

Особенности использования компетентностного подхода в здоровьесформирующих технологиях в условиях вуза

Камаев О.И., Камаева Е.К.

Харьковская государственная академия физической культуры
Харьковская национальная академия городского хозяйства

Аннотации:

Обоснована методика повышения эффективности здоровьесформирующих технологий в физическом воспитании студентов. Дается характеристика основных видов компетенции. Наибольшее внимание уделено «умению самостоятельно учиться». Раскрыта структура учебной деятельности. Показаны направления формирования у студентов интереса к занятиям по физической культуре. Экспериментально подтверждена позитивная роль повышения компетентности в сфере физического воспитания на состояние здоровья и двигательные возможности студентов.

Ключевые слова:

компетенция, компетентностный подход, физическое воспитание, умение учиться, учебная деятельность, физическая подготовленность.

Камаєв О.І., Камаєва О.К. Особливості застосування компетентнісного підходу у здоров'яформуючих технологіях в умовах ВНЗ. Обґрунтовано методику підвищення ефективності здоров'яформуючих технологій у фізичному вихованні студентів. Дается характеристика основних видів компетенції. Найбільша увага приділена «умінню самостійно вчитися». Розкрито структуру навчальної діяльності. Показано напрямки формування у студентів інтересу до занять з фізичної культури. Експериментально підтверджена позитивна роль підвищення компетентності в сфері фізичного виховання на стан здоров'я й рухові можливості студенток.

компетенція, компетентнісний підхід, фізичне виховання, вміння навчатись, навчальна діяльність, фізична підготовленість.

Kamaev O.I., Kamaeva O.K. Features of the use of competence approach in health of forming technologies in the conditions of institution of higher education. The method of increase efficiency of health of forming technologies is grounded in physical education of students. Description of basic types of jurisdiction is given. Most attention is spared to "ability to study separate". The structure of educational activity is exposed. Directions of forming interests on physical culture of students is shown. The positive role of increase of competence is experimentally confirmed in the field of physical education on the state of health and motive possibilities of students.

jurisdiction, competence approach, physical education, ability to study, educational activity, physical preparedness.

Введение.

Современное общество характеризуется быстрыми изменениями во всех сферах жизни. На динамику изменений влияют много причин, а именно – развитие культуры межнациональных и межгосударственных отношений, миграционные процессы, глобализация, демократизация, создание единого информационного пространства. Эти изменения происходят такими темпами, что требуют соответствующего реформирования образовательной системы – системы подготовки молодых специалистов.

Знания, умения и навыки, которые приобретают и совершенствуют молодые специалисты обучаясь в Вузе, без сомнения важны и нужны. Ориентируясь на современные условия, молодой специалист должен уметь оперировать такими технологиями и знаниями, которые соответствуют потребностям современного информационного общества и рынка труда. В связи с этим, в настоящее время важно не только уметь оперировать своими знаниями и умениями, а быть готовым изменяться и приспосабливаться новым потребностям рынка труда, оперировать и управлять информацией, активно и решительно действовать, быстро принимать решение, постоянно учиться и самосовершенствоваться.

Анализ опыта образовательных систем ряда стран (Австрия, Канада, Германия, Франция и др.) показывают, что одним из эффективных путей обновления содержания образования и учебных технологий, согласование их с современными потребностями общества, является компетентностный подход [5,6].

Компетентностный подход в современном представлении обозначает переориентацию с процесса на результат образования в деятельном измерении, рассмотрение этого результата с точки зрения требованности в обществе, обеспечения возможности

молодого специалиста соответствовать новым требованиям рынка труда, иметь соответствующий потенциал, в первую очередь здоровья, для практического решения жизненных проблем, поиска своего «Я» в профессии, в социальной структуре [1, 2].

Известно, что одним из ключевых в ряду современных компетенций (умение учиться, общекультурная, гражданская, предпринимательская, социальная, владение информационно-компьютерными технологиями) является здоровьесберегающая компетенция (5, 6).

Принципиально важно то, что ключевые компетенции многофункциональны, сверхпредметны, предусматривают значительное интеллектуальное развитие и опираются на разные познавательные процессы, каждый из указанных компетентностей тесно связаны с «умением самостоятельно учиться». Данный термин является универсальным понятием, в нем интегрируются психолого личностные характеристики обучаемого с содержательной и процессуальной основой учения. Наличие этого умения позволяет программировать индивидуальный опыт успешной работы студента, содействует познавательной активности, инициативе, рациональному использованию времени и средств обучения. Не менее важно то, что человек, привыкший самостоятельно учиться, не растеряется в новой познавательной и жизненной ситуациях, не остановится, если даже и нет готовых решений, не ждет подсказки, а самостоятельно ищет источники информации, пути решения, потому что умение учиться изменяет стиль мышления и жизнь личности.

Раскрытие содержания понятия «умение самостоятельно учиться» обусловлено тем, как мы понимаем сущность учебного процесса. В современной дидактике это целенаправленно взаимосвязывает деятель-

ность преподавателя и обучаемых. Это охватывает мотивацию, определение целей, планирования, подготовки и ее осуществления, рефлексии и оценивание результатов [1,3,7].

Психологической основой такого понимания является определенная А.М. Леонтьевым [4]общая структура деятельности человека и охватывает такие компоненты:

- потребности и мотивация, позволяющие определить цель деятельности;
- действия и операции для ее достижения;
- познавательные процессы, обеспечивающие реализацию деятельности.

Рассматривая и понимая деятельность как целостный и многофункциональный процесс, можно обосновать состав и компоненты с учетом специфики учебной деятельности.

В целом структуру компонентов учебной деятельности определяют:

- потребности и мотивации, определяющие отношение к учебе;
- содержательная часть (освоение новых знаний, умений и навыков);
- процессуальная часть (способы и виды деятельности на разных уровнях сложности).

Такая структура учебной деятельности позволяет заключить, что человек, умеющий самостоятельно учиться сам определяет цель деятельности, проявляет заинтересованность в обучении, прикладывает к этому волевые усилия, организует свою работу на достижение результата, осваивает необходимые знания, находит способы решения задач, выполняет в определенной последовательности

умственные или практические действия, приемы операции, осознает свою деятельность и стремится ее совершенствовать, обретает умения и навыки самоконтроля и самооценки.

Реализация стремлений человека, в том числе и генетически детерминированных, полноценно неосуществима без приемлемых социальных условий. С другой стороны, в процессе самореализации, при использовании здоровьесформирующих форм жизнедеятельности человека, можно, в определенной мере, нивелировать негативные проявления социального и психологического характера. Умение студентов организовать собственную преобразовательную деятельность в процессе обучения тесно связано с готовностью и способностью к активной будущей профессиональной деятельности с сохранением потенциала здоровья.

В связи с вышеизложенным, поиск наиболее эффективных здоровьесберегающих технологий в образовательной системе высшей школы является актуальной проблемой.

Работа выполнена по плану НИР Харьковской государственной академии физической культуры.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Цель работы - экспериментально обосновать методику повышения эффективности здоровьесформирующих технологий в образовательном процессе по дисциплине «физическое воспитание».

Результаты исследований.

В процессе исследования были сформированы экспериментальная и контрольная группа. Контрольная группа занималась по общепринятой программе. Экспериментальная группа была сформирована из желающих заниматься в тренажерном зале по программе общефизической подготовки. Все студентки экспериментальной группы в течение первого семестра готовили рефераты и доклады о роли двигательной активности в обеспечении здоровья, физической и умственной работоспособности, об особенностях и роли сбалансированного питания, средствах и методах контроля, самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом, об особенностях влияния объема и интенсивности физических нагрузок на функциональное состояние организма, о физиологических критериях здоровья. Об основных формах и средствах оздоровительной физической культуры.

Студентки экспериментальной группы во втором семестре самостоятельно проводили подготовительную часть занятий, каждая студентка разрабатывала для себя программу занятий с использованием тренажеров в сочетании с кроссовой подготовкой. Такое построение занятий, теоретическая разработка тем и выполнение докладов с изложением основных идей реферата позволили существенно активизировать студенток, осознанно подходить к каждому занятию.

В конце учебного года, в отличие от первичных исследований в начале занятий, все исследуемые показатели студенток экспериментальной группы достоверно улучшились. Так, частота пульса в покое у них составила $68,1 \pm 0,86$ уд/мин. против $75,6 \pm 1,31$ уд/мин. ($P < 0,001$; $t = 4,78$) данных девушек из контрольной группы. Жизненный индекс в экспериментальной группе был выше на 13,7 % и соответственно равнялся $69,7 \pm 1,15$ (см/кг) против $61,3 \pm 1,33$ (см/кг) ($P < 0,01$; $t = 4,48$). Артериальное давление у девушек контрольной группы имело тенденцию к снижению и равнялось $106,2 \pm 4,84 / 78,8 \pm 5,31$ мм.рт.ст., а в экспериментальной – было в пределах нормы $115,5 \pm 3,28 / 70,8 \pm 3,65$ мм.рт.ст.

Показатели физической подготовленности, а именно, подъем туловища из положения лежа в сед в экспериментальной группе был выше на 33% ($47,6 \pm 1,49$ раз/мин. против $35,5 \pm 2,11$) ($P < 0,001$; $t = 4,49$). Показатель прыжка в длину с места соответственно составил $186,7 \pm 1,58$ см и $174 \pm 1,88$ см. ($P < 0,01$; $t = 4,21$). В кроссовом беге на 2000 метров различие составило 20% - $600,5 \pm 7,5$ с. против $719,8 \pm 8,8$ с. ($P < 0,001$; $t = 9,6$).

По состоянию здоровья в экспериментальной группе за весь учебный год было пропущено 6 занятий (причем во втором семестре не было пропусков), а у девушек контрольной группы 28 человекодней было пропущено.

Повышенный и осознанный режим двигательной активности, состояние здоровья существенно сказались и на успешности в учебной деятельности. Так, в летнюю сессию итоговая оценка по шкале ECTS у студенток экспериментальной группы составила А – 1 чел. (7,7%); Б – 3 чел. (23,1%); С – 6 чел. (46,1%); Д

- 3 чел. (23,1%); а в контрольной группе оценки распределились следующим образом: А – нет; Б – 2 чел. (12,5%); С – 5 чел. (32,25%); Д – 8 чел. (50%); Е – 1 чел. (6,25%).

Таким образом, поддержание интереса студентов, активизация их деятельности в укреплении здоровья, осознание роли здоровьесформирующих технологий позволяет без больших физических и психических напряжений достичь желаемого результата в повышении физической, функциональной подготовленности и умственной работоспособности студентов.

Выводы:

1. Эффективность организации физического воспитания определяет формирование у студентов интереса к занятиям по физической культуре и повышает их мотивацию к сохранению здоровья.
2. Повышение компетентности в здоровьесформирующих технологиях побуждает студентов созидать свое собственное здоровье, активно задействовать физические, психические и духовные возможности самого себя.
3. Повышение компетентности в здоровьезберегающих технологиях побуждает студентов созидать свое собственное здоровье, активно задействовать физические, психические и духовные возможности самого себя.

В перспективе планируется отразить вопросы формирования активных действий в организации самостоятельных оздоровительных занятий.

Литература

1. Ведмеденко Б.Ф. Теоретичні основи і практика виховання молоді засобами фізичної культури. /Б.Ф. Ведмеденко. - К.: 1993. - 151с.
2. Іванько О.А. Болонський процес і проблеми модернізації учбового процесу у вищих навчальних закладах України / О.А. Іванько //Педагогіка, психологія та медико - біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб.наук.праць (за ред. проф. С.С. Єрмакова) – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ). – 2006. - №7. - С. 40 - 43.
3. Карпов І.Б. Фізична культура. Формування здорового способу життя /І.Б. Карпов, В.Л. Корчинський, А.В. Зотов. - К.: КНЕУ, 2005. - 104с.
4. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность /А.Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1977. - 304с.
5. Мороз Н.В. Обґрунтування моделі та педагогічних умов формування соціокультурної компетентності курсантів вищих навчальних закладів /Н.В. Мороз // Педагогіка, психологія та медико - біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб.наук.праць (за ред. проф. С.С. Єрмакова) – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ). – 2007. - №2. – С. 76 - 80.
6. Ужакіна О. Розвиток ключових компетентностей учнів на уроках ОБЖ та основ здоров'я / О. Ужакіна // Здоров'я та фізична культура. - 2008. - №28 (124). – С.11-18.
7. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів /Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навч. книга «Богдан», 2001. – Ч.2. – 248с.

Поступила в редакцію 03.06.2010г.
Камаев Олег Іванович, д.п.н., проф.
Камаєва Елена Кирилловна
Natal-ka2004@yandex.ru