

УДК: 796

Сулайманов С.Э.

ИГУ им. К.Тыныстанова

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ФОРМИРУЮЩАЯ СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ И ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

В статье проанализированы направления укрепления здоровья в соответствии с требованиями современного общества. Выделены пять основных компонентов профессиональной готовности будущих специалистов физической культуры. Разработана модель профессионально формирующей системы физической активности и здоровья.

Ключевые слова: физическая подготовка, ее активность, профессиональная готовность, интегральный показатель, модель системы.

Макалада заманбап коомдун талаптарына ылайык ден соолукту чыңдоонун багыттары талданды. Дене тарбиянын келечектеги адистердин кесиптик даярдыгынын негизги беш компоненттери бөлүнүп чыгарылды. Дене тарбия менен ден соолуктун кесиптик калыптандыруучу системасынын модели иштелип чыкты.

Негизги сөздөр: дене тарбиялоо даярдыгы, анын активдүүлүгү, адистик даярдык, интегралдуу көрсөткүч, системанын модели.

The article analyzes directions of health promotion in accordance with the demand of modern society. Five components of professional preparation of future specialists of physical culture are singled out. A model of professional formation system of physical activity and health was developed.

Key words: physical preparation, its activeness, professional preparation, integral demonstration, model system.

К настоящему времени сложилось реальное противоречие между социальным заказом современного общества к подготовке выпускников высших учебных заведений, которые должны обладать не только профессиональными знаниями, умениями и навыками, но и сформированностью физической активности и высоким уровнем индивидуального здоровья, являющимися важными условиями содействия достижению должного уровня профессиональной готовности и профессионализма в будущей трудовой деятельности. Выявленное противоречие порождает проблему исследования, состоящую в том, что объективная необходимость подготовки профессионалов, обладающих достаточным уровнем профессиональной готовности, диктуется запросом общества, а педагогическая теория и практика ее формирования в настоящее время недостаточно разработаны. В основе высшего профессионального образования должно лежать обеспечение высокого уровня качества подготовки специалистов и формирование гибкой системы подготовки кадров, которая удовлетворяет современным потребностям общества. В данном контексте необходимым является:

- фундаментализация образования на основе единства естественнонаучной и гуманитарной составляющих, в центре должен стоять приоритет личности;
- междисциплинарный подход при освоении основных образовательных программ высшей школы;
- ориентация обучающихся на отраслевые и региональные интересы;
- создание условий совершенствования технологии обучения, направленной на подготовку специалистов с учетом конъюнктуры рынка и позволяющей давать большую свободу обучающимся через различные образовательные программы, учитывающие их способности и интересы.

В то же время современный учебный процесс (объем информации, построение занятий, условия их проведения и т.д.) предъявляет к студентам большие психологические, физиологические и физические требования, которые, как правило, превышают их возрастные ментальные и физические возможности. Среди причин ухудшения здоровья студенческой молодежи можно выделить следующие: внеучебные факторы и учебные факторы. Стратегия укрепления здоровья в настоящее время должна

НАРОДНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ. ПЕДАГОГИКА. МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ

реализовываться по четырем основным направлениям:

- информационное направление, базирующееся на использовании современных коммуникационных методов и технологий;
- образовательное, включающее разработку, реализацию и оценку эффективности программ гигиенического обучения и воспитания;
- координация деятельности различных государственных и неправительственных органов и учреждений, средств массовой информации, общественных организаций, коммерческих и частных структур, усилия которых направлены на реализацию политики и программ укрепления здоровья;
- непосредственное оказание студентам консультативно-оздоровительной помощи [1].

Взаимоотношения умственного (интеллектуального) и физического компонентов являются основополагающими, системообразующими факторами процесса образования вообще. Проведенный анализ взаимосвязи вузовской успеваемости и физической подготовленности показал, что существует тесная зависимость успеваемости от уровня физической подготовленности. Анализ литературы показал, что особенно она выражена на I-м и II-м курсах обучения. Студенты, обладающие хорошей физической подготовленностью, имеют более высокий показатель качества знаний, чем студенты со слабой физической подготовленностью. На III-м и IV-м курсах происходит незначительное снижение зависимости между физической подготовленностью и успеваемостью [2]. Уровень и состояние здоровья студентов высших учебных заведений тесно взаимосвязаны между собой и оказывают существенное влияние на успешность обучения в вузе, а следовательно, содействуют достижению должного уровня профессиональной готовности. Основанием для структурирования профессиональной готовности специалиста является ориентация на представление о содержании профессиональной деятельности. Данная точка зрения связана с тем, что профессиональная готовность может формироваться и реализовываться только в профессиональной деятельности, отражая ее содержательную сторону.

В структуру профессиональной готовности включают пять основных компонента: информационный, операционный, мотивационный, индивидуальное здоровье, физическая активность. Они характеризуют знания, способы деятельности (умения и навыки) и потребности. Первый – информационный компонент – характеризует уровень знаний, направленных на теоретическую подготовку будущего специалиста-педагога. Второй – операционный компонент – способы деятельности специалиста. Третий – мотивационный компонент (потребности) – обозначает отношение к выбранной профессии, интересы, стремления и др. Четвертый компонент – «индивидуальное здоровье» - отражает резервные возможности организма, его физиологические способности адаптации к внешним условиям, в том числе к обучению в вузе, образ жизни. Динамическая оценка здоровья студентов и повышение его индивидуального уровня необходимы с позиции успешности обучения их в высшем учебном заведении и достижения ими профессиональной готовности. Пятый компонент – «физическая активность» - представляет двигательную деятельность студента, выступающую природно и социально детерминирующей необходимостью и потребностью организма и личности в поддержании гомеостаза. Физическая активность студента обусловлена как внутренними (потребность в движении), так и внешними причинами (влияние среды) и направлена не только на сохранение, но и на совершенствование биосоциокультурной системы, элементом которой является сама личность студента.

При рассмотрении структуры самой физической активности нами выделены: мотивационный компонент (потребности, мотивы, интересы); компонент теоретических знаний и методических умений, создающих основу построения целенаправленной физической активности; компонент двигательной деятельности, включающий

НАРОДНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ. ПЕДАГОГИКА. МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ

двигательные умения и навыки и направленный на повышение физического развития, физической подготовленности и работоспособности. Каждый из рассмотренных компонентов физической активности непосредственно связан с формированием здорового стиля жизни и физического совершенства студентов как основных условий укрепления здоровья и содействия достижению профессиональной готовности [3]. Для расчета интегрального показателя профессиональной готовности (ИППГ) нами предложен подход, аналогичный используемому в квалиметрии. ИППГ рассчитывается по формуле: $ИППГ = K_i + K_o + K_m + K_{из} + K_{фа}$, где K_i , K_o , K_m , $K_{из}$, $K_{фа}$ – коэффициенты уровня информационного, операционного, мотивационного компонентов профессиональной готовности, индивидуального здоровья и физической активности соответственно. Определение интегрального показателя профессиональной готовности выпускника осуществлялась по следующей шкале: I уровень (недопустимый) – 12,4 и менее; II уровень (критический) – 12,5-16,9 баллов; III уровень (допустимый) – 17-21,4 баллов; IV уровень (должный) – 21,5-25 баллов. Должный уровень профессиональной готовности характеризует – уровень творчества, продуктивной активности в выполнении профессиональных функций. Допустимый – уровень умений и навыков, позволяющий выполнять профессиональные действия, общую методику и последовательность (алгоритм) которых изучены в ходе освоения профессиональной программы. Критический – уровень воспроизведения, повторения информации, операций, действия, решение типовых профессиональных задач. Недопустимый – уровень представления и знакомства. Студент способен не только узнавать объекты и процессы. На этом уровне студент обладает знанием – знакомством и поэтому не способен осуществлять профессиональные функции. Разработанные критерии обеспечивают модельную характеристику профессиональной готовности студентов – будущих специалистов: должного, допустимого, критического, недопустимого. Разработанная в настоящем исследовании модель профессионально формирующей системы определяет структуру и содержание физической активности студентов высших учебных заведений. Основными системообразующими элементами модели профессионально формирующей системы физической активности являются блок целей, подцелей и модельных требований, блок обеспечения и блок реализации целей (см. рис.1).

1. Блок целей, подцелей (задач) и модельных требований к физической активности студентов, построенный в соответствии с будущей профессиональной деятельностью. Целью является достижение должного уровня профессиональной готовности путем формирования целенаправленной физической активности и здоровьесбережения. К основным задачам относятся: образовательные – формирование теоретических знаний, методических и двигательных умений и навыков, необходимых для осуществления физической активности в процессе обучения в вузе и будущей профессиональной деятельности; развивающее – повышение физического развития, физической подготовленности и работоспособности, развитие основных и необходимых в профессиональной деятельности физических качеств; воспитательные – формирование личностных качеств в процессе физической активности (толерантности, сострадания, доброты и др.); оздоровительные – сохранение и укрепление здоровья студентов, профилактика профессиональных болезней в будущей трудовой деятельности; социальные – достижение должного уровня профессиональной готовности, профессионализма в будущей трудовой деятельности. Цели и задачи физической активности связаны с конечным результатом. Поэтому важным в системе является учитывать модельные характеристики профессиональной готовности и ее компонентов, требования ГОС ВПО, критерии эффективности формирования профессиональной готовности.

**НАРОДНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ. ПЕДАГОГИКА.
МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ**

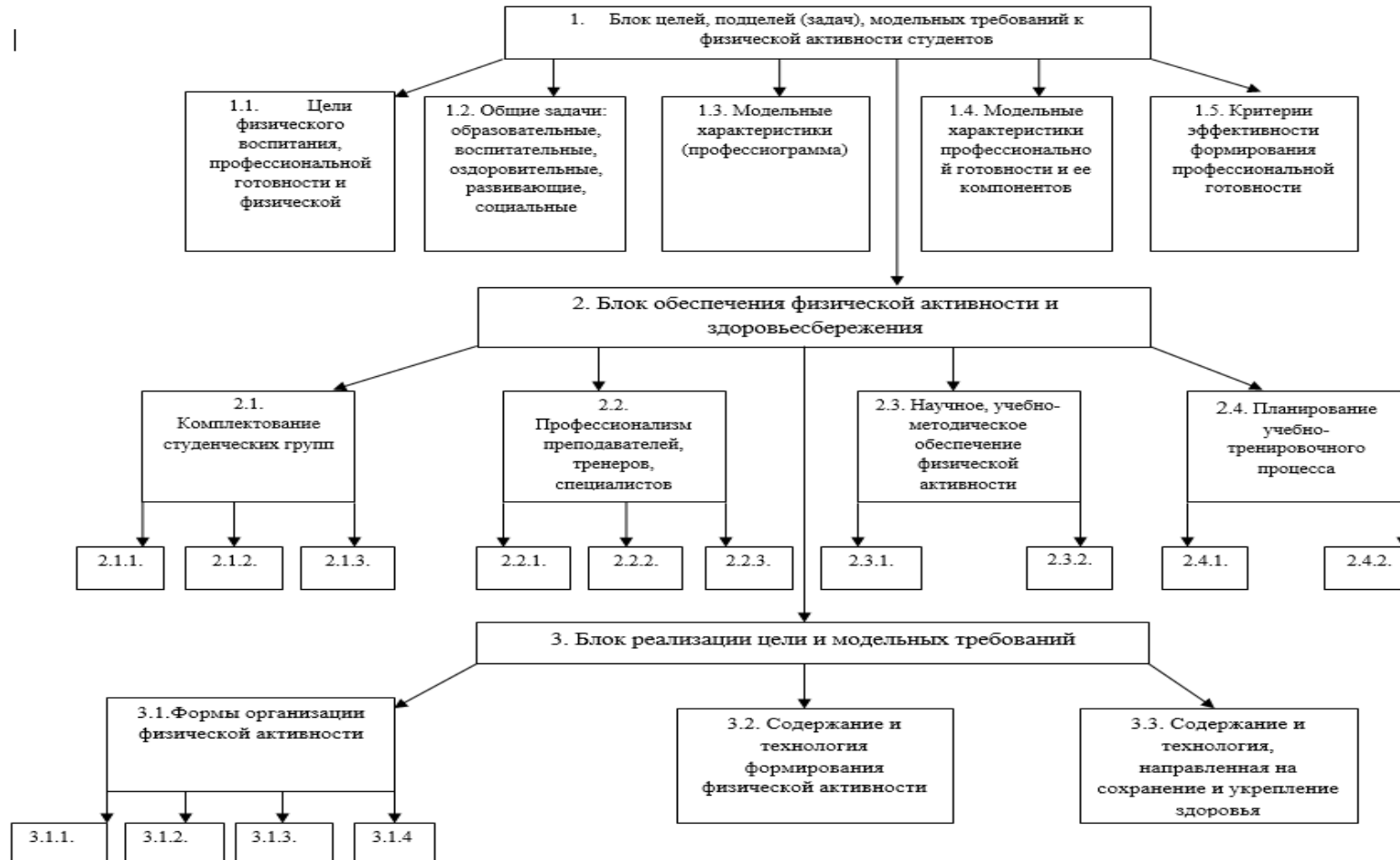


Рисунок 1. Модель профессионально формирующей системы физической активности и здоровья студентов

2. Блок обеспечения физической активности и здоровьесбережения включает в себя следующие компоненты: 2.1. Комплектование студенческих групп: 2.1.1. Разделение студентов по состоянию здоровья (основное, специальное, спортивное). 2.1.2. Деление студентов по уровню физической активности (низкое, среднее, высокое); 2.1.3. Деление студентов по спортивной направленности (виды спорта); 2.2. Профессионализм преподавателей, тренеров, специалистов, куда входит: 2.2.1. Подготовка кадров; 2.2.2. Переподготовка, повышение квалификации, получение дополнительного образования; 2.2.3. Подготовка физкультурного актива, помощников преподавателей-тренеров и т.д. 2.3. Научное, учебно-методическое и материально-техническое обеспечение физической активности и Центра здоровья: 2.3.1. Учебники, учебно-методические пособия, рекомендации; 2.3.2. Наличие материально-технической и диагностической базы, инвентаря и др. 2.4. Управление, в том числе: 2.4.1. Планирование учебно-тренировочного процесса; 2.4.2. Контроль.

3. Блок реализации цели и модельных требований включает в себя: 3.1. Формы организации физической активности, а именно: 3.1.1. Учебные занятия по дисциплине «Физическая культура»; 3.1.2. Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительной направленности в Центре здоровья; 3.1.4. Самостоятельные занятия в режиме дня; 3.2. Содержание и технология формирования физической активности (специальные знания, практические умения и навыки, двигательная деятельность); 3.3. Содержание и технология, направленная на сохранение и укрепление здоровья.

Все части, входящие в систему, тесно связаны между собой и играют важную роль в достижении конечной цели; ни одну из них нельзя изъять без ущерба для формирования физической активности студентов. Предложенная модель отражает двуединство физической активности, сохранения и укрепления здоровья, в процессе профессиональной подготовки будущего специалиста [4]. С одной стороны, физическая активность является неотъемлемым и важнейшим условием сохранения и укрепления здоровья. Влияние тренировок с применением оптимальных физических нагрузок носит системный характер, оказывая многообразное положительное воздействие на организм. С другой стороны, использование средств поддержания и укрепления здоровья (оздоровительные силы природы, гигиенические факторы и др.) служит необходимым условием реализации системы физической активности. Построение эффективного педагогического процесса по формированию физической активности возможно только при условии постановки конкретных задач по реализации разработанной технологии в совокупности с учебно-воспитательным процессом и постоянной оценкой физической активности и состояния здоровья студентов.

Системообразующим фактором физической активности в вузе нами предложено рассматривать достижение должного уровня профессиональной готовности [5]. Поэтому при разработке технологии реализации профессионально формирующей системы физической активности и здоровья учитывалось следующее: модельные характеристики будущего специалиста, требования Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по рассматриваемой специальности, модельные характеристики профессиональной готовности и ее компонентов по рассматриваемой специальности, условия образовательного учреждения, региональные особенности (климатические, географические, социальные), состояние здоровья, физическое развитие, физическую подготовленность и работоспособность студентов.

Педагогическая технология формирования физической активности будущего специалиста может служить основой реализации модели профессионально формирующей системы физической активности студентов в условиях конкретного высшего учебного

заведения во взаимосвязи с освоением будущей профессии.

Литература:

1. Виленский М.Я. Физическая культура как образовательная дисциплина в современной высшей школе // Физкультура и спорт как фактор информационно-воспитательного пространства современного вуза: Сб. материалов науч.-практ. конф. – Ростов н/Д, 2001. – С. 15-21.
2. Барчуков И.С. Физическая культура: учеб. для студентов вузов – М.: Академия., 2013. – 528 с.
3. Тимушкин А.В., Чесноков Н.Н., Чернов С.С. Физическая культура и здоровье; СпортАкадемПресс. – М., 2012. – 140 с.
4. Манжелей И.В. Педагогические модели физического воспитания: Учебное пособие. – М.: Научно издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2005. – 185 с.
5. Мааткеримов Н.О., Сулайманов С.Э. О развитии рефлексивной компетентности будущего учителя // «Архивариус» научные журналы. – Киев, 2016. № 8, II часть, - С. 40-43.