

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ВУЗЕ НА ОСНОВЕ СПОРТИВНО ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА

Горбань И.Г., Гребенникова В.А.

ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный университет», г. Оренбург

Современная система образования высших учебных заведений в области дисциплины «Физическая культура» характеризуется поиском эффективных подходов в организации физического воспитания студенческой молодежи. Главная проблема дисциплины - это повышение интереса к занятиям физической культурой и спортом [1].

В настоящее время в научно-педагогической литературе используется термин «спортивно ориентированный подход в физическом воспитании». Суть, которого заключается в обеспечении студентов: свободой выбора вариантов занятий, режимов их интенсивности, планирование результативности и тем самым создание предпосылок для дальнейшей личностной реализации.

На сегодняшний день стоит вопрос о модернизации физического воспитания в вузе посредством использования новых путей и организационно-методических решений, обеспечивающих повышение качества двигательной деятельности студентов.

Физическое воспитание для эффективного функционирования в современных условиях должно учитывать многосторонние социальные запросы и требования, интересы и потребности молодежи [2].

Анализ современной литературы в области физической культуры и спорта показал, что в основу большинства проектов ведущих специалистов входит индивидуальный подход к выбору физкультурно-спортивной деятельности. Многие авторы подробно рассматривают теорию спортивно ориентированного физического воспитания во всех аспектах его проявления [1, 3, 4]. Тем самым утверждают, что данный подход наиболее эффективно влияет на личностное развитие человека, позволяет успешно самоутвердиться и самореализоваться в разнообразных сферах деятельности. При этом взаимосвязь физической и спортивной культуры рассматривается с различных позиций [5].

Общими для физической и спортивной культуры являются такие мотивы, как потребность в двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие, общение, внешнее самоутверждение и формирование личности. Наряду с этим спорт как вид деятельности отличается от физической культуры возникновением и доминированием соревновательных мотивов, мотивов достижения успеха [1].

Физическая культура и спорт имеют общее предметное основание как виды двигательной деятельности, побуждаемые и направляемые одними и теми же интересами. Тем самым, усиливая мотивацию к занятиям по физическому воспитанию, целесообразно отталкиваться от личностных желаний каждого студента на базе конкретного выбранного вида спорта, где открывается

реальная перспектива эффективного физического совершенствования в согласии с индивидуальными потребностями и способностями.

Учебно-воспитательный процесс физического воспитания в Оренбургском Государственном Университете не остался в стороне от попыток инновационных преобразований, которые заключаются в спортивно-видовом подходе к содержанию учебных программ по физической культуре, что позволило разработать новые пути в организации учебных занятий.

Актуальность данной темы вытекает из реальных процессов формирования доминанты физического воспитания в вузе, из необходимости его переориентации на основе личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности студентов.

В программу физического воспитания вуза входят различные виды спорта: легкая атлетика, волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, плавание, гимнастика. На каждый вид отведено определенное количество часов. Однако интерес студентов к занятиям физической культурой, несмотря на разнообразие учебной программы с каждым годом снижается. Чтобы повысить мотивацию студентов к занятиям по физической культуре была проведена работа по привлечению студентов к занятиям отдельными видами спорта с учетом их личностных мотивов и потребностей.

Цель данной работы - создание спортивно ориентированного образовательного пространства в вузе на основе объединения педагогических и материально-технических ресурсов общего и дополнительного образования с учетом индивидуальных интересов студентов к занятиям отдельными видами спорта.

Задачи:

- определить общее отношение к занятиям физической культурой и индивидуальную потребность к занятиям спортом на основе анкетирования студентов с начала обучения в вузе;
- предоставить полную информацию о физкультурно-спортивной деятельности вуза (секция, тренер-преподаватель, расписание) и воспитать позитивное отношение к спортивной деятельности в целом;
- привить устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом на длительный период обучения в вузе, повысить развивающий и тренирующий эффект физкультурно-спортивных занятий.

Содержательная часть данной темы направлена на использование спортивно ориентированного подхода в организации физического воспитания в вузе.

Исходя из поставленных задач, были проведены исследования по выявлению отношения студентов к занятиям физической культурой и определению индивидуальных потребностей к занятиям отдельными видами спорта на базе Оренбургского государственного университета (таблица 1).

Анализ результатов анкетирования показал представленной таблицы, что у студентов есть понимание пользы занятий физической культурой и спортом (96 %). При этом 30 % опрошенных студентов отмечают, что занятия спортом и физкультурой несут заряд бодрости, хорошее настроение, снимают

психологическое напряжение; 48 % считают, что занятия физической культурой способствуют поддержанию физической формы, формируют красивую фигуру. Так же 18 % студентов твердо уверены, что физическая культура и спорт активно влияют на формирование здорового образа жизни. Но даже 4 % негативно настроенных студентов к занятиям физической культурой и спортом теоретически выбрали один из видов спорта, входящих в учебную программу дисциплины, которым они бы желали заниматься в случае свободы выбора.

Таким образом, необходимо создать условия для занятий студентов физической культурой с учетом их личных мотивов и потребностей.

Таблица 1 – Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом

Вопрос	Ответ %
С удовольствием ли Вы занимаетесь физической культурой на занятиях?	Да – 28% Нет – 14% Не всегда – 58%
Что дают Вам занятия физической культурой (спортом)? а) заряд бодрости, хорошее настроение, снимает психологическое напряжение; б) здоровье; в) поддержание физической формы, формирование красивой фигуры; г) отнимает время от учебы.	а) 30% б) 18% в) 48% г) 4%
Можете ли Вы обойтись без регулярных занятий физической культурой или спортом?	Да – 34% Нет – 58% Не знаю – 8%
Какому виду спорта Вы отдаете предпочтение на занятиях по физической культуре? а) легкая атлетика; б) баскетбол; в) волейбол; г) настольный теннис; д) футбол; е) плавание; ж) аэробика; з) атлетическая гимнастика; к) все равно.	а) 9% б) 12% в) 13% г) 6 % д) 12% е) 4% ж) 17% з) 15% к) 12%
Занимаетесь ли Вы физической культурой (спортом) дополнительно, самостоятельно?	Да – 8% Нет – 66% Иногда – 26%

Материально - техническая база университета располагает всем необходимым для создания оптимальных условий для занятий физической

культурой отдельными видами спорта, как на основных занятиях, так и дополнительное время.

В практике физкультурно-спортивной деятельности вуза, с целью привлечения к занятиям спортом и физической культурой, проводятся традиционные соревнования среди первокурсников – спартакиада «Первокурсник» и студентов всех курсов между факультетами – спартакиада «Университет».

Особое значение имеет проведение спартакиады «Первокурсник». В программу, которой входят такие виды спорта, как волейбол, баскетбол, футбол, легкая атлетика, настольный теннис, перетягивание каната, что является наглядной агитацией для физкультурно-спортивной деятельности студентов и дальнейшем их определении при выборе конкретного вида спорта для личностного роста на весь период обучения в вузе.

Наибольшей популярностью у девушек пользуются занятия аэробикой, на втором месте – волейбол, затем – легкая атлетика, настольный теннис, атлетическая гимнастика и плавание.

Интерес юношей в основном направлен на атлетическую гимнастику, футбол, волейбол, баскетбол, затем – легкая атлетика, настольный теннис и плавание.

В связи с этим были организованы учебно-тренировочные группы по видам спорта, которые предполагали свободу выбора студентам. Образовательный процесс получил новый спортивно ориентированный подход.

Практические занятия проводились на базе Оренбургского Государственного Университета, что позволило отследить динамику учебно-тренировочного процесса в отдельных видах спорта. Наблюдения проводятся на протяжении нескольких лет за студентами, занимающимися индивидуальными и командными видами спорта.

В индивидуальных видах: атлетическая гимнастика, легкая атлетика, настольный теннис - студенты из года в год добиваются спортивного совершенства на учебно-тренировочных занятиях, что подтверждается выступлениями на соревнованиях различного ранга. На занятиях по аэробике увеличилось количество желающих заниматься в несколько раз.

В командных видах спорта: баскетбол, футбол, волейбол, то же прослеживается положительная динамика. Не только возросло количество желающих заниматься, но и установилась цель в подготовке к соревнованиям. Была организована студенческая футбольная лига. Юноши баскетболисты организовали команды для участия в соревнованиях «Оранжевый мяч».

Наиболее подробно остановимся на физкультурно-спортивной деятельности волейболистов.

На первом этапе из-за большого количества желающих заниматься волейболом, был проведен отбор по уровню физической и технической подготовке. Тем самым были организованы две группы. Первая – в основе спортивное совершенствование, вторая – учебно-тренировочное направление. Цель первой группы – подготовка и участие в различных соревнованиях; второй группы – дать возможность освоить технику и тактику игры.

Перспектива занимающихся студентов в первой команде – войти в основной состав, второй команды – переход в основную команду.

Первая команда в первый год формирования начала принимать участие в городских и областных соревнованиях. Вторая на протяжении 2-х лет прочно осваивала технику основных приемов игры в волейбол. Третий год занятий выявил необходимость участия в соревнованиях, для поддержания мотивации к дальнейшим занятиям волейболом.

Педагогические наблюдения, направленные на изучение эффективности спортивно ориентированного подхода в физическом воспитании, зафиксировали положительные изменения в техническом, технико-тактическом росте студентов, в их активном отношении к организации процесса обучения. Данный подход обеспечивает реальный переход от строго регламентированного физического воспитания к активной и самостоятельной форме физкультурно-спортивной деятельности.

Таким образом, перспективным направлением оптимизации существующей системы физического воспитания будет являться внедрение в образовательный процесс личностно спортивно ориентированных технологий, как наиболее эффективного средства физического, умственного и духовного развития студенческой молодежи.

Внедрение личностно спортивно ориентированной технологии позволит повысить уровень мотивации к регулярным занятиям, увеличить двигательную активность студентов, привить интерес к организации здорового образа жизни и самостоятельным занятиям физической культурой.

Список литературы

- 1. Бальсевич, В.К. Спортивно ориентированное физическое воспитание: Образовательный и социальный аспект / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. 2003. - № 5. – С. 19-22.*
- 2. Выдрин, В.М. Физическая культура студентов вузов: учеб. пособие / В.М. Выдрин, Б.К. Зыков, А.В. Потоненко. – Воронеж: Изд-во ВГУ, 1991. – 128 с.*
- 3. Лубышева, Л.И. Физическая и спортивная культура: содержание, взаимосвязи и диссоциации / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2002. - №3. - С. 11 – 14.*
- 4. Столяров, В.И. Содержание и структура физкультурно-спортивного воспитания детей и молодежи (теоретический анализ) / В.И. Столяров, С.А. Фирсин, С.Ю. Баринов. – Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2012. – 268 с.*
- 5. Столяров, В.И. Понятие и формы спортивной культуры личности. Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма / В.И. Столяров, С.Ю. Баринов. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2009. – С. 366-370.*