

Степыко Дмитрий Геннадьевич

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Российский экономический
университет им. Г.В. Плеханова»

г. Москва

**ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СТУДЕНТАМИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
НЕФИЗКУЛЬТУРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Аннотация: в данной статье автор рассматривает актуальную проблему поиска эффективных форм, методов и технологий организации занятий по физической культуре в образовательных организациях высшего образования нефизкультурной направленности. Результаты проведенного в ФГБОУ ВПО РЭУ им. Г.В. Плеханова эксперимента в рамках инновационного проекта «Студенческая наука в физической культуре» позволяют сделать выводы о высокой степени заинтересованности как студентов, так и преподавателей в освоении теоретических основ, современных методик и технологий физической культуры и здорового образа жизни.

Ключевые слова: высшее образование, студенческая наука, физическая культура, инновационная форма, теоретические занятия, нефизкультурные образовательные организации.

В настоящее время в нашей стране государством, различными общественными и иными организациями предпринимаются значительные меры по созданию условий для занятий физической культурой, спортом и пропаганде здорового образа жизни среди российских граждан. Существенные изменения происходят в нормативно-правовом поле: принят ряд основополагающих документов (например, «Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года», «Основы государственной молодежной политики Российской Фе-

дерации на период до 2025 года»), пролонгированы основные программы развития: государственные программы до 2020 года «Развитие физической культуры и спорта» и «Развитие образования», Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на период 2016–2020 гг.», ведется подготовка реализации ВФСК «Готов к труду и обороне».

Образовательные организации высшего образования принимаю непосредственное участие в реализации государственной политики в этой сфере. Тем не менее, на примере ФГБОУ ВПО РЭУ им. Г.В. Плеханова (далее – РЭУ им. Г.В. Плеханова), мы видим, что статистика показателей физической подготовленности абитуриентов, студентов и выпускников не обнадеживает. В настоящее время динамика показателя количества поступающих в РЭУ им. Г.В. Плеханова абитуриентов, которые имеют противопоказания к практическим занятиям физической культурой или относятся к специальной медицинской группе, перестала показывать устойчивый рост.

В ряде образовательных организаций высшего образования принято организовывать занятия по дисциплине «физическая культура» с такой категорией студентов используя различные методики, преимущественно теоретического плана: подготовка рефератов на рекомендованную утвержденной программой тематику, компьютерное тестирование, разработка презентационных и мультимедийных материалов для занятий физической культурой.

Все эти средства хорошо известны уже достаточное время и изучены досконально, что, в свою очередь, снижает интерес и, как следствие уровень мотивации студента, который занимается по одной из указанных форм.

В стенах РЭУ им. Г.В. Плеханова, начиная с 2014 года, реализовывается экспериментальный проект «Студенческая наука для успешного здорового человека» или Sportscience. Аналога ему в вузах нашей страны, как выяснилось при общении с коллегами из других образовательных организаций, на данный момент не имеется.

Группа специалистов кафедры физического воспитания во главе с заведующим кафедрой Кондраковым Геннадием Борисовичем уже второй год вовлекают студентов, которые имеют тягу к науке, в научно-практическую деятельность, направленную на изучение актуальных для обучающихся вопросов и имеющих практическую значимость.

Суть проекта заключается в следующем. Под руководством преподавателей кафедры [1–3] студенты изучают основы теории и методики физической культуры, ключевые вопросы здорового образа жизни и базовые принципы построения спортивных тренировок (в том числе индивидуальный подбор физических упражнений, составление рациона питания, распорядка труда, отдыха и многое др.).

Участники проекта после курса теоретических занятий по основным вопросам физической культуры выбирают одно из предложенных направлений для дальнейшей научно-исследовательской деятельности. Работа в этих направлениях строится по следующему принципу: студенты одного направления делятся на небольшие проектные группы и выбирают тему для исследования. Организация работы группы и взаимодействие с кафедрой происходит с помощью преподавателей-кураторов. Кураторы на семинарах расширяют круг знаний студентов по интересующему вопросу, а также консультируют по выбранной теме проектной работы. Занятия проводятся как в очной форме, с использованием мультимедийных материалов, так и в дистанционном режиме, с использованием социальных сетей, тестирования, контрольных тематических заданий и др. Также программа проекта предусматривается ряд встреч с известными спортсменами и специалистами по интересующей тематике, иногда в «полевых условиях» (в лабораториях, музее спорта, на спортивных и научных объектах), который всегда вызывает огромный интерес аудитории.

Итогами проектных работ становятся: доклад с презентацией на научно-практической конференции студентов, научная статья и описание исследования и проекта в целом. В 2015 году результатами проектов стали практические рекомендации для администрации и различных структурных подразделений, а также

самых студентов нашего Университета, ряд которых был внедрен в практику и привел к улучшению условий жизнедеятельности всего Университета. Динамика количества участников представлены в таблице 1.

Таблица 1

Статистика проекта Sportscience в 2014–2015 гг.

№	Наименование показателя	Количественное значение в учебном году	
		2014–2015 уч. год	2015–2016 уч. год
1	Количество студентов участников	30	90
2	Количество разработанных проектов	3	15
3	Количество публикаций по итогам проектных работ	3	Планируется около 20

В рамках выбранных направлений по итогам 2014 года в проекте приняло участие около 30 студентов.

Наиболее интересными стали проекты на темы:

1. Типология хронотипов и их влияние на режим дня студента (разработан студентками 2 курса финансового факультета: Т.В. Григорьевой, Г.И. Суджаевой, В.А. Фроловой, Н.В. Белоусовой и К.Б. Баратовой) [2].

2. Рациональное питание в жизни студентов РЭУ (разработан студентами: Н.Л. Блинковой, А.С. Садовой, А.И. Федотовой, А.В. Шаптефрац, Г.В. Щербаковым) [1].

3. Организация пищевого поведения до и после тренировки с учетом соматотипа занимающегося (разработан студентами: Н. Н. Кудряшовым, И. А. Черкасовым, О. М. Пискаревым, В. К. Орловым, Д. Г. Шведовым, А. Д. Галкиным) [3].

В результате проведенных научных исследований в рамках проектов были разработаны практические рекомендации, которые, в значительной мере, были претворены повседневную образовательную деятельность РЭУ им. Г.В. Плеханова.

К таким новшествам относятся: появление фруктов и диетического питания в точках питания Университета, увеличение самих точек питания, повышение качества и ассортимента предлагаемых для студентов и сотрудников напитков,

применение в подготовке спортсменов сборных команд научных разработок, ознакомление и помощь студентам в составлении рационального режима дня на основе научно обоснованного чередования периодов разнонаправленной нагрузки и отдыха, формирование рациона питания студента и многое другое.

По итогам 2014–2015 уч. г. проект Sportscience был признан администрацией РЭУ им. Г.В. Плеханова успешным и в следующем учебном году получил новый импульс развитие. На сегодняшний день в рамках Sportscience продолжаются исследования по темам, начатым в прошлом году, к которым присоединились еще около 15 проектов и 90 студентов, расширив, таким образом тематику научных изысканий.

В 2015–2016 уч. г. наиболее интересными для изучения студентами выбраны вопросы:

- тенденции развития студенческого спорта;
- влияние стресса на качество студенческой жизни;
- принципы построения рациона питания. Диеты;
- физическая активность в жизни студентов с ограниченными возможностями;
- влияние вредных привычек на успеваемость студентов;
- влияние стрессовых ситуаций на поведение спортсменов футбольной команды РЭУ им. Г.В. Плеханова.

Следует отметить, что проведенный эксперимент доказал свою эффективность в качестве одной из форм организации занятий по физической культуре в образовательных организациях высшего образования нефизкультурной направленности сегодня. Занятия в такой форме мотивируют студентов к занятиям наукой и освоению теоретических основ, современных методик и технологий физической культуры и здорового образа жизни. Система организации занятий в форме научных исследований на сегодняшний день в РЭУ им. Г.В. Плеханова является востребованной и удобной как для студента, так и для преподавателя.

Список литературы

1. Александров Д.С. Применение принципов рационального режима питания в повседневной жизнедеятельности студента (на примере ФГБОУ ВПО РЭУ им. Г.В. Плеханова / Д.С. Александров [и др.] // Физическая культура и здоровый образ жизни студенческой молодежи: Материалы VII межвузовской научно-практической конференции. – Саратов, 2015. – Вып. 7. – С. 3–6.

2. Кущева Д.В. Взаимосвязь хронотипа и режима дня студента как неотъемлемая часть здорового образа жизни / Д.В. Кущева [и др.] // Физическая культура и здоровый образ жизни студенческой молодежи: Материалы VII межвузовской научно-практической конференции. – Саратов, 2015. – Вып. 7. – С. 39–42.

3. Фарзалиев Д.А. Организация пищевого поведения до и после тренировки на каждый соматотип / Д.А. Фарзалиев [и др.] // Физическая культура и здоровый образ жизни студенческой молодежи: Материалы VII межвузовской научно-практической конференции. – Саратов, 2015. – Вып. 7. – С. 59–63.