

**Минибаева Елена Дмитриевна**

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Самарский государственный технический университет»

г. Самара, Российская Федерация

## **СПЕЦИФИКА МОДУЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ**

***Аннотация:** рассматриваются результаты разработки методики модульного обучения физической культуре студентов в условиях вуза, позволяющей подбирать адекватные средства и величину их нагрузки на основе учета индивидуального профиля и уровня развития физических качеств занимающихся.*

***Ключевые слова:** Общая физическая подготовка (ОФП), модульное обучение, учебно-тренировочный процесс, профиль развития, наглядный метод, динамическая деятельность.*

В последнее время активно обсуждается вопрос о необходимости отказа от традиционных подходов в физическом воспитании студентов, предлагаются различные альтернативные программы. При этом необходимо отметить, что для студентов общеподготовительных групп освоение учебной программы вызывает значительные затруднения из-за их слабой физической подготовленности, отсутствия элементарных теоретических знаний и простейших практических навыков.

Для исправления существующей ситуации в учебном процессе при освоении различных разделов программы по физической культуре необходимо активно использовать современные педагогические технологии. Одной из таких технологий является модульное обучение.

Применение технологии модульного обучения в подготовке студентов из групп общей физической подготовки (ОФП) является наиболее эффективным, поскольку создаются условия для более результативного освоения учебного материала за счет поэтапного изучения автономных по содержанию модулей, кроме того, модульный курс обучения имеет более гибкую структуру.

ОФП – это специфический вид как спортивной, так и оздоровительной деятельности, требующий при кажущейся простоте координации движений, проявления выносливости и скоростно-силовых способностей, то есть хорошего уровня физической подготовленности и специального обучения. Для повышения качества физкультурного образования студентов наиболее эффективным является, по нашему мнению, модульное обучение, а основным методом реализации данного раздела программы по физической культуре выступает игровой метод.

Модульное обучение дает возможность расчленить учебный материал на составные компоненты, не отклоняясь при этом от Примерной программы дисциплины «Физическая культура» (ФГОС 3+), а применение игрового метода способствует обучению технике любого упражнения не только на этапе начального обучения, но и при формировании действий в усложненных условиях. Однако сегодня легкоатлетическая подготовка в вузе ограничивается лишь изучением элементарных приемов, позволяющих студенту овладеть основными видами движений, и сводится, в первую очередь, к выполнению контрольных нормативов. Кроме того, контрольные нормативы в современных программах по дисциплине «Физическая культура» довольно трудны для студентов, ранее не занимавшихся спортом, что формирует стойкое негативное отношение их к занятиям легкоатлетической подготовкой.

Физическое воспитание студентов, направленное на освоение базового раздела программы по физической культуре, создает условия для сохранения и укрепления физического здоровья, улучшения их физической и функциональной подготовленности, а также повышения интереса к занятиям, если:

- будут учтены индивидуальные особенности физической и функциональной подготовленности студентов и уровень их владения техникой выполнения упражнений;
- основу игрового метода составят подобранные с учетом структуры изучаемых этапов подвижные игры и эстафеты;

– критерием освоения программы будут являться: повышение уровня специальной подготовленности, позитивная динамика психофизического состояния студентов и снижение уровня заболеваемости.

Проведенное анкетирование студентов общеподготовительных групп показало, что 76% обучающихся положительно относятся к занятиям физической культурой. Однако необходимо учитывать, что у многих из них (около 40%) нет начальной легкоатлетической техники и мотива к этому виду физической культуры. При этом более 80% из них хотели бы с помощью физических упражнений улучшить свое телосложение, общее самочувствие, повысить работоспособность. Поэтому для удовлетворения потребностей студентов общеподготовительных групп в физических упражнениях и для закрепления их интереса к физической культуре нами была разработана технология модульного обучения.

Единая цель данной технологии складывается из отдельных модулей, отводимых для изучения определенной «порции» учебного материала в рамках каждого из них и отведенного промежутка времени. Здесь появляется возможность «расчленения содержания учебного материала на составные компоненты, но в соответствии с программой по этому разделу, а также педагогическими и дидактическими задачами: изучение техники лыжных ходов, закрепление знаний по каждому из них (классическому и коньковому), спусков, подъемов, торможений, поворотов на месте и в движении, а также коррекция и рейтинговый контроль» [1].

Разделение на учебные модули, по нашему мнению, связано с тем, что обучение, например, лыжной подготовке и аттестация по этому разделу по объективным причинам (наличие снежного покрова), проходит как в первой половине учебного года (декабрь), так и во второй (март), включаемые в общий итоговый контроль (весной). На этом основании мы считаем, что перерыв в занятиях на зимнюю сессию и последующие каникулы нивелируют те результаты, которых студенты добились. Ввиду этого было бы несправедливо их не учитывать в зачет первой половины учебного года. Это также является неким стимулом для улучшения показателей в следующем, весеннем зачете.

В отличие от традиционной методики, модульная технология обучения, используемая нами в лыжной подготовке студентов общеподготовительных групп, позволяет не просто последовательно осваивать учебный материал с промежуточным контролем через 8–10 занятий, но и уделять больше внимания повышению качества освоения лыжных ходов за счет последовательного обучения с выделением приоритетных элементов техники и осуществления промежуточного контроля на 2–4 учебном элементе.

Основным методом в технологии модульного обучения, применяемой в спортивной подготовке студентов общеподготовительных групп, является игровой метод. Выбор средств игрового метода для занятий на лыжах определялся в соответствии с их пригодностью для решения конкретных педагогических задач, должных частично или полностью выражать содержание и структуру изучаемого двигательного действия или его основных частей. Проведенный нами анализ более чем 150 подвижных игр, эстафет и игровых упражнений позволил унифицировать часть из них и использовать в модульном обучении студентов общеподготовительных групп.

Основной целью при этом является увеличение продуктивности учебного процесса по физической культуре с учетом специфики, возрастных особенностей студентов, а также повышения интереса занимающихся к этому виду спортивно-оздоровительной деятельности.

### ***Список литературы***

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования. – 12-е изд., испр. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2014. – 480 с.
2. Морозова А.К. Специфика модульного курса «лыжная подготовка» в учебном процессе ОФП в техническом вузе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ami.im/sbornik/MNPK-PP-44.pdf> (дата обращения: 21.06.2022).