

УДК: 378.663.037:796.035(476.6)

**ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ  
ФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Рахматов Ю. К., Марчук А. Н., Семенчук Н. А.**

УО «Гродненский государственный аграрный университет»  
г. Гродно, Республика Беларусь

Учебный процесс комплексного физического воспитания студенческой молодежи в учреждениях высшего образования (УВО) направлен на воспитание культуры здорового образа жизни, формирование мотивации к физическому совершенствованию, осознание значимости здоровья как собственной ценности.

Учебная дисциплина «Физическая культура», в частности, призвана формировать социально-личностные компетенции студентов, обеспечивающих воспитание физической культуры личности и подготовки их к предстоящей профессиональной деятельности.

В любом учреждении высшего образования Республики Беларусь каждый семестр студенты дневной формы обучения обязаны сдавать зачет на кафедре физического воспитания и спорта по дисциплине «Физическая культура» на протяжении всего периода обучения (кроме выпускного курса).

Типовая учебная программа по «Физической культуре» для получения зачета предъявляет к студентам выполнение требований, основанных на общей оценке успеваемости, содержащей в своей структуре организационный, общеобразовательный, методический и практический критерии [3]. При этом основополагающим фактором практического критерия успеваемости является положительная динамика выполнения контрольных нормативов физической подготовленности студентами в процессе обучения.

В условиях «Гродненского государственного аграрного университета» студенты 1-3 курсов, согласно требованиям базовой учебной программы (рабочий вариант), в начале и в конце каждого учебного года сдают нормативы по шести показателям, характеризующим их общий уровень физической подготовленности. Порядок и пограничные показатели сдачи нормативов вывешены в общедоступном для студентов месте.

Студенты 4-го курса, хотя и проходят обучение в университете по физической культуре, контрольные нормативы не сдают.

С целью определения эффективности учебного процесса по физическому воспитанию штатными преподавателями кафедры физического воспитания и спорта ГГАУ еще в 2001 г. были разработаны и внедрены в практику новые спортивно-педагогические технологии, повышающие значимость различных форм педагогического контроля.

Результаты многолетнего обследования показателей уровня физической подготовленности от 945 до 1000 студентов обоих полов фиксировались в специальных протоколах. Все полученные в ходе исследований данные подвергались математической обработке и анализировались.

Ретроспективный анализ литературных источников свидетельствует о том, что преподавателями кафедры физического воспитания и спорта

ГГАУ в различное время в печати освещались вопросы, связанные с неудовлетворительными показателями физической подготовленности студенческой молодежи. При этом была установлена низкая мотивация студентов к систематическим занятиям физическими упражнениями даже в рамках обязательных учебных занятий по физической культуре, а также непосредственно при сдаче самих контрольных нормативов.

Это объясняется тем, что студенты практически всех факультетов ГГАУ, не справляющихся с контрольными нормативами, тем не менее все же допускаются к зачету по факту посещения занятий и продолжают обучение в вузе.

Напомним, что общее количество студентов 1-4 курсов, посещающих занятия по физическому воспитанию в различных отделениях, насчитывает около 2300 человек. Проблемным социальным фактором, не только для вуза, но и для всего общества, является тот факт, что ежегодно до 600 студентов ГГАУ по состоянию здоровья относят к специальному медицинскому отделению и более 300 – к подготовительному. Эти студенты вообще не сдают никаких нормативов, а получают зачет по факту посещения занятий.

Следует отметить полное отсутствие у студентов первого курса элементарных теоретических знаний базового уровня, они не владеют сведениями даже в определении основных понятий в сфере физической культуры.

На сегодняшний день все также остается актуальной проблема исследования ценностного аспекта физической культуры, в частности, изучение мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности студенческой молодежи ГГАУ в учебе и в их повседневной жизни.

В научно-методической литературе мотивация понимается как источник активности поведения и деятельности, за которыми стоят потребности личности во всем их многообразии. Если студент не имеет определенных целей в физкультурно-оздоровительной деятельности, то он не будет проявлять к ней интереса.

Обозначенные обстоятельства являются весьма актуальными и требуют скорейшего конструктивного их разрешения.

Актуальность настоящего исследования подтверждается и тем, что в доступных литературных источниках очень мало сведений, посвященных именно этой проблеме.

Объектом исследования являлись студенты ГГАУ, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе.

Предметом же исследования – показатели физического развития, физической и функциональной подготовленности студентов 1-3 курсов ГГАУ.

В качестве рабочей гипотезы исследования принималось предположение о том, что построение учебного процесса физического воспитания, насыщенной средствами двигательной активности, с учетом предпочтений студентов, позволит несколько повысить мотивацию к учебным занятиям и на этой основе улучшить показатели их физической подготовленности.

Научная новизна исследования состоит в том, что впервые (в 2011 г.) на базе ГГАУ проведен мониторинг среди студентов 1-4 курсов по выявлению отношений и предпочтений к различным средствам физической культуры (выборка сплошная). Кроме того, к экспериментальным инновациям местного характера следует отнести учебный материал по прохождению дисциплины «Физическая культура», основанный на активном внедрении подвижных игр с элементами отдельных видов спорта без нарушения структуры учебной программы и с учетом интересов большинства студентов.

Целью исследования являлась разработка эффективного содержания занятий по физической культуре с преимущественным использованием средств, наиболее предпочитаемых студентами нефизкультурных вузов.

Задачи исследования:

1. Организовать и провести мониторинг по выявлению предпочтений и интересов к различным средствам двигательной активности среди студентов 1-4 курсов ГГАУ.

2. Разработать и апробировать на практике экспериментальное содержание занятий по физической культуре с учетом проведенного мониторинга отношений студентов.

3. Изучить уровень и динамику показателей физического состояния студентов ГГАУ.

Основные результаты проведенного исследования, касающиеся ценностного аспекта студенческой молодежи, были доложены на V международной научно-методической конференции, состоявшейся 24-25 мая 2012 г. в ГГАУ [1], а также на II Международной научно-методической конференции, состоявшейся 22-23 ноября 2013 г. в Бресте [2].

Представленные результаты выполнены в рамках госбюджетной темы кафедры физического воспитания и спорта УО «ГГАУ» «Разработка научных основ и методов комплексного повышения эффективности учебного процесса по физическому воспитанию студентов».

Полученные в ходе исследования данные могут быть использованы в учебном процессе любого учреждения образования нефизкультурного профиля, колледжах, гимназиях, лицеях и средних общеобразовательных школах при наличии необходимой материально-спортивной базы.

Педагогический эксперимент проводился в период с 15.02.2012 по 15.06.2014 г. (на протяжении полных трех семестров) на учебной базе ГГАУ.

В ГГАУ студенты обучаются на семи факультетах различных профилей. Однако под наблюдением оказались студентки 1-го курса агрономического факультета (ЭГ). Всего к эксперименту было привлечено 36 девушек 1 курса. В качестве фоновой контрольной группы (КГ) были определены девушки-студентки 1-го курса инженерно-технологического факультета (n=42).

Главным экспериментальным фактором явилось содержание занятий по дисциплине «Физическая культура», основанное на результатах мониторинга мотивов и интересов студентов 1-4 курсов ГГАУ. В данном случае в учебный материал были внедрены средства, наиболее предпочитаемые студентами с целью активизации их творческой деятельности на занятиях. Всего на данном этапе проведено 34 занятия (68 часов), т.е. весь второй семестр и по 72 часа в третьем и четвертом семестрах. Итого 212 часов (см. табл. 1).

Данное научно-педагогическое исследование началось 01.09. 2011 г. и продолжалось до 30.06.2014 г. Поскольку изучение поставленной проблемы включало решение ряда задач, имеющих свои специфические особенности, исследование строилось в несколько последовательных этапов.

На первом этапе исследования (01.09.11г. – 01.10.11г.) изучалось многолетнее исследование уровня и динамики показателей физической подготовленности студентов ГГАУ, зафиксированных в кафедральной базе данных. Несмотря на сравнительно гуманную шкалу оценок, преподавателями кафедры неоднократно отмечалось, что большая часть студентов не подлежит аттестации ввиду того, что они не в состоянии справиться с предлагаемыми контрольными нормативами (или с отдельными видами испытаний) даже на низкую оценку. В начале каждого учебного года, как правило, таких студентов оказывалось более 60% девушек и до 50% юношей, причем независимо от года обучения.

К тому же спецификой обучения в ГГАУ является тот факт, что студенты стационара всех факультетов и всех курсов периодически подключаются к производственной практике или к традиционным сельскохозяйственным работам с отрывом от обучения.

Данный фактор несколько сбивает сроки предусмотренного кафедрой ежегодного комплексного тестирования показателей физического состояния организма студентов 1-3 курсов ГГАУ.

В результате была выявлена актуальность избранной проблемы, построена рабочая гипотеза и цель исследования.

Второй этап исследования охватывает период с 20.09.11 по 31.10.11 г.

На этом этапе был проведен мониторинг отношений и предпочтений студентов 1-4 курсов ГГАУ к различным средствам физической культуры (n=812) и его результаты были опубликованы ранее [1, 2].

Третий этап (с 10.01.12 по 07.02.12 г.) осуществлялся на основе анализа первых двух. Данный период включал в себя анализ полученных данных анкетного опроса и составление на этой основе конспектов занятий по дисциплине «Физическая культура» с учетом интересов и предпочтений большинства опрошенных студентов 1-4 курсов, не нарушая при этом структуру учебной программы (см. табл. 1).

Таблица 1 – Распределение учебного материала во втором, третьем и четвертом семестрах студентов УО «ГГАУ»

№	Название раздела	Количество часов в II+III+IV семестрах
1.	Теоретический	0+6+0
2.	Плавание	Вариативный компонент 4 +4 +4
3.	Легкая атлетика	16 +18 + 20
4.	Лыжный спорт	Вариативный компонент 6 + 6 + 4
5.	Спортивные игры	
5.1	Футбол	8 +8+10
5.2	Баскетбол	10+8+10
5.3	Волейбол	20+18+18
6.	ППФП	4+4+6
7.	<b>Итого</b>	<b>68 +72+72 = 212</b>

Самый продолжительный четвертый этап исследования длился в период с 15.02.2012 по 30.06.2014 г. Его особенностью являлось применение средств физического воспитания, наиболее предпочитаемых студентами непосредственно на занятиях, и ранее не так часто применявшихся в учебном процессе и не в таком упорядоченном распределении.

Собственно это и являлось основным экспериментальным фактором в данном исследовании.

Данную учебную программу проходили девушки-студентки агрономического факультета (ЭГ=36) со второго по четвертый семестр. Параллельно с ними обучение проходили и студентки (ИТФ) инженерно-технологического факультета (КГ=42), но без внедрения в нее тех средств, которые предпочли студенты в анкетном опросе, т.е. прохождение учебного материала ими осуществлялась по традиционно сложившейся в ГГАУ системе и методике.

Согласно экспериментальной программе из 90 минут, отведенных на одно занятие, до 25-30 минут отводилось подвижным играм применительно к данному разделу прохождения материала, а также элементам спортивных игр и эстафет. Всего в АГРО и в ИТФ во втором семестре было проведено по 34 занятия (68 часов).

В конце семестра было проведено повторное (традиционное для всех студентов университета) обследование показателей физического состояния студентов.

В последующих третьем и четвертом семестрах в опытных группах исследование было продолжено по сложившемуся алгоритму прохождения учебного материала второго семестра.

Полученные в ходе педагогического эксперимента результаты с целью объективного обоснования достоверности количественных и качественных характеристик, раскрывающие особенности изменения показателей физического состояния студенток за период педагогических наблюдений, были подвергнуты статистической обработке на персональной ЭВМ. Их данные приведены в таблицах 2 и 3.

Как и предполагалось, в антропометрических показателях опытных групп за период наблюдения никаких статистически значимых различий в показанных результатах (для связанных и не связанных выборок) как до, так и после эксперимента не выявлено ( $P > 0,05$ ). Этот факт в определенной степени согласуется с имеющимися литературными данными о природном формировании организма девушек данного возраста. Исключение составили показатели динамометрии правой руки, где было выявлено достоверное увеличение результатов после завершения эксперимента у девушек агрономического факультета ( $t = 2,13$  при  $P < 0,05$ ).

Гораздо больший интерес представляет анализ уровня и динамики показателей физической подготовленности студенток опытных групп за этот период наблюдения.

Как видно из таблицы 3, к началу исследования были привлечены статистически однородные группы, то есть ни в одном случае сравнения исходного уровня используемых показателей в опытных группах достоверных различий не выявлено ( $P > 0,05$ ). К сожалению, не появились они и в конце эксперимента в 2014 г.

Полученные результаты исследования позволяют предположить, что внедрение в учебный процесс по физическому воспитанию экспериментальной программы на протяжении трех рабочих семестров не оказало ожидаемого воздействия на количественные и качественные характеристики исследуемых показателей.

Таблица 2 – Уровень и динамика показателей физического развития студенток опытных групп.

№	Статистические данные ( $M \pm m$ )			
	Год	2011	2014	2011-2014
				2011-2014

	Факультет	АГРО			ИТФ			АГРО			ИТФ		
		АГРО	t	P	АГРО	t	P	АГРО	t	P	ИТФ	t	P
1	Рост (см)	164,3±1,47	0,06	>0,05	164,8±2,1	0,92	>0,05	164,3±1,47	0,01	>0,05	165,4±1,68	0,41	>0,05
		165,4±1,68			166,07±1,8			164,8±2,1			166,07±1,8		
2	Вес (кг)	58,4±1,68	0,1	>0,05	60,1±1,4	0,71	>0,05	58,4±1,68	1,04	>0,05	59,6±1,77	0,41	>0,05
		59,6±1,77			61,5±2,8			60,1±1,4			61,5±2,8		
3.1	Динамометрия правой руки (кг)	21,2±1,04	0,22	>0,05	25,1±2,1	0,00	>0,05	21,2±1,04	2,13	<0,05	23,1±2,14	1,12	>0,05
		23,1±2,14			25,11±2,8			25,1±2,1			25,11±2,8		
3.2	Динамометрия левой руки (кг)	20,9±1,1	0,31	>0,05	21,3±1,4	0,02	>0,05	20,9±1,1	0,93	>0,05	20,6±0,8	0,91	>0,05
		20,6±0,8			21,82±1,6			21,3±1,4			21,82±1,6		
4	Окружность грудной клетки в спокойном состоянии (см)	82,0±1,1	0,29	>0,05	82,6±0,8	0,42	>0,05	82,0±1,1	0,02	>0,05	80,2±2,0	0,89	>0,05
		80,2±2,0			81,9±1,8			82,6±0,8			81,9±1,8		

Однако дальнейший анализ статистических данных показывает некоторые различия во внутригрупповых сдвигах исследуемых показателей. Так, в контрольной группе девушек ИТФ хоть и присутствует значительная положительная динамика за три семестра наблюдения в показателях общей физической подготовленности, статистически достоверного прироста ни в одном из показателей не выявлено ( $P > 0,05$ ).

Наряду с этим, как показано в таблице, для связанной выборки студентов АГРО (2011-2014 гг.) практически во всех случаях сравнения установлена статистически достоверная динамика изучаемых показателей ( $P < 0,05$ ).

Наиболее весомый коэффициент достоверности выявлен в тесте «прыжок в длину с места», характеризующий развитие скоростно-силовых способностей человека ( $t = 2,68$ ).



Таблица 3 – Уровень и динамика показателей общей физической подготовленности студенток ( $M \pm m$ ) за период наблюдения с сентября 2011 г. по июнь 2014 г.

№	Статистические данные ( $M \pm m$ )												
	Год	2011			2014			2011-2014			2011-2014		
		Факультет	АГРО ИТФ	t	P	АГРО ИТФ	t	P	АГРО	t	P	ИТФ ИТФ	t
1	Прыжок в длину с места (см.)	164,1 ± 3,6	1,4 4	>0, 05	172,7± 1,4	1, 82	>0,0 5	164,1 ± 3,6	2,68	<0,0 5	168,8 ± 5,2	0,86	>0,0 5
		170,1± 1,2			170,1± 1,2			172,7± 1,4			170,1± 1,2		
2	Поднима-ние и опускание туловища из и.п. лежа на спине за 1 минуту (к-во раз)	42,1±2 .62	0,0 6	>0, 05	52,2±3 .02	1, 76	>0,0 5±	42,1±2 .62	1,95	<>0, 05	43,4±3 .1	1,64	>0,0 5
		43,4±3 .1			50,1±4 .8			52,2±3 .02			50,1±4 .8		
3	Бег 30 метров (с.)	5,6±0, 08	0,0 0	>0, 05	5,1±0, 1	2, 04	<0,0 5	5,6±0, 08	2,3	<0,0 5	5,65±0 .1	0,98	>0,0 5
		5,65±0 .1			5,5±0, 18			5,1±0, 18			5,5±0, 18		
4	Челноч-ный бег 4/9 (с.)	10,5±0 .14	0,0 3	>0, 05	10,14± 0,1	1, 12	>0,0 5	10,5±0 .14	2,25	<0,0 5	10,6±0 .28	1,68	>0,0 5
		10,6±0 .28			10,4±0 .18			10,14± 0,1			10,4±0 .18		
5	Бег на 1100м (мин.)	6,0±0, 14	0,0 8	>0, 05	5,36±0 .06	1, 76	>0,0 5	6,0±0, 14	2,24	<0,0 5	6,17±0 .4	1,46	>0,0 5
		6,17±0 .4			6,1±0, 12			5,36±0 .06			6,1±0, 12		
6	Наклон вперед (см)	8,5±1, 2	0,9 4	>0, 05	9,2±0, 8	1, 58	>0,0 5	8,5±1, 2	0,71	>0,0 5	7,8±2, 3	0,8	>0,0 5
		7,8±2, 3			8,4±2, 5			9,2±0, 8			8,4±2, 5		

Исключение составили показатели гибкости позвоночного столба ( $P > 0,05$ ) и силовая выносливость брюшного пресса девушек, где установлена «пограничная» достоверность прироста результата ( $t = 1,95$ ).

Таким образом, проведенное педагогическое исследование хоть и не подтвердило рабочую гипотезу эксперимента, продолжавшегося на протяжении трех учебных семестров (с перерывами на летний и зимний каникулярный периоды), но все же косвенно доказывает правильность из-

бранного направления. К тому же в данной публикации не показан эмоциональный фон прохождения сформированного учебного материала.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Рахматов, Ю. К. К вопросу об оптимизации процесса физического воспитания студенческой молодежи в вузе в современных условиях Республики Беларусь // Марчук А. Н., Белый К. И., Семенчук Н. А. / Теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодежи : материалы II Междунар. науч.-метод. конф. (Брест, 22-23 ноября 2012 года) / Брест, гос. ун-т им. А. С. Пушкина, кафедра легкой атлетики, плавания и лыжного спорта, кафедра теории и методики физического воспитания; по общ. ред. А. С. Голенко. – Брест : 2012. – С. 166-171.
2. Рахматов, Ю. К. Пути совершенствования учебного процесса по физическому воспитанию в вузе на основе мониторинга отношений и мотиваций студентов // Марчук А. Н., Семенчук Н. А. / Перспективы развития высшей школы: материалы V Международной научно-метод. конф./редкол.: В. К. Пестис [и др.] – Гродно: ГГАУ, 2012. – С. 136-140.
3. Физическая культура: типовая учебная программа для высших учебных заведений / под ред. В. А. Коледы. – Минск: РИВШ, 2008. – 60 с.