

Степыко Дмитрий Геннадьевич

старший преподаватель

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

г. Москва

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СТУДЕНТАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация: в статье рассматривается проблема применения инновационных и экспериментальных методик организации занятий по физической культуре в образовательных организациях высшего образования нефизкультурной направленности. На основании проведенного в ФГБОУ ВО РЭУ им. Г.В. Плеханова эксперимента автор делает выводы о высокой степени популярности среди студентов научно-исследовательских технологий, позволяющих осваивать теоретические основы, современные методики, технологии физической культуры и здорового образа жизни. Введение и модернизация учебных занятий в форме научных мероприятий в настоящее время является востребованной как для обучающегося, так и для педагога.

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

Введение.

В настоящее время в нашей стране государством реализуется ряд мер по созданию условий для занятий физической культурой, спортом и пропаганде здорового образа жизни среди российских граждан. Серьезные изменения происходят в нормативно-правовом поле: принят ряд основополагающих документов. Образовательные организации высшего образования принимают непосредственное участие в реализации государственной политики в этой сфере. На примере ФГБОУ ВО РЭУ им. Г.В. Плеханова (далее – РЭУ им. Г.В. Плеханова), мы видим, что статистика показателей физической подготовленности абитуриентов,

студентов и выпускников не обнадеживает. Следует отметить, что в настоящее время динамика показателя количества поступающих 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 с использованием различных методик (преимущественно теоретического плана), например, подготовка рефератов на рекомендованную утвержденной программой тематику, компьютерное тестирование, разработка презентационных и мультимедийных материалов для занятий физической культурой и др.

Все данные средства известны достаточное время и предлагаемые тематики, зачастую, исследованы в полной мере, что понижает энтузиазм и, как следствие, степень мотивировки учащегося.

Рассмотрим данную проблему на примере ФГБОУ ВО РЭУ им. Г.В. Плеханова, где в связи с присоединением встала масштабная дилемма аттестации освобожденных студентов при их низкой заинтересованности в занятиях физической культурой. Другими словами, за честь дисциплину необходимо, а удобного инструментария, который вовлекает студента в оздоровительную деятельность, не было. Механизм подготовленного студентом и ненужного ни кафедре, ни ему самому, реферата давно себя изжил по понятным причинам.

В стенах РЭУ им. Г.В. Плеханова, начиная с 2014 года, реализуется 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 и под руководством преподавателей кафедры: Д.Г. Степыко, Д.С. Александрова, Д.В. Кущевой, Д.А. Фарзалиева с энтузиазмом взялась за выполнение поставленной задачи.

Наши студенты стали изучать основы здорового образа жизни и принципы построения спортивных тренировок, в том числе подбор упражнений, составление рациона питания, распорядка труда, отдыха и многое др.

Проект уже 2-ой год привлекает учащихся, которые имеют тягу к науке, в научно-практическую деятельность, нацеленную на исследование важных для обучающихся и имеющих практическую значимость вопросов.

Участники проекта Sportscience после курса теоретических занятий по основным вопросам физической культуры выбрали одно из 3-х предложенных направлений для грядущей научно-исследовательской деятельности.

Работа в данных направлениях строилась в следующем порядке: учащиеся одного направления делились на проекты, объединённые темой для изучения и дальнейшего исследования. Организация работы группы и взаимодействие с кафедрой было при поддержке педагогов-кураторов. Кураторы на семинарах и практикумах расширяли круг компетенций обучающихся по интересующему вопросу.

Результатами проектных работ стали: отчет с демонстрацией на научно-практической конференции, научная статья, план и описание исследования в целом. Так же плодами проектов стали практические советы для администрации и разных структурных подразделений, а еще самих обучающихся нашего 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 Sportscience приняло участие около 30 студентов.

Наиболее интересными стали проекты на темы:

1. Типология хронотипов и их влияние на режим дня студента [2].
2. Рациональное питание в жизни студентов РЭУ [1].
3. Организация пищевого поведения до и после тренировки с учетом соматотипа занимающегося [3].

В итоге проделанных научных изучений в рамках проектов были разработаны практические советы, которые, в значимой мере, были претворены ежедневную образовательную деятельность РЭУ им. Г.В. Плеханова.

Выводы.

По итогам 2014–2015 уч. г. проект Sportscience был признан администрацией РЭУ им. Г.В. Плеханова успешным и в следующем учебном году получил новый стимул развития. На сегодняшний день в рамках Sportscience продолжают исследования по темам, начатым в прошлом году, теперь их число увеличилось до 15 проектов и 90 студентов, расширив, таким образом тематику научных изысканий.

Кроме того, проведенный эксперимент доказал собственную эффективность в качестве одной из форм организации занятий по физической культуре в образовательных организациях высшего образования нефизкультурной направленности сегодня. Занятия в предлагаемой форме плавно подводит и мотивирует учащихся к занятиям наукой и изучению теоретических основ, передовых способов и технологий физической культуры и здорового образа жизни. Система организации занятий и изложенные в данном материале экспериментальные средства в форме научных исследований на сегодняшний день в РЭУ им. Г.В. Плеханова являются востребованными как у студента, так и у 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. – 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. – 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. – Вып. 7. – С. 59–63.