

## **Организация самостоятельной работы студентов в процессе физического воспитания**

*Марчук Светлана Азатовна*

*Уральский государственный университет путей сообщения*

*кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания*

### **Аннотация**

В работе представлены педагогические возможности физического воспитания в развитии самостоятельности у студентов путем внедрения активных методов в учебную среду. Использование современных электронных ресурсов позволяет успешнее решать вопросы организации самостоятельной работы в процессе физического воспитания, способствует дополнительной мотивации к обучению, позволяет активизировать познавательную деятельность студентов, сформировать умения использования компьютерной техники для дальнейшего саморазвития и самообразования.

**Ключевые слова:** вуз, физическая культура, самостоятельная работа, самостоятельность, электронные ресурсы.

## **Organization of independent work of students in the process of physical education**

*Marchuk Svetlana Azatovna*

*Ural State University of Railway Transport*

*Ph. D., associate Professor of physical education*

**Abstract.** The paper presents the pedagogical possibilities of physical education in the development of students' independence by introducing active methods into the learning environment. The use of modern information resources makes it possible to successfully solve the issues of organization of independent work in the process of physical education, promotes additional motivation to learning, allows to activate the cognitive activity of students, to form the skills of using computer technology for further self-development and self-education.

**Keywords:** University, physical education, independent work, independence, electronic resources.

Современные тенденции развития российского образования, его сближение с европейской системой, приводят к организационно-содержательным переменам в отечественной высшей школе. Происходящее требует нового взгляда на формирование личности специалиста-профессионала, где значимое место занимает самообразование. Это специфическая сфера человеческой деятельности, требующая специальных

компетенций. В условиях вуза одним из перспективных путей развития данных компетенций является специально организованная самостоятельная работа студента.

Введение новых образовательных стандартов высшего профессионального образования ставит перед вузами новые задачи воспитания творческой личности, обладающей стремлением к саморазвитию и самосовершенствованию, в связи, с чем активизация самостоятельной работы студентов остается одной из актуальных проблем подготовки будущего специалиста, не последнюю роль в рассмотрении данного вопроса играет физическое воспитание.

Актуальность выбранной проблемы связана с пониманием возможностей физической культуры в развитии навыков организации самостоятельной работы у студентов, в период профессиональной подготовки в вузе. Самостоятельная деятельность студентов в процессе физического воспитания является предметом нашего исследования.

В настоящее время в педагогической науке еще не сложилось единое понимание сущности самостоятельной работы. Анализ научной литературы показывает, что самостоятельная деятельность имеет огромное значение в воспитании самостоятельности, одной из важнейших черт личности современного человека. На протяжении нескольких лет педагоги и психологи посвящают свои работы исследованию вопросов, связанных с развитием самоорганизации, самовоспитания, самообучения и других «самостей» у учащихся. Ученые показывают, что в процессе проявления самостоятельности воспитываются важные качества, позволяющие человеку быстро приспосабливаться к меняющимся условиям жизни (природным, социальным, производственным и пр.).

Вопросам самостоятельности и самообразования большое внимание уделялось в трудах выдающихся отечественных мыслителей. Н.И. Пирогов, Н.А. Добролюбов, К.Д. Ушинский, Н.Г. Чернышевский и другие прогрессивные педагоги предприняли первые попытки описания дидактических принципов формирования умственной самостоятельной деятельности учащихся.

В настоящее время понятие самостоятельной работы занимает важное место в процессе обучения, поэтому определение его сущности и места в системе дидактических понятий позволяет создать самые различные представления на его содержание в науке и практике.

По мнению И.М. Туревского, Ж.К. Холодова, В.С. Кузнецова самостоятельная работа с одной стороны представляет собой объект деятельности студента, с другой – определенный способ действий. Они отмечают, что в основе накопления знаний находится познавательная деятельность студента, которая по схеме «цель – стимул – решение» из внешней причины превращается во внутреннюю потребность, в мотив овладения умением самостоятельно действовать [9].

П.И. Пидкасистый (1980) считает, что самостоятельная работа – это вид познавательной деятельности, направленной на самостоятельный поиск

средств достижения поставленной цели, важнейшее условие самоорганизации и самодисциплины студентов в овладении методами профессиональной деятельности.

Специалисты, изучающие вопросы самостоятельности студентов, считают, что в основе ее воспитания лежит целенаправленное формирование интереса к изучению дисциплины.

Вызвать интерес к изучаемому предмету – значит стимулировать самостоятельное, выходящее за пределы официальных требований его изучения, где решающее значение принадлежит качеству преподавания, ориентированному на обучение самостоятельному поиску истины [7].

Е.Н. Шиянов, И.Б. Котова считают, что самостоятельная деятельность ведет к организации самоуправления, ученик выступает в качестве объекта и субъекта учебно-воспитательного процесса. Такое самоуправление Ю.Н. Кулюткин называет рефлексивным, основанное на осознании обучающихся собственных действий.

А.В. Усова самостоятельную деятельность определяет как метод приобретения учащимися знаний, умений и навыков по заданию и под контролем преподавателя в специально отведенное для этого время, но без непосредственного участия педагога в нем.

По данным В.И. Орлова организация самостоятельной работы может осуществляться как в урочное, так и внеурочное время.

Внеаудиторная самостоятельная работа проводится по заданию преподавателя с выполнением обязательных инструкций в установленные сроки, целью работы является:

- закрепление, углубление и систематизация знаний;
- самостоятельное овладение новым учебным материалом;
- формирование навыка самостоятельного выполнения заданий;
- развитие мышления путем выполнения индивидуальных заданий;
- формирование убежденности, волевых качеств, способности к организации.

Значительный потенциал в контексте развития самостоятельности у студентов содержится в содержании и процессе физического воспитания.

Социально-биологической основой физической культуры является двигательная деятельность, а любая деятельность сопровождается конкретными действиями через проявление активности, инициативности, самостоятельности, самоорганизации.

По мнению В.К. Бальсевича, Л.И. Лубышевой физкультурно-спортивная деятельность студента является эффективным средством повышения социальной активности личности. Чем шире круг связей личности в физкультурной деятельности, тем богаче пространство ее субъектных проявлений [1].

М.Я. Виленский также придает большое значение физической культуре в формировании субъектности студента, проявляющейся в его «самости» во всех сущностных сферах: в самоориентации, в самовыражении, в самореализации, в самосознании, в самооценке [3].

Изучая психологические особенности физической активности человека А.С. Пуни в своих исследованиях, отмечает, что в процессе постоянной работы над своим физическим и духовным совершенствованием (самосовершенствованием), основанном на познании самого себя (самопознание) происходит процесс самовоспитания [7].

Рядом авторов показано, что в процессе спортивной деятельности у студентов формируются наравне с физическими качествами (выносливость, сила, гибкость; координация, быстрота реакции), так же социально и профессионально значимые: активность; креативность, целеустремленность, рефлексивность, самостоятельность, ответственность, организованность и др. [2].

В отличие от других дисциплин, физическая культура предоставляет студентам возможность самостоятельного выбора физкультурно-спортивных мероприятий, что позволяет расширить их свободу действий, проявить осознанный активный интерес к занятиям физическими упражнениями.

Самостоятельная физкультурная деятельность в вузе это процесс, направленный на проявление студентом достаточного уровня физкультурных знаний и умений для целенаправленной самоорганизации занятий физическими упражнениями, с целью повышения уровня теоретической, методической и физической подготовленности, оптимизации двигательной активности, поддержания психофизического здоровья.

При овладении студентами способами самостоятельной деятельности большое значение имеет применение различных форм и методов обучения, они включают в себя:

- изучение учебной и научно-методической литературы, материалов периодических изданий с привлечением электронных средств информации;
- подготовку к практическим занятиям и контрольным мероприятиям;
- разработку научно-исследовательских проектов;
- рекреационные мероприятия в режиме дня;
- занятия в спортивных секциях и группах по интересам;
- массовые физкультурно-спортивные мероприятия.

Одним из важнейших направлений совершенствования подготовки студентов и активного их вовлечения в учебно-образовательный процесс связано с применением активных и интерактивных методов обучения [6].

Считаем, что одной из эффективных форм физкультурной деятельности студентов во внеурочное время является ее информатизация. Показано, что использование электронных ресурсов позволяет студентам осуществлять поиск новой информации, приобретать навыки планирования и моделирования, развивать навыки самообучения и самоконтроля [4, 5, 8].

Самостоятельные занятия с мультимедийной поддержкой помогают разнообразить методы и формы обучения, предложить в большем объеме учебный материал.

В рамках дисциплины «Физическая культура и спорт» для самоорганизации учебной деятельности предлагается:

- самостоятельное изучение лекционного материала;

- самостоятельное изучение учебного материала по отдельной теме или модулю;
- выполнение практических заданий для закрепления знаний и умений;
- написание научно-исследовательской работы;
- выполнение реферативной работы;
- выполнение групповых учебных проектов;
- проведение самоконтроля знаний и двигательных способностей с помощью тестирования.

На протяжении пяти лет преподавателями кафедры физического воспитания Уральского государственного университета путей сообщения осуществляется реализация интерактивных электронных образовательных ресурсов по дисциплине «Физическая культура и спорт» с помощью платформы Blackboard, позволяющей применять различные виды самостоятельной работы со студентами. На рисунке 1 представлена структурно-блочная модель информационной поддержки процесса физического воспитания студентов.

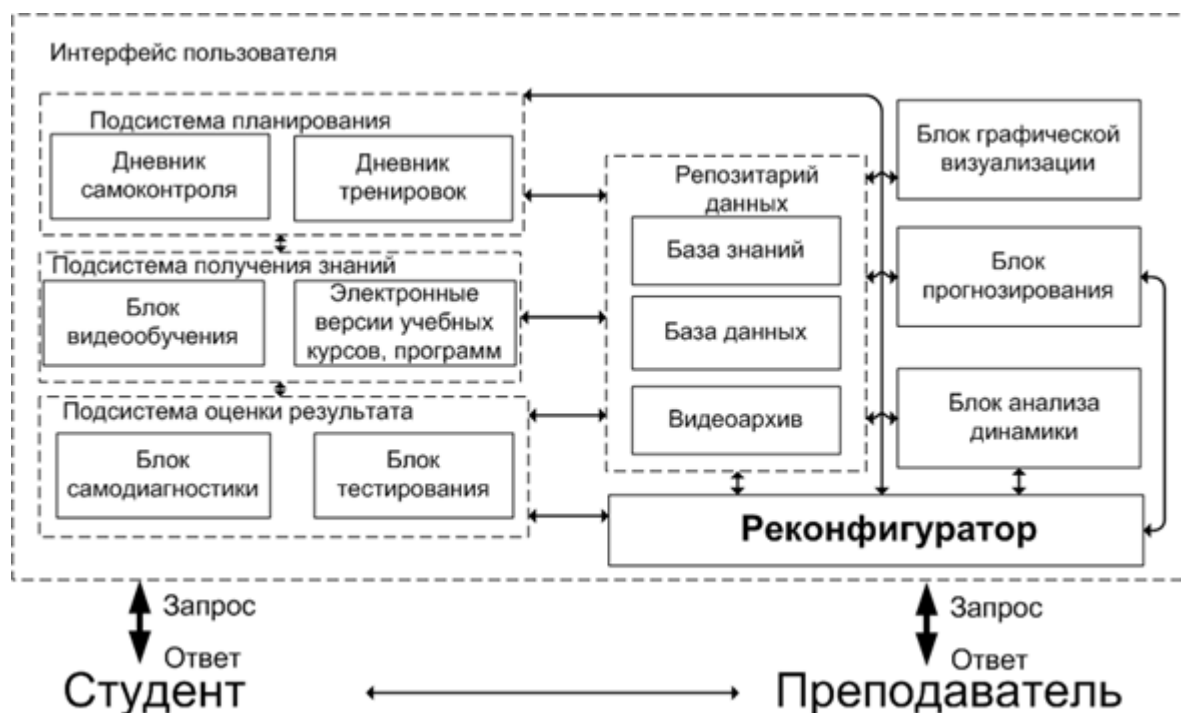


Рис. 1 Структурно-блочная модель информационной поддержки процесса физического воспитания студентов

Электронные ресурсы позволили сформировать дидактический комплекс дисциплины, включающий:

- наглядный лекционный материал (презентации, видеоролики, аудиозаписи);
- практические задания для самостоятельной работы;
- практические рекомендации для самостоятельной работы студентов;
- тестовый контроль знаний студентов.

В приобретении знаний и практических умений большое значение имеют мультимедийные средства, позволяющие студентам самостоятельно осваивать методику обучения двигательным действиям, планировать тренировочный процесс, разрабатывать комплексы упражнений, выполнять расчеты функциональной диагностики, разрабатывать презентации и др., самостоятельно оценивать уровень своих знаний и планировать дальнейшие действия.

В заключение необходимо отметить, что самостоятельная деятельность студента является неотъемлемой частью учебного процесса в вузе, ее организация играет большую роль в формировании научных знаний, познавательного интереса, творческой активности обучающихся.

Использование активных и интерактивных методов обучения открывает новые возможности для совершенствования подготовки студентов. В процессе физического воспитания применение информационных технологий позволяет по новому организовать самостоятельную работу студентов, придать учебной информации занимательный характер. Наравне с традиционными средствами, компьютер используется как средство контроля и самоконтроля за уровнем теоретических, методических и практических знаний, а также как справочное устройство. Разработка и использование электронных ресурсов для обеспечения самостоятельной работы позволяет повысить интерес студентов к изучаемой дисциплине, развить навыки использования информационных технологий для дальнейшего самообразования.

### **Библиографический список**

1. Бальсевич В.К., Любышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теория и практика физической культуры. 1995. № 4. С. 2-7.
2. Бобылева Т. А., Ольховская Е. Б., Сапегина Т. А. Технология организации физкультурно-спортивной деятельности студентов: учеб.-метод. пособие. Екатеринбург: Изд-во ГОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т», 2008. 66 с.
3. Виленский М.Я. Студент как субъект физической культуры // Теория и практика физической культуры. №10. 1999. С 2–5.
4. Марчук С. А. Современные информационные технологии как средство повышения эффективности образовательного процесса по физическому воспитанию // Современные наукоемкие технологии. № 12 (5). 2015. С 897–901.
5. Марчук С.А. Информационно-компьютерная поддержка физического воспитания студентов технического вуза // Инновационный транспорт. – № 3 (9). 2014. С 56–60.
6. Могилевская Т.Е., Марчук С.А. Модель формирования общекультурных компетенций у обучающихся вузов МЧС России в процессе физического воспитания // Техносферная безопасность. 2015. № 1 (6). С. 70–73.
7. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. М.:

ФиС, 1969, 88 с.

8. Симонова И.М. Воспитание самостоятельности студентов в процессе занятий физической культурой с использованием информационных технологий // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 1. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26041> (дата обращения: 25.01.2019).
9. Туревский И.М. Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки /И.М. Туревский, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов и др.: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2003, 320 с.