

СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ МЕТОД В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

Ю. И. Масловская, В. А. Овсянкин

Белорусский государственный университет, г. Минск
julia.maslovskaya@gmail.com

Представлены данные социально-педагогического исследования о способах применения соревновательного метода в учреждениях высшего образования. Полученная информация свидетельствует о том, что преподаватели не реализуют всех возможностей данного метода, и подтверждает необходимость и актуальность исследований по рассматриваемой проблеме.

The article presents the socio-pedagogical research on how to use a competitive method in higher education institutions. Information received suggests that teachers do not realize all the possibilities of this method confirms the necessity and urgency of research on this issue.

К л ю ч е в ы е с л о в а: образование; физическая культура; физическое воспитание; соревновательный метод.

К e y w o r d s: education; physical education; physical education; competitive method.

Введение. Эффективность физического воспитания различных контингентов занимающихся (детей дошкольного и школьного возрастов, студентов, взрослых) зависит как от правильности определения его целей и содержания, так и от используемых методов. Проблема методов физического воспитания обсуждалась и решалась на протяжении развития физкультурной науки и практики. Посвященная ей научно-методическая литература достаточно богата. Однако ее нельзя считать окончательно решенной и в настоящее время, о чем свидетельствует то обстоятельство, что многие методы, используемые в области физического воспитания, постоянно совершенствуются и модифицируются (Ф. П. Мамедов, 1981; К. В. Михайлов, 1981; Ю. К. Гавердовский, Ф. П. Мамедов, 1984; Г. К. Уткевич, 1985; И. П. Ратов, 1994; Г. П. Рачинский, В. С. Кузьмин, 1998 и др.).

Для получения наиболее полной информации об особенностях применения соревновательного метода в этих учреждениях нами было

проведено интервьюирование, опрос и анкетирование специалистов, работающих на кафедрах физического воспитания и спорта ведущих университетов Республики Беларусь (БГУ, БГЭУ, БНТУ, БГПУ имени Максима Танка и др.).

В числе респондентов, принявших участие в анкетировании, — 2 доктора педагогических наук, 15 кандидатов педагогических наук, 178 старших преподавателей, 65 преподавателей с опытом работы более 5 лет (табл. 1).

Таблица 1

Распределение ответов на вопрос:
«Применяете ли Вы соревновательный метод
в процессе физического воспитания студентов?»
(% от общего объема выборки в каждой группе респондентов)

Категория оценки	Педагогический стаж работы в учреждении высшего образования			
	до 5 лет	от 5 до 10 лет	от 10 до 25 лет	от 25 лет и более
Да	15	27	34	8
Нет	54	29	31	37
Иногда	31	44	35	55

Как видно из данных табл. 1, 21 % педагогов, принявших участие в опросе, применяют этот метод в учебно-тренировочном процессе, 38 % не используют его в своей практике по причине неудовлетворительного уровня здоровья большинства студентов и низких показателей их физических и функциональных возможностей. Значительное число респондентов (41 %) считают, что использовать этот метод необходимо иногда, например два раза в год, для определения уровня физической подготовленности студентов или сдачи контрольных нормативов. По мнению других (18 %), с помощью соревновательного метода примерно один раз в месяц можно осуществлять контроль за качеством результатов учебных занятий. И только 3 % спортивных педагогов, как правило, один раз в неделю или даже на каждом занятии целенаправленно используют соревновательные задания в учебном процессе.

Особый интерес в аспекте нашего исследования представляют данные о том, что преподаватели в своей педагогической практике при характеристике соревновательного метода отождествляют такие понятия, как «соревнование» и «соревновательный метод» (53 %). Они используют в своей работе только соревнования на максимальное

проявление физических и других способностей или количественный результат, следовательно, не реализуют всех возможностей исследуемого метода.

Следует отметить, что педагоги отмечают возможную ограниченность использования соревновательного метода, указывая на нежелательное его использование в специальных медицинских и даже подготовительных учебных отделениях учреждений высшего образования. Однако полагаем, что, исключив соревновательный метод из занятий с указанной категорией студентов, мы лишаем их возможности «заготавливать» соревновательные умения и навыки, которыми они затем смогут пользоваться во всех сферах своей деятельности и в жизни в целом. На занятиях, организованных в форме соревнований, студенты этих отделений также могут учиться преодолевать напряжения, познавать себя, формировать характер и целеустремленность, приобретать теоретические знания по видам спорта.

Следовательно, с группами студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья и низкие показатели физического развития, следует применять названный метод особым способом и с корректировкой целей его применения. Главной целью занятий для этой категории студентов должны стать улучшение динамики их физического и функционального состояния, формирование устойчивого желания достигнуть поставленной задачи, приложив при этом старание, преодолев себя и проявив волевые качества, но при обязательном условии ограничения физической нагрузки. В этом случае подбор соревновательных заданий должен осуществляться исходя из индивидуальных особенностей, возможностей студента и перенесенных им или имеющихся у него заболеваний. По мнению Р. И. Купчинова, «полное соответствие между возможностями и трудностями означает оптимальную меру доступности» [2].

По такому принципу действует группа преподавателей (51 %), которые применяют на первых курсах только элементарные задания и соревновательные упражнения в целях постепенного приобретения студентами физической формы и соревновательного опыта. Соревновательные задания, которые способствуют максимальному проявлению физических и иных способностей, педагоги используют преимущественно только на старших курсах обучения.

В то же время в педагогической литературе отмечается, что этот метод возможно использовать во всех структурных частях занятия. Как свидетельствуют материалы анкетирования (табл. 2) в учреждениях высшего

образования, спортивные педагоги его применяют в подготовительной части, для проведения общеразвивающих и специальных подготовительных упражнений, в основной части занятия, как правило, в виде целостных и отдельных элементов соревновательных упражнений. Соревновательный метод опрошенные не применяют в виде модельно-соревновательных упражнений и заключительной части занятия.

Таблица 2

Распределение ответов на вопрос:

«В какой части занятия Вы, как правило, используете соревновательный метод и какие группы упражнений используете в качестве предмета состязания?»

Части учебно-тренировочного занятия	Процент ответов респондентов	Группы упражнений, используемые в качестве предмета состязания	Процент ответов респондентов
Подготовительная	12	общеразвивающие упражнения	47
		специальные подготовительные упражнения	32
		затрудняюсь ответить	21
Основная	83	целостные соревновательные упражнения	89
		отдельные элементы соревновательных упражнений	7
		модельно-соревновательные упражнения	0
		затрудняюсь ответить	5
Заключительная	0	применяю	
		не применяю	

Как известно, с помощью этого метода можно контролировать выполнение самостоятельных заданий, которые особенно актуальны для студентов 4-х курсов, ввиду того что они занимаются самостоятельно. Однако всего 8 % опрошенных используют этот способ проверки в своей практике.

Специалисты отмечают, что не проводят соревнования в утренние часы, поскольку это может привести к переутомлению студентов в течение дня. В это время они используют элементарные организационные формы названного метода.

Следует согласиться с мнением 57 % респондентов, которые отметили, что объем, интенсивность и направленность соревновательных заданий должны определяться в зависимости от гендерного типа и приоритетным является использование соревновательного метода

на занятиях по игровым видам спорта и легкой атлетике. В табл. 3 представлены данные их ответов.

Таблица 3

Распределение ответов на вопрос: «Соревновательный метод в учебном процессе является приоритетным на занятиях по каким видам спорта?»

Вид спорта	Процент от общего числа ответов
Легкая атлетика	21
Плавание	8
Ходьба на лыжах	5
Игры (баскетбол, волейбол, футбол)	53
Аэробика	2
ОФП	11

Преподаватели учреждений высшего образования активно используют этот метод в целях подготовки студентов к сдаче контрольных нормативов физической подготовленности, а также при тестировании уровня физической подготовленности (табл. 4).

Таблица 4

Распределение ответов на вопрос: «Применяете ли Вы соревновательный метод при тестировании уровня физической подготовленности студентов?»

Ответ	Процент от общего числа ответов
Да	41
Нет	35
Применяю в зависимости от теста	24

Материалы анкетирования показали, что для повышения заинтересованности и стремления студентов к улучшению результатов преподаватели предлагают им выполнять тесты в виде спарринг-партнерства (45 %) и гандикапа (13 %).

Следует отметить, что только 14 % спортивных педагогов для развития физических качеств, индивидуального роста результатов, глубокого понимания особенностей организма, формирования правильной самооценки используют такой прием соревновательного метода, как

соревнование с самим собой (личное соперничество). Как правило, преподаватели соревновательные задания направляют в сторону индивидуального и командного соперничества. Такие виды соперничества они используют при проведении физкультурно-массовых мероприятий (оздоровительные, физкультурные, спортивные), главенствующим в которых является соревновательный метод. Организовывать и проводить эти мероприятия нужно методически правильно, поскольку он требует от студента проявления максимальных усилий. Если к таким мероприятиям будут привлекаться неподготовленные студенты, физические нагрузки для них могут оказаться чрезмерными и отрицательно сказаться на состоянии их здоровья или вызвать переутомление и негативное отношение к физкультуре и спорту. По нашему мнению, только система может вызвать интерес, а не одно соревнование, поэтому участие в соревнованиях и соревновательная подготовка к ним должны осуществляться не от случая к случаю, а регулярно. Условия учреждений высшего образования могут в полной мере способствовать такой подготовке, поскольку имеют более совершенное материально-техническое оснащение, продолжительность занятий (90 мин). Кроме того, деятельным участником физического воспитания является интеллектуально подготовленная и заинтересованная личность. Современные студенты обладают высоким интеллектуальным и разносторонним уровнем развития, они инициативны, активны, азартны, трудолюбивы, энергичны, самокритичны, любознательны и требовательны не только к себе, но и к окружающим их людям, поэтому мы поддерживаем позицию А. М. Максименко, который считает, что соревновательный метод «более приемлем для молодежи» [3].

Значительно расширяет возможности использования соревновательного метода в учреждениях высшего образования наличие групп спортивного совершенствования, в основе учебно-тренировочной деятельности которых лежат принципы и закономерности построения спортивной тренировки. Соревновательный метод оправданно занимает расширенное место в системе подготовки студентов этой группы. Частота и формы его применения обусловлены особенностями вида спорта, пола, уровня подготовленности, периода подготовки, задач и форм учебно-тренировочного занятия. Представляется возможным его использование не только в виде официальных соревнований, но и в рамках учебно-тренировочного процесса как фактор увеличения интенсивности, совершенствования технической, тактической, физической, психической и интегральной подготовленности. Этот метод может выступать как средство контроля за ходом спортивной под-

готовки, а также как способ постепенной адаптации студентов группы спортивного совершенствования к соревновательным нагрузкам. Соревновательный метод в полной мере содействует полноценной подготовке к успешным выступлениям студентов этой группы, поскольку одним из основных требований, предъявляемых к ним, является достойное представление своего учебного заведения в соревнованиях различного уровня.

Подводя итоги интервьюирования, опроса и анкетирования специалистов, можно сделать следующие **выводы**:

1. Преподавательский опыт подтверждает, что соревновательный метод применяется в учебно-тренировочной деятельности учреждений высшего образования. Особенности его использования зависят от многих факторов: гендерного типа занимающихся, состояния их психики и здоровья, физических возможностей, соревновательного опыта, курса обучения, времени суток, в которое проводится занятие, учебного отделения (спортивное, основное, подготовительное, СМГ), особенностей используемых в процессе обучения видов спорта, упражнений, систем и комбинаций, видов соперничества (индивидуальное, личное, командное), особенностей профессионально-прикладной физической подготовки, направленности физкультурно-массовых мероприятий (оздоровительные, физкультурные, спортивные), безопасности применения.

2. Преподаватели, которые не используют соревновательный метод в своей практике, как правило, отождествляют понятия «соревнование» и «соревновательный метод». Они ассоциируют этот метод с большими физическими и психическими напряжениями и максимальными усилиями, указывая на нежелательное его использование в специальных медицинских и даже подготовительных учебных отделениях учреждений высшего образования, что не реализует всех возможностей этого метода.

3. В представлениях многих преподавателей обнаруживаются значительные расхождения и дефицит сведений о многообразии форм и приемов использования соревновательного метода в условиях учебно-тренировочного процесса учреждения высшего образования. Прежде всего многие из них не знакомы с такой формой его применения, как соревнование с самим собой (личное соперничество).

4. В своей практической деятельности преподаватели в разных частях учебно-тренировочного занятия, а также при тестировании уровня физической подготовленности студентов применяют ограниченное число приемов соревновательного метода. Это обусловлено прежде

всего отсутствием сформированных в научно-практической литературе данных разработок.

5. Изложенное подтверждает необходимость и актуальность исследования по рассматриваемой проблеме. Вместе с тем полученные опросные сведения дают некоторые ориентиры для определения реальных подходов к ее решению.

Библиографические ссылки

1. Основы теории и методики физической культуры : учебник / под ред. А. А. Гужаловского. М. : Физкультура и спорт, 1986.

2. Желобкович М. П., Купчинов Р. И. Оздоровительно-развивающий подход к физическому воспитанию студенческой молодежи. Минск, 2004.

3. Максименко А. М. Теория и методика физической культуры : учебник. М. : Физ. культура, 2005.