

РАЗДЕЛ 1. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

УДК 378.016:796(476)

РЕАЛИЗАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» В ФГОС 3+

Андрющенко Л. Б., Руссу О. Н.

Российский государственный аграрный университет-МСХА имени К.А. Тимирязева
г. Москва, Россия

Российская система высшего образования набрала высокий темп модернизации учебно-методических комплексов дисциплин. Едва заверив формирование ФГОС для различных направлений подготовки бакалавров, магистров и аспирантов, издается приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 г. № 953 о переходе на ФГОС 3+.

Реализация дисциплины «Физическая культура и спорт» в ФГОС 3+ нашла широкое обсуждение у специалистов по физической культуре на портале Федеральных государственных образовательных стандартов. Все вопросы сводились к следующему: «Как разделить единую дисциплину, рассчитанную на *четыре года* подготовки бакалавров на блоки базовой и вариативной части?», «Как распределить часы по блокам?», «Что преподавать в этих блоках?», «Как создать систему формирования и оценивания компетенции?» и т.д.

Хотелось бы поделиться методическими и научными разработками, которые успешно реализуются в нашем Университете. Отдельные проблемные аспекты рабочей программы «Физическая культура и спорт» представлены в нашей работе.

Программа бакалавриата формируется в зависимости от видов учебной деятельности, требований к результатам освоения образовательной программы и представлена двумя программами:

- ориентированной на научно-исследовательский и (или) педагогический вид (виды) профессиональной деятельности как основной (основные) (далее – программа **академического бакалавриата**);
- ориентированной на практико-ориентированный, прикладной вид (виды) профессиональной деятельности как основной (основные) (далее – программа **прикладного бакалавриата**) [2].

Таблица 1 – СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

СОДЕРЖАНИЕ	
	АННОТАЦИЯ.....
1.	ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....
2.	МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ.....
3.	КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....
4	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....
4.1.	Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ по семестрам (модулям).....
4.2.	Содержание дисциплины.....
5.	ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ.....
6.	ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....
6.1.	Оценочные средства текущего контроля успеваемости и сформированности компетенции.....
7.	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННО ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....
7.1.	Программное обеспечение и Интернет-ресурсы.....
8.	МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....
9.	МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ СТУДЕНТАМ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.....
9.1.	Виды и формы отработки пропущенных занятий.....
10.	МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....

Теоретический анализ ФГОС 3+ по дисциплине «Физическая культура и спорт» по подготовке бакалавров в РГАУ-МСХА им. К. А. Тимирязева показал следующее.

1. Дисциплины (модули) по «Физической культуре и спорту» реализуется в рамках базовой части Блока 1.

2. В рамках базовой части Блока 1 программы бакалавриата должны быть реализованы дисциплины (модули) «Физическая культура и спорт» в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) и в форме теоретического обучения (лекции, семинары, методические занятия).

3. «Прикладная физическая культура» в объеме не менее 328 академических часов в форме практического обучения (учебно-тренировочные занятия по различным видам спорта, современным двигательным системам).

4. Дисциплины «Физическая культура и спорт» и «Прикладная физическая культура» реализуются для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в форме теоретического (лекции, семинары, методические занятия) и практического обучения (учебно-тренировочные за-

нения по различным видам спорта, не противоречащим принципам адаптивной физической культуры и оздоровительным технологиям).

5. Самостоятельная работа студента реализуется в форме подготовки докладов, презентаций и выступлений на конференции по физической культуре.

Учитывая положительный опыт организации учебного процесса по дисциплине «Физическая культура», который реализован в рамках ФГОС и основан на эффективных организационных и дидактических технологиях (проблемно-модульной, спортивной (соревновательно ориентированной), оздоровительной и системе оценки успешности освоения дисциплины и сформированности компетенций) разработана модель рабочей программы по дисциплине «Физическая культура и спорт» [3].

Структура рабочей программы «Физическая культура» содержит десять взаимосвязанных разделов (таблица 1).

Цель освоения дисциплины соответствует целостному развитию личности и способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Для реализации цели сформированы следующие задачи:

1. Сформировать у студентов устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.

2. Развивать у студентов знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.

3. Обучать студентов практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.

4. Сформировать у студентов готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности.

5. Развивать у студентов индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

Дисциплина «Физическая культура и спорт», являясь составной частью профессиональной подготовки студента, включена в базовую (обязательную) часть основной образовательной программы (ООП) подготовки бакалавра. Место дисциплины в структуре ООП: Б.1. Б. 18.

Компетенции – динамический набор знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволяют выпускнику стать конкурентоспособ-

ным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться в широком спектре отраслей [1].

Анализ формируемых общекультурных компетенций по физической культуре по ООП, реализуемым в Университете, показал не только многообразие содержания, но и многообразие шифров. Причем одинаковые шифры имеют разное содержание. В связи с этим мы разработали интегральную структуру и укрупненные компоненты формируемой компетенции. В нашей программе это выглядит так:

Знать и понимать (А): А1 - знать социальный заказ общества на подготовку бакалавров (например, по направлению «Гидрометеорология»), понимать роль физической культуры в формировании профессионально важных физических качеств и психических свойств личности; **А2** - знать научно-теоретические основы формирования базовой, спортивной, оздоровительной, рекреационной, профессионально-прикладной физической культуры студента и понимать их интегрирующую роль в процессе формирования здоровьесбережения будущих специалистов; **А3** - знать особенности воздействия на организм условий и характера различных видов профессионального труда и понимать важность поддержания высокого уровня физического и психического здоровья; **А4** - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; **А5** - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

Уметь применять (В): В1 - уметь управлять своим физическим здоровьем и применять высокоэффективные оздоровительные и спортивные технологии; **В2** - уметь самостоятельно заниматься различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами и применять свои навыки для организации коллективных занятий и соревнований; **В3** - уметь воспитывать индивидуально-психологические и социально-психологические свойства личности и применять средства спортивных состязаний; **В4** - готовность применять практические умения и навыки по физической культуре в экстремальных ситуациях производственной деятельности; **В5** - уметь переносить предметные знания по теории и методике физического воспитания на другие предметные области в процессе профессиональной подготовки в вузе.

Следует отметить, что укрупненный компонент компетенции – **владеть (С)** формируется в процессе изучения дисциплины «Прикладная физическая культура».

Содержание дисциплины разработано таким образом, чтобы обеспечить поэтапное формирование компонентов компетенции в рамках модульной технологии обучения, которая предусматривает выделение в содержании дисциплины модулей (М1, М2, М3, М4) и модульных единиц

(МЕ1.1, МЕ1.2, МЕ1.7; МЕ2.1, МЕ2.2, МЕ2.6; МЕ3.1, МЕ3.2, МЕ3.7; МЕ4.1, МЕ4.2, МЕ4.6).

Компоненты компетенции имеют индивидуальные траектории формирования (табл. 2).

Под каждый компонент компетенции разрабатывается содержание лекционных, методико-практических и контрольных занятий; активные формы обучения; фонд оценочных средств.

Таблица 2 – Индивидуальные траектории формирования компонентов компетенции

Название компетенции	Компоненты компетенции	Виды занятий
<i>Например,</i> (ОК-8) - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	A1, A2, A3, A4, A5, B5	Лекции
	B1, B2, B3	Методико-практические занятия
	B4, B5	Контрольные занятия Анкетирование Зачет

На изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» отводится 72 часа (2,0 зач.ед.), которые распределяются на два года обучения, на четыре семестра (четыре модуля) дисциплины.

Учебная работа по дисциплине «Физическая культура» предусматривает теоретические занятия (лекции) (Л) – 26 часов и методико-практические занятия (МПЗ) – 26 часов, самостоятельную работу студентов (СРС) – 20 часов (табл.3).

Таблица 3 – Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ по семестрам (модулям)

Виды учебной работы	Трудоемкость					
	Зачет. единицы	Часы	по семестрам/модулям			
			1	2	3	4
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	2,0	---	0,5	0,5	0,5	0,5
	---	72	18	18	18	18
Теоретические занятия		26				
Лекции (Л)		26	8	6	6	6
Практические занятия		26				
Методико-практические занятия (МПЗ)			6	6	8	6
Самостоятельная работа студентов		20				
Самостоятельная работа студентов (СРС)		20	4	6	4	6
Вид контроля						зачет

Учебно-тематическое планирование дисциплины по формированию компонентов компетенции является обязательным разделом к рабочей программе.

Данный раздел конкретизирует «Основное содержание модулей и модульных единиц», указываются темы и количество часов, отводимое на их изучение, лекции, методико-практические занятия, самостоятельная работа студентов и контрольные занятия (табл. 4).

Таблица 4 – Тематический план дисциплины по формированию компонентов компетенции

Шифр компетенции	Компоненты компетенции	Наименование модулей (М), модульных единиц (МЕ) дисциплины	Всего часов	Аудиторная работа		СРС	
				Л	МПЗ	КЗ	СР
М. 1. БАЗОВАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТА							
(ОК-8)	А1, А2, А3, В5	МЕ 1.1. Физическая культура в системе профессиональной подготовке студентов.	2	2			
		МЕ 1.2. Развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости)	2	2			
		МЕ 1.3. Социально-биологические основы жизнедеятельности организма. Профессионально важные психические качества личности.	2	2			
		МЕ 1.4. Основы здорового образа жизни. Адаптация студентов к обучению в вузе средствами физической культуры.	2	2			
	А4, А5, А3, В5	МЕ 1.5. Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта.	2		2		
		МЕ 1.6. Эффективные методы совершенствования основных физических качеств у студентов. Методики оценки физической подготовленности.	2		2		
		МЕ 1.7. Моделирование индивидуальной здоровьесберегающей учебной деятельности.	2		2		
		Самостоятельная работа студентов	4				4
Всего за первый семестр			18	8	6	-	4
М 2. СПОРТИВНАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТА. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ВУЗЕ							
(ОК-8)	А1, А2, А3, В5	МЕ 2.1. Спортивная культура студентов: сущность и структура.	2	2			
		МЕ 2.2. Международное олимпийское движение как фактор развития спортивной культуры студентов.	2	2			

Продолжение таблицы

		МЕ 2.3. Основы спортивной тренировки студентов в избранных видах спорта: ОФП и СФП.	2	2				
A4, A5, A3, B5		МЕ 2.4. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентами вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий и участия в соревнованиях.	2					
		МЕ 2.5. Техническая, тактическая, функциональная и психологическая подготовка по избранным видам спорта.	2		2			
		МЕ 2.6. Проектирование спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий в вузе.	2		2			
		Самостоятельная работа студента	6					6
		Всего за второй семестр	18	6	6	-	-	6
М3. РЕКРЕАЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТА								
A1, A2, A3, B5	A1, A2, A3, B5	МЕ 3.1. Рекреационная физическая культура: сущность и структура.	2	2				
		МЕ 3.2. Психофизиологические основы учебной деятельности студентов.	2	2				
		МЕ 3.3. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий.	2	2				
	A4, A5, A3, B5	МЕ 3.4. Компоненты готовности у студентов к рекреационной деятельности.	2		2			
		МЕ 3.5. Особенности использования средств физической культуры профилактики психологического и физического утомления студентов.	2		2			
		МЕ 6.6. Планирование самостоятельных занятий физическими упражнениями.	2		2			
		МЕ 3.7. Врачебный и педагогический контроль в системе физической культуры студента.	2		2			
		Самостоятельная работа студента	4					4
		Всего за третий семестр	18	6	8	-	-	4
	М4. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТА							
A1, A2, A3, B5	A1, A2, A3, B5	МЕ 4.1. Профессионально-прикладная физическая культура студента: сущность и структура.	2	2				
		МЕ 4.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).	2	2				
		МЕ 4.3. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра	2	2				
	A4, A5, A3, B5	МЕ 4.4. Методика освоения профессионально-прикладной физической подготовки по направлениям подготовки «Гидрометеорология», профиль «Метеорология»	2		2			
		МЕ 5.5. Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий труда, режима труда и отдыха.	2		2			

Продолжение таблицы

	МЕ 4.6. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными	2		2		
	умениями и навыками (ходьба, передвижение на лыжах, плавание)	2		2		
	Самостоятельная работа студента	2			2	
	Оценка знаний (зачет)	4				4
	Всего за четвертый семестр	18	6	6	2	4

В процессе изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» непрерывно осуществляется контроль за качеством сформированности компетенции. Итоговая оценка уровня сформированности компетенции (ИОУСК) определяется по формуле:

$$\text{ИОУСК} = \frac{УСК_1 + УСК_2 + УСК_3 + УСК_4 + УСК_5 + УСК_6}{6}$$

где $УСК_1 - УСК_6$ – уровень сформированности компетенции в каждом полугодии текущего учебного года.

Уровень сформированности компетенции в каждом полугодии текущего учебного года оценивается по результатам изучения модулей дисциплины и оценивается по формуле:

$$УСК = \frac{T + П}{2}$$

где Т – оценка знания лекционного курса; П – оценка посещаемости лекционных и методико-практических занятий (табл.5).

Таблица 5 – Оценка уровня сформированных компетенций

№ п/п	Оценка по 100 балльной шкале	Оценка по 5-и балльной шкале	Характеристика оценки	Уровень сформированной компетенции
1.	86% - 100%	5	Зачтено – «отлично»	Превосходный
2.	66% - 85%	4	Зачтено – «очень хорошо» Необходимы самостоятельные занятия 2 часа в неделю	Повышенный
3.	50% -65%	3	Зачтено – «удовлетворительно» Необходимы самостоятельные занятия 4 часа в неделю	Достаточный
4.	Менее 59%	2	Зачтено – «удовлетворительно» Необходимы самостоятельные занятия 6-8 часа в неделю	Недостаточный

Презентация рабочей программы демонстрировалась на Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры в высших учебных заведениях Минсельхоза России» в ноябре 2014 г., где получила высокую оценку и

была рекомендована как примерная программа для всех направлений подготовки бакалавров агропромышленного комплекса.

ЛИТЕРАТУРА

1. Основная образовательная программа как норма качества профессионального образования: учебное пособие / Н. И. Дунченко, Е. А. Савенкова, А. А. Дробязько, Л. А. Ефимова, Л. М. Сашина. – М. Издательство РГАУ-МСХА, 2013, – 205 с.
2. Приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 №953. Консультант Плюс WWW.consultant.ru – С. 1-9.
3. Руссу О. Н. Андрищенко Л. Б Компетентностно-ориентированная рабочая программа, по дисциплине «Физическая культура»: // Современные проблемы формирования и укрепления здоровья: сб. научных статей Международной научно-практич. Конф., Брест 24-26 октября 2013г. / ред.кол.: А. Н. Герасевич (гл. ред.) [и др.]. - Альтернатива, 2013. - С. 282-288.

УДК 796.325:378

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ НА РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ У СТУДЕНТОВ

Белова Т. Ч., Тонкоблатова И. В., Романчук Е. В.

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»
г. Гродно, Республика Беларусь

В наше время поток информации, расширение человеческих контактов, развитие многообразных форм массовой культуры, рост темпа жизни приводят к увеличению объема знаний, необходимых современному человеку для жизни. Происходящие изменения в обществе оказали влияние и на развитие детей и выдвинули новые требования воспитания. Одним из неперемных условий успешного обучения является развитие внимания.

Любой студент должен уметь одновременно слушать и записывать лекцию, успевая еще в какой-то мере обдумывать ее содержание. Это свойство не дается от рождения. Его надо развивать.

Целью исследований явилось изучение влияния волейбола на развитие внимания у студентов.

Материал и методы работы. Работа была проведена на кафедре физического воспитания и спорта Гродненского государственного университета им. Янки Купалы. В исследовании приняли участие две группы студентов. Контрольная группа состояла из 20 студентов основной группы. Экспериментальная состояла из 20 студентов, занимающихся волейболом. Исследование проводилось в начале и в конце учебного года.

Для исследования внимания использовались две методики. Методика «Расстановка чисел», которая предназначена для оценки распределения внимания. Испытуемому предлагалось расставить в квадрате в течение