



Все права защищены. Ни одна часть воспроизведена любым способом без предварительного письменного разрешения издателя

Требования к материалам, направляемым для публикации в журнале, размещены на сайте www.kaznmu.kz

С электронной версией журнала можно ознакомиться на сайте <http://kaznmu.kz/press/>

УДК 796\799:378

О.Ю. ФАДЕЕВА, Е.Ю. ШЕМКУТОВА, А.В. ЛОЗБИНА, А.Ж. ИМАНБАЕВ, А.Ш. БЕКБОЛАТОВА
Казахский национальный медицинский университет им. С.Д. Асфендиярова
кафедра физического воспитания и здоровья

ОБУЧЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ

Необходимость увеличения двигательной нагрузки, раскрытие основных положений новой методики занятий физическим воспитанием с учетом Модели медицинского образования и формирования основных компетенций студентов-медиков лежит в основе составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью.

Ключевые слова: компетенции, физическое воспитание, физические качества

В связи с переходом КазНМУ на новую компетентностную Модель медицинского образования, необходимо пересмотреть процесс обучения студентов-медиков по дисциплине «физическое воспитание».

Цель - изучить влияние физического воспитания и спорта на эффективность обучения студентов.

Задача - оптимальное обеспечение процесса физического воспитания на всех этапах обучения.

Роль физической культуры в сохранении и укреплении здоровья особенно возросла в наш век научно-технического прогресса, когда физическая активность в учебной и бытовой деятельности сведена к минимуму.

Структура физкультурно-спортивной деятельности в вузе располагает целым комплексом направлений двигательной активности (физическое воспитание, спортивное совершенствование, физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа во внеучебное время и т.д.), которые в методологическом и организационном планах способны успешно решать задачи оздоровления и физического совершенствования студентов [1,2].

Мы считаем, что дифференцировку учебного процесса на первом курсе необходимо проводить по уровню развития у студентов физических качеств. Затем определить наиболее отстающие в развитии качества, которым необходимо во всех видах физической подготовки уделять преимущественное внимание. Отстающие физические качества являются достоверной и наглядной информацией для критической самооценки студентов, т. к. в этом возрасте процессы формирования личности протекают особенно бурно и этот возраст характеризуется огромным стремлением к активной, творческой деятельности. [3].

Совершенствование отстающих качеств должно решить самую важную трудную задачу - пробудить у студентов интерес к физической культуре и приобщению к ней. На это должны быть направлены все доступные средства агитации и пропаганды, лекции и постоянные беседы (общие и индивидуальные). Теоретические занятия направлены на приобретения студентами знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания, на формирование у студентов сознания и убежденности в необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом [4].

На первом этапе необходимо использовать мотивационный заряд воспитания отстающих физических качеств и, опираясь на индивидуальный подход, в соответствии с достигнутыми результатами, обязательно и последовательно усложнять стоящие перед студентами задачи, предавать им все более творческий характер, вплоть до самостоятельной долговременной программы индивидуальной физической тренировки в период обучения в вузе и после его окончания. Это и будет подлинным осуществлением индивидуального подхода в физическом воспитании и формировании личности будущего специалиста.

Осуществление выше указанных мер означало бы переход на новый качественный уровень традиционного вузовского физического воспитания с физическим самовоспитанием. В таких условиях воспитание отстающих физических качеств перестает быть самоцелью и становится средством комплексного решения задач формирования потребности в физической тренировке, оптимизации двигательной нагрузки, овладение необходимыми навыками сдачи норм Президентских тестов.

В целях повышения эффективности физического воспитания в вузе необходимо организовать работу в следующей последовательности:

1этап (1 семестр). На вводной беседе убедительно обосновать необходимость увеличения двигательной нагрузки, проводить идею самовоспитания, раскрыть основные положения новой методики занятий с учетом современной Модели медицинского образования и формирования основных компетенций. В первую неделю необходимо осуществить исходное тестирование и распределить студентов по уровню развития физических качеств. Для повышения информированности и заинтересованности студентов результаты тестирования заносить в индивидуальные карты врачебно-педагогического контроля. Здесь же фиксировать отстающие качества, индивидуальный комплекс корректирующих упражнений с зачетными нормативами и ходом сдачи нормативов Президентских тестов.

Записи необходимо регулярно анализировать, при проставлении зачета проводить индивидуальные собеседования с использованием показателей физической подготовленности и давать рекомендации по проведению самостоятельных занятий в период сессий и каникул. После тщательного обучения с 4-5 занятия практиковать самостоятельное выполнение индивидуальных комплексов упражнений на учебных занятиях - для этого выделять 15-20 минут. По мере овладения этими упражнениями студенты смогут выполнять эти комплексы в домашних условиях. Затем 1 раз в месяц в конце семестра необходимо проводить контрольные тестирования по нормативам комплекса.

2 этап (2семестр). Для оценивания компетенции саморазвития и самообразования необходимо прочитать теоретический курс по организации и проведению самостоятельной тренировки. Самостоятельное выполнение студентами комплексов на учебных занятиях и дома. Регулярный самоконтроль отстающих качеств по нормативам, анализ динамики этих качеств. В конце семестра проводить второе тестирование и принять нормативы Президентских тестов. Совместно со студентами разработать индивидуальные домашние задания на летний период.

3-й этап (3-4 семестры). На втором курсе обучения провести очередное тестирование уровня физической подготовленности студентов. На основе анализа результатов физической подготовленности студенты самостоятельно могут составить дальнейшую тренировочную программу повышенной сложности (новый набор и очередность упражнений, сложность упражнений, включение новых видов тренировок). Преподаватель консультирует, рекомендует специальную литературу. В конце 3-го и 4-го семестра проводить прием нормативов Президентских тестов. К этому времени потребность в регулярной физической тренировке будет сформирована у студентов. Для формирования коммуникативной компетенции создавать им возможность обучать других студентов по своей тренировочной программе.

4-й этап (5-6 семестры). На третьем курсе обучения проводить очередное тестирование физической подготовленности студентов. На основе совместного анализа показателей физической подготовленности студенты могут осуществить творческое и самостоятельное управление собственной тренировкой и с группой студентов. Преподаватель консультирует и при необходимости помогает составить программу дальнейшей самостоятельной тренировки. Основной мотив - дальнейшее повышение уровня физической подготовленности, укрепление здоровья.

5 этап (4,5 курсы). Обобщая опыт формирования основных компетенций, воспитания отстающих физических качеств, студенты смогут самостоятельно и объективно определить выбор дальнейших занятий физическим воспитанием в спортивных секциях.

Из вышесказанного можно выделить некоторые проблемные вопросы обучения и воспитания студентов в процессе занятий физическим воспитанием.

1. Повышение уровня функциональных и двигательных способностей студентов, направленных на формирование жизненно важных качеств и навыков.
2. Формы и методы обучения студентов методике составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью.
3. Разработка содержания и методики индивидуального подхода к направленному развитию отдельных физических качеств у студентов.
4. Формы и методы воспитания студентов на занятиях физической культурой и спортом.
5. Укрепление коллективного взаимодействия и взаимоотношения студентов в процессе занятий физическими упражнениями.

Выводы:

1. Некоторые резервы повышения эффективности вузовского физического воспитания заключены в его индивидуализации, дополнения учебных занятий индивидуальными домашними заданиями и самостоятельными занятиями по развитию отстающих физических качеств.
2. Усиленная тренировка отстающих физических качеств является средством развития всех двигательных качеств.
3. Распределение студентов по исходному уровню физической подготовленности, внедрение индивидуальных комплексов корректирующих упражнений позволит активизировать физическое самовоспитание студентов.
4. Такое построение учебного процесса вскрывает значительные резервы повышения эффективности физической подготовки студентов и формирования личности будущего врача.

Результаты. Внедрение разработанной комплексной модели физкультурной деятельности в жизнь студентов по ликвидации отставания физических качеств, позволит реализовать комплексный подход к освоению ценностей физической культуры и обеспечить реальное включение занимающихся в процесс физкультурного самообразования и самосовершенствования в компетентностной Модели медицинского образования.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Радаева С.В., Шилько В.Г. Обязательный курс физического воспитания студентов, реализуемый с применением учебной и внеучебной форм занятий // Вестник Томского государственного университета. 2007. № 300(III). С. 76–78.
- 2 Шилько В.Г., Гусева Н.Л., Капилевич Л.В. Мотивация студентов к здоровому образу жизни через физкультурно-спортивную деятельность // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и учебной работы. - М.: Изд-во МГУ, 2008. С. 213–215.
- 3 Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. - М.: Академия, 2005.-272с.
- 4 Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.-480с.

O.YU. FADEYEVA, YE.YU. SHEMKUTOVA, A.V. LOZBINA, A.ZH. IMANBAYEV, A.SH. BEKBOLATOVA TRAINING AND EDUCATION OF STUDENTS DURING THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

Resume: The necessity of increasing the motor load as well as disclosure of main provisions of the new teaching methods of physical education with the Model of health education and formation of the main competences of medical students are the basis for the creation of individual programs of physical self-education and training with health, recreational and restorative orientation.

Keywords: competence, physical education, physical qualities

О.Ю. ФАДЕЕВА, Е.Ю. ШЕМКУТОВА, А.В. ЛОЗБИНА, А.Ж. ИМАНБАЕВ, А.Ш. БЕКБОЛАТОВА СТУДЕНТТЕРДІ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫ БАРЫСЫНДА ОҚЫТУ ЖӘНЕ ТӘРБИЕЛЕУ

Түйін: Ұзақ қимыл-қозғалыс ауыртпалығын арттыру қажеттілігі, медициналық білім беру моделі мен студент-медиктердің негізгі құзыреттерін қалыптастыру моделін ескере отырып, дене шынықтырумен айналысудың жаңа әдістемесінің негізгі ережелерін айқындау жеке өзін-өзі шынықтыру бағдарламаларын құру мен сауықтыру, тынықтыру және қалпына келтіру бағытындағы сабақтардың негізінде жатыр.

Түйін сөздер: құзыреттер, дене шынықтыру, дене қасиеттері

Адрес редакции:
050012
Алматы, ул.Толе би, 94



Все права защищены. Ни одна часть не может быть занесена в память компьютера либо воспроизведена любым способом без предварительного письменного разрешения издателя

Требования к материалам, направляемым для публикации в журнале, размещены на сайте www.kaznmu.kz

С электронной версией журнала можно ознакомиться на сайте www.kaznmu.kz