
УДК 378:796
ББК 74.580.054
П 31

В.А. Петьков

Доктор педагогических наук, профессор кафедры педагогики и технологий дошкольного и начального образования Армавирской государственной педагогической академии; E-mail: valerype@mail.ru

**ОРГАНИЗАЦИЯ САМОРАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА У СТУДЕНТОВ ВУЗА**
(Рецензирована)

Аннотация. В статье раскрывается содержание деятельности по организации саморазвития потенциальных физических возможностей студентов. Автор научно обосновывает один из способов его решения — проектирование саморазвития у студентов физического потенциала, который логически трансформируется в процесс профессионального физического самовоспитания студента. Показателями эффективности разработанного подхода являются позитивные изменения, произошедшие в физкультурно-спортивной компетентности студентов.

Ключевые слова: потенциальные возможности студентов, физический потенциал, физические ресурсы, траектории развития физического потенциала, педагогическая поддержка процесса саморазвития, проектирование саморазвития физического потенциала, физкультурно-спортивная компетентность студентов.

V.A. Petkov

Doctor of Pedagogy, Professor of Department of Pedagogy and Techniques of Preschool and Primary Education, Armavir State Pedagogical Academy; E-mail: valerype@mail.ru

**ORGANIZATION OF SELF-DEVELOPMENT
OF PHYSICAL POTENTIAL AT STUDENTS
OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION**

Abstract. The paper discusses the content of activity related to the organization of self-development of potential physical possibilities at students. The author proves scientifically one of the ways of its decision, namely: design of self-development of physical potential which is logically transformed to process of professional physical self-education of the student. Indicators of efficiency of the developed approach are the positive changes which have occurred in sports competence of students.

Keywords: potential possibilities of students, physical potential, physical resources, trajectories of development of physical potential, pedagogical support of process of self-development, design of self-development of physical potential, sports competence of students.

Одним из направлений гуманизации физического воспитания студентов является поддержка процессов развития их потенциальных возможностей. В педагогике это понятие используется в разных контекстах. Исследуется ценностный потенциал физической культуры (Л.И. Лубышева, В.И. Столяров);

вводится понятие «аксиологический потенциал» (О.В. Сальдаева), «лидерский потенциал» (О.А. Павлова), «двигательный потенциал» (В.К. Бальсевич, В.А. Запорожанов). Физический потенциал рассматривается как составная человеческого потенциала (Г.Л. Апанасенко, Б.М. Бим-Бад, А.В. Лотоненко,

И.В. Муравов) и «основание для раскрытия и приумножения всех видовых потенциалов» (Н.В. Кузьмина). Отмечается фундаментальный характер законов развития физического потенциала человека (В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева), сформировавшихся еще в филогенезе. Философско-психологический аспект развития физического потенциала обсуждается в работах В.Г. Бахура, Л.П. Гримака, прикладной аспект — Л.П. Матвеева, И.В. Муравова. Принципы управления развитием физического потенциала человека разработаны В.К. Бальсевичем, методика определения и оценки физического потенциала студентов предложена Н.М. Юдиной.

Антропологический подход к исследованию сущности человека позволяет рассматривать физический потенциал как часть человеческого потенциала, включающего в себя индивидуальные характеристики (задатки, способности) и умения и качества для его реализации [1].

Анализ методологических подходов к рассмотрению сущности физического потенциала человека позволил дать собственное определение этому понятию. Под «*физическим потенциалом человека*» нами понимается качественная и количественная характеристика индивидуальных ресурсов человека, включающих в себя комплекс возрастных, антропометрических, функциональных и психомоторных возможностей организма, обеспечивающих продуктивную двигательную деятельность.

Исследование физического потенциала в контексте биологических, физиологических и психомоторных проявлений носит утилитарный характер, поскольку отражает сугубо биологические потребности человека в двигательной активности. Поэтому проблему становления физического потенциала человека необходимо рассматривать в контексте культурологического подхода, используя культуру как среду, развивающую личность. В этом аспекте возможно применение теорий возвышения потребностей в сфере физической культуры [2], формирования физической культуры личности [3], физиче-

ской подготовки [4], «транстеоретической модели изменения поведения личности» [5], обозначающих субъектный, индивидуально-личностный характер развития физического потенциала человека.

При таком подходе, используя представления о физическом потенциале как о структурном элементе «само...» процессов, развитие физического потенциала осознаётся на уровне субъективной значимости и становится одной из высших потребностей, выступающей в качестве элемента культуры, субъекта и механизма регуляции его поведения. Удовлетворение данной потребности осуществляется в процессе самостоятельно организуемой субъектом физкультурно-спортивной деятельности, направленной на максимальную реализацию потенциальных физических и личностных возможностей человека.

Отличительными признаками актуализации потребности в саморазвитии физического потенциала можно считать единство проявлений когнитивной, эмоционально-ценностной, психомоторной и поведенческой сфер физкультурно-спортивной деятельности; наличие стремления самостоятельно и целесообразно планировать развитие своего физического потенциала в разнообразной профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности, в часы досуга и отдыха; превращение норм физической культуры в привычку, в естественный регулятор поведения и деятельности; актуализация процессов самопознания, самоорганизации, самоуправления, самореализации и самосовершенствования; увеличение недельного двигательного объема за счет самостоятельных занятий физическими упражнениями, что, в свою очередь, стимулирует тенденцию актуализации развития физического потенциала.

Саморазвитие физического потенциала — сложный процесс, включающий в себя осуществление следующей цепочки действий: целеполагание (умение ставить перед собой значимые цели и задачи) → планирование

(умение выбирать средства и способы, действия и приемы) → самоконтроль (умение осуществлять сопоставление результатов деятельности с запланированными) → коррекция (умение своевременно вносить поправки в саморазвивающую деятельность). Проектирование процесса физического саморазвития в высшей школе должно логически трансформироваться в профессиональное самовоспитание студента. Профессиональное самовоспитание в сфере физической культуры означает не только развитие физкультурно-спортивных знаний и двигательных качеств, но и использование средств профессионально-прикладной физической подготовки.

Реализация субъектного подхода в обучении предполагает изменение педагогических функций преподавателя физического воспитания вуза: от трансляции знаний и способов физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности — к проектированию индивидуальной траектории физического развития, спортивной деятельности и оздоровлению каждого студента. Проектирование должно осуществляться на основе принципов личностных приоритетов, саморазвития физической индивидуальности и выполнять прогностическую, организаторскую, коммуникативную и управленческую функции. Оно включает в себя моделирование, планирование и конструирование новой образовательной практики, а также форм организации деятельности субъектов процесса проектирования.

В связи с этим особую актуальность приобретает направление деятельности кафедр физической культуры вузов по методической подготовке преподавателей к руководству саморазвитием у студентов физического потенциала на проектировочной основе.

В саморазвитии физической культуры личности студента значимым является направление самопроектирования развития физического потенциала как процесс создания представлений о совокупности физических ресурсов, к которым стремится будущий специалист,

создание плана его достижения в форме мечты, самообязательств, самообещаний, программы личного и профессионального роста и т.д. В этом контексте актуализация профессионального самопознания собственных физических возможностей рассматривается как процесс, направленный на решение рефлексивных и гностических задач, способствующих адекватному восприятию и пониманию студентом различных сторон своей учебной и будущей профессиональной деятельности.

Эффективным способом оказания помощи в саморазвитии физического потенциала личности студента может стать правильно организованная педагогическая поддержка этого процесса. Понятие *педагогическая поддержка* пришло в отечественную педагогику вместе с изменением парадигмы образования, пониманием того, что учащийся является не объектом педагогического воздействия, а *субъектом* самопознания, самоопределения, саморазвития осуществляемого в процессе обучения, при котором его субъекты являются партнерами. Обобщение данных отечественных исследователей позволило выделить основные потребности студенческого возраста, с удовлетворением которых связывается успешность их личностного и физического развития. Это, прежде всего, потребности в безопасности, в достаточном уровне уверенности в себе и своих силах, чувстве собственного достоинства и значимости, в достижении внутренней гармонии всех сторон своей жизни.

Обозначенные подходы стали основой для осмысления проблемы педагогической поддержки развития физического потенциала студента в образовательном процессе вуза, который предполагает содействие ему в личностном и профессиональном саморазвитии. Организация развития физического потенциала студента предполагает оказание педагогами помощи и содействия студенту в построении траекторий и маршрутов физического саморазвития. Эффективным средством их построения может быть педагогическое проектирование.

Самопроектированием физического потенциала предполагает разработку траекторий физического саморазвития студента, основанных на самоанализе, рефлексии и адекватной самооценке своих возможностей в физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности с учётом профессиональных намерений.

Нами рассматривается построение двух типов траекторий развития физического потенциала у студентов:

1) нормативной — традиционной траектории, которая строится и реализуется кафедрой физического воспитания вуза на основе Федерального государственного образовательного стандарта ВПО;

2) индивидуальной траектории саморазвития физического потенциала студентов, которая строится и реализуется каждым студентом и зависит от их физкультурно-спортивных и профессиональных интересов, жизненных планов.

Одной из форм соорганизации субъектов проектировочной деятельности является совместное проектирование, соединяющее нормативную и индивидуальную траектории развития физического потенциала у студентов, проявляющиеся в совместном целеполагании, дополнение содержания физкультурно-спортивной деятельности собственными смыслами, самоопределения в ситуациях выбора и др. Совместное проектирование выстраивается на договорных отношениях и обладает признаками самостоятельного освоения новых знаний, возникновения индивидуально-творческого процесса, побуждающего к мотивированию осознанности действий, поисковой активности, выработке адекватной самооценки своих возможностей, рефлексии и построения физической Я — концепции.

В процессе экспериментальной работы, проведённой кафедрой физической культуры Армавирского государственного педагогического университета в 2000-2011 годах, установлено, что построение траекторий саморазвития физического потенциала у студентов целесообразно реализовывать на поэтапной

основе, решая при этом следующие задачи:

1. Формирование системы физкультурно-спортивных и валеологических знаний и отношений (понятийно-сущностный уровень).

2. Формирование комплекса базовых двигательных умений и навыков, лежащих в основе профессионально значимых качеств специалиста (практико-деятельностный).

3. Формирование опыта продуктивной (творческой) физкультурно-спортивной деятельности (мировоззренческий уровень).

4. Формирование личностно-ценностного отношения к самосовершенствованию в физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности (концептуальный уровень).

В ходе эксперимента установлено, что педагогическими условиями, обеспечивающими эффективность саморазвития физического потенциала у студентов, являются:

— экстраполяция знаний в области физической культуры во внутренние убеждения, понимание значимости физкультурно-спортивной деятельности;

— интериоризация ценностей физической культуры;

— знание своих потенциальных и актуальных физических возможностей;

— адекватная самооценка собственных достижений уровня физической подготовки;

— дифференциация и индивидуализация физического воспитания, обеспечивающая формирование индивидуального опыта в области физической культуры, владение приемами физической саморегуляции, саморазвития и самовоспитания;

— оптимизация и интенсификация учебно-тренировочного процесса на основе единства мировоззренческого, интеллектуального и телесного компонентов физической культуры, обуславливающие образовательную, методическую и деятельно-практическую направленность процесса физического воспитания.

Педагогическими условиями, обеспечивающими руководство преподава-

телями саморазвитием у студентов физического потенциала, являются:

— прогнозирование поэтапного развития физического потенциала на основе актуализации «зоны ближайшего развития» и ее реализации;

— владение методами педагогического проектирования физического воспитания;

— организация педагогической поддержки и оперативной помощи в разработке траекторий физического саморазвития.

Показателями эффективности разработанного подхода к организации саморазвития физического потенциала у студентов являются позитивные изме-

нения, произошедшие в потребностно-мотивационной сфере студента (повысилась степень выраженности интереса к предмету «Физическая культура», отмечено преобладание внутренних мотивов физкультурно-спортивной деятельности); физкультурная активность студентов (степень вовлеченности в сферу этой деятельности); динамика развития физического потенциала (позитивные изменения количественной оценки физического здоровья и уровня физической подготовленности); физкультурно-спортивная компетентность (степень самостоятельности студентов в самоорганизации физической, спортивной и оздоровительной деятельности).

Примечания:

1. Управление человеческими ресурсами / Сост. Ю.М. Забродин, Н.А. Носов. М.: Магистр, 1996. 216 с.

2. Лотоненко А.В. Молодежь и физическая культура. М.: ФОН, 1997. 317 с.

3. Виленский М.Я., Масалова О.Ю. Культурологические основания образования по физической культуре в высшей школе // Вестник Адыгейского университета. — Майкоп: изд-во АГУ. Вып. 2 (77). 2011. С. 230-234.

4. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теория и практика физической культуры. 1995. №4. С. 2-8.

5. Prochaska J.O, Marcus B.H. The transtheoretical model: Applications to exercise. In R.C. Dishman (Ed.) *Advances in exercise adherence*. Champaign: Human Kinetics. 1993. P. 161-180.

6. Кузьмина Н.В. Предмет акмеологии. СПб.: Политехника, 2002. 189 с.

References:

1. Human Resources Management / comp. by Yu.M. Zabrodin, N.A. Nosov. M: Magistr, 1996. 216 pp.

2. Lotonenko A.V. Youth and physical culture. M.: FON, 1997. 317 pp.

3. Vilensky M.I., Masalova O.Yu. The culturological bases of physical culture education at a higher school // The Bulletin of the Adyghe State University. Series «Pedagogy and Psychology». Maikop: AGU Publishing house. 2011. Issue 2 (77). P. 230-234.

4. Balsevich V.K., Lubysheva L.I. Physical culture: youth and modern times // Theory and practice of physical culture. 1995. No. 4. P. 2-8.

5. Prochaska J.O, Marcus B.H. The Transtheoretical Model: Applications to Exercise // *Advances in Exercise Adherence*/ed. by R.C. Dishman. Champaign: Human Kinetics. 1993. P. 161-180.

6. Kuzmina N.V. The Subject of acmeology . SPb.: Politekhnik, 2002. 189 pp.