

УДК 796.011

**НЕКОТОРЫЕ ПУТИ РЕШЕНИЯ
ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ
СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП**

Токтарбаев Д.Г.

darhantoktarbaev@mail.ru

Доктор PhD, ЕНУ им. Л.Н.Гумилева

Марчибаева У.С.

ulbosyn.marchibaeva@yandex.ru

Кандидат педагогических наук, доцент ЕНУ им. Л.Н.Гумилева

Сидорова Р.В.

sidorovy06@yandex.ru

Старший преподаватель ЕНУ им. Л.Н.Гумилева

Моисеева Н.А.

n.mendybaeva@yandex.ru

Преподаватель ГKKП «Гуманитарный колледж» акимата г.Нур-Султан

Проблема укрепления здоровья студентов в последние годы приобрела особую остроту, так как современные условия высшей школы предъявляют повышенные требования к физической подготовленности и состоянию здоровья обучающихся. Практически все исследования констатируют низкий уровень физического развития и ослабленное здоровье студенческой молодежи. Стабильно возрастает число студентов, отнесенных к специальной медицинской группе (СМГ) и варьируется в отдельно взятых вузах Казахстана от 20 до 40%. В ЕНУ им. Л.Н.Гумилева таких студентов насчитывается до 21%, из них 35% студентов, освобожденных от практических занятий. Но эти данные значительно занижены и не отражают реальной картины из-за отсутствия должного полноценного медицинского обследования студентов, отсутствия узких специалистов, отдаленности и длительности прохождения медицинского осмотра. У каждого второго студента СМГ обнаруживается сочетание нескольких хронических заболеваний.

В век прогресса и высоких технологий, роль физической культуры в жизни общества существенно возрастает. Это связано, прежде всего, с увеличением значимости показателей физического состояния человека в стандартах качества жизни, с влиянием негативных последствий современной цивилизации - гиподинамии, ухудшения экологии, курения,

алкоголя, наркотиков и т.п. К тому же все более возрастающий ритм жизни требует от людей хороших психофизических кондиций. К сожалению, значительная часть населения, даже имея высокий образовательный уровень, не в состоянии правильно распорядиться своим психофизическим потенциалом, чтобы с помощью физических упражнений поддерживать оптимальную работоспособность и здоровье. Одна из основных причин - недостаток соответствующих знаний и методических умений. Поэтому, не случайно, рекомендуемые типовые учебные программы дисциплины «Физическая культура», наряду с практическим разделом, предусматривают теоретический раздел, формирующий мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение к физической культуре, и методико-практический раздел, обеспечивающий овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности [1].

Однако в реальной практике высшего учебного заведения полноценно реализовать цели теоретического и методического разделов дисциплины «Физическая культура» крайне затруднительно. С одной стороны, чтобы студенты овладели знаниями, методами и средствами этих разделов хотя бы на уровне применения в типовых ситуациях, необходимо потратить на обучение и контроль его результатов немало времени. С другой стороны, расходовать время учебных занятий не на физические упражнения в современных условиях явно нерационально.

Реальная ситуация в вузах Казахстана ныне такова, что физические упражнения на учебных занятиях для значительной части учащейся молодежи, особенно для студентов с ослабленным здоровьем, являются единственной возможностью получить хотя бы минимально необходимую двигательную нагрузку. Таким образом, необходимость повышения теоретического и методического уровня учащихся и необходимость обучения двигательным действиям и развитие физических качеств вступают в противоречие. Разрешить это противоречие можно с помощью технологий дистанционного обучения, применяемых для самостоятельного освоения студентами теоретического и методического разделов учебной дисциплины «Физическая культура». Особенно это актуально для студентов СМГ. Эта категория студентов остро нуждается в фундаментальных знаниях по укреплению своего здоровья и наиболее ответственно и осознанно относится к усвоению этих знаний.

Нами предпринята попытка показать значимость подачи теоретического и методико-практического материала по физической культуре студентам специальных медицинских групп в вузе дистанционно с применением нетрадиционных систем физического воспитания.

До недавнего времени, такие понятия, как дистанционное обучение (ДО), заочное обучение, открытое обучение и др. практически не разделялись. Но в настоящее время ДО доказало свою значимость и востребованность. В образовательном сообществе осознано, что у ДО хорошие перспективы, связанные с реализацией обучения через всю жизнь.

Актуальность данной работы состоит в разработке и применении в учебном процессе по физическому воспитанию в дистанционном формате, материала по методико-практическому разделу физической культуры студентам специальных медицинских групп в вузе с применением нетрадиционных современных технологий, направленных на устранение и профилактику остаточных явлений после перенесенных заболеваний. С использованием разработанного нами методического обеспечения по физической культуре для студентов с ослабленным здоровьем, студентов с особыми образовательными потребностями (ООП), где

дано обоснование самоконтролю, адекватным физическим нагрузкам, способствующим улучшению функционального состояния данного контингента обучающихся.

Цель исследования: совершенствование методики учебных занятий по физическому воспитанию со студентами специального учебного отделения.

Научная новизна и теоретическая значимость исследования состоят в следующем:

- дано аргументированное обоснование дистанционного обучения, как новой формы обучения;
- показана эффективность дистанционного обучения с использованием педагогических технологий, которые лежат в основе проектирования и реализации ДО;
- разработана дистанционная методика подачи методико-практического раздела в учебном процессе по физической культуре студентам СМГ в вузе с использованием современных нетрадиционных систем.

Необходимость обеспечения обучением дистанционного характера студентов специальных медицинских групп по дисциплине «Физическая культура» возникала уже ранее.

Многолетний опыт работы со студентами специальных медицинских групп позволил нам для наиболее эффективного усвоения студентами знаний и умений по дисциплине «Физическая культура» поэтапно разрабатывать и пополнять методическую платформу на кафедре и в вузе в виде публикаций и выпуска методических рекомендаций, таких как: «Нетрадиционные методы и средства физического воспитания», «Методы контроля в физической культуре в специальном учебном отделении»; учебно-методических пособий: «Общие основы лечебной физической культуры», «Физическая культура. Методический курс» (рис.1); учебных пособий: «Адаптивная физическая культура и спорт»; учебников: «Лечебная физическая культура и массаж» [2,3,4]. Все выпущенные издания были представлены на методических научно-практических конференциях и находятся в библиотеке ЕНУ им.Л.Н.Гумилева для всеобщего доступа студентов.

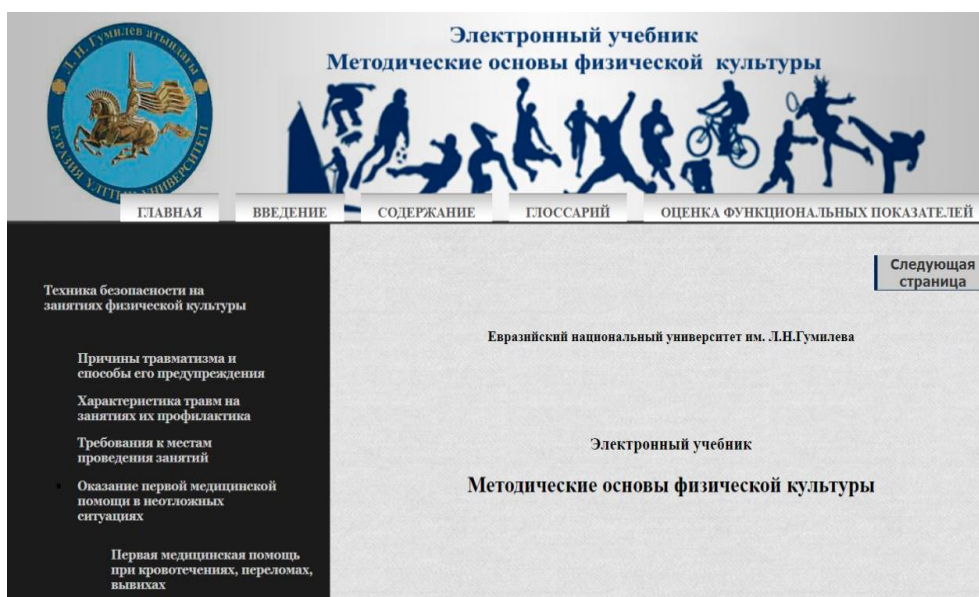


Рисунок 1

Для ДО студентов специального учебного отделения (СУО) нами был разработан электронный учебник: «Методические основы физической культуры» [5].

С помощью технологических средств созданы и внедрены в учебный процесс по физическому воспитанию ЕНУ им.А.Н.Гумилева учебные комплексы по лечебной физической культуре, оценка функционального состояния, физического развития и физической подготовленности студентов СМГ, техника безопасности на занятиях физической культуры, оказание первой медицинской помощи в неотложных случаях, правила составления комплексов утренней гигиенической гимнастики, нетрадиционные технологии и системы. Все учебные комплексы состоят из учебных пособий для первоначального знакомства с учебным материалом и электронного учебника (ЭУ) для осмысления, закрепления и контроля знаний. Электронный учебник имеет версию HTML.

ЭУ содержит теоретический и методический материал и набор контрольных вопросов для компьютерного тестирования. Теоретический и методический материал ЭУ по контролю и самоконтролю декомпозирован на информационные блоки, в состав которых входят текстовые и видеоматериалы. Разработанный ЭУ имеют большой объем различных иллюстраций, с упражнениями для коррекции массы тела (система «каланетика»), выработки правильной осанки, дыхательной гимнастики для увеличения жизненной емкости легких, показ-демонстрацию функциональных проб, упражнений.

В целом разработанный нами ЭУ дополняет знания в области теории и методики физического воспитания студентов специального учебного отделения.

Резюмируя сказанное, можно сделать следующие выводы:

- применение информационных технологий дистанционного обучения в преподавании физической культуры для студентов специальных медицинских групп позволяет реализовать требования теоретического и методического разделов типовых учебных программ посредством самостоятельной внеаудиторной учебной работы студентов, сохраняя тем самым аудиторные часы для занятий физическими упражнениями;

- разработка и внедрение электронных средств поддержки обучения способствуют повышению уровня учебной, методической и научной работы кафедры физического воспитания;

- информационные технологии дистанционного обучения обладают более высокой дидактической эффективностью по сравнению с традиционными методами и средствами поддержки обучения. При этом, высокий уровень интереса студентов к контролю и самоконтролю, обусловленный сначала технологической стороной используемых электронных средств, способствует в дальнейшем росту интереса студентов СМГ к содержанию теоретических и методических аспектов физической культуры.

Список использованных источников

1. Богданов В.М., Пономарев В.С., Соловов А.В. Использование современных информационных технологий в теоретической и методико-практической подготовке студентов по физическому воспитанию // Материалы Всероссийской научн.-практ. конф. «Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий». – СПб.: СПб. гос. педаг. ун., 2000. - Часть 2. - С. 23-24.
2. Марчибаева У.С., Сидорова Р.В. Моисеева Н.А. Физическая культура. Методический курс. Учебно-методическое пособие. – Алматы: изд. «Эверо», 2016. -104с.
3. Марчибаева У.С., Токтарбаев Д.Г. С., Стоцкая Е.С., Сыздыкова С.Ж., Сидорова Р.В., Моисеева Н.А., Тунгышмуратова Л.С. Адаптивная физическая культура и спорт: Учебное пособие. - Нур-Султан, изд.2019 г. – 408 с.

4. Качанов Л.Н., Шапекова Н.Л., Марчибаева У.С., Сидорова Р.В. Лечебная физическая культура и массаж. Учебник. - Астана: изд. «Фолиант», 2018. -272с.
5. Марчибаева У.С., Ташкеев Д.С., Сидорова Р.В. Методические основы физического воспитания. Электронный учебник. Астана.2015