

У 51

М 233

На правах рукописи

МАНЖЕЛЕЙ Ирина Владимировна

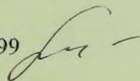
**ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ
ГУМАНИТАРНЫХ ВУЗОВ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
ЭЛЕМЕНТОВ САМООБРАЗОВАНИЯ**

13.00.04 – теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Тюмень – 1999



451
M233

Работа выполнена на кафедре теоретических основ физического воспитания Тюменского государственного университета

Научный руководитель: кандидат педагогических наук,
профессор
В.Н. Потапов

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук,
профессор
В.В. Ким
кандидат педагогических
наук,
С.А. Кабанов

Ведущая организация: Сибирская государственная
академия физической культуры

796

Защита диссертации состоится 14 декабря 1999 г. в 13 часов на заседании диссертационного совета К 064.23.13. в Тюменском государственном университете по адресу: ул. Пржевальского, 37.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Тюменского государственного университета.

Автореферат разослан «9» ноября 1999г.

Ученый секретарь
диссертационного совета
кандидат биологических наук, доцент

Л.Н. Шатилович

БИБЛИОТЕКА
государственного университета
г. Тюмень

02353

4 ЮН 2018

23234548

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Коренное реформирование системы образования в России на рубеже XX века и, как следствие, преобразования, проводимые в системе высшей школы, глубоко затронули актуальные вопросы физкультурного образования студенческой молодежи.

Реорганизация вузовских программ (1994 г.) и предмета «Физическая культура» в структуре гуманизации высшего образования определили, что важнейшим критерием повышения эффективности физкультурного образования должно стать постепенное перерастание его в процесс самообразования и самосовершенствования (М. Я. Виленский, П. А. Виноградов, В. Г. Грузных, А. П. Душанин, В. И. Жолдак, В. И. Ильинич, Л. И. Лубышева и др.).

В специальной научно-методической литературе по проблеме повышения эффективности вузовского образования большое внимание уделяется совершенствованию самостоятельной работы студентов (Б. В. Бокуть, М. Г. Гарунов, С. И. Зиновьев, В. И. Каган, Р. А. Низамов, П. И. Пидкасистый, С. И. Сокорева, И. А. Сыченков и др.).

Анализ теоретического и практического опыта в области физкультурного образования в высшей школе (Г. М. Грузных, О. В. Жбанков, В. П. Жидких, В. Н. Кряж, А. В. Лотоненко, Л. И. Лубышева, В. В. Попенченко и др.) показал, что вопросы управления самообразовательной деятельностью студентов освещены не достаточно полно.

Нововведения, применяемые в практике вузовского физкультурного образования, зачастую не приносят должного эффекта, так как не всегда согласуются с интересами студентов и закономерностями познавательно-практической деятельности по овладению знаниями и приобретению опыта самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности.

Диссертационные исследования Л. В. Граф, М. А. Зайнетдинова, В. А. Зиновьева, Б. Д. Куланина, Ю. Л. Якубенко и др., при всей их неоспоримой ценности, не в полной мере раскрывают аспекты регламентации самостоятельной работы студентов, создающей условия для их активного включения в процесс физкультурного самосообразования.

Налицо проблемная ситуация: с одной стороны — необходимость совершенствования образовательного процесса по предмету «Физическая культура» в плане подготовки его постепенного перехода в процесс самообразования, а с другой — отсутствие в настоящее время эффективного педагогического инструментария, способствующего созданию оптимальных для этого условий.

Одним из путей разрешения названной проблемы является разработка концепции физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования.

Исследование выполнено в соответствии с планом инициативных научных исследований факультета физической культуры Тюменского государственного университета по теме 0101 «Оптимизация учебного процесса по физической культуре в системе непрерывного образования».

Теоретико-методологической базой исследования явились основные положения современной концепции физической культуры (И. М. Быховская, Н. Н. Визитей, М. В. Выдрин, В. И. Столяров и др.); ведущие психолого-педагогические концепции и теории (В. И. Каган, А. Н. Леонтьев, П. И. Пидкасистый, К. К. Платонов); основные положения и принципы физкультурного образования студентов (В. К. Бальсевич, Г. М. Грузных, Л. И. Лубышева).

Объект исследования — образовательный процесс по предмету «Физическая культура» студентов основного отделения гуманитарных вузов.

Предмет исследования — содержание, планирование, организация и контроль физкультурного образования в высшей школе на основе использования элементов самообразования.

Цель исследования заключается в повышении эффективности образовательного процесса по предмету «Физическая культура» в высшей школе на основе использования элементов самообразования.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что построение образовательного процесса по физической культуре в высшей школе на основе использования элементов самообразования повысит его эффективность по сравнению с традиционным преподаванием данного предмета, а именно:

— использование возможностей вариативной части содержания физкультурного образования и решение вопросов планиро-

вания, организации и контроля самостоятельной работы создаст более благоприятные условия для включения студентов в самообразовательную деятельность;

— активное включение студентов в самообразовательную, в том числе физкультурно-спортивную, деятельность обеспечит повышение уровня их физкультурной грамотности, физической подготовленности и соматического здоровья;

— предоставление студентам права свободы выбора видов физкультурно-спортивной деятельности и индивидуальных направлений самосовершенствования согласно их интересам, потребностям и возможностям, а так же усиление теоретической и методико-практической направленности занятий будет способствовать формированию мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре и повысит их физкультурную образованность в целом.

Задачи исследования:

1. Определить исходный уровень физкультурной образованности студентов.

2. Теоретически обосновать содержание, планирование, организацию и контроль физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования.

3. Экспериментально апробировать содержание, планирование, организацию и контроль образовательного процесса по физической культуре с использованием элементов самообразования студентов в высшей школе.

Методы исследования. Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение специальной литературы; моделирование; педагогическое наблюдение; анкетирование; контрольное тестирование и врачебно-педагогические обследования; педагогический эксперимент; математические методы обработки статистической информации.

Организация исследования.

Первый этап исследования (1996–1997 гг.) — был проведен констатирующий педагогический эксперимент, в котором приняли участие студенты 1–2 курса Тюменского госуниверситета в количестве 104 человек.

Задача первого этапа состояла в подборе методов диагностики физкультурной образованности студентов, определении при-

чин низкой эффективности традиционно организованного образовательного процесса по физической культуре и разработке экспериментальной программы.

На втором этапе исследования (1997–1999 гг.) было дано теоретическое обоснование и экспериментальное подтверждение повышения эффективности физкультурного образования студентов на основе использования элементов самообразования. В формирующем педагогическом эксперименте приняли участие 173 студента первого курса физического, химического и математического факультетов Тюменского госуниверситета, которые были соответственно разделены на две группы: контрольную (42 юноши и 31 девушка) и экспериментальную (50 юношей и 50 девушек). Экспериментальная группа занималась в течение 1997–99 учебных годов по разработанной нами программе с использованием элементов самообразования, контрольная — по министерской программе 1994 г.

Контрольные педагогические исследования и врачебно-педагогические наблюдения, по результатам которых определилось влияние применяемых учебных программ на динамику уровня физкультурной образованности студентов контрольной и экспериментальной групп, проводились в начале и конце каждого учебного года в период с сентября 1997 по май 1999 гг.

На третьем, заключительном этапе исследования (1999 г.), производилась обработка и интерпретация экспериментальных данных, уточнялись теоретические и практические выводы, оформлялось диссертационное исследование.

Научная новизна исследования заключается в:

- разработке концепции физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования;
- теоретическом обосновании и осуществлении планирования физкультурного образования на основе предлагаемой концепции;
- разработке организационных основ физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования;
- предложении системы контроля физкультурного образования студентов.

Теоретическая значимость работы заключается в уточнении понятий физкультурной образованности и физкультурного само-

образования, в разработке содержания, планирования, организации и контроля физкультурного образования студентов с элементами самообразования как переходной формы процесса физкультурного образования, осуществляемого в рамках государственной системы образования, в процесс самообразования.

Практическая значимость исследования заключается в том, что оптимальное использование вариативного компонента содержания программы по предмету «Физическая культура» и система планирования, организации и контроля самостоятельной работы студентов позволяют повысить эффективность физкультурного образования студентов.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечена совокупностью исходных теоретических и методологических положений; репрезентативностью выборки исследуемых; использованием объективных и адекватных задачам методов исследования, а также длительным характером проведенного педагогического эксперимента.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Сущность концепции физкультурного образования студентов с элементами самообразования заключается в том, что повышение эффективности физкультурного образования возможно на основе оптимального использования вариативного компонента его содержания и введения в образовательный процесс управляемой системы самостоятельной работы студентов.

2. Использование возможностей вариативной части содержания физкультурного образования на основе дифференциации физкультурно-спортивных интересов студентов и введения специального блока теоретических знаний и методико-практических умений по основам физкультурного самообразования обеспечивает формирование мотивационного, эмоционального и инструментального компонентов физкультурно-спортивной деятельности.

3. Введение в образовательный процесс управляемой системы самостоятельной работы способствует вовлечению студентов в процесс физкультурного самообразования и повышению их физической образованности.

4. Разработанная система контроля физической образованности студентов за счет расширения поля диагностируемых качеств позволяет сместить критерии эффективности образователь-

ного процесса по предмету «Физическая культура» с традиционными принятыми нормативов физической подготовленности на потребностно-мотивационную и когнитивную сферу личности, а так же состояние соматического здоровья студентов.

Структура и объем диссертации.

Диссертация состоит из введения, пяти глав, выводов, практических рекомендаций, библиографии и приложений. Работа изложена на 229 страницах текста и включает 38 таблиц, 16 рисунков и 11 приложений. Список литературы насчитывает 222 источника, в том числе 9 на иностранном языке.

СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Изучение исходного уровня физкультурной образованности студентов

Анализ научно-методической литературы позволил констатировать, что на сегодняшний день отсутствует четкая нормативная база для определения физкультурной образованности студентов. Изучение специальной литературы (В. И. Ильинич, Л. И. Лубышева, В. В. Приходько и др.) позволило выделить семь наиболее важных критериев, характеризующих физкультурную образованность человека: сформированность физкультурно-спортивных потребностей и мотивов занятий физической культурой, реальная активность в физкультурно-спортивной деятельности, уровень владения теоретическими знаниями и методико-практическими умениями, а так же уровень его физического развития (соматического здоровья) и физической подготовленности.

Для диагностики критериев физкультурной образованности студентов нами были подобраны соответствующие методики.

Потребностно-мотивационная сфера и активность студентов в физкультурно-спортивной деятельности изучались по модифицированной методике В. И. Трапникова, В. А. Ядова. Уровень владения теоретическими знаниями определялся при помощи тестов-заданий для программированного контроля знаний, разработанных нами по методике М. И. Ерецкого, Э. Л. Полисар. Уровень владения методико-практическими умениями изучался на основании субъективной оценки подготовленности с использованием анализа качественных признаков выполняемого задания (И. И. Сулейманов). Для определения физической подготовленности была разработана комплексная

система оценки ведущих физических качеств согласно нормативным требованиям программы 1994 г. и оценочных таблиц физических кондиций человека Ю. Н. Вавилова. Уровень соматического здоровья изучался при помощи экспресс-оценки Г. Л. Апанасенко.

Кроме того, нами определялась зависимость динамики эмоционального состояния занимающихся от содержания и организации занятий физической культурой (модификация опросника О. Н. Мазурова, А. С. Корнеева).

Показатели изучаемых компонентов физкультурной образованности были переведены в баллы и определено пять категорий их значимости.

Результаты исследований свидетельствуют, что в сентябре 1997 г. студенты контрольной и экспериментальной групп имели в целом равную физкультурную образованность, соответствующую по своим показателям уровню «ниже среднего», а именно (таблица 2):

- физкультурно-спортивные потребности и мотивы — средний уровень;

- активность в физкультурно-спортивной деятельности — ниже среднего уровня ($p > 0,05$);

- теоретическая и методико-практическая подготовленность — низкий уровень, за исключением юношей контрольной группы, которые в разделе методико-практической подготовленности показали уровень ниже среднего ($p > 0,05$);

- физическая подготовленность студентов соответствовала среднему уровню, за исключением юношей экспериментальной группы, имеющих в этом разделе контроля уровень «ниже среднего» ($p > 0,05$);

- соматическое здоровье юношей контрольной и экспериментальной групп было ниже среднего уровня. У девушек контрольной группы выявлен средний уровень соматического здоровья, а у студенток экспериментальной — ниже среднего ($p > 0,05$).

Теоретическое обоснование концепции физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования

В результате теоретического исследования нами разработана концепция физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования. Сущность данной концеп-

ции заключается в том, что повышение эффективности физкультурного образования возможно на основе оптимального использования вариативного компонента его содержания и введения в образовательный процесс управляемой системы самостоятельной работы студентов.

Суть использования элементов самообразования заключается в том, что в процессе обучения студенты под руководством преподавателя все активнее включаются в самостоятельную деятельность по освоению ценностей физической культуры. Причем, по мере освоения программного материала происходит постепенный переход от внешнего управления физкультурно-спортивной деятельностью студентов к внутреннему управлению на основе самоконтроля.

Определено содержание программы физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования, состоящей из двух основных частей: базовой и вариативной (рисунк 1).

Базовая часть данной программы реализует требования государственного образовательного стандарта.

Вариативная часть составлена на основе дифференциации физкультурно-спортивных интересов студентов, а так же включает блок теоретических знаний и методико-практических умений по основам физкультурного самообразования, предоставляющий студентам возможность выбора и реализации индивидуальных программ физического самосовершенствования, целью которого является формирование мотивационного, эмоционального и инструментального компонентов самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности.

Содержание базовой и вариативной частей программы реализуется при помощи управляемой системы самостоятельной работы.

В управляемой системе самостоятельной работы нами выделено четыре этапа с соответствующими им задачами: 1 этап (1 семестр) — выполнение студентами репродуктивных работ (воспроизводящие самостоятельные работы по образцу); 2 этап (2 семестр) — выполнение студентами частично самостоятельных работ (реконструктивно-вариативные работы); 3 этап (3 семестр) — выполнение студентами самостоятельных работ (частично-поис-

ковые работы по реализации индивидуальных программ самосовершенствования); 4 этап (4 семестр) — выполнение студентами исследовательских работ по реализации собственных программ самосовершенствования.

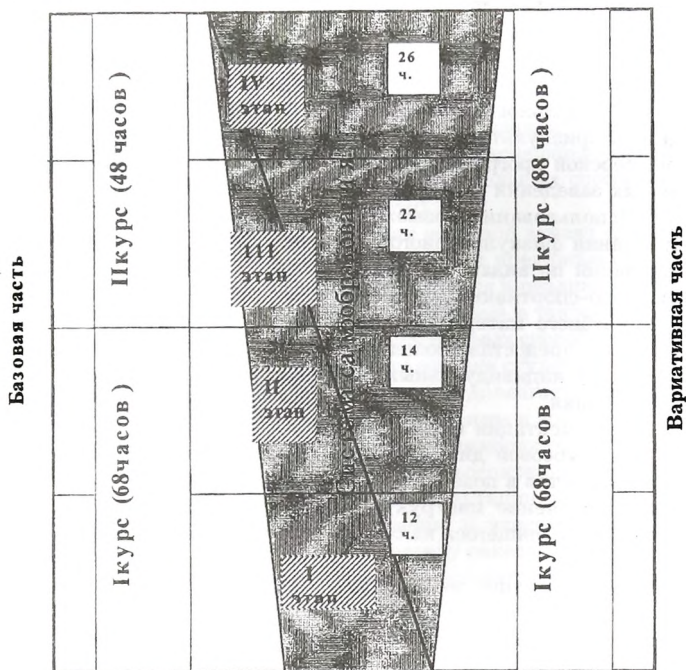


Рис. 1. Схема планирования физкультурного образования студентов с элементами самообразования

В ходе исследования была разработана модель процесса физкультурного самообразования студентов, включающая в себя:

— формирование потребностно-мотивационной сферы, стимулирующей студентов к самообразованию;

— организацию полного цикла познавательного-практических действий по овладению знаниями, умениями, навыками и приобретению индивидуального опыта физкультурно-спортивной деятельности;

— осуществление контроля и самоконтроля за познавательного-практической деятельностью студентов.

Главными отличительными особенностями планирования и организации разработанной нами программы являются:

1. Оптимальное соотношение базового и вариативного компонентов физкультурного образования, не регламентированное министерской программой по физической культуре для высших учебных заведений 1994 г.

2. Использование возможностей вариативного компонента содержания физкультурного образования за счет введения специализаций по видам спорта, на основе дифференциации физкультурно-спортивных интересов студентов, и дополнительного блока учебного материала по основам физкультурного самообразования, предоставляющего студентам возможность выбора и реализации индивидуальных программ физического самосовершенствования.

3. Регламентация самостоятельной работы студентов с учетом ее покурсовой динамики, обеспечивающей активное включение студентов в познавательную-практическую деятельность.

4. Обеспечение инструктивно-консультативного подхода к студентам, строящегося на основных положениях педагогики сотрудничества.

5. Использование нетрадиционных форм организации занятий.

6. Гибкие критерии оценок по всем разделам программы, стимулирующие творческую активность студентов.

7. Освоение государственного образовательного стандарта по дисциплине «Физическая культура» за два года с предоставлением студентам права посещения факультативных занятий в последующие годы обучения.

Общая логика планирования заключается в том, что по мере обучения доля базового компонента образования уменьшается, а вариативного — возрастает (рисунок 1). Кроме того, возрастает объем регламентированной самостоятельной работы студентов.

Внеаудиторная работа увеличивается с 26 часов на первом курсе до 48 — на втором, аудиторная планируется следующим образом: в первом семестре — 5 минут (базовые методико-практические умения), во втором — 10 минут (базовые методико-практические умения), в третьем — 20 минут (реализация индивидуальных программ самосовершенствования) и в четвертом — 30 минут (реализация собственных программ самосовершенствования) учебного времени в конце практических занятий.

Основными задачами двух первых семестров обучения являются: освоение студентами базовых основ знаний и методико-практических умений описывающего и объясняющего характера, развитие общих кондиционных и двигательных способностей (возможно за счет вариативной части).

В третьем и четвертом семестрах основной акцент сделан на обучение основам самообразования (знания предписывающего и связующего характера, методики составления и реализации индивидуальных программ самосовершенствования), а так же на развитие специальных кондиционных и двигательных способностей.

Организация физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования предполагает выполнение следующих действий: утверждение программы и документов планирования; определение должностных обязанностей преподавательского состава кафедры физического воспитания, прав и обязанностей студентов; проведение комплектации учебных групп различных специализаций; составление и утверждение расписания занятий на учебный год; подготовку пакета документов для учебно-методического обеспечения образовательного процесса; приглашение для чтения лекций специалистов из других областей знаний; использование кроме традиционных форм проведения занятий по физической культуре индивидуальных консультаций, комплексных занятий, конференций, факультативных занятий.

В ходе исследования определены основные формы и содержание самостоятельной работы студентов с соответствующими им задачами (таблица 1).

Разработан алгоритм деятельности студентов по реализации индивидуальных программ самосовершенствования, модель организации методико-практических занятий.

Таблица 1

Содержание и формы организации самостоятельной работы студентов

Этап	Содержание самостоятельной работы				Формы контроля
	Аудиторная		Внеаудиторная		
	Теоретическая	Практическая	Теоретическая	Практическая	
I	Ответы на ключевые вопросы по теме изложенной лекции	Самостоятельная работа по образцу (репродуктивная), (УГГ, физкультпаузы, корригирующая гимнастика, контроль ЧЧС и др.)	Овладение материалом (по пособию), ответы на вопросы по теме.	Самостоятельная работа по образцу (репродуктивная), (УГГ, физкультпаузы, корригирующая гимнастика, контроль ЧЧС и др.)	Контроль преподавателя (текущий, итоговый), взаимоконтроль, самоконтроль
II	Ответы на ключевые вопросы по теме изложенной лекции с привлечением собственных примеров	Реконструктивно-вариативная самостоятельная работа (УГГ, физкультпаузы, корригирующая гимнастика, контроль ЧЧС и др.)	Овладение материалом (по пособию), ответы на вопросы с привлечением дополнительной литературы, указанной преподавателем.	Реконструктивно-вариативная самостоятельная работа (УГГ, физкультпаузы, корригирующая гимнастика, контроль ЧЧС и др.)	Контроль преподавателя (текущий, итоговый), взаимоконтроль, самоконтроль
III	Ответы на ключевые вопросы по теме предстоящей лекции, опираясь на ранее изученный материал	Частично-поисковая самостоятельная работа по реализации индивидуальных программ самосовершенствования	Освоение материала по вопросам и списку литературы	Частично-поисковая самостоятельная работа по реализации индивидуальных программ самосовершенствования	Контроль преподавателя (итоговый), взаимоконтроль, самоконтроль
IV	Самостоятельное выступление на конференции	Исследовательская работа по реализации собственных программ самосовершенствования	Самостоятельная подготовка доклада к конференции	Исследовательская работа по реализации собственных программ самосовершенствования	Контроль преподавателя (итоговый), самоконтроль

В содержание контроля программы физкультурного образования студентов с элементами самообразования входит анализ состояния следующих видов подготовленности: теоретической; методико-практической; общей физической и спортивно-технической. Критерием успешности освоения учебного материала выступает интегральный показатель успеваемости, определяющийся средним арифметическим из оценок по всем разделам (теоретическому, методико-практическому, учебно-тренировочному) учебной деятельности, который для получения зачета должен быть не менее 4,6 — баллов по десятибалльной шкале.

Студенты, успешно освоившие программу первого курса, задачами которого является базовая теоретическая, методико-практическая, физическая подготовка и общее двигательное обучение, интегральный показатель успеваемости которых выше 6,5 баллов, могут перейти на индивидуальный график посещения занятий при условии посеместрового планирования самостоятельной работы и сдачи контрольных нормативов по всем разделам программы.

Экспериментальное обоснование повышения эффективности физкультурного образования студентов на основе использования элементов самообразования

Результаты формирующего педагогического эксперимента показали следующее (таблица 2, рисунок 2):

- в процессе обучения у студентов контрольной группы увеличилась значимость мотива «необходимость получения зачета» (24,4–26,5%), а у студентов экспериментальной группы — «желание узнавать новое» (55,3–65,2%), что свидетельствует в первом случае — о принудительном характере посещения академических занятий отдельными студентами, а во втором — о формировании познавательного интереса к содержанию занятий;

- в целом достоверных позитивных изменений в потребностно-мотивационной сфере и физкультурно-спортивной активности у студентов контрольной группы не произошло ($p > 0,05$);

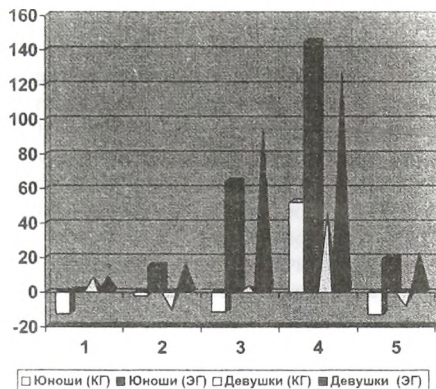
- при достоверном ($p < 0,001$) увеличении мотивации занятий (15,4–15,9%) у студентов экспериментальной группы физкультурно-спортивная активность увеличилась в 1,6–1,9 раз;

- у студентов контрольной и экспериментальной групп выявлены статистически достоверные приросты в уровне владения

Таблица 2

Показатели физкультурной образованности студентов за период с начала 1997 по конец 1999 учебных годов, в баллах

Показатели	Группы											
	Контрольная						Экспериментальная					
	До эксперимента			После эксперимента			До эксперимента			После эксперимента		
	юноши (n=42)	девушки (n=31)	юноши (n=42)	девушки (n=31)	юноши (n=42)	девушки (n=31)	юноши (n=50)	девушки (n=50)	юноши (n=50)	девушки (n=50)	юноши (n=50)	девушки (n=50)
	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень	X±σ Уро вень
1. Ф-С потребности	1,37± 0,41	Ср.	1,37± 0,47	Ср.	1,20± 0,34	Ср.	1,44± 0,40	Ср.	1,47± 0,49	Ср.	1,45± 0,10	Ср.
2. Мотивы занятий ФК	1,59± 0,31	Ср.	1,55± 0,45	Ср.	1,56± 0,29	Ср.	1,75± 0,38	Ср.	1,63± 0,59	Ср.	2,02± 0,32	Ср.
3. Ф-С активность	0,61± 0,16	Н.ср.	0,62± 0,29	Н.ср.	0,54± 0,22	Н.ср.	0,67± 0,23	Н.ср.	0,53± 0,19	Н.ср.	1,10± 0,47	Ср.
4. Теоретическая подготовленность	0,52± 0,46	Н.	0,96± 0,49	Н.	3,9± 2,29	Н.ср.	0,61± 0,44	Н.	0,84± 0,44	Н.	5,36± 1,56	Ср.
5. Методико-практ. подготовленность	2,82± 1,38	Н.ср.	2,01± 1,46	Н.	3,64± 1,61	Н.ср.	2,09± 1,33	Н.	1,97± 1,11	Н.	6,81± 0,88	Ср.
6. Физическая подготовленность	4,57± 1,83	Ср.	5,25± 0,97	Ср.	4,48± 1,7	Н.ср.	4,54± 1,89	Н.ср.	4,87± 1,69	Ср.	5,24± 1,62	Ср.
7. Соматическое здоровье	5,13± 3,21	Н.ср.	7,24± 3,41	Ср.	4,46± 2,75	Н.ср.	5,94± 3,11	Н.ср.	6,54± 3,33	Н.ср.	7,09± 3,42	Ср.
8. Физкультурная образованность		Н.ср.		Н.ср.		Н.ср.		Н.ср.		Н.ср.		Ср.



- 1 — потребности в физкультурно-спортивной деятельности;
 2 — мотивация занятий;
 3 — активность в физкультурно-спортивной деятельности;
 4 — интегральный показатель успеваемости;
 5 — уровень соматического здоровья.

Рис. 2. Динамика показателей физической образованности студентов за период с начала 1997 по конец 1999 учебных годов

теоретическими знаниями и методико-практическими умениями ($p < 0,01-0,001$), однако, в экспериментальной группе они оказались достоверно выше (в 1,2–1,4 раза), что является следствием повышения мотивации студентов, усиления образовательной направленности занятий, а так же результатом активного включения студентов в регламентированную самостоятельную познавательно-практическую деятельность;

— применение на практике экспериментальной программы позволило достоверно повысить общий уровень физической подготовленности как юношей, так и девушек экспериментальной группы ($p < 0,05$):

— у юношей достоверные увеличения обнаружены в показателях тестирования общей и силовой выносливости (3,5%, 15,5%), а так же скоростно-силовых качеств (7,9%) ($p < 0,05$), у девушек —

в уровне скоростно-силовых качеств (9,8%), гибкости (12%), силовой выносливости (27,4%) ($p < 0,05 - 0,01$);

— у юношей контрольной группы при статистически достоверном улучшении скоростно-силовых способностей (12,2%), ($p < 0,001$), произошло достоверное снижение показателей скоростной (2,5%) и общей выносливости (5%) ($p < 0,05 - 0,001$), у девушек контрольной группы положительных сдвигов в уровне физической подготовленности не выявлено, причем достоверно ухудшились показатели гибкости (12,5%), скоростной и общей выносливости (3,5%, 7%), ($p < 0,05 - 0,01$);

— в итоге интегральный показатель успеваемости студентов экспериментальной группы повысился в 2,3-2,4 раза и достиг среднего уровня у студентов контрольной группы наблюдается его повышение в 1,4-1,5 раз, и соответствие показателям ниже среднего уровня;

— уровень соматического здоровья, как девушек, так и юношей контрольной группы незначительно снизился ($p > 0,05$), у студентов экспериментальной группы наблюдается достоверное ($p < 0,05$) повышение уровня соматического здоровья, что является следствием изменений функциональных возможностей кардиореспираторной системы, о чем свидетельствуют результаты контрольных испытаний общей выносливости;

— организация образовательного процесса по экспериментальной программе вызывает у студентов достоверно большее устойчивое эмоционально благоприятное состояние и желание действовать ($p < 0,05 - 0,001$), а так же большую удовлетворенность прошедшими занятиями, нежели по традиционной (в 1,5-2 раза).

В целом при итоговом тестировании физкультурная образованность студентов экспериментальной группы по изучаемым параметрам повысилась и соответствовала показателям среднего уровня, в то время как в контрольной группе осталась на прежнем уровне «ниже среднего».

Подводя итог анализу результатов исследования, можно констатировать, что достоверные позитивные изменения в потребности-мотивационной сфере и уровне владения физкультурной грамотностью студентов экспериментальной группы согласуются с достоверным увеличением их физкультурно-спортивной активности. В свою очередь увеличение физкультурно-спортивной ак-

тивности студентов экспериментальной группы сказалось на достоверных изменениях уровня физической подготовленности и уровня их соматического здоровья, в основном в результате совершенствования комплекса морфофункциональных показателей, в частности, кардиореспираторной системы.

ВЫВОДЫ

1. В целом физкультурную образованность студентов контрольной и экспериментальной групп на начало эксперимента можно было охарактеризовать как равную и по своим основным показателям соответствующую уровню «ниже среднего», а именно:

- физкультурно-спортивные потребности и мотивы занятий физической культурой — средний уровень;

- активность в физкультурно-спортивной деятельности — ниже среднего уровня ($p > 0,05$);

- теоретическая и методико-практическая подготовленность — низкий уровень, за исключением юношей контрольной группы, которые в разделе методико-практической подготовленности показали уровень «ниже среднего» ($p > 0,05$);

- физическая подготовленность студентов соответствовала среднему уровню, за исключением юношей экспериментальной группы, имеющих в этом разделе контроля уровень «ниже среднего» ($p > 0,05$);

- соматическое здоровье юношей контрольной и экспериментальной групп было ниже среднего уровня. У девушек контрольной группы выявлен средний уровень соматического здоровья, а у студенток экспериментальной — ниже среднего ($p > 0,05$).

2. Сущность концепции физкультурного образования студентов с элементами самообразования заключается в том, что повышение эффективности физкультурного образования возможно на основе оптимального использования вариативного компонента его содержания и введения в образовательный процесс управляемой системы самостоятельной работы студентов.

Содержание базового компонента физкультурного образования студентов с использованием элементов самообразования реализует требования государственного образовательного стандарта. Содержание вариативного компонента составлено на основе дифференциации физкультурно-спортивных интересов студентов, а так же включает блок теоретических знаний и методико-

практических умений по основам физкультурного самообразования, способствующих формированию мотивационного, эмоционального и инструментального компонентов самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности.

3. Общая логика планирования заключается в том, что по мере обучения доля базового компонента образования уменьшается, а вариативного – возрастает. Кроме того, возрастает объем регламентированной самостоятельной работы студентов. Основными задачами двух первых семестров обучения являются: освоение студентами базовых основ знаний и методико-практических умений описывающего и объясняющего характера, развитие общих кондиционных и двигательных способностей (возможно за счет вариативной части). В третьем и четвертом семестрах основной акцент сделан на обучение основам самообразования (знания предписывающего и связующего характера, методика составления и реализации индивидуальных программ самосовершенствования), а так же на развитие специальных кондиционных и двигательных способностей.

4. Предложена система диагностики физкультурной образованности студентов, которая за счет расширения поля диагностируемых качеств позволяет сместить критерии эффективности образовательного процесса по предмету «Физическая культура» с традиционно принятых нормативов физической подготовленности на потребностно-мотивационную и когнитивную сферу личности, а так же состояние соматического здоровья студентов.

5. Организация образовательного процесса по экспериментальной программе вызывает у студентов достоверно большее устойчивое эмоционально благоприятное состояние и желание действовать ($p < 0,05 - 0,001$), а так же большую удовлетворенность прошедшими занятиями, нежели по традиционной (в 1,5–2 раза).

6. Итоги экспериментального исследования свидетельствуют о положительных изменениях в уровне и характере мотивации занятий физической культурой, а так же физкультурно-спортивной активности студентов экспериментальной группы ($p < 0,001$). Достоверных положительных изменений в потребностно-мотивационной сфере и физкультурно-спортивной активности у студентов контрольной группы не произошло ($p > 0,05$).

7. У студентов экспериментальной группы наблюдается достоверно большее повышение уровня владения теоретическими зна-

ниями и методико-практическими умениями ($p < 0,001$), нежели у студентов контрольной группы.

8. Улучшился уровень физической подготовленности студентов экспериментальной группы: у юношей достоверные увеличения обнаружены в показателях тестирования общей и силовой выносливости и скоростно-силовых качеств ($p < 0,05$), у девушек – в уровне скоростно-силовых качеств, гибкости, силовой выносливости ($p < 0,05-0,01$). В то же время у юношей контрольной группы при улучшении скоростно-силовых способностей ($p < 0,001$) произошло снижение показателей скоростной и общей выносливости ($p < 0,05-0,001$), у девушек контрольной группы положительных сдвигов в уровне физической подготовленности не выявлено, причем достоверно ухудшились показатели гибкости, скоростной и общей выносливости ($p < 0,05-0,01$).

9. Уровень соматического здоровья как девушек, так и юношей экспериментальной группы достоверно повысился ($p < 0,05$), у студентов контрольной группы наблюдалось незначительное снижение ($p > 0,05$) уровня соматического здоровья.

10. В результате педагогического эксперимента физкультурная образованность студентов экспериментальной группы по изучаемым параметрам повысилась и соответствовала показателям среднего уровня, в то время как в контрольной группе осталась на прежнем уровне «ниже среднего».

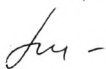
Ведущими факторами повышения уровня физкультурной образованности студентов явились оптимальное использование в образовательном процессе возможностей вариативного компонента содержания примерной программы по предмету «Физическая культура» и управляемой системы самостоятельной работы, способствующих активизации познавательно-практической деятельности студентов по освоению ценностей физической культуры и формированию ее мотивационного, эмоционального и инструментального компонентов.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод о том, что гипотеза исследования была подтверждена его результатами.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Манжелей И. В. Решение задач физического воспитания студентов // Прикладная физическая подготовка как средство обеспечения физической готовности молодежи к военной службе и профессиональной деятельности: Материалы региональной научно-практ. конференции. Тюмень: Вектор Бук, 1998. С. 25-27.
2. Манжелей И. В., Важенина Е. Н. Психофизическое состояние студентов // Состояние и перспективы совершенствования физической культуры в системе образования. Часть 2. Омск: СибГАФК, 1998. С. 164-167.
3. Манжелей И. В., Важенина Е. Н. Физическое воспитание студентов. Валеология: проблемы и перспективы развития // Тез. Международной научно-практ. конф. / Ижевск: Изд-во Удм. Ун-та, 1998. С. 141-143.
4. Манжелей И. В. Повышение эффективности физкультурного образования студентов // Разработка и реализация проектов и программ развития образовательных учреждений: Материалы Всероссийской научно-практ. конференции. Тюмень: ТюмГУ, 1998. С. 26-28.
5. Манжелей И. В., Потапов В. Н. Интегрированная программа по предмету «Физическая культура» для студентов // Состояние и пути развития многоуровневого физкультурного образования: Сборник научных трудов 2-й Межрегиональной научно-практ. конференции. Тюмень: Вектор-Бук, 1999. С. 47-49.
6. Манжелей И. В., Потапов В. Н., Важенина Е. Н. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании студентов // Актуальные теоретические и практические аспекты восстановления и сохранения здоровья человека. Сборник научных трудов. Тюмень: Вектор Бук, 1999. С. 195-198.
7. Манжелей И. В. Теоретическая и методико-практическая подготовка студентов по предмету «Физическая культура» // Реализация государственных общеобразовательных стандартов в подготовке кадров, связанных с физической культурой и спортом: Материалы межрегиональной научно-метод. Конференции. Омск: СибГАФК, 1999. С. 161-162.
8. Манжелей И. В., Хлынова М. Э., Тихомирова Н. А. Методико-практические занятия студентов по предмету физическая культура // Вузовская физическая культура и студенческий спорт: Состояние и перспективы совершенствования. Ишим: Изд-во ИГПИ им. П. П. Ершова, 1999. С. 22-24.
9. Манжелей И. В. Самостоятельная работа студентов по предмету «Физическая культура» // Состояние и перспективы совершенствования общего физкультурного образования: Материалы научно-практической конференции. Тюмень: Вектор Бук, 1999. С. 97-100.
10. Важенина Е. Н., Манжелей И. В., Хабарова О. С. Мотивация занятий физической культурой // Состояние и перспективы совершенствования общего физкультурного образования: Материалы научно-практической конференции. - Тюмень: Вектор Бук, 1999. С. 100-102.
11. Манжелей И. В., Потапов В. Н., Важенина Е. Н. Здоровье и физическая культура студентов. Учебное пособие для самостоятельной работы студентов. Ч. 1. Тюмень: ТюмГУ, 1999. 44 с.

Соискатель



И. В. Манжелей

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТОК
СРОКОВ ВОЗВРАТА

КНИГА ДОЛЖНА БЫТЬ
ВОЗВРАЩЕНА НЕ ПОЗЖЕ
УКАЗАННОГО ЗДЕСЬ СРОКА

Колич. пред. выдач.

ЧПО «Книга».

20 ИЮН 2018

02353

451

M233

Манжелей И.В.

Повышение эффективно-
сти физкультурного
образования студентов
основного отделения
гуманитарных вузов на
основе использования
элементов самообразо-
вания: Автореф. дис. на
соиск. учен. степ. канд.
пед. наук.
1999

15.04.04. *Кис*

20 ИЮН 2018

ЛР 020405 от 14.05.97

Подписано в печать 05.11.99. Тираж 100 экз.

Объем 1,0 уч.-изд. л. Формат 60x84/16. Заказ 516.

Издательство Тюменского государственного университета
625000, г. Тюмень, ул. Семакова, 10.

