

## Литература

1. Уманский К.Г. Неврология для всех. – М.: Знание, 1985
2. Богорад И.В. Труд, возраст, здоровье. – М.: Знание, 1985
3. Котов В.И. Рейтинг по-барнаульски. Легкая атлетика, № 3, 1992
4. Чугуев В.И. Возрастные коэффициенты, позволяющие сравнивать пожилых с молодыми. ФиС, № 1, 1989.

УДК 796.015; 378.02

### **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ФОРМИРОВАНИИ ОБЩЕКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ**

*Бурбыгина Валерия Валерьевна*

*кандидат педагогических наук, доцент,*

*Комсомольский-на-Амуре Государственный Технический университет*

*г. Комсомольск-на-Амуре*

*Аннотация.* Статья содержит теоретические материалы по проблеме формирования общекультурных компетенций студентов с ослабленным здоровьем, анализ уровня двигательной активности и физкультурной грамотности студентов с ослабленным здоровьем; указаны организационные мероприятия для формирования общекультурных компетенций.

*Ключевые слова:* общекультурные компетенции, студенты с ослабленным здоровьем, анализ уровня двигательной активности, физическая культура, организационные мероприятия.

*Abstract.* The article contains a theoretical materials on the issue of formation of common cultural competencies of students with poor health, analysis of the level of motor activity and athletic literacy of students with poor health, are arrangements for the formation of common cultural competencies.

*Index terms:* general cultural competence, students with poor health, analysis of the level of motor activity, culture and organizational measures.

Физическая культура в формировании общекультурных компетенций у студентов в процессе обучения в вузе предполагает активное вовлечение их в

физкультурную деятельность с целью развития готовности к соблюдению основ здорового образа жизни, повышению адаптационных резервов организма, личностного и профессионального саморазвития. Содержательный компонент учебного процесса в области физической культуры должен охватывать, с одной стороны, все то, что необходимо для физического развития личности, с другой – для формирования его общекультурных компетенций.

Поэтому целью данного исследования является выяснение путей привлечения студента к позиции активного исследователя себя и к определению им путей самореализации личного потенциала, а также стимулирования его личной работы на постепенный рост и самосовершенствование.

В данном исследовании мы ставили следующие задачи: проанализировать уровень двигательной активности студентов с ослабленным здоровьем; проанализировать уровень физкультурной грамотности студентов, выявить организационные мероприятия для формирования общекультурных компетенций дисциплины «Физическая культура».

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных, методических, информационных источников и документальных материалов по изучаемой проблеме; педагогические наблюдения; опрос (анкетирование, интервьюирование, беседы).

В результате мы выяснили, что общекультурные компетенции имеют двойственную природу:

– они не являются профессионально обусловленными, ими должны обладать все специалисты независимо от сферы их деятельности.

– они образуют базу для профессиональных компетенций и позволяют им более полно реализовываться.

Обязательный минимум содержания образовательной программы учебной дисциплины «Физическая культура» включает формирование у выпускников вуза ряда общекультурных компетенций (ОК) различной направленности.

Именно общекультурная компетентность определяет активную жизнедеятельность студента, его способность ориентироваться в различных сферах социальной и профессиональной жизни, гармонизирует внутренний мир и отношения с социумом. Значимость этого интегративного качества личности повышается и в связи с переходом от традиционной к личностно ориентированной парадигме образования, когда обществу нужны активные, компетентные специалисты, способные самостоятельно принимать решения и готовые взять на себя ответственность за их осуществление, умеющие ставить цели и конструировать пути их достижения.

Мы можем охарактеризовать общекультурные компетенции учебной дисциплины «Физическая культура»:

- как ожидаемые и измеряемые результаты обучения студентов (выпускников);
- это то, что способен делать выпускник (студент) по завершении всей образовательной программы или ее части;
- способности применять знания, умения, навыки и личностные качества для успешной деятельности в различных профессиональных ситуациях.

Однако постоянное увеличение числа студентов, полностью освобожденных от практических занятий по физической культуре, поставило перед кафедрами физического воспитания сложную задачу в организации педагогического процесса и формирования общекультурных компетенций в области физической культуры с таким контингентом обучающихся в вузе.

Обучение студентов освобожденных от практических занятий по физической культуре является системой более высокого порядка сложности в организации учебного процесса, так как характер обучения этих студентов прерывистый.

Поэтому одним из направлений нашего исследования был анализ уровня двигательной активности и физкультурной грамотности студентов, с ослабленным здоровьем. Исследование охватило 240 будущих специалистов 1-3 курсов, обучающихся по техническим специальностям ГОУ ВПО «КНАГТУ».

Исследования, проводимые нами в течение пяти лет (2009-2013г.), показали, что теоретические знания по физической культуре получали в общеобразовательных школах в 2009 году около 1 % школьников, в 2010 году около 10 %, в 2011-2013 году около 25 %. При этом 25 % школьников получали знания по физической культуре не постоянно и 50 % не изучали физическую культуру вообще, а опыт практической физкультурно-оздоровительной деятельности они приобретали самостоятельно или в спортивных секциях. В результате, обучаясь в системе высшей школы, студенты, с ослабленным здоровьем, имеют низкий уровень физкультурной грамотности.

Высшая школа призвана дать необходимые и достаточные знания будущим специалистам с ослабленным здоровьем. Показательным представляется тот факт, что на вопрос: «Считаете ли Вы, что Ваши знания в физкультурно-оздоровительной деятельности после окончания вуза будут востребованы?» ни один из респондентов не ответил отрицательно. 45% абитуриентов с ослабленным здоровьем и 68 % будущих специалистов с ослабленным здоровьем считают, что знания в физкультурно-оздоровительной деятельности им необходимы. Остальные респонденты затрудняются определить сферу применения знаний по ведению физкультурно-оздоровительной деятельности на производстве. Такое различие во мнениях можно объяснить рядом причин.

Во-первых, это возрастные особенности респондентов. Для абитуриентов свойственен максимализм суждений, проявление стремления приобрести профессию, при собственном выборе будущей специальности решению присваивается безусловная правильность и важность. Для будущих специалистов с ослабленным здоровьем старших курсов характерна зрелость мышления, критичность и самокритичность, ответственность за принятые решения.

Во-вторых, это излишне большой, с точки зрения обучающихся, объем знаний, приобретаемых в стенах вуза и невозможность его реального применения на современных предприятиях, где в настоящее время вопросам физкультурно-оздоровительной деятельности уделяется мало внимания.

Очень важным моментом для участия в физкультурно-оздоровительной деятельности мы считаем включение будущего специалиста с ослабленным здоровьем, в конкретные оздоровительные программы, осуществляемые в вузе. Вовлечение будущих специалистов с ослабленным здоровьем в непосредственную практическую деятельность по поддержанию здоровья развивает чувство сопричастности.

Наше исследование показывает, что большинство будущих специалистов с ослабленным здоровьем, юношей и девушек, на вопрос: «Достаточно ли Вам физкультурных знаний, чтобы участвовать в физкультурно-оздоровительной деятельности?» – отвечают «Нет» (67%) или «Необходимы качественно новые знания» (77%).

Установлено, что в среднем двигательная активность будущих специалистов «КНАГТУ» в период учебных занятий (8 мес.) составляет 6000 – 9000 шагов в сутки; в экзаменационный период (2 мес.) – 2000 – 3000 шагов, а в каникулярный период 14000 – 19000. Это свидетельствует о реально существующем дефиците движений на протяжении 10 мес. в году. Это указывает на низкий уровень двигательной активности будущих специалистов, освобожденных от практических занятий по физической культуре.

Проведение практических учебных занятий по физическому воспитанию (два раза в неделю) в среднем обеспечивает возможность движений в объеме 4000 - 7300 шагов, что может хоть немного, но компенсировать общий дефицит двигательной активности за неделю.

Результаты проведенного исследования позволили сделать следующие выводы:

1. количество студентов с низким уровнем двигательной активности с каждым годом увеличивается;
2. студенты, с ослабленным здоровьем, имеют низкий уровень физической грамотности, так как знания по физической культуре получали не постоянно или не изучали физическую культуру вообще;

3. увеличение уровня знаний и двигательной активности в физкультурно-оздоровительной деятельности студентам с ослабленным здоровьем необходимо, так как они будут востребованы после окончания вуза.

4. необходимо повышать общекультурную компетентность студентов в области физической культуры.

На наш взгляд общекультурные компетенции дисциплины «Физическая культура» формируется в следующих организационных мероприятиях:

- свободного выбора вида двигательной активности;
- формирования учебно-тренировочных групп с учетом личностных характеристик, физической подготовленности, мотивации и интересов каждого студента;
- целостности и интегративности содержания физкультурно-спортивной деятельности;
- освоение студентами знаний, умений по основам теории, методики и практической организации физкультурно-спортивной деятельности;
- формирование у студентов потребности в здоровом стиле жизни;
- преемственности регламентированных и самостоятельных форм занятий.

Результатом формирования ОК по завершению обучения в области физической культуры у студентов с ослабленным здоровьем должно стать создание устойчивой мотивации и потребностей к здоровому образу жизни, физическому совершенствованию, приобретение личного опыта творческого использования ее средств и методов, достижение установленного уровня психофизической подготовленности, что является перспективой дальнейших исследований в данном направлении.