

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВУЗЕ

Брестский государственный университет им. А. С. Пушкина, Беларусь

В основе учебно-воспитательного процесса заложен системный характер образования, воспитания и профессиональной подготовки студента [1, 2], в процессе которого проявляется целостность результатов мировоззрения, трудового, физического, нравственного, эстетического и других видов воспитания будущих специалистов. Это связано с формированием рационального образа жизни, предусматривающего оптимальный режим труда и отдыха студенческой молодёжи, организацию двигательной активности, проведение гигиенических и закалывающих мероприятий, профилактику вредных привычек.

Учебному процессу по физической культуре свойственны не только описательные и объяснительные функции, но и прогностические, направленные на достижение знаний о человеке в разные возрастные периоды жизни, его возможностей и жизненных ценностей, предусматривающих формирование устойчивой мотивации и потребности в рациональном образе жизни.

Одной из важнейших задач преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» является внедрение в молодёжную среду ценностей физического

воспитания и спорта, которые рассматриваются как базовый фактор общего физкультурного образования, способствующий общему развитию личности.

Программа учебного курса «Физическая культура» разработана для студентов непрофильных специальностей Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина в соответствии с требованиями Министерства образования Республики Беларусь [2, 3]. При разработке учитывается ряд требований программированного обучения, главными из которых являются:

- определение целей и основных задач по курсам обучения;
- отбор и распределение учебного материала на оптимальные по трудности части;
- наличие непрерывного контроля уровня усвоения студентами предложенного материала;
- наличие зачётных требований и контрольных нормативов.

Содержание курса обучения подчинено главной цели высшего образования — обеспечение наиболее полного развития способностей и интеллектуально-творческого потенциала личности [1]. Ориентируясь на неё, курс данной дисциплины имеет свою соподчиненную цель — формирование физической культуры студента. Для достижения этой цели необходимо решить следующие задачи:

1. Способствовать студенту в приобретении основ специальных знаний из области физического воспитания и спорта.
2. Содействовать студенту в оптимальном развитии физических способностей.
3. Оказать помощь студенту в овладении и (или) совершенствовании жизненно важных двигательных умений и навыков.
4. Научить студента методически правильно применять средства физического воспитания и спорта в жизненной практике.

Содержание программы взаимосвязано с содержанием общенаучных дисциплин (психология, педагогика, анатомия, физиология и гигиена). Их изучение способствует лучшему пониманию воздействий физических упражнений на все функции и системы организма человека. Также содержание программы связано с учебным материалом предмета «Физическая культура» в средней общеобразовательной школе.

Распределение учебного материала в программе построено на спиральной основе [4, с. 96]. Это позволяет, не теряя из поля зрения основную цель высшего образования, постепенно расширять круг знаний студентов и решать поставленные задачи, способствующие достижению целей каждого курса обучения.

Учебный материал состоит из двух разделов: теоретического и практического. Их изучение формирует методико-теоретические основы общего физкультурного образования студентов. Учебная работа проводится в форме лекций и методических занятий (теоретический раздел), а также практических занятий (практический раздел). Весь курс рассчитан на 4 года обучения.

Материал теоретического раздела носит опережающий характер по отношению к практическому разделу и формирует систему взглядов на функционирование физической культуры общества и личности. На лекциях рассматриваются ключевые вопросы:

- знакомство с основами теории и методики физического воспитания человека в разные возрастные периоды его жизни;
- способствование формированию рационального образа жизни;
- способствование пониманию роли физической культуры в воспитании человека, развитии его умственных и физических способностей;
- формирование активной позиции студента по отношению к занятиям физическими упражнениями.

В процессе методических занятий студенты овладевают технологиями разработки и применения на практике следующих основ:

- контроль и самооценка физической подготовленности;
- проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- оздоровление средствами физической культуры;
- формирование рационального образа жизни.

Практический раздел раскрывает содержание частных методик применения разнообразных физических упражнений и комплексов из них, а также различных оздоровительных систем. Изучаются основы организации и проведения самостоятельных и групповых занятий физическими упражнениями, основы соревновательной деятельности. Принимаются контрольные упражнения, с помощью которых оцениваются уровни физической подготовленности студентов.

В процессе практических занятий студенты:

- проявляют свою позицию по отношению к занятию физическими упражнениями;
- овладевают системой практических умений и навыков, обеспечивающих укрепление и сохранение здоровья;
- развивают и совершенствуют физические способности и волевые качества;
- приобретают опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

График проведения учебных занятий для каждого факультета составляется кафедрой физической культуры в зависимости от имеющихся условий (смена обучения студентов, время года, погода, обеспеченность местами занятий и инвентарём и п.). Основным видом приобретения знаний студентами в области физической культуры является самостоятельная работа. Она включает в себя изучение рекомендуемых источников информации, подготовку к различным формам учебных занятий и активное участие в них, применение средств физического воспитания и спорта в жизненной практике.

Литература

1. Закон Республики Беларусь «Об образовании в Республике Беларусь» от 19 марта 2002 г. // Народная газета. 2002 2 апреля.
2. *Образовательный стандарт. Высшее образование. Цикл социально-гуманитарных дисциплин.* Минск : РИВШ, 1999.
3. *Методические указания о порядке разработки, утверждения и регистрации учебных программ для высших учебных заведений Республики Беларусь.* Минск : РИВШ, 1999.
4. *Куписевич, Ч.* Основы общей дидактики / Ч. Куписевич ; пер. с польск. О. В. Долженко. М. : Высшая школа, 1986. 386 с.