

THE LITERATURE

1. Akchurin B.G. Sports activity as a form of vosprizvodstva spiritual and social health. / B.G. Akchurin // Theory and Practice of Physical Culture, 2009. № 12. – С. 13–16.
2. Bulich E.G. Physical education in special medical groups: the manual / EG Bulich. – М.: Higher School, 1986. 255 p.
3. Liakhovich A.V. Hygiene education system and the formation of health of students /A.V. Liakhovich // Disease Prevention and Health Promotion. 2000. №1 With 30-34.
4. Marchuk S.A. The model of information support system of psychophysical readiness of students to professional work. Modern problems of science and education. – 2015. – № 1; URL: <http://www.science-education.ru/121-19201> (reference date: 20.05.2015).
5. Rajewski R.T. professional-applied physical preparation of students of technical colleges / R.T. Rajewski. М.: Higher School, 1985. 123 p.

ZDOROVESBEREZHENIYA AS A FACTOR OF TRAINING COMPETITIVE SPECIALISTS

Korytko Natalia Alexandrovna,
a fourth-year student,
Svetlana Marchuk Azatovna,
Ph.D., Associate Professor,
Ural State University of Railway Transport,
Yekaterinburg city

УДК 796.011

ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Неверов Андрей Михайлович,
студент второго курса,
Марчук Светлана Азатовна,
кандидат педагогических наук, доцент,
Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург

Аннотация: В статье рассматриваются способы организации физического воспитания, позволяющего повысить эффективность процесса самостоятельной работы студентов.

Abstract: The article discusses ways of organizing physical education, improves the efficiency of the process of students' independent work.

Ключевые слова: физическое воспитание, самостоятельность, самостоятельная работа студентов, компьютерные технологии.

Index terms: physical education, independence, independent work of students, computer technology.

Проблема активизации самостоятельной работы студентов остается одной из актуальных проблем профессионального образования. С введением в образовательный процесс вуза нового Государственного образовательного стандарта

становится актуальной задача воспитания активной творческой личности, обладающей стремлением к самосовершенствованию и самореализации [2].

Не последнюю роль в организации самостоятельной работы студентов в современном вузе играет физическая культура. В связи, с чем актуальность работы связана с пониманием возможностей физической культуры в воспитании навыков самостоятельной работы у студентов вуза.

Цель исследования – выявить возможности физической культуры в воспитании навыков самостоятельной работы у студентов с использованием компьютерной системы Blackboard.

По мнению И.М. Туревского самостоятельная работа студента, с одной стороны, представляет собой объект деятельности студента (учебное задание), предлагаемый учебным планом (преподавателем), с другой – определенный способ действий.

В.И. Орлов, полагает, что самостоятельная работа может осуществляться как на уроке, так вне его, например, в виде домашнего задания.

Исследования разных авторов доказывают, что в процессе самостоятельных занятий воспитываются профессионально важные качества, способствующие быстрому приспособлению к требованиям профессии.

Анализ психолого-педагогической литературы показывает, что стремление человека к активной самостоятельности является одной из фундаментальных потребностей личности. Самостоятельная работа студентов в процессе физического воспитания является предметом нашего исследования.

Целью физического воспитания в вузе является формирование общекультурных компетенций, которые определены федеральным государственным образовательным стандартом для инженерных специальностей, как самостоятельное и методически правильное использование методов физического воспитания для укрепления здоровья, а также готовности к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности [1].

В результате освоения дисциплины студент должен.

Знать: основы физической культуры и здорового образа жизни; социальное значение физической культуры и спорта; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику вредных привычек и профессиональных заболеваний; роль и значение физической культуры в системе научной организации труда; влияние условий и характера на выбор форм, методов и средств производственной физической культуры.

Уметь: составлять комплексы упражнений оздоровительной и профессионально-прикладной направленности; формировать посредством физической культуры понимание необходимости соблюдения здорового образа жизни, направленного на укрепление здоровья; интегрировать полученные знания в формирование профессионально значимых умений и навыков; осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды.

Владеть: современными физкультурно-оздоровительными технологиями формирования здорового образа жизни, средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности; методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени.

Наибольший интерес в достижении поставленной цели, направленной на подготовку будущего специалиста способного к физическому самосовершенствованию и самореализации представляет самостоятельная работа студента.

Самостоятельная работа в процессе физкультурной деятельности – это форма обучения, при которой студент проявляет активность в организации своей деятельности в соответствии с поставленной задачей, способен самостоятельно усваивать необходимые знания, овладевать умениями и навыками в области физической культуры.

Для успешного формирования навыков самостоятельной работы в процессе физического воспитания используются разнообразные формы организации занятий:

- лекции, семинары, круглые столы, конференции и др.;
- балльно-рейтинговая технология;
- научно-исследовательская деятельность;
- рекреационные мероприятия в режиме дня;
- занятия в спортивных клубах, секциях, группах по интересам;
- массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия;
- электронные средства информации.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Самостоятельная работа на занятиях физкультуры выступает и как форма организации занятия, и как способ деятельности учащихся по решению определенных задач. Цель самостоятельной работы заключается в формировании самостоятельности.

Внедрение компьютерной системы Blackboard в образовательную среду университета позволило успешнее решать вопросы организации самостоятельной работы в процессе физического воспитания.

Самостоятельная работа предусматривает обеспечение студентов дидактическим материалом по изучению дисциплины в виде рабочих программ, учебных пособий, методических рекомендаций, контрольных заданий, консультаций и др.

Использование электронных средств позволяет студентам выполнять работу с различными источниками знаний – учебником, наглядными пособиями, конспектами лекций, презентациями, видео и аудио материалами, учебными заданиями, обучающими программами и др., в неаудиторное время с использованием персонального компьютера самостоятельно изучать учебный материал.

В процессе освоения навыков проведения самостоятельных занятий, большое значение имеют методико-практические занятия, на которых студенты выполняют самостоятельно комплексы учебных заданий под контролем преподавателя. Цель занятий – приобретение навыков и опыта творческой деятельности, овладение современными физкультурно-оздоровительными методами. Студенты усваивают методики по диагностике и самодиагностике, контролю и самоконтролю за состоянием здоровья, оздоровительные практики и т.д. Используя программы по диагностике, студенты самостоятельно определяют уровень своего физического, функционального и психического состояния.

С помощью электронных презентаций и видеороликов студенты могут ознакомиться с техникой выполнения упражнений и методикой обучения двигательным действиям (например: бросок баскетбольного мяча, низкий старт в легкой атлетике, выполнение двухшажного хода в лыжной подготовке и т.д.), наглядные материалы позволяют самостоятельно разработать комплекс упражнений для развития отстающих физических качеств.

Обучение не может быть полноценным без регулярной и объективной информации о том, как усваивается студентами материал, как они применяют полученные знания для решения практических задач. Для проверки знаний используются самые разнообразные задания и тесты.

Самостоятельная работа с учебным и наглядным материалом по физической культуре проявляется в ответах студентов после изучения учебного материала, прослушивания аудиозаписей и просмотра видеороликов на вопросы преподавателя или контроле знаний с выборочными вариантами ответов при компьютерном тестировании.

Контрольно-обучающие задания направлены на самостоятельную творческую деятельность студента с учетом поставленных задач, позволяют оценить теоретические и практические знания и умения, определить уровень усвоения пройденного материала, внести своевременные корректировки в планирование учебного процесса.

Заключение. Применение современных технологий в процессе физического воспитания показало, что работа с электронными ресурсами направлена на проявление у студентов самостоятельности.

Информационные технологии могут успешно использоваться в образовательном процессе для освоения студентами учебного материала, а также активно в процессе самообучения и самообразования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Марчук с.А. Журнал «Инновационный транспорт». Научно-публицистическое издание. № 4 (14) Екатеринбург: ФГБОУ ВПО УрГУПС, 2014, С 56–60.

2. Симонова И.М. Воспитание самостоятельности студентов в процессе занятий физической культурой с использованием информационных технологий // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 1.; URL: <https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=26041> (дата обращения: 19.01.2017).

THE LITERATURE

1. Marchuk S.A. Magazine "Innovation transport". Scientific and journalistic publication. Number 4 (14) Yekaterinburg: VPO USURT, 2014 With 56-60.

2. Simonova I.M. Parenting independence of students in the process of physical training with the use of information technology // Modern problems of science and education. – 2017. – № 1; URL: <https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=26041> (reference date: 19.01.2017).

ORGANIZATION OF INDEPENDENT WORK OF STUDENTS IN THE PROCESS PHYSICAL TRAINING

Andrei Mikhailovich Neverov,

second-year student,

Svetlana Marchuk Azatovna,

Ph.D., Associate Professor,

Ural State University of Railway Transport,

Yekaterinburg city

УДК 372.879

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ

Большаков Александр Сергеевич,

магистрант ф-та ФК и С,

Брадик Галия Мирославовна,

*кандидат педагогических наук, доцент, Приднестровский
государственный университет им. Т.Г. Шевченко*

г. Тирасполь

Аннотация. Статья содержит материалы по проблеме развития учащихся средствами физического воспитания.

Ключевые слова: развитие, физическое воспитание, учащиеся, урок, внеклассная работа .

Abstract. The article contains materials on issue of development students facilities of physical education.

Index terms: development physical education, students, lesson, extracurricular work.

Физическое воспитание обладает огромным потенциалом, так как оказывает влияние на соматический и психический компонент здоровья школьников, подготовку к жизни, самореализацию.

Работа по физическому воспитанию в системе образования характеризуется многообразием форм, способствующих формированию трудолюбия, дисциплинированности, всестороннему развитию, организованности, активной жизненной позиции. Физкультурные мероприятия проводятся в учебном процессе в урочное и вне урочного времени. Внеклассная работа осуществляется на спортивно-массовых мероприятиях организаций образования.

К таким мероприятиям относятся спортивные праздники, организация школьных спартакиад, соревнований, вечеров, «дней здоровья» и т.д. Укреплению соматического компонента здоровья молодежи в организациях образования