

## Реализация компетентностного подхода по учебной дисциплине «Физическая культура» в учреждении высшего образования

Д. А. Венскович,  
докторант,  
Белорусский государственный университет  
физической культуры

*В статье рассматриваются актуальные проблемы реализации компетентностного подхода при изучении специализированного учебного модуля «Двигательная культура личности для подготовки к бережливости» в рамках учебной дисциплины «Физическая культура». Представлена авторская педагогическая модель формирования компетенций обучающихся для подготовки их к деторождению для специальностей неспортивного профиля.*

Уровень культуры общества в первую очередь определяется степенью развития и использования индивидуальных человеческих способностей. Основной целью системы общечеловеческих культурных ценностей является высокий уровень здоровья, физическое развитие и физическая подготовленность на протяжении всей жизни [1, с. 20].

Нынешнее высшее образование развивается в условиях современных инноваций. Одним из направлений реализации обновления высшего образования выступает применение компетентностного подхода и переход на модульную организацию образовательного процесса в учреждениях высшего образования. Использование компетентностного подхода предусматривает преобразования в содержании и структуре образовательного процесса высшей школы.

Одна из ключевых целей данного подхода – обеспечение качества образования. Применение компетентностного подхода включает определение образовательных целей, выбор содержания образования, организацию образовательного процесса, использование образовательных технологий и оценку результатов деятельности студентов [2, с. 22].

Основное внимание указанного подхода сконцентрировано на результате образования, который выражается в способности человека действовать в различных жизненных ситуациях [2, с. 23].

Овладение компетенциями происходит в процессе обучения студентов. Соответственно, реализация компетентностного подхода в учреждении высшего образования предполагает использование в образовательном процессе модернизированных форм проведения занятий. Говоря о роли обозначенного подхода в организации занятий по учебной дисциплине «Физическая культура», такие ученые, как В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева, в первую очередь делают акцент на модернизации педагогической деятельности [1, с. 21; 3, с. 15].

Следует также отметить, что данная проблема весьма актуальна и для стран европейского сообщества. Высказывается мнение о том, что многие учебные программы по физической культуре находятся в глубоком кризисе [4, с. 6–10].

В связи с вышеизложенным актуальной является проблема модернизации современной системы физического воспитания в контексте реализации компетентностного подхода. В частности, учебная дисциплина «Физическая культура» в учреждении высшего образования должна отражать деятельность в области политики качества общего физкультурного образования, а именно:

- обновление содержания дисциплины;
- повышение эффективности преподавания физической культуры в контексте реализации программы здоровьесбережения обучающихся;
- использование индивидуальных подходов в обучении и для формирования профессионально значимых компетенций выпускника (В. А. Коледа, Е. К. Куликович, И. И. Лосева, В. А. Овсянкин, С. В. Хожемпо).

Цель учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждении высшего образования – развитие социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности.

Для реализации обозначенной выше цели предполагается решение следующих задач [5, с. 4–5]:

- понимание и принятие студентом социальной роли и ценностей физической культуры в профессионально-личностном формировании будущего специалиста;
- овладение знаниями научно-биологических, методических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и видами спорта;
- использование средств физической культуры и спорта для профилактики заболеваний, психического благополучия, развития и совершенствования качеств и свойств личности;
- овладение опытом активной физкультурно-спортивной деятельности по освоению ценностей физической культуры.

Занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» в учреждении высшего образования для студентов первой ступени дневной формы получения образования являются обязательными в течение всего периода теоретического обучения и планируются в рамках цикла «Дополнительные виды обучения» в соответствии с учебно-программной документацией на первых двух курсах в объеме не менее четырех учебных часов в учебную неделю, а на последующих курсах – двух учебных часов в учебную неделю. В учебно-программную документацию с третьего курса включается факультативная учебная дисциплина, направленная на физическое воспитание обучающихся, в объеме не менее двух учебных часов в учебную неделю (гл. 4, ст. 32, п. 7 Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте») [6].

Объем часов и количество занятий по дисциплине определяются образовательным стандартом высшего

образования и типовым учебным планом для специальностей неспортивного профиля.

Важное значение для проектирования и реализации современных моделей подготовки выпускников учреждений высшего образования имеет классификация актуальных компетенций.

И. А. Зимняя, изучая компетентностный подход в образовании, выделяет десять ключевых компетенций: здоровьесбережения, ценностно-смысловой ориентации в мире, гражданственности, саморазвития, интеграций знаний, социального взаимодействия, общения, решения задач, предметно-деятельностную, информационно-технологическую [7, с. 22–23].

В. И. Байденко [8], И. А. Зимняя [7] и Е. И. Смирнова [9] определили, что модель выпускника включает группу частных компетентностей, таких как социальные, инструментальные, общепрофессиональные и специально-профессиональные. Особо значимо то, что в группу социальных компетентностей включены компетенции здоровьесбережения.

А. В. Макаров в своих работах [2, с. 13–23; 10, с. 88–113] классифицирует образовательные компетенции по нескольким критериям: степень агрегирования (укрупнения) компетенций в конкретные группы; целевое назначение и профилированность (специализированность) компетенций; декомпозиция интегральных компетенций на предметно-дисциплинарном уровне. Данный подход был использован при разработке макетов белорусских стандартов нового поколения: второго поколения (2008 г.), третьего поколения (2014 г.), поколения 3+ (2020 г.). В стандартах второго и третьего поколения выделялись три группы компетенций: академические, социально-личностные и профессиональные. С 2021/2022 учебного года в учреждениях высшего образования в формате стандартов поколения 3+ начинает реализовываться обновленная триада компетенций: универсальные, профессиональные и специализированные группы компетенций. Учебные планы специальности поколения 3+ также предусматривают их модульное проектирование. Особую роль призваны сыграть специализированные модули, которые разрабатываются в рамках компонента учреждения высшего образования (в среднем до 50 % от общего объема часов) [11].

Изучая опыт отечественных и зарубежных ученых в контексте реализации компетентностного подхода в высшей школе на примере учебной дисциплины «Физическая культура», мы остановились на приобретении студентами здоровьесберегающих компетенций.

Учитывая состояние здоровья молодых людей, количество тяжелых беременностей и осложненных родов, рождения детей с врожденными и хроническими заболеваниями [12, с. 58–59], нами разработана

педагогическая модель формирования компетенций обучающихся в учреждениях высшего образования для подготовки их к деторождению (рис.).

Данная педагогическая модель представлена в Витебском государственном университете имени П. М. Машерова в рамках компонента учреждения высшего образования в формате специализированного учебного модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности».

Указанный выше специализированный модуль направлен на подготовку организма студенток к беременности, сопровождение течения беременности на протяжении трех триместров, благополучное родоразрешение и восстановление организма после родов с использованием средств физической культуры. Цель учебного модуля – формирование здоровьесберегающих компетенций обучающихся в учреждениях высшего образования для подготовки студенток к деторождению.

Модуль разработан для всех специальностей неспортивного профиля первой ступени получения высшего образования и утвержден 23 июля 2020 г. (регистрационный номер УД-27-004/уч.). Часы по учебному модулю запланированы в соответствии с типовым учебным планом и классификацией специальностей. Изучение учебного модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» рассчитано на 280 учебных часов, из них 64 часа отводится на теоретическую часть, 216 часов – на практическую часть в течение учебного года. Форма промежуточной аттестации – тесты, текущей – зачет.

Разработанный учебный модуль содержит:

- практическую часть, включающую 18 разделов с комплексами физических упражнений;
- теоретическую часть, представленную 16 темами лекционного курса;
- раздел «Организация самостоятельной работы»;
- формы контроля усвоения изучаемого материала по каждой из частей модуля.

Форма контроля по освоению практической части специализированного модуля включает:

- оценку уровня физической подготовленности при выполнении прыжка в длину с места, наклона вперед, сгибания и разгибания рук в упоре лежа, поднимания туловища из положения лежа на спине за 60 с, челночного бега  $4 \times 9$  м, бега на 1500 м и 3000 м;
- оценку уровня физического развития при диагностике антропометрических (длина тела, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, динамометрия) и физиометрических (артериальное давление, частота сердечных сокращений, частота дыхания) показателей;
- оценку уровня физического здоровья при выполнении упражнений, определяющих индекс Кетле,

жизненный индекс, индекс стени, кистевой индекс, индекс Робинсона;

- оценку здоровья позвоночника при выполнении тестов на определение шейного и пояснично-крестцового остеохондроза;

- оценку индекса здоровья, который находится по формуле  $K = \frac{a}{b} \cdot 100\%$ , где  $K$  – индекс здоровья (в %),  $a$  – число студентов, ни разу не болевших в течение года,  $b$  – общий списочный состав группы;

- оценку уровня психофизического статуса при выполнении теста диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерса и Р. Даймонда), теста самооценки стрессоустойчивости (С. Коухена и Г. Виллиансона), теста на внимание по таблицам Шульте.

Форма контроля теоретической части предусматривает выполнение тестов в модульно-рейтинговой системе посредством тестовых заданий.

Учебный модуль формирования здоровьесберегающих компетенций обучающихся в учреждениях высшего образования для подготовки студенток к деторождению используется в рамках факультативных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» с третьего курса в объеме не менее двух учебных часов в учебную неделю [5].

Реализация рассматриваемого учебного модуля способствует развитию практических двигательных навыков, овладению теоретическими знаниями для подготовки организма к беременности, вынашиванию здоровых детей, благоприятному родоразрешению и восстановлению организма после родов.

В целом учебный модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» позволяет приобрести следующие компетенции:

- получить знания об особенностях изменения женского организма на протяжении трех триместров беременности в период обучения, о компонентах (здоровье и физической подготовленности), о процессе физического развития, о средствах изменения (коррекции) тела в послеродовом периоде, методике их применения;
- получить знания, которые помогут улучшить физическое здоровье для зачатия, хорошего самочувствия в период беременности и облегчат течение родов и восстановление в послеродовом периоде;
- руководствоваться двигательными умениями и навыками, которые необходимы студентам для реализации их в процессе беременности, ориентированы на заботу о собственном здоровье и здоровье будущего ребенка, его изменение (коррекцию) в желаемом направлении в соответствии с происходящими морфофункциональными преобразованиями в процессе

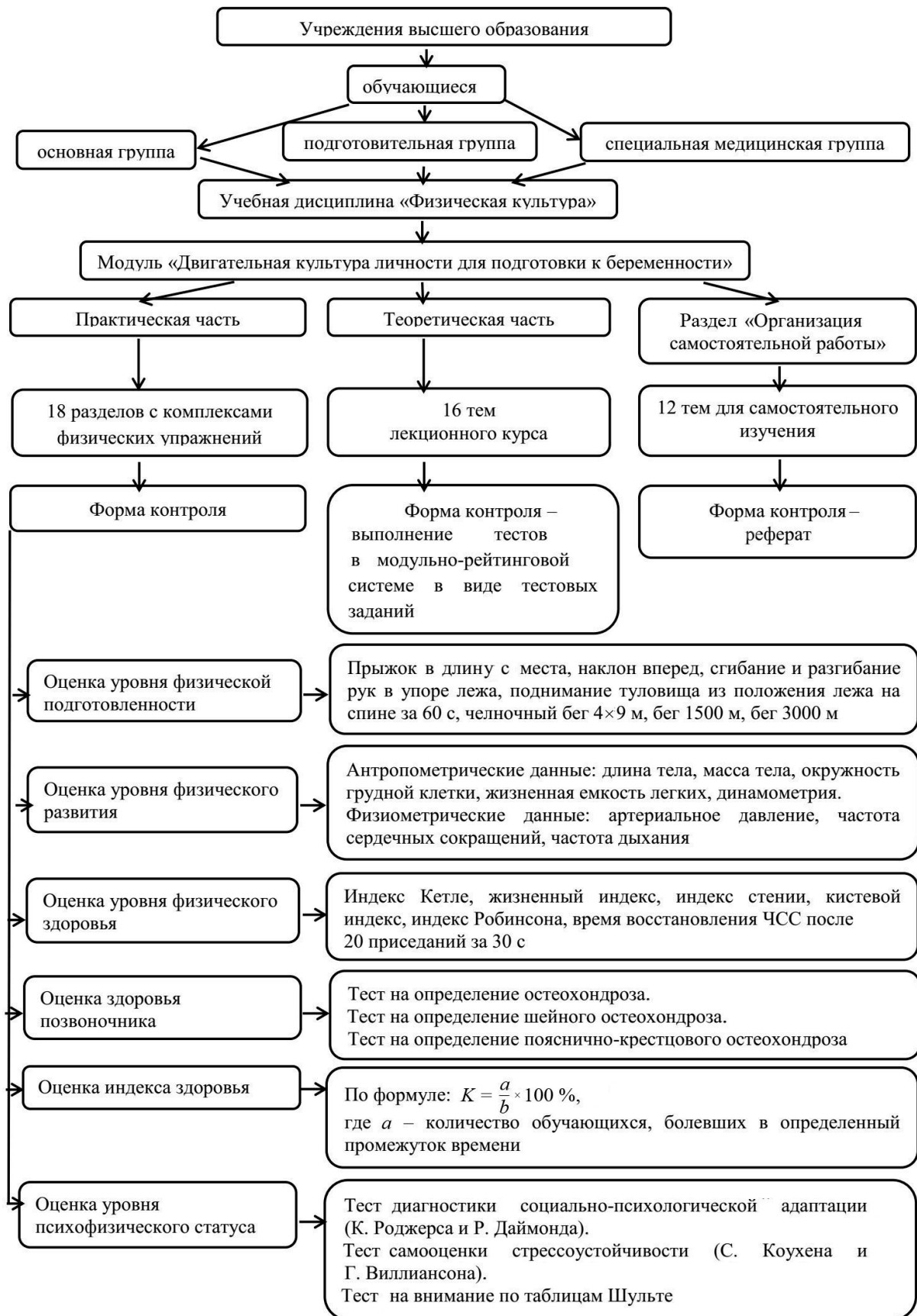


Рис. Педагогическая модель формирования компетенций обучающихся в учреждениях высшего образования для подготовки их к деторождению

беременности, а такжэ ісходзя з триместра і стыля жыцця;

- получить практычны вопыт у выкананні фізічных упражненняў дыферэнцыраванай накіраваннасці ў залежнасці ад праісходзячых змяненняў у арганізме бярэменнай жанчыны;
- овладеть основами дыхательной гимнастики;
- использовать разнообразные средства целенаправленного воздействия на физическое состояние в период беременности в будущем;
- сохранить и укрепить собственное здоровье;
- сформировать у студенческой молодежи потребность в заботе о здоровье и здоровом образе жизни не только в период беременности, но и в текущее время;
- повысить физическое здоровье студентов за счет увеличения арсенала двигательной культуры.

Такім образом, існаванне прадстаўленага ўчебнага модуля дазваляе рашаць паставленыя дзяржаствам задачы ў абласці здаров'ясабережжя: ўлучэнне дэмаграфічнай сітуацыі ў краіне, падрыхтоўка маладых людзей к вусроўпай жыцця і іх далейшая сацыяльна-прафесійная адаптацыя.

### Спісок існаваных існаванняў

1. *Бальсевич, В. К.* Спортывна арыентаванае фізічнае ўспітанне: аснаванняльнны і сацыяльны аспекты / В. К. Бальсевич, Л. І. Лубышева // *Тэорыя і практыка фізічнай культуры*. – 2003. – № 5. – С. 19–22.
2. *Макаров, А. В.* Реалізацыя кампетэнтнага падходу пры праектаванні стандартаў вышэйшага аснавання пакалення 3+ / А. В. Макаров // *Вышэйшае тэхнічнае аснаванне*. – 2017. – Т. 1, № 1. – С. 13–23.
3. *Лубышева, Л. І.* Концепцыя мадэрнізацыі працэса прафесійнай падрыхтоўкі спецыялістаў па фізічнай

культуре і спорту / Л. І. Лубышева // *Тэорыя і практыка фізічнай культуры*. – 2003. – № 12. – С. 13–17.

4. *Hardman, K.* Physical education in Europe / K. Hardman. – London: Physical education and sport education in the European Union, 2011. – P. 3–14.

5. *Фізічная культура: тыповая ўчеб. праграма для высш. ўчеб. заведанняў* / В. А. Коледа [і др.]; пад ред. В. А. Коледы. – Мінск: РІВШ, 2017. – 35 с.

6. Закон Рэспублікі Беларусь «О фізічнай культуры і спорце» [Электронны рэсурс]. – Рэжым даступа: [https://kodeksy-by.com/zakon\\_rb\\_o\\_fizicheskoj\\_kulture\\_i\\_sporte.htm](https://kodeksy-by.com/zakon_rb_o_fizicheskoj_kulture_i_sporte.htm). – Дата даступа: 04.12.2020.

7. *Зімяня, І. А.* Кампетэнтны падход. Какова яго месца ў сістэме сучасных падходаў к праблемам аснавання (тэарэтыка-метадологічны падход) / І. А. Зімяня // *Вышэйшае аснаванне сёння*. – 2006. – № 8. – С. 21–26.

8. *Байдэнка, В. І.* Кампетэнтны падход к праектаванню дзяржастваных аснаванняльных стандартаў вышэйшага прафесійнага аснавання (метадологічныя і метадычныя вопысы): метад. пасабіе / В. І. Байдэнка. – М., 2005. – 285 с.

9. *Смірнова, Е. І.* Реалізацыя кампетэнтнага падходу пры аснаванні дысцыпліны «Фізічная культура» ў педагагічным вузе / Е. І. Смірнова // *Аснаванне ў XXI веку: матэрыялы Вусроўп. наўч. заўч. канф.* – Твэр, 2010. – С. 141–143.

10. *Макаров, А. В.* Кампетэнтны падход ў высшым аснаванні: міжнародны і ачастваннны вопыт: ўчеб. пасабіе / А. В. Макаров. – Мінск: РІВШ, 2019. – 252 с.

11. *Макаров, А. В.* Гібрыдызацыя мадэляў змянення і тэхналогіі вышэйшага аснавання: аналітычны аснаванне / А. В. Макаров // *Вышэйшая школа*. – 2021. – № 5. – С. 8–13.

12. *Венсковіч, Д. А.* Прадпосылкі для разраўоткі ўчебнага праграмы «Двухатэльнае культура аснавання для падрыхтоўкі к бярэменнасці» ў рамках ўчебнага дысцыпліны «Фізічная культура» / Д. А. Венсковіч // *Веснік Полацкага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя Е, Педагагічныя наўкі*. – 2020. – № 15. – С. 56–60.

### Анаўтацыя

У аснаване разраўтаваўся вопысы реалізацыі кампетэнтнага падходу пры аснаванні ўчебнага модуля «Двухатэльнае культура аснавання для падрыхтоўкі к бярэменнасці» ў рамках ўчебнага дысцыпліны «Фізічная культура» для ўсех спецыяльнасцяў неспартывнага прафіля пераўпай ступені палучэння вышэйшага аснавання. Прадстаўлена педагагічная мадэль фарміравання кампетэнацый аснаванняльных ў аснаванняльных вышэйшага аснавання для падрыхтоўкі іх к дэтарожэнню. Прадлаўжэнная мадэль дазваляе павысіць ўзровень фізічнай падрыхтоўленнасці, фізічнага разраўтання і ўзровень тэарэтычных аснаванняльных студэнтаў ў перыяд аснавання ў аснаванняльным вышэйшага аснавання для благаполучнага дэтарожэння і саўраўнаўтвараўна здаров'ясаберегаўчых кампетэнацый.

### Abstract

The article discusses the implementation of the competence-based approach in the study of the educational module «Personal motor culture for preparation for pregnancy» within the discipline «Physical culture» for all specialties of the non-sports profile of the first stage of higher education. The article presents a pedagogical model of the formation of the competencies of students in higher education institutions to prepare them for childbirth. The presented model will allow to increase the level of physical fitness, physical development and the level of theoretical knowledge of female students during the period of study in a higher education institution for a safe childbearing and improving health-preserving competencies.