

ПЕДАГОГИКА ВЫСШЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Корбукова Неля Алексеевна

канд. пед. наук, доцент, заведующая кафедрой

ФГБОУ ВПО «Московский государственный

университет пищевых производств»

г. Москва

БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА СТУДЕНТА И ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

***Аннотация:** в статье рассматриваются вопросы применения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в вузе. Данный комплекс направлен на формирование необходимых знаний, умений, навыков учащихся и стремления к самосовершенствованию, а также на приобщение к систематическим занятиям спортивно-оздоровительной деятельности. Описываются цель и задачи комплекса. Представлены спортивные игры и упражнения, входящие в комплекс.*

***Ключевые слова:** повышение качества, всероссийский физкультурно-спортивный комплекс, ценностный потенциал физической культуры, здоровье.*

Развитие физической культуры и спорта является одним из приоритетных направлений социальной политики государства. Мир информационно-образовательного пространства предъявляет повышенные требования к условиям и качеству подготовки специалистов. Одна из задач высшей школы заключается в том, чтобы научить будущего специалиста адаптироваться в меняющихся условиях труда, постоянно обновлять свои профессиональные знания, безусловно быть здоровым и выносливым.

Для обучения специалиста надо создать такую технологию, которая стимулировала бы формирование у будущего специалиста здоровый образ жизни, стремление достигать спортивные результаты, быть выносливым и работоспособным работником.

Одним из способов контроля и эффективного обучения студентов является разработанным и рекомендуемым Министерством спорта Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс.

Комплекс направлен на реализацию государственной политики в области физической культуры и спорта, формирование необходимых знаний, умений, навыков, приобщение к систематическим занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью обучающихся и стремлению к самосовершенствованию.

Цель Комплекса – повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в социально-экономическом развитии страны, укреплении здоровья, улучшении благосостояния и качества жизни российских граждан, гармоничном и всестороннем развитии личности, формировании потребности людей в физическом самосовершенствовании, воспитании патриотизма и гражданственности, необходимости вести здоровый, спортивный образ жизни.

Для студентов (для мужчин и женщин 18–30 лет), разработаны тесты VI ступени «Физическое совершенство» и рекомендовано:

1. Утренняя гимнастика не менее 140 минут.
2. Обязательные учебные занятия в образовательных организациях 180 минут.
3. Двигательно-активные виды деятельности в процессе учебного (рабочего) дня (динамические паузы, физкультминутки и т. д.).
4. Организованные занятия в спортивных секциях и кружках (по лёгкой атлетике, плаванию, лыжам, гимнастике, спортивным играм, фитнесу, единоборствам, атлетической гимнастике, техническим и военно-прикладным видам спорта, спортивного туризма и др.), в группах здоровья и ОФП, участие в соревнованиях. Не менее 120 минут.

Самостоятельные занятия физической культурой, в том числе спортивные игры, другие виды двигательной активности. Не менее 150 минут.

Для контроля показателей и повышения эффективности обучения специалистов в вузе по дисциплине Физическая культура, разработана и внедрена в действие программа учебного курса, где итоговые нормативы-тестирования принимаются в конце каждой рубежной аттестации семестра. Разработана презентация по анкете студента, анкета заполняется только в письменной форме самим студентом по единой зачётной системе, где фиксируются: показатель посещения учебных занятий, тесты по силовому троеборью (прыжок с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подъем туловища из положения лежа на спине, в положение сед), результат легкоатлетического кросса и ряд других спортивных показателей, рекомендуемых всероссийским физкультурно-спортивным комплексом. Это позволяет студенту самостоятельно отслеживать и оценивать динамику своего физического развития и совершенствования, самому контролировать учебную успеваемость по этому курсу, а также оценивать спортивную подготовку по нормативам серебряного и золотого знака комплекса. В анкете, в графе промежуточной аттестации, студент выставляет себе сам итоговый балл. Для положительной оценки обучающийся должен набрать минимум 70 баллов из 100, таблица 1.

Таблица 1

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс
VI ступень «Физическое совершенство»

	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр
Виды комплексных испытаний	Резуль- тат	Резуль- тат	Резуль- тат	Резуль- тат	Резуль- тат	Резуль- тат
Посещение учебных занятий						
Судейство кросса (для специальной мед. группы)						
Легкоатлетический кросс (показанный результат, занятое место), юн. 3 км, дев. 2 км. Золотой знак (м) 12,30; (ж) 10,30 Серебряный знак (м) 13,30; (ж) 11,20 (Выносливость)						
1-я (рубежная) аттестация 20 баллов (1-недели)						
Посещение учебных занятий						

Прыжок в длину с места. Золотой знак (м) 2,45; (ж) 1,95 Серебряный знак (м) 2,35; (ж) 1,80 (Скоростно-силовые возможности)						
Разгибание рук в упоре лежа. Золотой знак (ж) 14, (м) – тест Серебряный знак (ж) 10, (м) – тест (Силовая выносливость)						
Поднимание туловища из положения лежа на спине. Золотой знак (ж) 47, (м) – тест Серебряный знак (ж) 37, (м) – тест (Силовая выносливость)						
Бег 100 метров. Золотой знак (м) 13,5; (ж) 16,5 Серебряный знак (м) 14,3; (ж) 17,0 (Скоростные возможности)						
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см). Золотой знак (м) +13; (ж) +16 Серебряный знак (м) +8; (ж) +11 (Гибкость)						
<i>2-я (рубежная) аттестация 40 баллов (7–12 недели)</i>						

Прикладные навыки

Посещение учебных занятий						
Бег на лыжах (юн. 5 км; дев. 3 км). Золотой знак (м) 23,30; (ж) 18,00 Серебряный знак (м) 25,30; (ж) 19,30						
Тест Купера						
Плавание 50м. Золотой знак (м) 0,42; (ж) 1,10 Серебряный знак (м) б/у; (ж) б/у						
Спортивные игры						
Защита рефератов, тестов						
<i>3-я (итоговая) аттестация 10 баллов (13–17 недели)</i>						
Дополнительные занятия (отработки)						
<i>4-я (промежуточная) аттестация 30 баллов (допуск к зачету)</i>						
Дата заполнения и подпись студента						
<i>18-я неделя (зачет)</i> Отметка о принятии зачёта (дата и подпись преподавателя)						

Список литературы

1. Корбукова Н.А. Интерактивные технологии и всероссийский физкультурно-спортивный комплекс в высшей школе. Научно-практический журнал «Глобальный научный потенциал», ВАК № (9) 2013 материалы международной научно-практической конференции, г. Санкт Петербург, изд. дом «ТМБпринт», 2013. – С. 171–172.

2. Корбукова Н.А. Использование всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в образовательном процессе высшей школы и интерактивных технологий обучения в контроле качества дисциплины физическая культура Научный журнал Сборник научных трудов SWorld, «Научные исследования и их практическое применение. Современное состояние и пути развития 2013», г. Одесса, выпуск 3, том 25, Купrienko СВ, 2013. – 100 с. Импакт–фактор.

3. Korbukova N.A. Interactive technologies and the All-Russian sports and sports complex at the higher school. Зарубежный журнал, издаваемый на Кипре «Components scientific and technological progress», Paphos, Cyprus, №2 (17), 2013, С. 61–63.

4. Подкопаева Е.Г., Корбукова Н.А., Владимиров О.В., Сердюков А.А. Методы исследования антропометрического самоконтроля студентов бакалавров всех специальностей // Сборник научных статей Фундаментальные и прикладные исследования, разработка и применение высоких технологий в экономике, управлении проектами, педагогике, праве, культурологии, языкознании, природопользовании, биологии, зоологии, химии, политологии, психологии, медицине, филологии, философии, социологии, математике, технике, физике, информатике, СПб.: Изд-во «КульТИнформПресс», 2014., С. 112–115.

5. Подкопаева Е.Г., Корбукова Н.А., Владимиров О.В., Сердюков А.А. Морфологические особенности строения студента являются важной составляющей жизнедеятельности и работоспособности бакалавра // Сборник научных статей Фундаментальные и прикладные исследования, разработка и применение высоких технологий в экономике, управлении проектами, педагогике, праве, культу-

рологии, языкознании, природопользовании, биологии, зоологии, химии, политологии, психологии, медицине, филологии, философии, социологии, математике, технике, физике, информатике, СПб.: Изд-во «КультИнформПресс», 2014., С. 115–118.

6. Подкопаева Е.Г., Корбукова Н.А. Актуальность антропометрического исследования у студентов бакалавров всех специальностей. 21 век: фундаментальная наука и технологии // Материалы III международной научно-практической конференции, Москва, 2014., С. 105–116.

7. Корбукова Н.А., Подкопаева Е.Г. Компьютерные технологии в учебном процессе высшей школы. Академическая наука – проблемы и достижения. Материалы III международной научно-практической конференции, Москва: 2014., С. 96–104.

8. Nely Alecseevna Korbukova, Evgenia Gennadyena Podkopayeva, Anatoly Aleksandrovich Serdyukov, Irina Anatolyevna Budnikova, Natalya Pavlovna Soltan, Качество питания студентов и формирование культуры питания в студенческой среде / Quality of food of students and formation of culture of food in the studenchekey environment scopus // American-Eurasian Journal of Sustainable Agriculture ISSN: 1995-0748 AEJSA 2014 May; 8 (6): pages 49–51.

9. Корбукова Н.А., Будникова И.А. Карелина Н.Н., Шелегин И.В., Шупейко Р.В., Подкопаева Е.Г., Сердюков А.А., Тарасов А.В. Технология применения индивидуального паспорта здоровья у бакалавров по дисциплине физическая культура. Коллективная монография по медицине. Теоретические и практические аспекты психологии и педагогики. г. Уфа, ООО «Аэтерна», 2014, С. 48–65.

10. Корбукова Н.А. Физическая культура в вузе, как важнейшее средство развития и формирования личности студента. Международная научно-практическая конференция Приоритетные научные направления: от теории к практике. г. Уфа, РИО МЦИИ «Омега Сайнс», 2014, С. 70–72.

11. Корбукова Н.А. Инновационные процессы контроля качества в образовательном процессе высшей школы. Международная научно-практическая конференция Инновационные процессы современности. – Уфа: РИО МЦИИ Омега сайнс, 2014. – 144 с.

12. Корбукова Н.А., Подкопаева Е.Г., Сердюков А.А. Использование ауто-тренинга и психологической подготовки к соревнованиям у студентов-спортсменов. III международная научно-практическая конференция. А 33 Актуальные проблемы психологии и педагогики: сборник статей Международной научно-практической конференции (10 сентября 2014 г, г. Уфа). – Уфа: Аэтерна, 2014. – 110 с. С. 41–44.

13. Корбукова Н.А., Подкопаева Е.Г., Сердюков А.А. Гармоничное физическое развитие студента и использование антропометрического исследования в учебном процессе. III международная научно-практическая конференция. А 33 Актуальные проблемы психологии и педагогики: сборник статей Международной научно-практической конференции (10 сентября 2014 г, г. Уфа). – Уфа: Аэтерна, 2014. – 110 с. С. 44–47.

14. Корбукова Н.А., Куртев А.Н. Повышение роли физической культуры и спорта в качестве высшего профессионального образования и развитии личности студента // Научно-практический журнал «Глобальный научный потенциал», ВАК №3 (24) 2013 материалы международной научно-практической конференции, г. Санкт Петербург, изд. дом «ТМБпринт», 2013. – С. 23–27.

15. Корбукова Н.А., Подкопаева Е.Г. Технологии и продукты здорового питания в формировании культуры студента // Научно-практический журнал «Перспективы науки», ВАК № 3 (42) 2013, материалы V международной научно-практической конференции «Наука на рубеже тысячелетия», г. Санкт Петербург, изд. дом «ТМБпринт», 2013. – С. 19–23.