

опускание туловища, метание спортивных снарядов различного веса, прыжки, наклоны), выполняют продолжительные динамические упражнения (езда на велосипеде, лыжные гонки, ходьба, бег).

На учебно – методических занятиях по физической культуре студенты приобретают систему прикладных знаний, где предпочтение уделяется самостоятельной работе студентов по изучению вопросов, посвященных ППФП данной специальности.

Таким образом, анализ научно – педагогической литературы позволил раскрыть наиболее важные физические качества студентов технических специальностей. С целью эффективного формирования ППФП студентов предложена диагностика профессионально – важных физических качеств, с помощью специальных методов. На основе этого даны рекомендации по ППФП для студентов технических специальностей, что благоприятно отразится на их будущей профессиональной деятельности.

Литература

1. Буров, А.Э., Ерохина, О.А. *Диагностика и оценка профессионально важных качеств в практике профессионально – прикладной физической культуры: науч. практ. пособие / А. Э. Буров, О. А. Ерохина. – Чебоксары: ИД «Среда», 2020. – 192 с.*

2. Венгерова, Н.Н., Пискун, О.Е. *Условия реализации профессионально-прикладной физической подготовки студентов технического вуза / Н.Н. Венгерова, О.Е. Пискун // Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. - 2020. - Т.15. №2. - С. 925 – 930.*

3. Волхова, С.В. *Технология профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по специальности «Литейное производство черных и цветных металлов»: автореф. дис. ... кан. пед. наук / С.В. Волхлва. - М.: РГАФК, 2009. - 25 с.*

4. Давиденко, А.И. *Организация и содержание профессионально-прикладной физической подготовки студентов технических вузов: автореф. дис. ... кан. пед. наук / А. И. Давиденко. - Краснодар, 2005. 28 с.*

5. Зеер, Э.Ф. *Психология профессий: учеб. пособие для студентов вузов / Э. Ф. Зеер. – М.: Академический проект; Фонд «Мир». 2005. – С. 61 - 66.*

6. Осадченко, И.В., Полиевский, С.А., Волхова, С.В. *Термический фактор в спорте и профессионально-прикладной физической подготовке: учеб.- метод. пособие / И.В. Осадченко, С.А. Полиевский, С.В. Волхова. - М., 2017. - 152 с.*

УДК 796.03

Питулин А.В.

ИЗУЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, a.v.pitulin@utmn.ru

Аннотация: автором проведен анализ трудностей, с которыми столкнулись студенты на период самоизоляции. Представлены результаты исследования самооценки физкультурных умений студентов. Проведено сравнение физкультурных умений студентов 1-го и 3-го курса ТюмГУ с другими вузами страны.

Ключевые слова: физическое воспитание, физкультурно-спортивная среда, физкультурные компетенции, самоизоляция.

STUDY OF STUDENTS' PHYSICAL CULTURE COMPETENCIES

University of Tyumen, Tyumen, Russia, a.v.pitulin@utmn.ru

***Annotation.** The author analyzes the difficulties faced by students during the period of self-isolation. The results of the study of students' self-assessment of physical education skills are presented. The comparison of physical culture skills of 1st and 3rd year students of TSU with other universities of the country is carried out.*

***Key words:** physical education, physical culture and sports environment, physical culture competencies, self-isolation.*

Введение. В условиях сложной эпидемиологической ситуации в мире, в частности, в России, в период всеобщей самоизоляции, главной проблемой становится «сохранение человека как биосоциальной структуры». В настоящее время, помимо профессиональных, общекультурных компетенций и умения адаптироваться в быстро растущем и изменяющемся мире, возрастает роль здоровьесформирующей педагогики, самосохранительного поведения, формирования культуры здоровья и физической культуры личности [1,3,4].

Физкультурную компетенцию мы рассматриваем как - требуемую готовность личности осуществлять разного рода физкультурно-спортивную деятельность, а физкультурную компетентность — как способность реализовать эту готовность на практике (состоявшееся личностное качество — характеристика) [2].

Переход высших образовательных учреждений на новый Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС ВПО 3++), в основе которого лежит компетентностный подход, обеспечивает формирование общепрофессиональных и универсальных компетенций студентов.

Результатом освоения студентом дисциплины «Физическая культура» являются универсальные компетенции УК-7 и УК-8, содержание которых предполагает способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Цель исследования - Изучение физкультурных компетенций студентов в период самоизоляции.

Методы и организация исследования: онлайн опрос по структурированной анкете, один из блоков которой был посвящен перечню физкультурных умений, которые составляют суть универсальных компетенций УК-7 УК-8, статистическая обработка данных.

В эмпирическом исследовании приняли участие 606 респондентов (17 -22 лет), из них 498 девушек и 108 юношей первого и третьего курсов, в том числе 485 человек из Тюменского государственного университета, 121 – из других вузов.

Результаты исследования и их обсуждения. Анализ литературных источников по проблеме физического воспитания, показал, что первостепенными задачами образования, помимо физического развития молодого поколения и приобретение ими двигательных умений и навыков,

является сохранение и укрепление здоровья молодёжи, формирование физкультурных компетенций, физической и спортивной культуры личности, сознательного отношения к ведению здорового образа жизни.

В работе И.В. Манжелей научно обосновано, что наличие физкультурно-спортивной среды с различными микросредами и стимулами (элективные курсы, секции, спартакиады и др.), интеграцией учебной и внеучебной деятельности, внедрением модульно - рейтинговой системы, способствует эффективному формированию физкультурных компетенций [2].

В Федеральном государственном образовательном стандарте 3++ (ФГОС 3++) дисциплина «Физическая культура» относится к блоку 1 - Дисциплины (модули) и разделена на базовую (72 часа), и вариативную (не менее 328 часов) части, которая рекомендована реализовываться в виде элективного курса[5].

Благодаря индивидуальным образовательным траекториям (ИОТ), студенты ТюмГУ имеют возможность выстраивать собственный образовательный маршрут. Изучая дисциплину «Физическая культура», студент может выбрать любой утвержденный элективный курс (футбол, волейбол, стретчинг, гимнастика и др.), с учетом своих интересов, уровня здоровья и физического развития, тем самым формируя у себя устойчивое желание, заниматься физической культурой и спортом.

В связи с пандемией студенты находились в режиме самоизоляции, весь образовательный процесс проходил в дистанционном формате, в том числе, и дисциплина «Физическая культура». Влияние нестабильных условий пандемии, проявляющихся в наличии сбоев в работе систем здравоохранения и образования, привело к снижению двигательной активности, изменению режима сна и бодрствования, увеличению времени за просмотром в экраны телевизоров и гаджетов.

В отсутствии материально-технической базы, физкультурно-спортивной среды, мы решили выяснить самооценку физкультурных компетенций студентов.

На начальном этапе исследования, мы выяснили, с какими трудностями столкнулись студенты в период самоизоляции.

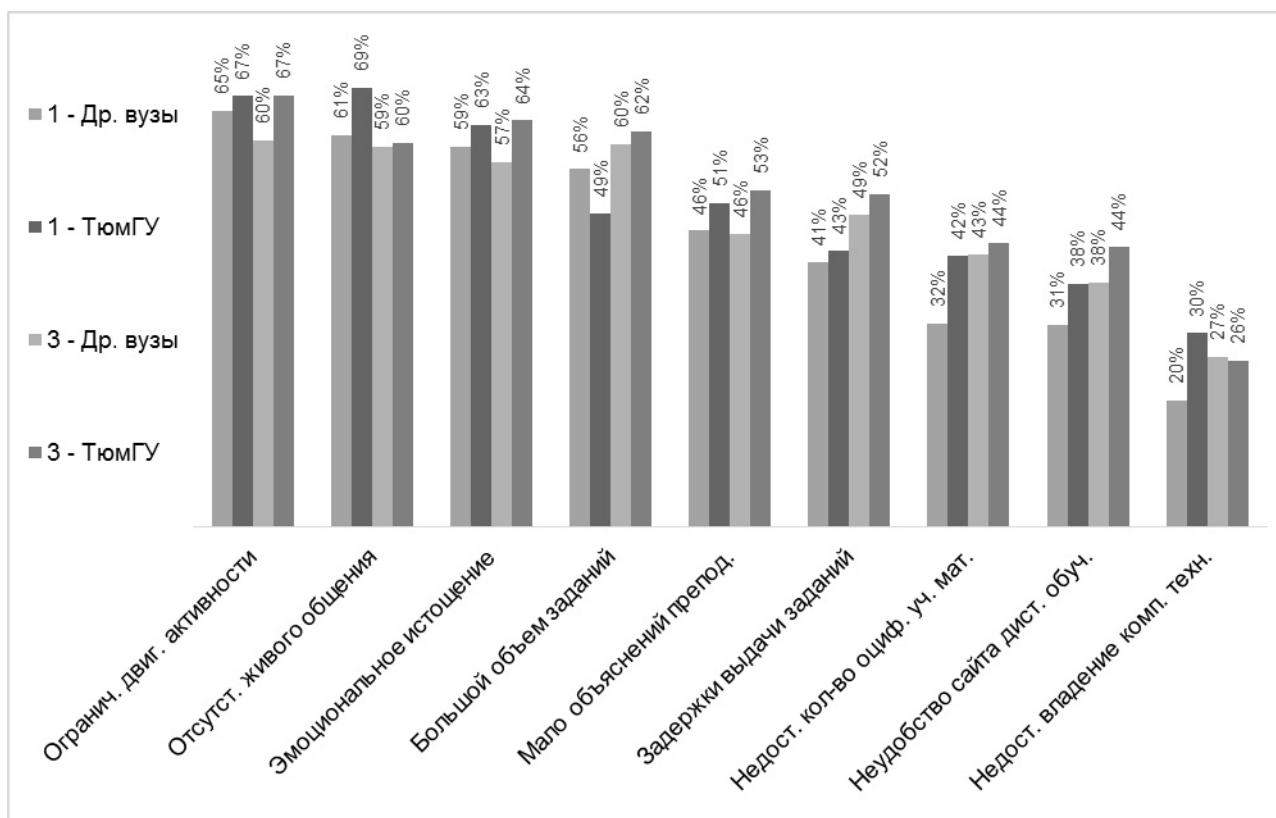


Рис.1.Трудности, возникшие у студентов на период самоизоляции

Из полученных результатов, мы видим, что у более 50% опрошенных студентов 1-го и 3-го курса ТюмГУ и других вузов России основными трудностями в период самоизоляции стали: ограничение двигательной активности, отсутствие живого общения, эмоциональное истощение. Также необходимо отметить, что для 49-62% всех опрошенных студентов вызывала сложность работы с большим объёмом заданий, и при этом не хватало непосредственного общения с преподавателем (у 46-53 %).

Ограничение двигательной активности студента, влечет за собой как снижение уровня здоровья, так и эмоциональное истощение.

Таким образом, мы видим, что в период самоизоляции главной задачей студента, становится сохранение и поддержание на должном уровне физического и психо-эмоционального состояния в домашних условиях, исходя из этого, возрастает роль и значимость наличия физкультурных компетенций.

В связи с этим, мы решили выявить самооценку уровня физкультурных компетенций у студентов 1-го и 3-го курса.

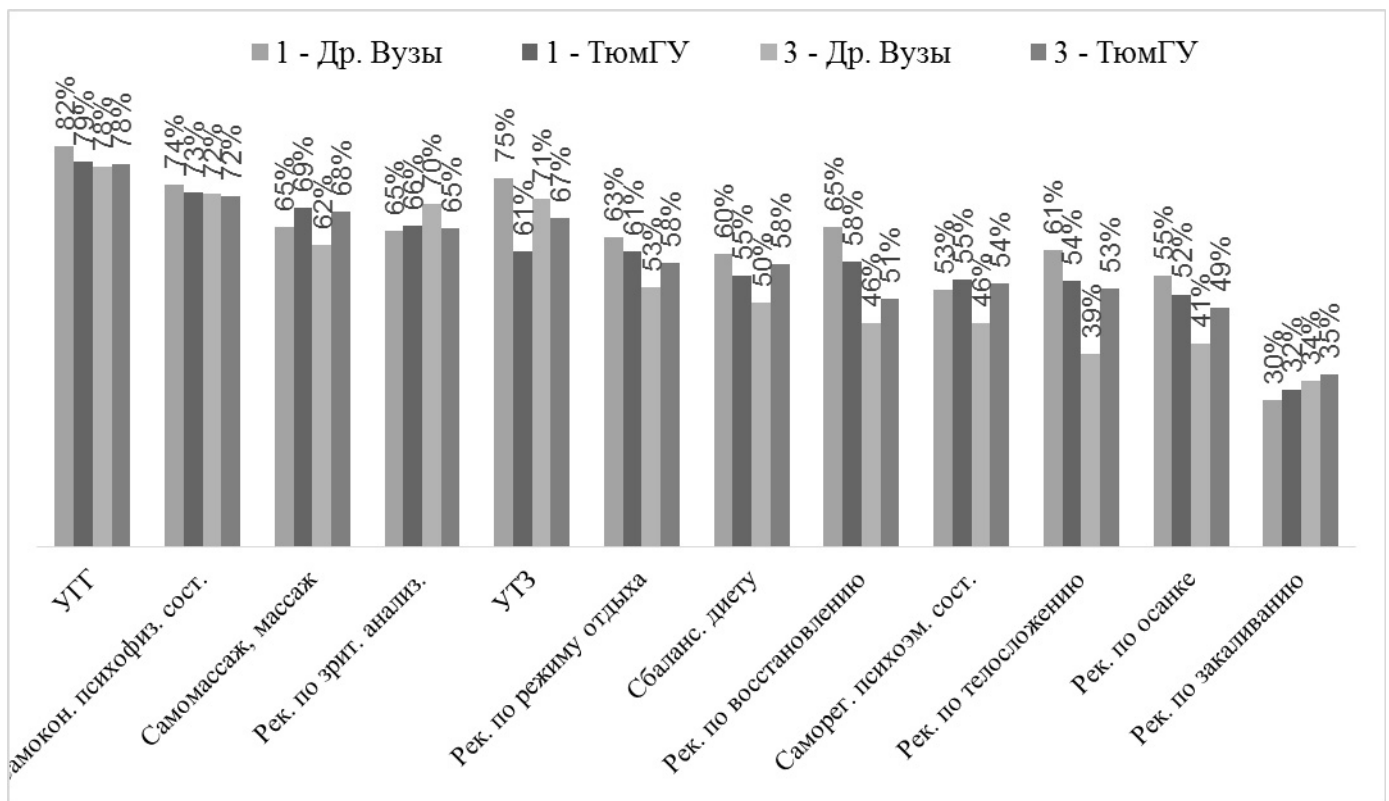


Рис.2. Самооценка студентами своих физкультурных умений

Из полученных данных, представленных на рис. 2., видно, что в период самоизоляции студенты 1-го и 3-го курсов ТюмГУ и других вузов высоко оценили свои умения по проведению утренней гигиенической гимнастики и самоконтролю психофизического состояния (72% и более).

Студенты 1-го курса других вузов также высоко оценили свои умения в проведение учебно-тренировочных занятий, рекомендаций по восстановлению и по телосложению, тогда как студенты 1-го курса ТюмГУ в данных умениях оценили себя на 14%, 7% и 7% соответственно ниже. Однако, к 3-ему курсу ситуация с самооценкой собственных умений в сфере физической культуры благоприятно меняется в пользу студентов ТюмГУ: на 5% выше в рекомендациях по режиму отдыха и восстановлению, на 8% выше по умению составить сбалансированную диету, на 14% выше в рекомендациях по телосложению и на 8% в рекомендациях по осанке тела, а также в других направлениях с минимальной разницей.

Таким образом, мы видим, что студенты первого курса ТюмГУ по владению многими физкультурными умениями оценивают себя ниже, чем студенты других вузов. При этом, на третьем курсе мы видим совершенно другие результаты, где студенты ТюмГУ предполагают у себя более высокие уровни компетенций по сравнению с другими вузами России.

Мы предполагаем, что студенты 1-го курса ТюмГУ более ответственно и реально оценивают свои возможности на момент начала становления их физкультурной компетентности в условиях высшего образования, усложнённого ограничивающими условиями пандемии. А к третьему курсу

опытность и наличие определенного уровня знаний позволяет студентам более реально оценивать свой уровень физической культуры.

Более высокие показатели у третьекурсников ТюмГУ мы связываем с грамотно построенной системой физического воспитания, наличием физкультурно-спортивной среды насыщенной различными средами и стимулами. Помимо этого, благодаря ИОТ, студент имеет возможность выбора элективного курса, с учетом своих интересов и уровнем физической подготовленности. Все эти условия позволяют студенту реализовать свой потенциал, раскрыть свои способности и повысить уровень физкультурных компетенций.

Литература

1. Загвязинский В.И. Возможно ли в России здоровьесформирующее образование? / В.И. Загвязинский, И.В. Манжелей // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 11. – С. 94–96.

2. Манжелей, И.В. Физкультурные компетенции бакалавров: содержание и условия формирования. / И.В. Манжелей, С.Н. Чернякова // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2014. - №2.- С.52-53.

3. Григорьев В.И. Физкультурно-образовательная среда как фактор инновационного развития физической культуры в вузе / В.И. Григорьев // Известия Санкт-Петербургского государственного экономического университета. – 2011. – №5. – С.26-31.

4. Лубышева Л. И. Обоснование эффективности проектирования здоровьесформирующего образовательного пространства школы на основе спортизации физического воспитания / Л. И. Лубышева, Е.А. Черепов // Человек. Спорт. Медицина. – 2016. – Т. 16, №2. – С. 52-61.

5. Приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 N 121 (ред. от 08.02.2021) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fgos.ru/fgos/fgos-44-03-01-pedagogicheskoe-obrazovanie-121/>.

УДК 378.172

Попова Г.А.; Ведерникова Е.В, к.б.н., доцент ИЗУЧЕНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

*«Вятский государственный университет» (ВятГУ), г. Киров, Россия, usr22717@vyatsu.ru;
usr11237@vyatsu.ru*

Аннотация. Начало обучения в вузе сопровождается повышенной учебной нагрузкой, выстраиванием новых межличностных отношений между студентами и с преподавателями, изменением социально-бытовых условий, снижением двигательной активности. Студенческая молодежь является будущим любого государства и от её здоровья и благополучия зависит судьба всей нации. В связи с этим становится важным изучение мотивов занятий физкультурой, интересов и потребностей современной молодежи.

В статье авторы представили результаты изучения мотивации к занятиям физической культурой у студентов вуза с разным уровнем двигательной активности.

Ключевые слова: мотивации, физическая культура, двигательная активность.