

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИНСТРУМЕНТЫ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**



Ацамаз Таирбекович Бурдухи ^{1АБ}, Анна Николаевна Коноплева ²,
Анзор Адиевич Хежев ³, Угурли Хажисмелович Карданов ⁴

*Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х. М. Бербекова ^{1А, 2, 3, 4}
Нальчик, Россия*

*Северо-Осетинская государственная медицинская академия Министерства здравоохранения Российской Федерации ^{1Б}
Владикавказ, Россия*

^{1А} Аспирант

^{1Б} Аспирант, начальник студенческого спортивного клуба
тел.: +7(961)824-90-04, e-mail: buhurdi@yandex.ru
ORCID 0009-0002-5733-5613

² Кандидат педагогических наук, доцент, доцент Института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования
тел.: +7(903)492-79-93, e-mail: konopleva_1975@mail.ru
ORCID 0000-0002-1997-4505

³ Кандидат педагогических наук, доцент, доцент Института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования
тел.: +7(928)873-00-00, e-mail: fah11061987@mail.ru
ORCID 0000-0002-1944-4002

⁴ Старший преподаватель Института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования
тел.: +7(928)723-37-32, e-mail: fah11061987@mail.ru
ORCID 0000-0002-4022-205X

Аннотация. Физическая подготовка студентов в современной системе образования занимает особое место. Влияние физической подготовки на здоровье студентов и в целом на их жизнедеятельность повышается. Однако необходимо подбирать эффективные педагогические инструменты, которые в целом повысят уровень физической подготовки в вузе. Необходимость разработки и внедрения новых педагогических механизмов объясняется тем, что меняются требования к личности студента, будущего специалиста. В среде студенческой молодежи наблюдается негативная тенденция в отношении занятий физической культурой и спортом. Одной из причин такого отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом является применение не современных педагогических приемов и методов обучения, что снижает среди них уровень мотивации. В связи с этим необходимо разрабатывать и внедрять в практическую деятельность современные инновационные педагогические инструменты физической подготовки студентов. Особое внимание следует уделять инновационным и интерактивным педагогическим методам, которые в свою очередь позволят повысить уровень мотивации к занятиям физической культурой среди студентов. Современное общество в условиях высоких темпов социально-экономического развития формирует ряд особенных требований к личности, которая должна быть полноценно сформированной и обладать определенными навыками, знаниями и умениями.

Ключевые слова: педагогика, физическая подготовка, инновации, информационные технологии, мотивация, здоровый образ жизни, тренировки, умения, навыки, спорт.

Для цитирования: Педагогические инструменты повышения эффективности физической подготовки студентов вузов / А. Т. Бурдухи, А. Н. Коноплёва, А. А. Хежев [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2024. № 1. С. 54-57. DOI: 1047438-1999-3455_2024_1_54.

Введение

Потребности производственных и воспроизводственных процессов возрастают, что также оказывает влияние на личность и требования, предъявляемые к ней. В современном обществе всесторонне развитая личность содержит в себе ценности культурного, социального и физического спектра. Эта личность, которая стремится к выполнению своих профессиональных обязанностей на высоком уровне и соблюдает принципы и правила здорового образа жизни. Физическая подготовка молодежи направлена на становление личности с определенным «набором» характеристик: высокий уровень профессиональных знаний, высокий уровень квалификации, наличие общей и физической культуры. Т.е. личность проходит физическое и социальное становление [8, с. 55].

Результаты

Профессиональное становление личности происходит в рамках образовательного процесса, который реализуется в высших учебных заведениях. Здоровье является важнейшим фактором, без которого не представляется возможным рассматривать профессиональное становление личности современного студента вуза. Здоровье является фактором, который определяет в целом развитие личности, уровень успешности в профессиональной деятельности после того, как завершится обучение в вузе [1, с. 27].

Использование современных педагогических технологий определяет уровень эффективности физического воспитания студентов. Применение современных педагогических технологий, механизмов и инструментов способствует повышению эффективности физического воспитания и подготовки студентов в вузе. Педагогические технологии, применяемые в физическом воспитании, имеют свои особенности. Следует определить сущность технологий в физическом воспитании. Так, по мнению Бальсевича В. К., технологии в физическом воспитании – это комплекс эффективных методик, средств, способов, приемов, которые направлены на то, чтобы достичь намеченного результата в спорте или повысить показатели физической подготовленности занимающихся при соответствующих формах медицинского и педагогического контроля. Технологии здоровьесбережения учащихся являются также одной из форм современных технологий физического воспитания студентов. Следует понимать сущность здоровьесберегающих технологий, так, по мнению специалистов это определенные меры, направленные на сохранение психического, физического здоровья студентов, учитывающие все уровни воздействия учебно-образовательной среды на здоровье студентов. В учебных заведениях высшего образования актуальным является вопрос совершенствования организации и методики проведения учебных и тренировочных занятий по физической культуре студентов [4, с. 87].

Выводы

В системе повышения педагогической подготовки в

сфере физической культуры и спорта необходимо комбинировать теоретические и прикладные аспекты основ физической культуры и воспитания, развития физических качеств студентов. Рассмотрим проблему исследования с позиции исторического развития. Необходимость введения физического воспитания в учебно-образовательный процесс была обоснована педагогами еще в России дореволюционного исторического этапа развития. В дальнейшем необходимость физического воспитания была очевидной. В ходе исторического развития менялись и тенденции в сфере профессиональной физической подготовки студентов. Рассмотрим самые основные тенденции, которые характерны и для современной системы педагогической подготовки в сфере физической культуры и воспитания [10, с. 77]:

- трансформация системы физического воспитания и развития, физическое воспитание становится необходимым компонентом современного образования;
- учет особенностей профессиональной в процессе физической подготовки студентов;
- совершенствование дидактического фундамента и всей системы прикладной подготовки в области физической культуры;
- использование инновационных систем в процессе физической подготовки и развития;
- разработка и внедрение в практику прикладной физической культуры новаторских педагогически методов, приемов и инструментов [2, с. 61].

Формирование и развитие навыков, умений и физических параметров, имеющих важнейшее значение для реализации профессиональных обязанностей – это основная цель профессионально-прикладной физической подготовки. Кроме того, одной из целей профессионально-прикладной физической подготовки является и развитие характеристик психофизического плана. Цель профессионально-прикладной физической подготовки в вузе определяет задачи, которые необходимо решить:

- проведение различных видов диагностики для определения уровня соответствия физической подготовки студентов определенным требованиям к профессии;
- определить степень соответствия уровня физической подготовки определенным профессиональным требованиям;
- формирование предпосылок для того, чтобы биологическая адаптация проходила максимально эффективно. Созданные предпосылки должны позитивно влиять на психофизиологические и профессиональные параметры в процессе профессиональной адаптации. Основой создания указанных условий является оптимальное соотношение вегетативной и двигательной функций;
- формирование и совершенствование личностных качеств, характеристик, которые обеспечивают эффективные социальные, психологические условия профессиональной адаптации. К числу таких качеств относятся решительность, организаторские навыки, умение работать в команде, ответственность, смелость [5, с. 87].

В рамках реализации профессионально-прикладной подготовки следует применять определенные средства,

которые состоят из комплекса специальных упражнений. Комплексы специальных физических упражнений следует формировать исходя из целей и задач профессионально-прикладной физической подготовки студентов к профессиональной деятельности. Так специальный комплекс может включать следующие компоненты: действия двигательного характера; природные факторы и соблюдение гигиенических норм [9, с. 51].

Подбор средств, методов, инструментов по реализации профессионально-прикладной физической подготовки является важным этапом, который основывается на ряде принципов:

- 1) максимальное ориентирование на задачи профессионально-прикладной физической подготовки;
- 2) максимальная реализация теоретических знаний в практические навыки и умения;
- 3) комплексное решение поставленных задач.

В процессе реализации контрольной функции при

профессионально-прикладной физической подготовке студентов вузов необходимо максимально реализовать педагогические функции. Проверка, обучение и организация - это ключевые функции педагогики в области физической культуры. Данные функции следует реализовывать качественно и в полном объеме. Необходимо, чтобы данные функции соответствовали предъявляемым требованиям. Так он должен носить индивидуальный, систематический, разнообразный, дифференцированный, объективный характер. Важно, чтобы проведением контроля занимались специалисты с высокой квалификацией [7, с. 28].

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов, интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Барыкина, М. А. Педагогика физической культуры : учебно-методическое пособие. - Волгоград : ВГАФК, 2020. - 60 с.
2. Гревцева Г.Я. Значение здоровьесберегающих технологий в процессе профессиональной подготовки студентов // Современная высшая школа: инновационный аспект. - 2019. -Т. 11. - № 1 (43). С. 59-65.
3. Калимуллина, О. А. Педагогика профессионального образования в сфере физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие. - Казань : Поволжский ГУФКСИТ, 2021. - 43 с.
4. Кочетова С.В., Прянишникова Д.Н. Физическая подготовка студентов с лишним весом // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. - 2019. - №4-1. С. 86-88.
5. Лавриненко, Н. И. Общая физическая подготовка: учебно-методическое пособие. - Великие Луки : Великолукская ГСХА, 2021. - 119 с.
6. Лобанов Ю.Я., Коваленко В.Н., Миронова О.В., Устинова О.Н. Методика тренировки студентов с низким уровнем физической подготовленности // Ученые записки университета Лесгафта. - 2018. - №2 (156). С. 126-130.
7. Мухамитянов, Ф. Д. Педагогика физической культуры: учебное пособие. - Чайковский : ЧГИФК, 2017. - 126 с.
8. Педагогика физической культуры: учебное пособие / составитель Н. В. Минникаева. - Кемерово : КемГУ, 2019. - 111 с.
9. Рютин Л.Н., Туз В.В. Повышение качества общей физической подготовки студентов // Проблемы педагогики. - 2017. - № 3 (26). С. 50-51.
10. Турабов Э.Ю., Султонов Р.У. Подготовка студентов к физической деятельности // Проблемы науки. -2020. - № 1 (49). С. 77-78.

References

1. Barykina, M. A. Pedagogy of physical culture : educational manual. Volgograd, Volgograd State Academy of Physical Culture publ., 2020. 60 p.
2. Grevtseva G.Ya. The importance of health-saving technologies in the process of professional training of students. Modern higher school: innovative aspect. 2019. Vol. 11. No. 1 (43), pp. 59-65.
3. Kalimullina, O. A. Pedagogy of vocational education in the field of physical culture and sports : educational and methodological manual. Kazan, Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism publ., 2021. 43 p.
4. Kochetova S.V., Pryanishnikova D.N. Physical training of overweight students. International Journal of Humanities and Natural Sciences. 2019. No. 4-1, pp. 86-88.
5. Lavrinenko, N. I. General physical training : educational and methodological manual. Velikiye Luki, Velikolukskaya State Agricultural Academy publ., 2021. 119 p.
6. Lobanov Yu.Ya., Kovalenko V.N., Mironova O.V., Ustinova O.N. Methods of training students with a low level of physical fitness. Scientific notes of P. F. Lesgaft University. 2018. No. 2 (156), pp. 126-130.
7. Mukhamityanov, F. D. Pedagogy of physical culture : textbook. Tchaikovsky, Tchaikovsky State Academy of Physical Culture and Sports publ., 2017. 126 p.
8. Pedagogy of physical culture : textbook. Compiled by N.V. Minnikaeva. Kemerovo, Kemerovo State University publ., 2019. 111 p.
9. Rytina L.N., Tuz V.V. Improving the quality of general physical training of students. Problems of pedagogy. 2017. No. 3 (26), pp. 50-51.
10. Turaboev E.Yu., Sultonov R.U. Preparing students for physical activity. Problems of science. 2020. No. 1 (49), pp. 77-78.

Поступила в редакцию 15.12.2023
Подписана в печать 28.03.2024

Original article

UDC 796

DOI: 10.47438/1999-3455_2024_1_54

PEDAGOGICAL TOOLS TO IMPROVE THE EFFECTIVENESS OF PHYSICAL TRAINING OF UNIVERSITY STUDENTS

Atsamaz T. Burdukhi ^{1AB}, Anna N. Konopleva ², Anzor A. Khezhev ³,
Ugurli Kh. Kardanov ⁴

*Kabardino-Balkarian State University named after Kh. M. Berbekov ^{1A, 2, 3, 4}
Nalchik, Russia*

*North Ossetian State Medical Academy of the Ministry of Health of the Russian Federation ^{1B}
Vladikavkaz, Russia*

^{1A} Postgraduate student

^{1B} Postgraduate student, Head of Student Sports Club

ph.: +7(961)824-90-04, e-mail: buhurdi@yandex.ru

ORCID 0009-0002-5733-5613

*² PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Institute of Pedagogy, Psychology and Physical Culture and
Sports Education*

ph.: +7(903)492-79-93, e-mail: konopleva_1975@mail.ru

ORCID 0000-0002-1997-4505

*³ PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Institute of Pedagogy, Psychology and Physical Culture and
Sports Education*

ph.: +7(928)873-00-00, e-mail: fah11061987@mail.ru

ORCID 0000-0002-1944-4002

⁴ Senior Lecturer at the Institute of Pedagogy, Psychology and Physical Culture and Sports Education

ph.: +7(928)723-37-32, e-mail: fah11061987@mail.ru

ORCID 0000-0002-4022-205X

Abstract. Physical training of students occupies a special place in the modern education system. The influence of physical training on the health of students and on their life activity in general is increasing. However, it is necessary to select effective pedagogical tools that will generally increase the level of physical training at the university. The need to develop and implement new pedagogical mechanisms is explained by the fact that the requirements for the personality of a student and a future specialist are changing. Among students, there is a negative trend towards physical education and sports. One of the reasons for this attitude of students towards physical education and sports is the use of non-modern pedagogical techniques and teaching methods, which reduces the level of motivation among them. In this regard, it is necessary to develop and implement modern innovative pedagogical tools in practical activities to increase the effectiveness of physical training of university students. Particular attention should be paid to innovative and interactive pedagogical methods, which in turn will increase the level of motivation for physical education among students. Modern society, in conditions of high rates of socio-economic development, creates a number of special requirements for the individual, who must be fully formed and have certain skills, knowledge and abilities.

Keywords: pedagogy, physical training, innovation, information technology, motivation, healthy lifestyle, training, abilities, skills, sports

Cite as: Burdukhi, A. T., Konopleva, A. N., Khezhev, A. A., Kardanov, U. Kh. (2024) Pedagogical tools to improve the effectiveness of physical training of university students. *Physical Culture and Health*. (1), 54-57. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2024_1_54.

Received 15.12.2023

Accepted 28.03.2024