

**РАЗРАБОТКА УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ПО КУРСУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВАРИАТИВНОГО
КОМПОНЕНТА (НА ПРИМЕРЕ АГРАРНОГО ВУЗА)**

Рудницкий В.И., канд. пед. наук, профессор,

Белорусский государственный университет физической культуры;

Сучков А.К.,

Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины

Аннотация.

В статье обоснована необходимость использования вариативного компонента при разработке программ для учебного процесса по «Физической культуре». Также дано обоснование повышения уровня физической подготовленности студентов аграрного вуза на основе разработанной методики занятий спортивной борьбой в аграрном вузе.

**ELABORATION OF THE CURRICULUM FOR THE COURSE
"PHYSICAL CULTURE" AIDED WITH EMPLOYMENT OF VARIABLE
COMPONENTS (BY EXAMPLE OF AGRICULTURAL UNIVERSITY)**

Abstract.

The article substantiates the necessity of variability component employment for elaboration of curriculum programs for the course of "Physical Culture". Likewise, disclosed are the substantiation data on promotion of physical fitness in students of the Agricultural University in terms of the elaborated method for wrestling intended for an agricultural institution.

Введение.

Учебная дисциплина «Физическая культура» в настоящее время, как и на протяжении прошлых десятилетий, призвана решать задачи физического воспитания студентов. Обязательное посещение занятий и выполнение зачетных требований является положительным моментом в современных условиях динамично развивающегося общества лишь при условии вариатизации и дифференциации учебно-воспитательного процесса, гуманистической ориентации на интересы и возможности учащихся. Жесткая унификация учебных программ, шаблонные формы и методы педагогической деятельности не находят одобрения, как в среде учащейся молодежи, так и у преподавателей. Исходя из этого, планировать учебный процесс по «Физической культуре» необходимо с позиций лично-ориентированного подхода к выбору средств, методов и форм физкультурно-спортивной деятельности, обеспечивающего творческую самореализацию студента (принцип гуманизации). В тоже время, выбор студентами вида спорта для неуглубленного изучения на учебных занятиях необходимо увязывать с физической подготовкой к предстоящей профессиональной деятельности (принцип прикладности). Построенные таким образом учебные занятия будут иметь направленность профессионально-прикладной физической подготовки, которая в настоящее время в рассматриваемых нами аграрных вузах носит лишь декларативный характер.

Цель статьи – обоснование необходимости использования вариативного компонента при разработке учебных программ по курсу «Физическая культура» для подготовки студентов аграрных вузов к работе в аграрном секторе.

Анализ источников.

При изучении исторически сложившихся концепций и принципов системы высшего аграрного образования следует отметить научные труды профессора

И.А. Стебута, выпускника Горы-Горецкого земледельческого института 1854 г., одного из основоположников отечественной агрономии. Главной целью «сельскохозяйственного воспитания» И.А. Стебут считал формирование у молодого специалиста здорового организма и основанных на этом фундаменте работоспособности, терпеливости, сильной воли, ровного характера, а также привычки к труду и простоте в жизненной обстановке, которые поддерживают в нем бодрость духа, энергию, свежесть мысли. «Без этого, – говорил И.А. Стебут во вступительной лекции студентам Петровской земледельческой и лесной академии в 1866 г., – при самых лучших других нравственных качествах, при самых основательных специальных знаниях, человек не в состоянии быть хорошим хозяином» [1]. При этом подчеркивалось, что «сельскохозяйственное воспитание» должно отличаться по формам и методам от воспитания работников других сфер производства, поскольку его объект должен иметь склонность к сельскохозяйственному труду и соответствующему образу жизни.

Полноценное использование профессиональных знаний и умений возможно только при хорошем состоянии здоровья, высокой работоспособности специалистов, которые достигаются при регулярных занятиях физической культурой и спортом [2]. Целью учебной дисциплины «Физическая культура» в вузе является формирование и развитие социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности [3, 4]. Использование для этой цели потенциала спортивной борьбы, как востребованного у студенческой молодежи вида спорта, продолжает и сегодня оставаться одним из перспективных направлений в физическом воспитании студентов. Это согласуется с мнением ряда авторов. Так, Ю.В. Болтиков, О.Б. Соломахин представляют спортивную борьбу как социальный институт, формирующий личность молодого человека [5]. В.А. Кабачков, А.К. Москатова раскрывают возможности приобретения посредством спортивной борьбы определенных умений как деятельностного компонента в профессионально-прикладной физической подготовке [6]. Тем не менее, по данным В.А. Греховодова, в настоящее время не разработаны для широкого круга пользователей учебные программы по видам борьбы в структуре физического воспитания в вузе нефизкультурного профиля, а научные разработки направлены на подготовку высококвалифицированных борцов [7–8]. С позиций профессионально-прикладной физической подготовки вопросы по разрабатываемой теме – физическое воспитание студентов с неуглубленным изучением вида спорта (вариативный компонент учебной программы) раскрыты не полностью [9].

Методы исследования: изучение и анализ литературных источников, опрос, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент. Объект исследований – процесс физического воспитания студентов аграрных вузов. Предмет исследования – методика повышения уровня физической подготовленности студентов с использованием вариативного компонента учебной программы «Физическая культура» – спортивной борьбы.

Основная часть.

Специфика сельскохозяйственного производства требует от специалистов высокого уровня развития физических качеств, необходимых для решения производственных задач. Традиционно физические качества в процессе физического воспитания студентов совершенствуются безотносительно к конкретной трудовой деятельности, и готовность к ней достигается лишь частично, что подтверждает отрицательная динамика уровня физической подготовленности студентов аграрных вузов [10]. Одним из вариантов решения указанной проблемы является построение учебного процесса на основе приоритетного развития наиболее важных для производственной деятельности в аграрном секторе физических качеств. Как показывают результаты проведенных нами

исследований, наиболее важными физическими качествами для успешной работы в агропромышленном комплексе являются выносливость и сила. Следовательно, в физической подготовке студентов аграрных вузов указанным качествам следует отдавать приоритет. Ситуация осложняется низкой мотивацией студентов к учебным занятиям по «Физической культуре» и невостребованностью у современной студенческой молодежи видов спорта, традиционно используемых для развития выносливости и силы.

В проведенном исследовании изучение программно-нормативных документов, социологические опросы, сравнительная характеристика спортивной борьбы и работы в сельском хозяйстве как видов деятельности явились основанием для проведения педагогического эксперимента.

Целью эксперимента являлось определение эффективности использования тренировочных средств спортивной борьбы, как вариативного компонента учебной программы «Физическая культура» для развития профессионально-значимых физических качеств и повышения общего уровня физической подготовленности студентов аграрных вузов.

В педагогическом эксперименте участвовали студенты УО БГСХА (ЭГ: n=16 и КГ: n=16) и УО ВГАВМ (ЭГ: n=14 и КГ: n=14) на первом (2004/2005 уч. год), втором (2005/2006 уч. год), и третьем (2006/2007 уч. год) курсах обучения. В контрольных группах (КГ) студенты занимались по учебной программе «Физическая культура» для основных отделений, утвержденной учебно-методическим советом вуза, с использованием традиционных методик развития физических качеств. Экспериментальные группы (ЭГ) занимались согласно разработанной программе с использованием вариативного компонента – неуглубленной подготовки по спортивной борьбе. Экспериментальным фактором являлась разработанная методика повышения уровня физической подготовленности студентов, базирующаяся на приоритетном развитии профессионально-значимых физических качеств студентов аграрного профиля – выносливости и силы, с привлечением тренировочных средств спортивной борьбы, что мотивировало студентов к занятиям по «Физической культуре», существенно повышая качество образовательного процесса. Таким образом, неуглубленное обучение спортивной борьбе явилось составляющей процесса достижения профессиональной физической пригодности студентами аграрного вуза. Тренировочные средства при этом имели принципиальную направленность профессионально-прикладной физической подготовки. В связи с этим, предусматривалось решение задач: 1) повышения уровня физической подготовленности студентов на основе приоритетного развития выносливости и силы и 2) освоения студентами аграрного вуза видов спортивной борьбы. Инновационный подход состоял в распределении учебного времени и средств подготовки как в пределах одного занятия, так и на протяжении циклов. В разноплановых (по направленности, по решаемым задачам, по видам спорта) занятиях всего периода обучения предусматривалось приоритетное совершенствование выносливости и силы. При этом выносливость и сила развивались средствами:

– циклических видов спорта – в начале каждого учебного семестра методом стандартно-непрерывного упражнения и в конце учебного семестра повторным, переменными методами;

– борьбы и игровых видов спорта – в середине семестра интервальным методом с напряженными интервалами отдыха.

Занятия по легкой атлетике, лыжам, а также мероприятия, проводимые для студентов всего курса (потока), согласовывались с учебными планами кафедры физического воспитания и спорта. Согласно рабочей гипотезе, на учебных занятиях построенных таким образом, наиболее эффективно совершенствуются все виды выносливости, а также силовые способности.

Уровень физической подготовленности (УФП) студентов УО БГСХА и УО ВГАВМ определялся по нормативам, утвержденным учебно-методическими советами вуза на основании учебной программы «Физическая культура». Оценки УФП в баллах в начале и в конце формирующего педагогического эксперимента представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Оценки УФП в баллах в начале и в конце эксперимента по результатам контрольного тестирования студентов в БГСХА и ВГАВМ

| Статистические показатели | БГСХА (n=16) | | | | ВГАВМ (n=14) | | | |
|--|--------------|------|------------|--------|--------------|------|------------|--------|
| | 09.2004 г. | | 05.2007 г. | | 09.2004 г. | | 05.2007 г. | |
| | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ |
| Средняя арифметическая оценок (\bar{x}) | 3,06 | 3,00 | 3,81 | 3,44 | 3,00 | 3,14 | 3,86 | 3,43 |
| Среднее квадратическое отклонение (σ) | 0,77 | 0,52 | 0,40 | 0,51 | 0,78 | 0,77 | 0,36 | 0,65 |
| Ошибка репрезентативности (m) | 0,19 | 0,13 | 0,10 | 0,13 | 0,21 | 0,21 | 0,10 | 0,17 |
| Достоверность различий 09.2004 г. и 05.2007 г. (p) | – | – | 0,0005 | 0,0038 | – | – | 0,0011 | 0,2631 |
| Достоверность различий между ЭГ и КГ (p) | 0,7737 | | 0,0285 | | 0,6349 | | 0,0081 | |

Статистический вывод. В начале эксперимента выборки (ЭГ и КГ) различимы не достоверно ($p > 0,05$). В конце эксперимента между выборками достоверные различия ($p < 0,05$), стабильность оценок в ЭГ выше.

Педагогический вывод. Поскольку по завершении эксперимента оценки уровня физической подготовленности студентов в экспериментальных группах достоверно выше и стабильнее соответствующих оценок в контрольных группах, экспериментальную методику следует считать эффективной.

Как было указано выше, ориентация учебных занятий на подготовку студентов к работе в агропромышленном комплексе состоит, прежде всего, в приоритетном развитии профессионально-значимых физических качеств. Ведущая роль при этом отводится развитию выносливости, являющейся наиболее важной составляющей уровня физической подготовленности студентов аграрных вузов.

Оценки в баллах контрольного теста на выносливость – «бег на 1000 м» представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Оценки выносливости студентов в начале и в конце эксперимента в БГСХА и ВГАВМ

| Статистические показатели | БГСХА (n=16) | | | | ВГАВМ (n=14) | | | |
|--|--------------|------|------------|--------|--------------|------|------------|--------|
| | 09.2004 г. | | 05.2007 г. | | 09.2004 г. | | 05.2007 г. | |
| | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ | ЭГ | КГ |
| Средняя арифметическая оценок (\bar{x}) | 2,88 | 2,63 | 3,94 | 3,44 | 2,93 | 2,36 | 4,00 | 2,93 |
| Среднее квадратическое отклонение (σ) | 1,41 | 1,41 | 0,93 | 0,51 | 1,54 | 1,28 | 0,88 | 1,14 |
| Ошибка репрезентативности (m) | 0,35 | 0,35 | 0,23 | 0,13 | 0,41 | 0,34 | 0,23 | 0,30 |
| Достоверность различий 09.2004 г. и 05.2007 г. (p) | – | | 0,0212 | 0,0224 | – | | 0,0099 | 0,2631 |
| Достоверность различий между ЭГ и КГ (p) | 0,6611 | | 0,0271 | | 0,3717 | | 0,0186 | |

Статистический вывод. В начале эксперимента выборки (ЭГ и КГ) различимы не достоверно ($p > 0,05$). В конце эксперимента между выборками достоверные различия ($p < 0,05$).

Педагогический вывод. Поскольку по завершении эксперимента оценки выносливости студентов в экспериментальных группах достоверно выше соответствующих

оценок в контрольных группах, данное качество по экспериментальной методике развивалось более эффективно.

Корреляционный анализ позволил определить взаимосвязь выносливости и уровня физической подготовленности студентов (таблица 3).

Таблица 3 – Коэффициенты корреляции (r) оценок выносливости и уровня физической подготовленности студентов БГСХА и ВГАВМ

| БГСХА | | ВГАВМ | |
|----------------|----------------|----------------|----------------|
| ЭГ | КГ | ЭГ | КГ |
| $r = 0,711568$ | $r = 0,589506$ | $r = 0,724569$ | $r = 0,676635$ |

Критические значения коэффициентов корреляции – при $n=14$ ($\alpha = 0,05$), $r_{\text{крит}}=0,457$; при $n=16$ ($\alpha=0,05$), $r_{\text{крит}}=0,426$. Исходя из этого, определяем, что наблюдаемые коэффициенты корреляции статистически достоверны с вероятностью более 0,95.

Принимая во внимание свойства коэффициента корреляции ($0,20 < r < 0,49$ – слабая связь; $0,50 < r < 0,69$ – средняя связь; $0,70 < r < 0,99$ – сильная связь), можно сделать следующий вывод.

Между выносливостью и общим уровнем физической подготовленности студентов УО БГСХА и УО ВГАВМ, занимающихся по экспериментальной методике в группах борьбы, существует сильная линейная корреляционная связь. На зависимость уровня физической подготовленности от уровня развития выносливости указывают коэффициенты детерминации $D_{\text{БГСХА}}=50,6\%$ и $D_{\text{ВГАВМ}}=52,5\%$.

Анализировать результативность педагогического взаимодействия, реализуемого экспериментаторами, и оценивать эффективность освоения студентами спортивной борьбы в учебном процессе аграрного вуза позволило педагогическое наблюдение. Результаты невключенного наблюдения учебно-тренировочных занятий по спортивной борьбе, контрольных и зачетных тестирований студентов УО ВГАВМ (сентябрь–январь 2011 г.) подтверждают отмеченную нами ранее целесообразность использования методик развития физических качеств и повышения общего уровня физической подготовленности посредством неуглубленного изучения выбранного вида спорта [11]. Так, посещаемость учебных занятий по «Физической культуре» студентами в отделениях с неуглубленным изучением видов спортивной борьбы на 18,7 % выше, чем в основных отделениях, оценки УФП выше соответственно на 12,1 %.

Результаты проведенных исследований являются обоснованием использования вариативного компонента (спортивной борьбы) в учебной программе дисциплины «Физическая культура». Теоретическое обоснование базируется на принципах гуманизации и компетентностного подхода. Принцип гуманизации, как приоритетный принцип образования, обеспечивающий личностно-ориентированный характер образовательного процесса и творческую самореализацию выпускника, обуславливает выбор студентами вида спорта, совершенствование в котором является фактором мотивации к учебным занятиям по «Физической культуре». Принцип компетентностного подхода определяет систему требований к организации образовательного процесса, направленных на усиление его практикоориентированности, повышение роли самостоятельной работы студентов по разрешению задач и ситуаций, моделирующих социально-профессиональные проблемы, формирование у выпускников способности действовать в изменяющихся жизненных условиях. При этом прикладность процесса физического воспитания заключается в формировании направленности на подготовку студентов к будущей профессиональной деятельности. Практическое обоснование заключается в том, что определенным образом построенные занятия спортивной борьбой в процессе физического воспитания, с применением инновационных методик развития профессионально-

значимых физических качеств, способствуют эффективному повышению общего уровня физической подготовленности.

Заключение.

В Республике Беларусь в последнее десятилетие исследования в области физической культуры направлены на формирование личностно ориентированной и здоровьесберегающей системы физкультурного образования, предусматривающей освоение не только двигательных, но и интеллектуальных, мировоззренческих, информационных и других ценностей физической культуры. Специалисты отмечают, что необходимо совершенствовать учебный процесс по «Физической культуре» с учетом личностной ориентации занимающихся в выборе средств, методов и форм физкультурно-спортивной деятельности, которая оптимально соответствовала бы потребностям и возможностям студентов. Вместе с тем, готовность выпускников вузов к выполнению своих профессиональных обязанностей достигается в настоящее время лишь частично, что подтверждает сохраняющаяся отрицательная динамика уровня физической подготовленности студентов. Представленные в настоящей статье результаты исследований указывают на возможные решения проблем подготовки специалистов аграрного профиля.

Выводы.

1. В настоящее время формирование и развитие социально-личностных компетенций студентов (основная цель социально-гуманитарной подготовки студентов в вузе) требуют инновационного подхода к традиционным программам обучения.

2. Использование тренировочных средств популярных в студенческой среде видов спорта, какими являются виды спортивной борьбы, мотивируют студентов к занятиям по «Физической культуре», эффективно способствуя повышению уровня их физической подготовленности.

3. Основанием использования видов спортивной борьбы на учебных занятиях является разработка учебной программы «Физическая культура» с вариативным компонентом – неуглубленной подготовкой студентов по борьбе.

4. Профессиональную направленность учебному процессу при этом придадут инновационные методики совершенствования профессионально-значимых физических качеств тренировочными средствами спортивной борьбы.

Список использованных источников

1. Стебут, И.А. Избранные сочинения: в 2 т. / И.А. Стебут. – М., 1957. – Т. 2. – 631 с.
2. Ильинич, В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов. Научно-методологические и организационные основы / В.И. Ильинич. – М., 1978. – 144 с.
3. Высшее образование. Первая ступень. Цикл социально-гуманитарных дисциплин: образовательный стандарт: РД РБ 02100.5.227-2006. – Введ. 01.09.2006. – Минск: Министерство образования Республики Беларусь, 2006. – 27 с.
4. Физическая культура: типовая учебная программа для высших учебных заведений / В.А. Коледа [и др.]. – Минск: РИВШ, 2008. – 60 с.
5. Болтиков, Ю.В. Образовательный компонент как стимул долговременной физкультурно-спортивной деятельности обучаемых в секциях спортивной борьбы / Ю.В. Болтиков, О.Б. Соломахин // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №2. – С. 45–46.
6. Кабачков, В.А. Спортивная борьба как средство профессионально-прикладной физической подготовки / В.А. Кабачков, А.К. Москатова // Спортивная борьба. – 1977. – С. 77–80.