УДК 796.01
ББК 75.116.5
Б 17

Н.А. Цеева
Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания Адыгейского государственного университета; E-mail: nanatseeva@mail.ru

О.О. Ельникова
Старший преподаватель кафедры физического воспитания Адыгейского государственного университета; E-mail: elnikova_bastet@mail.ru

М.Ю. Мирза
Старший преподаватель кафедры физического воспитания Адыгейского государственного университета; E-mail: mirza-murat@mail.ru

Ю.Б. Тхакумачева
Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания Адыгейского государственного университета; E-mail: tkhakumacheva@mail.ru

З.И. Чунтыжева
Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания Адыгейского государственного университета; E-mail: zara1968@mail.ru

БАЗОВАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

(Рецензирована)

Аннотация. Представлено содержание структурных компонентов базовой физической культуры личности, студенток специальных медицинских групп. Определено содержание, состав средств и методические особенности формирования физической культуры личности. Дано определение понятию «базовая физическая культура личности» и выделен ее компонентный состав: коммуникативный, гносеологический, ценностно-ориентировочный, самодетерминирующий и деятельностный компонент. Выявлен исходный уровень сформированности компонентов личностной физической культуры занимающихся студенток. При сформированности коммуникативного и гносеологического компонентов базовой личностной физической культуры выявлен высокий уровень готовности студентов применять знания в нестандартных ситуациях, их объем знаний соответствует программным требованиям. При сформированности ценностно-ориентировочного компонента базовой личностной физической культуры студент проявляет устойчивый интерес и положительное отношение к деятельности на занятиях физической культурой в вузе. В характеристике сформированности самодетерминирующего компонента базовой физической культуры студент отмечает высокую взаимосвязь и взаимодействие способов деятельности, самоконтроля и самооценки.

Ключевые слова: компоненты, лечебная физическая культура, студенты, базовая физическая культура, физическая культура личности.

N.A. Tseeva
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Physical Training Department, the Adyghe State University; E-mail: nanatseeva@mail.ru

O.O. Elnikova
Senior teacher of Physical Training Department, the Adyghe State University; E-mail: elnikova_bastet@mail.ru

M.Yu. Mirza
Senior teacher of Physical Training Department, the Adyghe State University; E-mail: mirza-murat@mail.ru

Yu.B. Tkhakumacheva
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Physical Training Department, the Adyghe State University; E-mail: tkhakumacheva@mail.ru

Z.I. Chuntyzheva
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Physical Training Department, the Adyghe State University; E-mail: zara1968@mail.ru

BASIC PHYSICAL CULTURE OF FEMALE STUDENTS FROM SPECIAL MEDICAL GROUPS

Abstract. The paper deals with the content of structural components of basic physical culture of female students from special medical groups. The authors determine the content, structure of means and methodical features of formation of physical culture of personality. Definition is given to the concept "basic physical culture of the personality". Its component structure includes the communicative, gnoseological, value-focused, self-determining and activity components. Initial level of formation of physical culture components of the engaged students is revealed. At formation of communicative and gnoseological components of basic personal physical culture, the high level of readiness of students to apply knowledge in unusual situations is revealed; their volume of knowledge conforms to program requirements. At formation of a value-focused component of basic personal physical culture, the student shows steady interest and the positive attitude to activity at lessons of physical culture in higher education institution. The student notes high interrelation and interaction of ways of activity, self-checking and self-assessment in the characteristic of formation of the self-determining component of basic physical culture.

Keywords: Components, medical physical culture, students, basic physical culture, physical culture of the personality.

Введение. Известно, что при ухудшении здоровья учащегося переводят в подготовительную или специальную медицинскую группы, и он занимается физическими упражнениями по облегченной программе [1]. Как правило, из-за длительного щадящего режима и низкой двигательной активности наблюдается недостаточное развитие основных движений, что, в свою очередь, приводит к снижению работоспособности и адаптационных способностей. Вместе с тем недостаточная двигательная активность вызывает не только ухудшение физического состояния, но и недостатки в формировании базовых ценностей физической культуры. То есть не формируется базовая физическая культура личности как многокомпонентное личностное образование, определяемое в соответствии с наличием у человека обязательного минимума знаний, норм и правил поведения в процессе физического воспитания, понимания ценностей физической культуры, двигательной активности, позволяющей соответствовать основным требованиям общества по показателям здоровья, уровня физической подготовленности и работоспособности [2].

Такое положение в полной мере соответствует состоянию студенток специальных медицинских групп, которое в ходе дальнейшего обучения усугубляется продолжающимся дефицитом двигательной активности вследствие стандартов обучения в высших учебных заведениях. Целенаправленное противодействие активным последствиям болезни в процессе занятий

ЛФК оказывает лишь временное благоприятное воздействие в силу того, что физические упражнения они сами не выполняют в процессе профессиональной подготовки и деятельности. Обеспечение сознательного и бережного отношения к своему здоровью, уровню физической и умственной работоспособности связаны с необходимостью формирования у студенток, занимающихся в специальных медицинских группах, личностной физической культуры, так как они должны противодействовать негативным последствиям имеющейся болезни [3, 4].

Цель исследования: определить содержание структурных компонентов базовой физической культуры и выявить исходный уровень сформированности базового составляющего личностной физической культуры студенток, занимающихся в специальных медицинских группах.

Методы исследования. В эксперименте, проведенном на базе Адыгейского государственного университета по реализации на практике процесса формирования базовой физической культуры личности, приняли участие в экспериментальной группе 24 студентки юридического факультета; в контрольной группе 26 студенток экономического факультета.

Для реализации задач, поставленных перед исследованием, были применены диагностические и эмпирические методы: анкетирование, тестирование, анализ учебной деятельности студентов на занятиях ЛФК. Была разработана анкета «Заинтересованность занятиями физической культурой», которая позволяет выяснить путем выбора различных вариантов ответа из нескольких предложенных отношение студентов к учебной дисциплине «Физическая культура», а также отношение к специфическим для этого предмета учебным действиям.

Выяснялся уровень сформированности компонентов учебной деятельности (целеполагание, решение учебных задач, выполнение учебных занятий, выполнение действий по самоконтролю и самооценке), что необходимо при управлении и самоуправлении учебной деятельностью студентов на занятиях физической культурой в вузе.

Степень влияния управления учебной деятельностью студентов на приобретение студентами знаний, умений по физической культуре можно определить при помощи анкеты «Определения уровня сформированности у студентов готовности заниматься физической культурой». Студентам было предложено определить уровень сформированности готовности к занятиям физической культурой, прочитав утверждения и поставив рядом с каждым то количество баллов, которое соответствует реальному уровню сформированности данных навыков.

На основе сравнительно-сопоставительного анализа, содержания и принципов построения занятий по лечебной физической культуре определены компоненты базовой физической культуры и выделены уровни (высокий, средний и низкий уровень), обеспечиваемые при базовой подготовке. Состав соответствует структуре личностной физической культуры и включает пять групп компонентов: коммуникативный, гносеологический, ценностно-ориентировочный, самодетерминирующий и деятельностный (поведенческий) компонент.

Компонентный состав физической культуры личности (рис. 1).

Результаты исследования и их обсуждение. Определяя уровень сформированности коммуникативного и гносеологического компонентов базовой физической культуры личности студентов, оценивались такие характеристики, как соответствие объема знаний программным требованиям, умения применять знания в нестандартных ситуациях, способность студента обобщать учебные действия, составлять

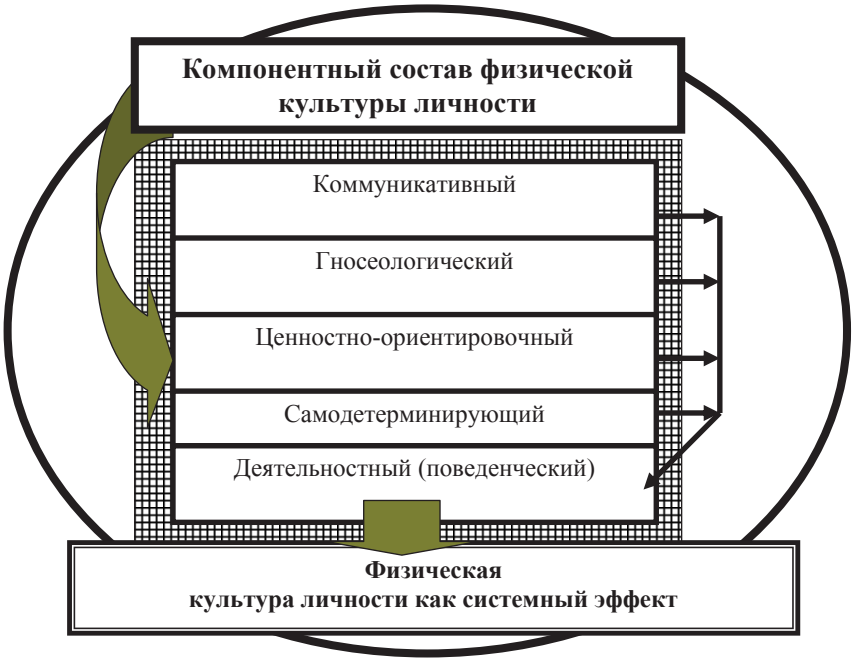

Рис. 1. ***Компонентный состав физической культуры личности***

логические цепочки и связи данного действия с выполнением основных видов движений.

Результаты проведенного исследования дали нам возможность определить, что для достижения высокого уровня сформированности коммуникативного и гносеологического компонентов личностной физической культуры студент готов применять знания в новых ситуациях, их объем соответствует программным требованиям. Студент способен раскрыть конкретное проявление обобщенных знаний и провести обобщение конкретных фактов, раскрыть последовательность шагов, ведущих к выполнению двигательного действия в целом. Хорошая успеваемость. Высокое развитие общеучебных знаний и умений. Творческое отношение к использованию знаний и способов деятельности. Использует только рациональные способы учения, поэтому учебная деятельность протекает без особых трудностей.

В характеристике ценностно-ориентировочного компонента базовой личностной физической культуры мы рассматривали такие стороны, как отношение студенток к изучаемому предмету; интерес к занятиям физической культурой; совокупность устойчивых мотивов; самостоятельность в формулировании новых познавательных целей; потребность в достижении успеха в любой деятельности; ценностные ориентации на занятиях физической культурой.

Результаты проведенного исследования дали нам возможность определить, что для достижения высокого уровня сформированности личностной физической культуры студент проявляет устойчивый интерес к деятельности на занятиях физической культурой в вузе, который возникает независимо от внешних требований и выходит за рамки изучаемого материала. Проявление творческого отношения к общему способу решения учебных задач. Самостоятельность в формулировании новых познавательных задач после усвоения не только программного материала, но и дополнительного источника информации. Инициатива студента направлена на такие познавательные цели,

которые связаны с поиском и анализом общих способов решения задач. Положительное отношение к физической культуре в целях самосовершенствования.

В характеристике самодетерминирующего компонента базовой физической культуры рассматривались такие стороны, как способность выполнения студентами действий по самоконтролю и самооценке, видение целесообразности своих действий, протекающих в определенной форме учебной деятельности, видеть и понимать себя во множестве социальных позиций и ролей.

Результаты проведенного исследования дали нам возможность определить, что для достижения высокого уровня сформированности личностной физической культуры студент отмечает высокую взаимосвязь и взаимодействие способов деятельности, самоконтроля и самооценки. Осуществляет самостоятельно самокоррекцию собственной деятельности в соответствии с требованиями. Достаточная сформированность умений анализировать целесообразность своих действий, протекающих в определенной форме учебной деятельности, видит и понимает себя во множестве социальных позиций и ролей.

Эффективность деятельностного компонента определялась как результат изменения уровня физического развития и физической подготовленности, а также за счет выявления отношений студенток к занятиям физическими упражнениями.

По окончании учебного года испытуемые проходили медицинский осмотр, результаты которого сравнивались с содержанием медицинского заключения, полученного в начале учебного года. На основании этих данных определялась степень и направленность функциональных изменений в организме в течение учебного года, по которым оценивалась оздоровительная эффективность программы и эффективность процесса формирования компонентов, личностной физической культуры студенток, занимающихся в специальных медицинских группах.

Выводы

1. Базовая физическая культура личности представляет собой многокомпонентное личностное образование, характеризующее наличие у человека обязательного минимума знаний, владение нормами и правилами поведения в процессе физического воспитания, понимание ценностей физической культуры, самодетерминации, двигательной активности, позволяющее соответствовать основным требованиям общества по показателям здоровья, уровня физической подготовленности, работоспособности.

2. Базовая физическая культура личности представляется как уровень формирования личностной физической культуры человека и её (базовой физической культуры) состав соответствует структуре личностной физической культуры и включает в себя коммуникативный, гносеологический, ценностно-ориентировочный, самодетерминирующий и деятельностный (поведенческий) компонент.

3. Критериями сформированности базовой физической культуры студентов в наших исследованиях выступают объективные и субъективные показатели, дающие качественную и количественную характеристику ее состояния и степени реализации каждой задачи. Опираясь на данные показатели, можно выявить существенные свойства личности и меру ее проявления в деятельности. Это проявляется в качественном изменений ее компонентов и в дальнейшем позволяет разрабатывать и совершенствовать учебный процесс, который направлен на достижение высокого уровня формирования базовой физической культуры.

Примечания:

1. Белобородова В.В. Цеева Н.А. Ушхо Т.А. Организация и методика проведения занятий со студентами в группах ЛФК. Майкоп: Изд-во АГУ, 2004. 39 с.

2. Цеева Н.А. Формирование базовой физической культуры личности студенток на занятиях в спецальных медицинских группах: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Майкоп, 2009. 24 с.

3. Хакунов Н.Х. Формирование физической культуры личности в учебных заведениях разного типа автореф. дис. / Н.Х. Хакунов. Краснодар, 1995. 33 с.

4. Чермит К.Д. Университетская среда и здоровье участников образовательного процесса // Высшее образование в России. 2011. № 2. С. 60-65.

References:

1. Beloborodova V.V., Tseeva N.A., Ushkho T.A. Organization and methods of conducting classes with students in groups of exercise therapy. Maikop: ASU Publishing house, 2004. 39 pp.

2. Tseeva N.A. Formation of the basic physical culture of the female students' personality in classes of special medical groups: Diss. abstract for the Cand. of Pedagogy degree. Maikop, 2009. 24 pp.

3. Khakunov N.Kh. Formation of physical culture of a person in educational institutions of different types: Diss. abstract / Kh.Kh. Khakunov. Krasnodar, 1995. 33 pp.

4. Chermit K.D. University environment and health of participants of the educational process // Higher education in Russia. 2011. No. 2. P. 60-65.