

Процесс моделирования в структуре дополнительных образовательных программ

Гилязиева С.Р., Нурматова Т.В., Бакурадзе Н.С.

ГОУ ВПО ОГУ, Оренбургский государственный университет

Аннотации:

Изучено профессиональное моделирование, которое является базовым и необходимо для осуществления эффективной профессиональной деятельности специалиста. В эксперименте принимали участие 120 студентов. Предложено ввести в учебный процесс раздел «Профессионально прикладная физическая подготовка», который необходимо совершенствовать с учетом передовых педагогических технологий, адекватных современным условиям обучения в высшей школе.

Гилязиева С.Р., Нурматова Т.В., Бакурадзе Н.С. **Процесс моделирования в структуре дополнительных образовательных программ.** Вивчено професійне моделювання, яке є базовим та необхідним для здійснення ефективної професійної діяльності спеціаліста. В експерименті брали участь 120 студентів. Запропоновано ввести у навчальний процес розділ «Професійно прикладна фізична підготовка», який необхідно вдосконалювати з урахуванням передових педагогічних технологій, адекватних сучасним умовам навчання у вищій школі.

Gizaliev S.R., Nurmatova T.V., Bakuradze N.S. **The process of modeling in the structure of supplementary educational programs.** Studied professional modeling, which is a basic and necessary for effective professional expert. The experiment involved 120 students. Asked to enter into the learning process section «Professional applied physical preparation», which should be improved based on best pedagogical techniques that are adequate to modern conditions of teaching in higher education.

Ключевые слова:

образовательные программы, моделирование, аэробика, универсальность, компетентность.

освітні програми, моделювання, аеробіка, універсальність, компетентність.

educational programs, modeling, aerobics, flexibility, competence.

Введение.

Социально-экономические и политические преобразования в стране обусловили необходимость модернизации системы высшей школы, развития и совершенствования теории и практики профессионального образования, что в первую очередь требует разработки новых стандартов современного высшего образования, обеспечивающих универсальность, фундаментальность образования и его практическую направленность. Согласно мнению известных ученых государственные образовательные стандарты нового поколения призваны стать проводниками международных и европейских тенденций развития высшего образования с учетом стратегических интересов и культурно-образовательных традиций России.

В настоящее время процесс проектирования государственных образовательных стандартов, основанный на комплексном подходе, нуждается в серьезном совершенствовании и научно-методическом обосновании. Комплексный моделируемый подход к образованию является одним из системных, междисциплинарных подходов, определяющих результативно-целевую направленность образования, характеризующийся и личностным и деятельностным аспектами.

В России переход на компетентностно-ориентированное образование нормативно закреплен в 2001 г. в правительственной Программе модернизации российского образования до 2010 г., а позднее, в 2005 г. – в «Федеральной целевой программе развития образования на 2006 – 2010 гг.» [4].

Согласно мнению В.И. Байденко, И.Г. Галяминой, Ю.Г. Татур и других в целях повышения качества профессионального образования особое внимание должно уделяться развитию у будущих специалистов ключевых компетенции, среди которых приоритетными являются общенаучные, когда человек обладает умением моделировать, жить, когда специалист понимает значение общенаучного теоретического базиса для успешной творческой деятельности, возможности современных

методов познания природы; стремится к обеспечению научного фундамента своих профессиональных действий; имеет целостное представление о процессах и явлениях в неживой и живой природе, об экологических принципах охраны природы; владеет методами математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования; современными информационными технологиями; способен вскрыть естественно-научную сущность проблем, возникающих в ходе профессиональной деятельности, провести их качественно-количественный анализ; способен самостоятельно оценить достаточность своих общенаучных знаний и при необходимости пополнить их.

Работа выполнена по плану НИР Оренбургского государственного университета.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Цель работы – анализ проблем профессиональной деятельности и подготовки специалиста, а также разработка методических рекомендаций по оздоровительной танцевальной аэробике для девушек и использования их в системе профессиональной физической подготовки.

Результаты исследований.

Профессиональное моделирование, по мнению большинства авторов, является базовым. Оно необходимо для осуществления эффективной профессиональной деятельности специалиста (формируется для данного вида деятельности и проявляется в ней).

Группа универсального моделирования, является идентичной составляющей компетентности каждого будущего специалиста в области физической культуры и спорта независимо от специальности, которую он осваивал в процессе обучения в вузе.

Традиционно процесс использования функционального потенциала физической культуры в процессе становления личности специалиста осуществляется и реализуется в рамках физического воспитания. При этом целевая направленность этого процесса – обеспечение профессиональной физической подготовленности будущих специалистов в профессиональной деятельно-

сти на основе развития основных физических качеств; овладения жизненно важными умениями; улучшение состояния здоровья и физического развития.

В этой связи необходимость разработки методических рекомендаций по оздоровительной танцевальной аэробике для девушек и использования их в системе профессиональной физической подготовки студентов позволит повысить мотивацию, стабилизировать заинтересованность, выйти на уровень осознанного отношения студентов к данному виду деятельности.

Одной из основных задач обучения студентов в вузах является увеличение запаса двигательного опыта, повышение уровня спортивного мастерства, познание присущих физкультурно-спортивной деятельности эмоциональных состояний, непосредственно влияющих на процесс освоения профессиональной деятельности будущими специалистами.

Состояние общей и специальной подготовки студентов всегда было предметом споров и противоречивых оценок. С одной стороны, в них обучаются в основном спортсмены, посещающие секции дополнительного образования, для которых участие в тренировочном процессе является естественным явлением. С другой стороны, велико количество студентов, не стремящихся к повышению профессионального мастерства. При этом число последних имеет тенденцию к увеличению от курса к курсу.

Исходя из вышеизложенного, изучение вопроса, связанного с определением эффективности существующей системы физического и двигательного совершенствования студентов и поиска путей ее дальнейшего развития, в условиях нашего вуза, представляет значительный научно-прикладной интерес.

Учитывая значение данного раздела подготовки студентов, во многом влияющим на процесс профессионального становления будущих специалистов в любой сфере деятельности, знания в области оздоровительной танцевальной аэробики входящие в программу по физической культуре и спорту, раздел «Профессионально прикладная физическая подготовка», необходимо вести постоянную работу по его совершенствованию, с использованием передовых педагогических технологий, адекватных современным условиям обучения в высшей школе [2].

В сегодняшних условиях, организации занятий по оздоровительной аэробике необходимо включить в учебный план как в основные часы занятий в качестве профессионально прикладной подготовки студентов каждого факультета. Перспективность данного подхода обусловлена еще и тем, что в сложившихся условиях обучения, предусмотренный учебным планом курс ППФП (Профессионально-прикладная физическая подготовка), способствует формированию прикладных знаний направленный на обеспечение активации физкультурно-спортивной деятельности студентов.

В результате занятий, которые разработаны в методических рекомендациях на профильном уровне студент должен:

знать/понимать:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и увеличение продолжительности жизни;
- формы занятий физической культурой, их целевое назначение и особенности проведения;
- требования безопасности на занятиях физической культурой;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;

уметь:

- планировать и проводить индивидуальные занятия физическими упражнениями различной целевой направленности;
- выполнять индивидуально подобранные композиции оздоровительной аэробики, комплексы атлетической гимнастики;
- комплексы упражнений общей и специальной физической подготовки;
- проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, фрагменты занятий физической культуры (в роли помощника преподавателя);
- выполнять простейшие приемы самомассажа;
- оказывать первую доврачебную помощь при травмах;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях [1-4].

Поэтому совершенствование данного раздела подготовки студентов необходимо культивировать и развивать в рамках учебного плана, акцентируя внимание на профессиональную ориентацию будущих специалистов.

Аэробика – метод тренировки, вид оздоровительной гимнастики, связанный с тренировкой сердечно-сосудистой и дыхательной систем. В оздоровительной танцевальной аэробике используются вариации базовых шагов с выбранной стилистикой движений под музыкальное сопровождение (джаз-модерн, хип-хоп, латина и др). В результате занятий оздоровительной танцевальной аэробикой совершенствуется ритmicность и пластичность телодвижений, повышается уровень развития координационных способностей (статическое равновесие, способность к динамическому равновесию, способность к согласованию движений, способность к реакции и др.), уровень развития гибкости и др. Для повышения эффективности занятий с девушками необходимо учитывать их эмоциональность, способность к ритму, пластике и выбирать такие средства развития двигательных способностей, которые бы повышали интерес к занятиям физической культурой.

На занятиях оздоровительной танцевальной аэробики девушки знакомятся с правилами проведения общеразвивающих упражнений поточным способом,

сменой одного танцевального движения другим, знакомятся с методикой подбора музыкального сопровождения, практикуются в проведении подготовительной части урока, в самостоятельном составлении танцевальных комплексов. Т.е. в процессе занятий реализуется творческий потенциал обучающихся. По мнению специалистов, творческий процесс позволяет людям обрести свой, сообразный своей природе, вдохновенно творческий, целительный смысл жизни и является условием здорового образа жизни. Во второй половине основной части занятия даются упражнения на развитие основных физических качеств: силовых способностей, гибкости, выносливости, прыгучести. В результате занятий оздоровительной танцевальной аэробикой у девушек повышается уровень мотивации к занятиям физическими упражнениями, формирование культуры движений, повышение уровня общей физической подготовленности, формирование двигательных координаций. Кроме всего перечисленного, оздоровительная танцевальная аэробика способствует профилактике заболеваний связанных с гиподинамией, значительной статической нагрузкой по поддержанию рабочей позы сидя или стоя, застойных явления в малом тазу и нижних конечностях, заболеваниях опорно-двигательного аппарата, функциональных нарушений. В связи с этим целесообразно включать занятия оздоровительной танцевальной аэробикой в ППФП студентов различных факультетов, в частности архитектурно-строительного (дизайнеры, архитекторы).

В процессе решения этой проблемы, используя метод анкетирования студентов ($n=120$), нами было установлено, что большинство респондентов (69,5 %) осознают необходимость введение нового предмета включенного в физическую культуру, где занятия будут проводиться на должном уровне. При этом многие (56,0 %) считают, что лучше этого добиваться на учебных и дополнительных занятиях по оздоровительной аэробике. Однако, как выяснилось, данный процесс считают студенты будет проходить бессистемно, неконтрольно, спонтанно. Из числа опрошенных, 73,0 % не имеют четкого представления об оздоровительной танцевальной аэробике, 8,8 % многие самостоятельно посещают секции по оздоровительной аэробике, но не в стенах вуза, частота занятий составляет в среднем 1-2 раза в неделю. Многие опрошенные (79,6 %) не знают своих возможностей не имея ни какой мотивации по предстоящей возможности пополнить уровень профессиональной прикладной подготовленности к будущей профессии.

Учитывая то, что реалии современной жизни требуют широкого внедрения во все сферы жизнедеятельности, в том числе и в образовании, передовых технологий, предусматривающих широкое использование современных технических средств, нами готовятся к выпуску методические рекомендации по оздоровительной танцевальной аэробике для девушек, выполняющую рекомендательную и познавательную функции. В дальнейшем эта разработка ляжет в основу эксперимента, задачей которого являлось определение эффек-

тивности использования программ по оздоровительной аэробике различной направленности (степ-аэробика, пилатес, аквааэробика, пауэрстрейк-аэробика и др.) в системе физической подготовки студентов. Рекомендации с учетом введенной информации о занятиях в основу которой входят множество различных простейших приемов легко усваиваемых в процессе подготовки студентов, предлагает варианты двигательного режима, в виде комплексов специальных физических упражнений и их индивидуальной дозировки. Студенты по своему усмотрению выбирают наиболее приемлемый для них вариант. При этом они наглядно могут видеть динамику происходящих изменений в уровне своей физической подготовленности [1].

Как было определено в ходе проведенных исследований, одним из основных факторов низкой заинтересованности студентов к предложенным занятиям по оздоровительной танцевальной аэробике включенных в учебный процесс является отсутствие информации о полной схеме и системе их проведения. Экспериментальные условия позволили изменить данное положение и уже после трех месяцев занятий по предложенной программе все участники эксперимента могли наглядно убедиться в эффективности занятий, в процессе которых улучшилась физическая подготовленность студенток. При этом каждый из них имел четкое представление о своей динамике происходящих изменений в уровне собственной физической подготовленности [2-4].

Выводы.

Обеспечив возможность общения студентов с грамотными преподавателями по оздоровительной танцевальной аэробике, используя разработанную программу, удалось изменить мотивационную сферу, заинтересованность и отношение студентов к занятиям по танцевальной аэробике и физическому самосовершенствованию. В результате студенты из экспериментальной группы ($n=20$) улучшили результаты во всех тестовых упражнениях ($p < 0,01$), перейдя со среднего уровня на уровень выше среднего, по интегральному показателю физической подготовленности. При этом у них наблюдается выравнивание результатов во всех видах испытаний, указывающее на всесторонность физического развития в процессе занятий по оздоровительной танцевальной аэробике, которое достигается путем коррекции и смещения акцентированного воздействия на отстающие в своем развитии качества.

В процессе экспериментальных исследований было также установлено, что у студентов экспериментальной группы наблюдается стабильность, систематичность и осознанность в организации и реализации данного процесса. Так, например, 95,2 % указали на регулярность занятий, 42,9 % занимались два раза в неделю, 57,1 % – один раз в неделю, 83,3 % придерживались рекомендаций разработанной программы, все могли точно оценить свои возможности по тестовым упражнениям и указать на недостатки в отдельных видах подготовки.

Таким образом, применение разработанной программы по оздоровительной танцевальной аэробике в организации физической подготовки студентов позволяет не только повысить уровень их профессиональной подготовки в будущей профессиональной деятельности, но и повысить общую физическую подготовленность и эффективно развивать отстающие физические качества, а также повысить заинтересованность, осознанность, систематичность занятий: 77% студенток хотели бы заниматься различными видами оздоровительной аэробики в свободное время, на 25 % возросла посещаемость занятий, все студентки испытывают чувство удовлетворения от занятий физической культурой. А это, в свою очередь, будет способствовать повышению уровня профессиональной подготовки будущих специалистов.

Дальнейшие исследования будут направлены на изучение других проблем подготовки специалистов.

Литература.

1. Виленский М.Я. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве вуза / М.Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. – 2000. – С. 25-27.
2. Ильин Е.П. Теория и методика физического воспитания / Под общ. ред. Б.А. Ашмарина. – М.: ФиС, 1979.
3. Ильин Е.П. Двигательная память, точность воспроизведения амплитуды движений и свойства нервной системы / Е.П. Ильин // Психомоторика. – Л., 1976. – С. 15-17.
4. Смолевский В.М. Нетрадиционные виды гимнастики / В.М. Смолевский, Б.К. Ивалиев. – М.: Просвещение 1992. – С. 56-58.
5. Столяров В.В. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) / В.В. Столяров, И.М. Быховская, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры, 2006. – №5. – С. 11-15.
6. Столяров В.И. Ценности спорта и пути его гуманизации / В.И. Столяров. – М.: РГАФК, 2006. – 254 с.

Поступила в редакцию 31.03.2011 г.

Гилязиева С.Р.
Нурматова Т.В.
Бакурадзе Н.С
gecean@mail.ru