

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ

А. М. Колесников

*Южно-Российский государственный политехнический университет
имени М. И. Платова, Ростовская область,
г. Новочеркасск, Российская Федерация ,
e-mail: andrei.kolesnikov16@yandex.ru*

В статье рассматривается роль физической культуры и спортивной подготовки в процессе обучения студентов Южно-Российского государственного политехнического университета имени М.И. Платова. Подчеркивается важность формирования основ самостоятельной двигательной деятельности и принципов здорового образа жизни, что способствует улучшению здоровья и развитию физических навыков учащихся. В условиях современных реалий нарастает потребность в научном и методическом сопровождении физического воспитания, что может повысить результаты и качество обучения. Описаны методы исследования, в том числе анализ научных публикаций и наблюдение за педагогическим процессом. Приведены примеры успешных технологий, таких как Flip Learning и носимые технологии, которые способствуют повышению вовлеченности студентов.

The article examines the role of physical culture and sports training in the learning process of students of the South Russian State Polytechnic University named after M. I. Platov. The importance of forming the foundations of independent motor activity and the principles of a healthy lifestyle is emphasized, which contributes to improving the health and development of physical skills of students. In the conditions of modern realities, there is a growing need for scientific and methodological support for physical education, which can improve the results and quality of education. The research methods are described, including the analysis of scientific publications and the observation of the pedagogical process. Examples of successful technologies such as Flip Learning and wearable technologies that enhance student engagement are provided.

Ключевые слова: физическая культура; спортивная подготовка; здоровый образ жизни; физическая выносливость; методическое сопровождение; образовательный процесс.

Keywords: physical culture; sports training; healthy lifestyle; physical endurance; methodological support; educational process.

Актуальность

Физическая культура и спортивная подготовка играют ключевую роль в процессе обучения студентов Южно-Российского государственного политехнического университета имени М.И. Платова. Они способствуют улучшению здоровья студентов, развитию физической выносливости и навыков, а также помогают формировать принципы здорового образа жизни. В современных реалиях наблюдается возрастающая потребность в научном и методическом сопровождении физического воспитания и спортивной подготовки учащихся, что, в свою очередь, позволит повысить их результаты и качество обучения.

Цель

Изучая проблемы физкультурного образования многие ученые [1–4] приходят к выводу, что целью общего физкультурного образования учащихся должно быть формирование основ самостоятельной двигательной деятельности, направленной на развитие и совершенствование собственной психофизиологической природы.

Методы исследования

В процессе проведения данного исследования были применены такие подходы:

- изучение научных публикаций;
- наблюдение за педагогическим процессом.

Результаты

В результате педагогического процесса на занятиях по физической культуре важно, чтобы занимающиеся усвоили комплекс ценностей, который формирует у студентов целостное представление о здоровом образе жизни и физической активности. Это предполагает не только освоение практических навыков, но и глубокое понимание теоретических основ занятий физической культурой. Новая форма организации обучения студентов обуславливает необходимость интеграции теоретической подготовки с практическими упражнениями, что необходимо для достижения определенного уровня физкультурной образованности.

Одной из ключевых задач педагогов является создание условий, способствующих вовлечению студентов в учебный процесс, и повышение их интереса к занятиям физической культурой. Усвоение ценностей через активное взаимодействие и применение соответствующих методов обучения позволяет не просто удовлетворить образовательные стандарты, но и формирует у студентов важные социальные и личные качества, которые будут способствовать их развитию вне учебного процесса.

Пример 1: Внедрение технологии Flip Learning.

Одним из успешных примеров реализации комплексного подхода является внедрение технологии «перевернутый класс» (Flip Learning) на базе одного из университетов. Данная методика предполагает, что студенты изучают теоретический материал у себя дома, а затем на занятиях сосредотачиваются на практических упражнениях. Такой подход позволяет значительно увеличить вовлеченность студентов в учебный процесс.

Применение модели Flip Learning изменяет динамику занятий. Студенты приходят на уроки, уже имея базовые теоретические знания, что дает возможность преподавателям больше времени уделять практическим упражнениям, анализировать ошибки и достигать более глубокого понимания изучаемых упражнений и техник. В результате наблюдается улучшение качества образовательно-спортивной практики и повышение общих результатов студентов в физической культуре (рисунок 1).

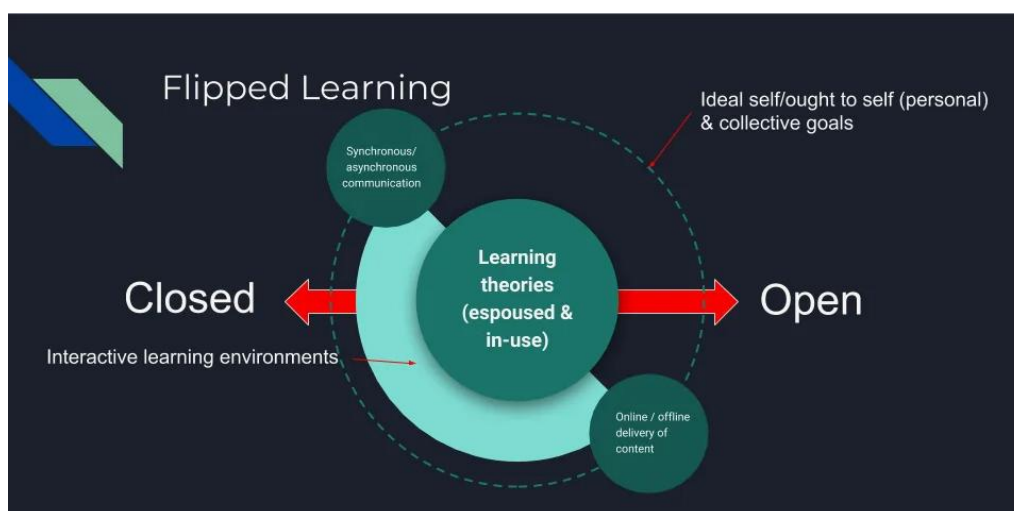


Рисунок 1 – технология «Flip Learning»

Пример 2: Использование wearable технологий.

Еще один успешный пример связан с использованием носимых технологий (wearable technology). Студентам были предложены фитнес-браслеты для отслеживания их уровня активности, что повысило их мотивацию и интерес к занятиям физической культурой (РИСУНОК 2).



Рисунок 2 – Использование технологий «wearable technology»

Обсуждение

Данные исследования подчеркивают необходимость комплексного подхода к физическому воспитанию студентов. Это означает, что образовательные программы должны учитывать разнообразие потребностей и интересов студентов, адаптируя методы обучения к их индивидуальным особенностям. Недостаток физической активности среди молодежи часто является следствием непод-

ходящего подхода к организации учебного процесса, что, в свою очередь, может снижать интерес к занятиям физической культурой [5].

1. Подходы к организации образовательного процесса

Для решения данной проблемы необходимо внедрять такие методы, как:

Проектная деятельность:

- позволяет студентам применять теоретические знания на практике;
- стимулирует творческий подход и работу в команде.

2. Совместное обучение:

Способствует обмену опытом и усилению социальной интеграции студентов.

3. Научно-методическое обеспечение:

Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов должно включать в себя несколько ключевых компонентов:

3.1 Цели и задачи физического воспитания:

- определение долгосрочных и краткосрочных целей с учетом особенностей студентов;
- создание системы оценки достижения этих целей;

Содержание и методика:

- обновление содержания учебных программ с учетом современных достижений науки и практики;
- внедрение инновационных методик и технологий, таких как дистанционные и гибкие формы обучения.

4. Материально-техническое обеспечение:

- обеспечение доступа к современным спортивным сооружениям и инвентарю;
- улучшение инфраструктуры для занятий физической культурой.

5. Информационное обеспечение:

- создание единой информационной системы для сбора, обработки и анализа данных о физическом воспитании и спортивной подготовке студентов;
- использование цифровых платформ для оценки и мониторинга физической активности и здоровья студентов.

6. Повышение квалификации преподавателей

Профессиональное развитие:

- проведение регулярных курсов повышения квалификации;
- обмен опытом между преподавателями через конференции и семинары.

Адаптация к современным требованиям:

- освоение современных технологий и методик преподавания;
- внедрение новых форм взаимодействия со студентами.

Заключение

Анализ научно-методического обеспечения физического воспитания и спортивной подготовки студентов подтверждает необходимость комплексного подхода к организации учебного процесса. Учитывая разнообразие потребностей студентов и современные образовательные тенденции, требуется адапта-

ция методов обучения, включая внедрение проектной деятельности и совместных форм, основанных на критическом мышлении. Это не только повысит вовлеченность студентов в занятия физической культурой, но и сделает их более значимыми и полезными.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Баландин, В. П. Педагогические основы теории физической культуры : учеб. / В. П. Баландин, Ж. В. Тома, А. А. Пашин. – Пенза : ПГУ, 2017. – 160 с.
2. Калинина, И. Ф. Совершенствование управления учебным процессом по физической культуре в вузе / И. Ф. Калинина // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2016. – № 11-2. – С. 111–117.
3. Калинина И. Ф. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении / И. Ф. Калинина, А. А. Смирнов // Социально-гуманитарные технологии. – 2021. – № 2 (18). – С. 78–84.
4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учеб. для высш. спец. физкультурных учеб. заведений / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стер. – СПб. : Лань ; М. : Омега-Л, 2004. – 160 с.
5. Межман, И. Ф. Влияние занятий физической культурой на уровень физической подготовленности студенческой молодежи / И. Ф. Межман. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2014. – № 5 (64). – С. 578-579.