

Электронное научное издание

«Международный электронный журнал. Устойчивое развитие: наука и практика»

www.yrazvitie.ru

Специальный выпуск (22), 2019

*Труды Всероссийской конференции «Актуальные проблемы физического воспитания и студенческого спорта»
(24 января 2019 г., Государственный университет «Дубна», ФОК «Олимп»)*

УДК 796

РЕАЛИЗАЦИЯ ЭЛЕКТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ В ВУЗАХ

Давыденко Елизавета Алексеевна студент
Луцева Вероника Игоревна студент
ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова», г. Москва
lizadavydenko98@gmail.com
askvernyalka@mail.ru

Аннотация

В статье рассматривается лично-ориентированный подход к совершенствованию физического воспитания студентов и проявление у них интереса к самостоятельным занятиям теми физическими упражнениями, которые они могут выбрать самостоятельно.

Ключевые слова: физическая культура, элективные дисциплины, студенты, спорт, прикладная физическая культура в вузе.

Введение. Пассивное отношение студентов к занятиям по физической культуре стало причиной поиска новых направлений и форм приобщения молодежи к занятиям физическими упражнениями. В связи с этим появилась необходимость искать новые пути, которые смогли бы обеспечить повышение эффективности физического воспитания в вузах [1]. В их основе лежит учет интересов молодых людей к определенным видам спорта. Возможность заниматься любимым видом спорта способна вызвать желание посещать занятия по физической культуре.

У современной молодежи зачастую нет стремления к занятиям спортом и физической культурой, заинтересованности в них. Последствием этого становится ухудшение их здоровья [2]. Все это говорит о необходимости создать стимулы и мотивы для повышения физической активности молодежи.

Многие современные исследования указывают на необходимость совершенствования подходов к физическому воспитанию студентов для увеличения их физической активности, и индивидуальный личностный подход к занятиям физической культурой может показать положительный результат. Как невозможно осчастливить человека против его воли, также невозможно и оздоровить его без желания делать то, что может этому способствовать. Для сохранения и укрепления здоровья человека необходимо использовать любые возможности.

Чтобы мотивировать современных студентов заниматься физической культурой, необходим системный подход. Первостепенной его задачей должно стать повышение у

молодых людей выносливости как организма в целом, так и отдельных органов, обеспечивающих нормальное функционирование сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, поддержание нормального артериального давления, работы лёгких и так далее. Для этого необходимо расширить возможности индивидуальных форм занятий, ориентированных на личные интересы и возможности студента, что поможет пробудить интерес к самостоятельным занятиям различными физическими упражнениями. Такими упражнениями, которые студенты будут считать интересными и полезными для себя, для каждого учащегося индивидуально. Такой подход предполагает также налаживание взаимоотношений преподавателя и студента, взаимопонимания между ними и проявление инициативы студентов.

Личностно-ориентированный подход направлен на совершенствование физического воспитания студентов и проявление у них интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, которые по их личному мнению могут быть интересными и полезными для них. В таком случае студенты будут заниматься теми физическими упражнениями, которые им нравятся. Это очень необычный и, возможно, спорный подход к занятию физической культурой в вузах, но если он сможет показать положительный результат - привлечь студентов в спортивный зал, - то он имеет право на существование в высших учебных заведениях.

Сторонники личностно-ориентированного подхода к совершенствованию физического воспитания студентов считают, что на его основе будет формироваться физическая культура студентов, мотивация и интерес к здоровому и спортивному стилю в жизни. Это в свою очередь должно влиять не только на эффективность и продолжительность профессиональной деятельности, но и на качество жизни в целом. В настоящее время некоторые вузы уже включили в учебную программу дисциплину «Элективные курсы по физической культуре».

Элективный подход предполагает приобщение студентов к ценностям физической культуры, пробуждение потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями. В создании подобной системы физического и спортивного воспитания студентов основную роль должны играть совместные усилия администрации вуза, преподавателей кафедры физического воспитания, тренеров. Только при выполнении этих условий можно рассчитывать на создание целостной системы физического и спортивного

Электронное научное издание

«Международный электронный журнал. Устойчивое развитие: наука и практика»

www.yrazvitie.ru

Специальный выпуск (22), 2019

*Труды Всероссийской конференции «Актуальные проблемы физического воспитания и студенческого спорта»
(24 января 2019 г., Государственный университет «Дубна», ФОК «Олимп»)*

воспитания молодежи. Именно при таких условиях физическая активность студентов может стать способом самовыражения, а также быть эмоционально и эстетически привлекательной.

В каждом высшем учебном заведении есть свои спортивные залы, спортивные базы, преподавательский состав. Все это может позволить организовать учебный процесс по различным спортивным направлениям. Приоритетное направление каждый студент может выбрать самостоятельно, а вуз должен предоставить студентам выбор. При этом должны учитываться желание интересы и умения каждого студента. Совмещение выборочных и обязательных дисциплин дает студентам больше возможностей для реализации своих способностей и формирования стимулов к занятиям физической культуры.

Для реализации элективных дисциплин в вузе сначала необходимо провести опрос студентов для выявления приоритетов по физической нагрузке. Одни захотят заниматься избранным видом спорта, другие предпочтут занятия по традиционной системе, третьи откажутся от занятий по состоянию здоровья. После медицинского осмотра студенты определяются в медицинские группы по состоянию здоровья. Группы по элективному физическому воспитанию формируются на основании заявления о принятии их в спортивно-направленную учебную тренировочную группу. От того, насколько осознанным и правильным будет выбор, который сделают студенты, будет зависеть их дальнейшее участие в спортивной жизни вуза.

Элективные дисциплины способствуют формированию физической культуры личности и помогают использовать разнообразные средства и методы для сохранения и укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Индивидуальный личностный подход к занятиям физической культурой дает возможность формирования общей культуры личности, приобщает к здоровому образу жизни, укрепляет здоровье, является профилактикой вредных привычек.

Элективные дисциплины, являющиеся дисциплинами по выбору, могут вызывать заинтересованность у студентов, так как выбранные ими модули будут отвечать их пожеланиям и возможностям. Такая возможность выбора вида двигательной активности подавляющим числом студентов признается важным фактором, который будет стимулировать посещение занятий в спортивных залах вузов.

Несмотря на то, что на сегодняшний день перечень элективных дисциплин (модулей) конкретно не определен и не имеет разработанной научно-обоснованной программы, хочется верить, что эта очень перспективная разработка будет осуществлена в ближайшее время, и

Электронное научное издание

«Международный электронный журнал. Устойчивое развитие: наука и практика»

www.yrazvitiye.ru

Специальный выпуск (22), 2019

*Труды Всероссийской конференции «Актуальные проблемы физического воспитания и студенческого спорта»
(24 января 2019 г., Государственный университет «Дубна», ФОК «Олимп»)*

русские студенты с удовольствием и с пользой станут активно посещать спортивные залы вузов [4].

Выводы

1. В настоящее время отсутствие заинтересованности в занятиях физической культурой является серьезной проблемой современной молодежи и студентов, в частности.
2. Реализация элективных дисциплин по физической культуре и спорту в высших учебных заведениях России, является показателем того, что учитывая интересы и личные потребности студентов, осуществляется попытка привлечь молодежь в спортивные залы.
3. Подразумевая различные системы физических упражнений, элективные дисциплины смогут сделать занятия более привлекательными и интересными для студентов, что в итоге улучшит их здоровье и повысит их выносливость и работоспособность.

Литература

1. Коршунова О. С., Роледер Л. Н. Элективные курсы по физическому воспитанию в вузах, перспективы и возможности // Молодой ученый. — 2016. — №23. — С. 558-560.
2. Бочкарева, С.И. Физическая культура как фундамент здорового образа жизни/С.И. Бочкарева, Т.В. Буянова, Н.Е. Копылова//Гуманитарное образование в экономическом вузе: сб. тр. Науч.-практич. Конф.-М.: Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, 2017.- С. 113-116.
3. ИННОВАЦИОННОЕ РАЗВИТИЕ НАУКИ И ОБРАЗОВАНИЯ: сборник статей Международной научно-практической конференции. В 2 ч. Ч. 2. – МЦНС «Наука и Просвещение». – 2018. – 298 с.
4. Высоцкая Т.П. Вопросы оптимизации содержания элективных дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту/ Т.П. Высоцкая, С.И. Бочкарева, Т.Н. Шутова, С.П. Голубничий, А.Г. Буров//Ежеквартальный научно-методический журнал «Культура физическая и здоровье». – 2018. – № 2 (66). – С.5-8.