

CONCERNING COMPOSITION OF
SCIENTIFICALLY REASONABLE
PROGRAMS OF PHYSICAL EDUCATION
IN THE UNIVERSITY

Kh. Sanosyan, Candidate of Education, Associate Professor
S. Meghrabyan, Associate Professor
R. Martirosyan, Associate Professor
M. Avetisyan, Lecturer
M. Aghamyan, Lecturer
H. Aristakesyan, Lecturer
L. Yasakova, Lecturer
Y. Kosolapova, Scientific Associate
State Engineering University of Armenia, Armenia

Information allowing to provide scientifically reasonable improvement of physical education programs at universities is presented in the article.

Keywords: University, subject, program, physical education, research, result, implementation.

Conference participants, National championship in scientific analytics, Open European and Asian research analytics championship

К ВОПРОСУ СОСТАВЛЕНИЯ НАУЧНО
ОБОСНОВАННЫХ ПРОГРАММ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ

Саносян Х.А., канд. пед. наук, доцент
Меграбян С.Р., доцент
Мартirosян Р.С., доцент
Аветисян М.С., преподаватель
Агамян М.Г., преподаватель
Аристакесян У.Б., преподаватель
Ясакова Л.П., преподаватель
Косолапова Е.Н., науч. сотр.

Государственный инженерный университет Армении
(Политехник), Армения

В статье представлены материалы, позволяющие обеспечить научно обоснованное совершенствование программ физвоспитания в вузах.

Ключевые слова: вуз, предмет, программа, физическое воспитание, исследования, результат, внедрение.

Участники конференции, Национального первенства по научной аналитике, Открытого Европейско-Азиатского первенства по научной аналитике

Международная интеграция в вузовской сфере физического воспитания осуществляется в соответствии с руководящими документам Болонского соглашения с обязательным количеством часов преподавания предмета и соответствующего кредита при посещении 50 % времени. Качественная сторона процесса должна обеспечиваться с учетом традиций, возможностей, использования накопленного опыта и внедрения в учебный процесс результатов новейших исследований.

Актуальность работы обусловлена составлением программы предмета физвоспитания для бакалавриата с учетом традиций, возможностей и данных новейших исследований для реализации в учебном процессе Государственного инженерного университета Армении (Политехник).

Цель работы: составление современной научно обоснованной программы физического воспитания для уровня бакалавриата.

Накопленный опыт и проведенные работы позволили формировать направления исследований, которые решались в виде локальных задач:

1. Обоснование необходимости проведения занятий по физической культуре и ее роли в решении оборонных, практических прикладных задач и здорового образа жизни.

2. Выявление оптимальных диапазонов физической нагрузки студенческой молодежи и новейших

разработок в исследуемом направлении.

3. Истоки, традиции, возможности вуза и современная система организации учебного процесса.

Методы исследования: обзор и анализ литературы, мысленное моделирование, математико-статистические методы исследований.

Результаты:

1. Обоснование необходимости проведения занятий по физической культуре и ее роли в решении оборонных, практических прикладных задач и здорового образа жизни.

Приоритетным является важность физической культуры и спорта, необходимость элемента прочувствования радости движения и создания привязанности к движениям (занятием спортом). Являясь основным компонентом здорового образа жизни, занятие и чувство привязанности к движением (спорту) позволяют отвлечь студентов от привыкания или создания привязанности к вредным привычкам: к алкоголю, никотину и наркомании. В данном случае речь идет об оптимальном использовании целевых средств, затрачиваемых на предмет физической культуры (в рассматриваемом случае на уровне вузовской физкультуры и спорта).

Оптимальность значения пунктов 2 и 3 решаемых задач позволяет провести оптимальный подбор физической нагрузки, что положительно влияет на тренированность и

физическую подготовленность студентов.

2. Выявление оптимальных диапазонов физической нагрузки студенческой молодежи и новейших разработок в исследуемом направлении.

С учетом накопленного банка данных педагогики и спортивной науки практически значимыми явились исследования В.К. Бальсевича [1] с обобщением всех исследований по выявлению сенситивных периодов проявления (и оптимальности воздействия) определенных физических качеств.

В организации физического воспитания необходимо учесть научно обоснованное оптимальное количество физической нагрузки студенческой молодежи, представленное в [6, 7]. Проведено сравнение с параметрами, характеризующими интеллект студента и физическую нагрузку [6, 7], обоснованы оптимальные объемы обязательных уроков физкультуры (4-6 часов в неделю), способствующие повышению умственных возможностей студентов и снижению их при интенсивных тренировочных занятиях (при 10 и более часов в неделю) [6, 7]. Подход Санникова Н.И. (2006) [11] позволяет определить трудоемкость учебного материала (теоретический курс), представить оптимальные диапазоны нагруженности студентами лекционных курсов с учетом [6, 7] и результаты расчета соотношения теоретических и практических занятий.

Истоки и современная система организации тренировочного процесса представлены нами в [8]. Корректировка физической нагрузки с учетом результатов контроля с прикладных позиций обобщена в [2-4]. Макет анализа системы образования в сфере физической культуры и спорта и его совершенствования в свете международной интеграции в РА представлен в [9]. В отмеченной работе вопросы программного обеспечения организации физического воспитания и спорта в ГИУА (источки, традиции и возможности вуза) рассмотрен поверхностно.

3. Истоки, традиции, возможности вуза и современная система организации учебного процесса.

С 90-х годов XX века организация физического воспитания в ГИУА (Политехник) по инициативе зав. кафедрой профессора А.А. Кочкина была организована в виде спортизированных уроков [5]. С учетом возможностей ГИУА (спорткомплекс с залами для гандбола, волейбола, баскетбола, тренажерного зала и залы для занятий по тяжелой атлетике, единоборствам, отопляемый 25 метровый плавательный бассейн) базовыми видами спорта стали плавание, волейбол, баскетбол, гандбол, виды единоборств (дзюдо, вольная и классическая борьба, бокс), тяжелая атлетика, атлетизм. Занятия со студентами специальной медицинской группы и лечебной физкультуры организованы отдельно. Группы комплектовались на основе данных медицинского осмотра с учетом подготовленности и пожеланий студентов в соответствии с расписанием. Все залы были разделены по ширине от двух до четырех миниволейбольных и баскетбольных площадок с установлением дополнительных щитов и волейбольных сеток. В зале для занятий гандболом, волейбольные площадки, будучи укороченными на метр, позволяли охватить до 48 чел. При игре в баскетбол на мини-площадке более высокая скоростная составляющая нагрузки очевидна. Организационные изменения позволили заинтересовать студента и поднять моторную плотность урока. Использовалась 100- балльная

система оценивания с учетом посещений (до 40 баллов), теоретической составляющей (до 9 баллов) и контрольной сдачи нормативов ОФП (до 30) и СФП (до 20 баллов). Студент имел право сдачи нормативов только при условии 50 % посещений занятий (не менее 32 баллов). Показатели: 41-60 - удовлетворительно, 61-80 - хорошо и 81- 100 - отлично. Нормативы ОФП при не менее 50 процентном посещении сдавались в период промежуточной аттестации в середине семестра, нормативы СФП - в конце семестра. Контроль и обобщение данных для представления их в деканаты возлагалось на кураторов (зам. деканов по спорту, преподавателей кафедры) факультета по спорту. Преподавание проводилось на трех курсах в неделю от 4 до 6 часов. При организации спортизированных уроков применялись разработки Л. Н. Лубышевой, В. К. Бальсевича и др. ведущих специалистов.

В настоящее время, сохраняя внутреннюю структура предмета (теоретическая часть, посещение со сдачей нормативов ОФП и СФП и технико-тактической подготовкой по виду спорта), студент посредством контрольных нормативов, выявляя уровень подготовленности, оценивается “зачтено” или “незачтено” с получением соответствующего кредита. Семестр охватывает 16 учебных недель. Первая неделя предоставляется для теоретического курса. Промежуточные и зачетные требования должны сдаваться на 9-ой и 16-й неделе. С учетом данного регламента составлены рабочий план, программа предмета с приложением тематических планов по специализациям для четырех семестров и групп спортивного совершенствования. Работа со студентами специальных групп организуется с учетом рекомендации медицинского осмотра.

Обсуждение результатов. Говоря об аргументации необходимости занятий физической культурой, основополагающим является необходимость организации тренировочного урока на высоком профессиональном уровне с вовлечением эффективных инновационных подходов.

Преподаватель должен суметь

обеспечить межпредметную связь с техникой движений и изучаемых дисциплин. Пример 1. В процессе обучения плаванию одним из основных компонентов алгоритма обучения является элемент “пассивного” плавания – лежа на спине неподвижно на поверхности воды, что возможно при полном расслаблении и лежании горизонтально (лежа лежа, а не лежа сидя). Студенту указывается на изменение площади горизонтальной опоры при лежании нормально и согнувшись (сидя), что позволяет на практике почувствовать студенту силу Архимеда. Пример 2. При освоении старта с тумбочки одним из эффективных методов является использование принципа кавинтации. Путем подводных упражнений возможны выбор оптимального вхождения в воду с созданием воздушного слоя вокруг тела (кавинтации), что практически убирает сопротивление воды и удлиняет диапазон скольжения в воде. Этот феномен в физике известен как принцип “кавинтации”. Данный принцип используется для увеличения скорости торпед и носит название “суперкавинтации”.

Все это возможно только при высоком профессионализме и информированности преподавателя.

При организации спортизированных уроков физвоспитания, необходимо совершенствование расчетного механизма физической нагрузки, возможные пути которого представлены в [5, 10].

В системе требований международной интеграции не обосновано занижение 50 % времени необходимого для положительной оценки посещений занятий по предмету физвоспитания.

Возврат с рейтинговой системы (используемая 100 балльная система оценивания) к зачетной, которая принята в других вузах республики, на наш взгляд является шагом назад.

Накопленный банк данных позволяет совершенствовать узловые требования в пунктах международной интеграции, в том числе путем повышения планки обязательных посещений предмета.

Выводы:

1. Представлены материалы, позволяющие обеспечить научно обо-

снованное совершенствование программ физвоспитания в вузах.

2. Совершенствование стыковочных требований в документах международной интеграции позволит повысить статус предмета физического воспитания.

3. Представленная работа является промежуточным обобщением (рабочей группы авторов (статьи) разработчиков программы предмета физвоспитания в ГИУА), развитие которой будет способствовать обсуждению с привлечением заинтересованных специалистов.

References:

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека.-М.: Т и ПФК, 2000.- 275 с.

2. Беседина Л. А., Абросимов А. О. Методические основы физического воспитания в вузе// В кн.: Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития: Мат. III Межд. электронной научно-практ. конф. (24–25 мая 2013 г.).- Красноярск, 2013.- С. 9-11.

3. Доронина Н. В., Коломийцева Н. С., Кагазежева Н. Х. Определение уровня физического состояния организма и коррекции содержания занятий физическими упражнениями по результатам контроля// В кн. Физиче-

ское воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития; Мат. III Межд. электронной научно-практ. Конф. (24–25 мая 2013 г.).- Красноярск 2013.-С. 29-32.

4. Казанцев Е. М., Донгузов А. Н. Определение нагрузки спортсмена средствами пульсометрии//В кн.: Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития: Мат. III Межд. электронной научно-практ. конф. (24–25 мая 2013 г.). – Красноярск, 2013.- С. 105-108.

5. Кочикян А.А., Саносян Х. А. Организация уроков по физическому воспитанию и спорту в технических вузах: Прикладн. учебник для неспециализированных вузов на армянском языке) Ереван, Чартарагет.- 2010.- 215 с.

6. Медведкова Н. И., Медведков В. Д., Нохрин М. Ю., Илькевич К. Б. Зависимость коэффициента интеллекта от уровня двигательной активности первокурсников/ В Журнале “Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта” Выпуск: 2 (96) 2013, 11 марта 2013 Стр: 102-105.

7. Медведкова, Н.И. Медведков В. Д., Уровень интеллекта студентов (борцов, ударников и будущих учителей физической культуры) физкультурного вуза // Основные направления развития единоборств: Мат. Всерос.

науч.-практ. конф. - Чайковский, 2008. - С. 63-65.

8. Саносян Х.А., Меграбян С.Р. Истоки и современная система организации тренировочного процесса (электронный ресурс) gisap.eu/ru/node/7570

9. Саносян Х. А., Меграбян С. Р., Мартиросян Р. С., Давтян Е. Л. Макет анализа системы образования в сфере физической культуры и спорта и его совершенствования в свете международной интеграции//Сб. мат. XI Международной научно-практической конференции «Проблемы современной педагогики в контексте развития международных образовательных стандартов» (Одесса, Лондон, 28 января -5 февраля 2013 года).- Одесса, 2013. (электронный ресурс) <http://gisap.eu/ru/node/18984>

10. Саносян Х.А. Классификация физических упражнений и физической нагрузки: анализ и обоснование современных подходов// Современные проблемы развития человеческого общества: Сб. мат. VII Межд. научно-практ. конф. (Одесса, Лондон, 21 - 28 июля 2011 года).- Odessa, InPress, 2011.- С. 47- 51. (электронный ресурс) <http://gisap.eu/ru/node/744> , http://gisap.eu/sites/default/files/VII_conference.pdf

11. Санникова Н.И. Алгоритм определения трудоемкости учебного материала. ТиПФК.- N 2, 2006 г.

