

и актуальной профессиональной активностью, требованиями к выпускнику вуза – мобильному, современному, с широким кругозором специалисту. Критические высказывания студентов станут основой для формулирования корректирующих мероприятий по повышению качества преподавания электива.

С.Н.Куликов, А.Ф.Скомарохин

ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТАМ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Являясь компонентом общей культуры, психофизического становления и профессиональной подготовки студента в течение всего периода обучения, дисциплина «Физическая культура» входит в число обязательных дисциплин раздела Б.4. В соответствии с требованиями ФГОС ВПО по направлению подготовки 040400.62 Социальная работа, утвержденными приказом Министерства образования и науки РФ от 08.12.2009 г. № 709, на кафедре социальной работы Уральской государственной медицинской академии (УГМА) разработана рабочая программа по физической культуре для студентов заочной формы обучения. Целью преподавания курса является развитие личности, воспитание сознательного и творческого отношения к физической культуре как к необходимой общеоздоровительной составляющей жизни. В программе определены компетенции использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Безусловно, для заочной формы обучения преподавание физической культуры должно иметь свои особенности, связанные с самостоятельной подготовкой студентов в межсессионный период и контролем результатов обучения во время проведения сессий. Учитывая специфику подготовки, студенты при изучении курса физической культуры ограничиваются лекционными занятиями, выполняют контрольные работы и отчеты в каждом семестре с использованием электронного информационно-образовательного ресурса дисциплины на сайте дистанционного обучения УГМА, после чего допускаются к промежуточной аттестации (зачету).

В задачи изучения физической культуры входит: понимание ее социальной роли в развитии личности и при подготовке к профессиональной деятельности; знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; получение мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, с установкой на здоровый стиль жизни; физическое самосовершенствование и самовоспитание потребности в регулярных физических упражнениях.

Следуя установкам преподавателя, студенты овладевают системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности. Они также учатся объяснять значение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности; приобретают опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Очевидно, что поставленные задачи изучения дисциплины имеют не только прикладное, но и базовое, жизнеутверждающее значение. Именно поэтому во время каждой сессии в течение всего периода обучения в расписание включены учебные часы по физической культуре. Для более полного освоения учебного материала определены межпредметные связи дисциплины в структуре ООП (основной образовательной программы) с такими дисциплинами, как: «Адаптивная физическая культура», «Основы здорового образа жизни», «Безопасность жизнедеятельности», «Введение в профессию».

В ходе изучения учебной дисциплины у студентов формируются общекультурные (ОК) и профессиональные (ПК) компетенции, а именно: умение критически оценивать свои достоинства и недостатки, намечать пути и выбирать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОК-7); владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, быть готовым к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-16); быть способным к созданию социально и психологически благоприятной среды в социальных организациях и службах (ПК-5); быть готовым к предупреждению и профилактике личной профессиональной деформации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания» (ПК-8).

Формирование компетенций происходит на основе получаемых знаний, понимания и умения. По итогам изучения дисциплины студенты должны иметь представление о физической культуре как части общечеловеческой культуры и ее роли в развитии человека и подготовке специалиста, об анатомо-морфологических особенностях и основных физиологических функциях организма человека, общей и специальной физической подготовке. Студенты должны знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастно-половые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков. Наконец, студенты должны уметь использовать средства и методы физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни; владеть средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

В соответствии с рабочей программой, рассчитанной на 400 час. (из них 12 час. лекционных), в дисциплине представлены 3 дидактические единицы (ДЕ).

В первом, методико-практическом, разделе (ДЕ 1) даны научные основы физического воспитания и здорового образа жизни, основы методики занятий физическими упражнениями, средства и методы восстановления физической работоспособности. Предусматривается обучение и овладение знаниями и умениями по управлению физическим состоянием организма. Этот раздел носит профессионально-прикладной характер и реализуется в форме методических заданий и объяснений учебного материала. Содержание раздела включает в себя специальную информацию о медико-профилактических и общегигиенических аспектах использования средств физической культуры в программах первичной и вторичной профилактики заболеваний, лечения и реабилитации, а также о двигательном режиме как об основе здорового образа жизни.

Во втором, учебно-тренировочном, разделе (ДЕ 2) студенты изучают методику организации и проведения занятий по физической культуре, упражнения на развитие выносливости, ловкости, гибкости, быстроты, силы, равновесия и координации движений. Учебно-

тренировочный раздел содержит материал из различных средств физической подготовки и некоторых видов спорта. Изучение материала направлено на улучшение функциональных показателей с учетом моторной плотности упражнений, развитие и совершенствование физических качеств, овладение жизненно-важными двигательными и профессионально-прикладными навыками и умениями, получение знаний и навыков по составлению комплексов упражнений гигиенической, корригирующей и производственной гимнастики, овладение методами контроля над физическим состоянием организма в процессе практических занятий.

В третьем, контрольно-аттестационном, разделе рассмотрены вопросы врачебного контроля и самоконтроля в процессе физического воспитания. Наряду с навыками соматометрии, студенты производят функциональные пробы с физической нагрузкой. Для самоконтроля внедрено ведение дневников физического самосовершенствования, при этом каждому студенту определено индивидуальное задание на семестр и учебный год. Обязательным условием является ежегодное повышение показателей физической подготовленности.

Текущий контроль в виде письменных контрольных работ, устных опросов и бесед, тестирований, подготовки рефератов, докладов и презентаций позволяет оценить степень освоения ряда тем и видов учебной работы. Итоговый контроль дает возможность выявить уровень состояния физической подготовленности студента через проверку методических и практических умений, характеристику общей и специальной физической подготовленности и психофизической готовности к профессиональной деятельности.

Каждый год среди тем дипломных работ выпускников встречаются темы, близкие физической культуре, например социальная работа с паралимпийцами (Козлов И.С.), социальная практика физкультурно-спортивной направленности (Коренкин Д.В.); в ряде дипломных работ встречаются разделы, посвященные физкультурно-оздоровительной работе и реабилитации в учреждениях здравоохранения, образования и социального обслуживания. Мы активно приглашаем студентов для участия или посещения спортивных мероприятий, учитывая их индивидуальные интересы в области физической культуры и спорта.

Тем самым, в отличие от очной формы обучения реализация дисциплины «Физическая культура» имеет для заочной формы обучения специфические особенности преподавания.