВЛЕНИЯ Познавательной Деятельностью Студентов с Перспективой Внедрения Проекта Всероссийского Физкультурно-Спортивного Комплекса**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне!»; низкий уровень здоровья; личностные проекты; самоуправление познавательной деятельностью.

**АННОТАЦИЯ.** На основе длительной опытно-экспериментальной работы со студентами, имеющими разный уровень физической подготовленности, представлены предложения по организации учебно-тренировочного процесса в вузах России для подготовки таких студентов к выполнению требований Комплекса ГТО.

**Makeeva Vera Stepanovna,**

Doctor of Pedagogy, Professor, Head of Department of Tourism, Recreation and Sport, Orel State University – Educational and Scientific-industrial Complex (Orel).

**Rapoport Leonid Aronovich,**

Minister of Physical Culture, Sports and Youth Policy of Sverdlovsk Region; Doctor of Pedagogy, Professor, Head of Department of Management in the Sphere of Physical Training and Sport, Ural Federal University named after the First President of Russia B.N. Yeltsin (Ekaterinburg).

**Yamaletdinov Talgat Mahmutovich,**

Senior Lecturer of Department of Fitness and Professionally Applied Physical Training, Liberal Arts University (Ekaterinburg).

**Yamaletdinova Galina Aleksandrovna,**

Doctor of Pedagogy, Associate Professor, Head of Department of Fitness and Professionally Applied Physical Training, Liberal Arts University (Ekaterinburg).

**PHYSICAL TRAINING CURRICULUM ON THE BASIS OF MODULING PROJECT TECHNOLOGY WITH ELEMENTS OF SELF-GOVERNMENT OF STUDYING ACTIVITY OF STUDENTS WITH THE VIEW OF IMPLEMENTATION OF THE GTO COMPLEX**

**KEY WORDS:** GTO (ready to work and defense) complex; poor health; personal projects; self-government of studying activity.

**ABSTRACT.** On the basis of the long-term experimental work the article presents propositions in the field of organization of academic and training process in Russian higher schools for preparation of students to passing the requirements of the GTO (ready to work and defense) complex.

**В** настоящее время актуальна проблема максимального приобщения студенческой молодежи к физической культуре и к выполнению рекомендуемого не-

дельного двигательного режима, нормативов по различным видам испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (далее Комплекса), что требует

нововведений в учебную программу по физической культуре в высшей школе. Однако следует помнить, что к основным направлениям модернизации образования по физической культуре относятся процессы гуманизации и гуманитаризации [1; 2; 3].

В первую очередь необходимо обратить внимание на всем известную тенденцию Российской действительности – резкое ухудшение физического и психического здоровья студенческой молодежи. Возрастание интереса к социальным аспектам здоровья напрямую связано с развитием физической культуры. Исследователи сходятся во мнении, что улучшение здоровья зависит от совокупности факторов, однако решающий среди них – позиция самого человека, его отношение к собственному здоровью и здоровому стилю жизни.

Анализ результатов исследования здоровья студенческой молодежи из различных регионов России в течение 20 лет свидетельствует о росте количества студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья и отнесенных по этой причине к специальной медицинской группе (СМГ). Количество таких студентов в технических вузах увеличилось от 0,4 % до 36 %, в вузах гуманитарного профиля достигает 60 %. Однако наибольшее количество таких студентов наблюдается в негосударственных вузах – до 73 %. Выявленная тенденция ведет к тому, что к старшему курсу обучения увеличивается количество студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, а также освобожденных от академических учебно-тренировочных занятий или переведенных в группы ЛФК [5].

Независимо от профиля вуза в структуре заболеваемости студентов доминирующими являются заболевания сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, органов зрения, пищеварения. В гуманитарных вузах процент студентов с такими заболеваниями заметно выше. Все чаще у студентов наблюдаются отклонения со стороны нервной системы (прогрессирующая дистрофия нейронов, рассеянный склероз), инвалидность различных групп, у девушек – новообразования мочеполовой системы. Кроме того, необходимо отметить увеличение количества студентов, имеющих пять заболеваний и более.

Одним из факторов, влияющих на сохранение уровня здоровья студентов, является высокий уровень физической подготовленности. Однако за последние двадцать лет в базовых показателях физической подготовленности студенческой молодежи наблюдается выраженная отрицательная динамика.

В связи с этим при организации нового учебного процесса в высших учебных заведениях считаем необходимыми следующие

условия устранения проблем внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

- Внедрение Комплекса ГТО как поэтапный процесс приобщения студентов к физической культуре: повышение их общего уровня знаний о рациональных средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных и интернет-технологий (на методических занятиях применять автоматизированные информационные системы); модернизация системы физического воспитания и развитие массового студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе – путем расширения сети спортивных клубов и т. д. [3].

- Формирование у студентов мотивации к самостоятельным занятиям двигательной активностью, которая обеспечивается созданием условий для реализации современных систем физических упражнений или видов спорта, предоставлением студентам права выбора на практических занятиях вида спорта в соответствии с их возможностями, желаниями, интересом (это не только требуемые виды спорта: стрельба, плавание, лыжные гонки, легкая атлетика, спортивный туризм), широким использованием активных методов обучения, направленных на формирование у студентов умений создавать личностные проекты для выполнения нормативно-тестирующей и спортивной части Комплекса ГТО, проведением методических занятий с использованием компьютерных программ разных типов для создания личностных проектов.

- Коррекция содержания видов испытаний, норм и рекомендаций по недельному двигательному режиму с учетом состояния здоровья, уровня физической и технической подготовленности современных студентов в вузах разного профиля, т. е. снижение нормативов серебряного и золотого значка, возможность замены бега на лыжах кроссом 5 км без учета времени для иностранных студентов, организация системы контроля за выполнением рекомендаций к недельному двигательному режиму (11 час.).

- Создание единой системы качественного проведения медицинского обследования студентов в связи с тем, что к выполнению норм Комплекса допускаются студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья.

- Приведение в соответствие лицензионным требованиям материально-технического обеспечения учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» в вузах. Отсутствие или неудовлетворитель-

ное состояние материально-технической базы снижает результативность и качество внедрения комплекса ГТО. Создание в регионах спортивных площадок для тренировок и сдачи ГТО студентами, отнесенными по состоянию здоровья к различным медицинским группам, и инвалидами.

- Разработка унифицированной оценки выполнения образовательными учреждениями высшего профессионального образования требований Комплекса ГТО в связи с тем, что предусмотрено отражение результатов Комплекса в аттестации обучающихся при проведении мониторинга эффективности образовательных организаций.

- Создание в регионах действенной системы повышения и переподготовки тренерского и профессорско-преподавательского состава кафедр физического воспитания в соответствии с требованиями Положения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

- Создание объективной системы оценивания видов испытаний для проведения спартакиад ГТО (единые требования к оружию, лыжному инвентарю и др.).

- Коррекция балльно-рейтинговой системы в высших учебных заведениях с учетом введения Комплекса ГТО.

- Разработка системы награждения и стимулирования на всех уровнях, мотивирующей студентов к активному участию во Всероссийском физкультурно-спортивном Комплексе.

В Гуманитарном университете на основе теоретических и методологических подходов к конструированию системы самоуправления познавательной деятельностью студентов разработана модульно-проектная технология и доказана ее эффективность в рамках оздоровительной, профессиональной и спортивной направленности.

Анализ по проблеме исследования и длительная опытно-экспериментальная работа в учебных заведениях разного профиля позволили нам сделать выводы о возможности использования созданной технологии при подготовке студентов высшей школы к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса при следующих условиях.

1. *Сущность концепции* самоуправления учебно-познавательной деятельностью рассматривается как система самостоятельно регулируемых действий, направленных на достижение знаний, овладение рациональной двигательной деятельностью, что в совокупности обеспечивает совершенствование духовных и телесных характеристик личности студента, его социальных и индивидуальных качеств. При реализации нашей идеи мы опирались на теорию сущно-

сти и структуры человеческой деятельности, раскрытую в трудах М. С. Кагана (1974), основанную на динамическом самопрограммировании поведения [5].

*Физическая культура является механизмом формирования самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов*, который направлен на оптимальное развитие физических возможностей личности, развитие ее интересов, потребностей, что в результате будет способствовать эффективному выполнению Комплекса ГТО.

2. *Модульно-проектная технология* может использоваться как средство самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры на основе индивидуально дифференцированного подхода [2] с использованием активных методов обучения (IT, case-study и др.), средств физической культуры, что является актуальным в связи с перспективным внедрением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

Технология включает формулирование дидактических целей, определение содержания взаимосвязанных теоретического, методического и практического блоков, входящей и выходящей информации с выделением базового, элективного уровней усвоения [4]. Структурирование блоков как укрупненных дидактических единиц осуществляется с учетом специфики выполнения нормативно тестирующей и спортивной части Комплекса ГТО.

3. В процессе самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов необходим комплекс психолого-педагогических условий [6], активизирующих самостоятельную работу студентов, приобщающих их к участию и выполнению нормативно тестирующей и спортивной части Комплекса ГТО. Структура комплекса состоит из следующих условий:

- *организационно-функциональные* обеспечивают диагностику на этапах управления и самоуправления к подготовке выполнения требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса;

- *процессуально-содержательные* могут быть реализованы в организационно-познавательных играх, проблемных ситуациях, проектировании личностных программ;

- *управленческие и информационные условия* связаны с тем, что необходимо использовать модульно-рейтинговую форму занятий и контроля, информационно-методический программный комплекс по дисциплине «Физическая культура». Он предназначен для овладения умениями диагностики, прогнозирования, проектирования и конструирования индивидуального

стиля жизни и его самокоррекции. Состоит из методического инструментария и пакета компьютерных программ.

Методический инструментарий – программы дисциплины и практических элективных курсов, словарь терминов, рекомендации по балльно-рейтинговой системе, алгоритмы методических занятий и самодиагностики и др.

Пакет программ состоит из авторских компьютерных программ. Каждая из них включает определенное количество модулей. Разработанные компьютерные программы разных типов, объединенные по основной задаче, мы рассматриваем как автоматизированные системы. Разработанные компьютерные программы создают условия для повышения мотивации к систематическим занятиям физкультурно-спортивной деятельностью.

4. Выделена система критериев, установлены показатели и уровни сформированности, которые определяют количественную и качественную характеристику конкретного вида испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

#### Л И Т Е Р А Т У Р А

1. Виленский М. Я. Физическая культура : учебник / коллектив авторов; под ред. М. Я. Виленского. М. : КНОРУС, 2012.
2. Макеева В. С. Дифференцированный подход в формировании физической культуры обучающихся // Педагогическое образование и наука. № 4. 2013. С. 41-43.
3. Рапопорт Л. А. Перспективы развития студенческого спорта в университетах России : монография. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004.
4. Ямалетдинова Г. А. Модульное обучение как средство самоуправления в сфере физической культуры // Высшее образование в России. 2009. № 7. С. 173-177.
5. Ямалетдинова Г. А. Система самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов в сфере физической культуры : монография. Екатеринбург : Гум. ун-т, 2013.
6. Ямалетдинова Г. А. Условия, обеспечивающие эффективность самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов по физической культуре в вузе // Педагогическое образование и наука. 2013. № 4. С. 51-57.

Следовательно, разработанная модульно-проектная технология обладает следующими возможностями: рассматривается как средство по созданию, реализации, коррекции личностных проектов здорового стиля жизни; способствует включению самого студента в процесс управления своей учебно-познавательной деятельностью, своим здоровьем, уровнем физической и технической подготовленности; позволяет активизировать процесс перехода управления в самоуправление свойств и качеств личности; предоставляет студентам право выбора на теоретических, методических и практических занятиях в соответствии с их индивидуальными особенностями.

Таким образом, реализация модульно-проектной технологии на практике способствует приобщению студентов к физической культуре, что существенно повлияет на отражение результатов Комплекса в аттестации обучающихся при проведении мониторинга эффективности образовательных организаций.

Статью рекомендует канд. пед. наук, проф. А. В. Гришин.