

¹А.В. Толкунов, канд. пед. наук, доц., ²Д.Н. Григоренко

¹УО «Гомельский государственный медицинский университет»

²УО «Гомельский инженерный институт» МЧС Республики Беларусь

О ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТИ В ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЯХ

Значение учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждениях высшего образования на постсоветском пространстве в большинстве случаев рассматривается в контексте реализации ее возможностей по формированию у студентов определенных физических качеств и двигательных навыков. Традиционно важными считаются показатели уровня физического развития и функционального состояния организма обучающихся, состояния их здоровья, т. е. акцент делается на биологическом, двигательном аспекте развития индивида [3].

Между тем, многие специалисты, изучающие проблему повышения эффективности образовательного процесса, высказывают мысль о том, что одной из основных задач физического воспитания является необходимость формирования

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

устойчивой потребности у студентов в систематических занятиях физическими упражнениями. При этом не всегда предлагается конкретный механизм формирования этой потребности [4]. Потребность в двигательной активности независима от нашего сознания далеко не во все периоды индивидуальной эволюции. В течение жизни величина данной потребности может изменяться, возрастает ее социогенный характер, она нуждается в формировании и подкреплении.

В основе понимания механизма формирования потребности в занятиях обычно лежит «житейский» подход, при котором решающая роль принадлежит эмоциональным побуждениям, недостаточно контролируемым сознанием. В этом случае человек опирается только на личный ограниченный опыт, на житейские ценности и нормы [2].

По нашему мнению, процесс формирования потребности в выполнении физических упражнений в условия учреждения образования необходимо рассматривать как педагогическую технологию. Применение данной технологии предполагает необходимость последовательной реализации ряда взаимосвязанных компонентов: когнитивного (характеризуется глаголом «знаю»), мотивационного («хочу») и операционального («могу»). Когнитивный компонент – это система усвоенных личностью на уровне убеждений теоретических знаний: понятий, правил, оценок, норм, ценностей и пр., соответствующих области физкультурно-спортивной деятельности. Мотивационный компонент – это мотивация, личностный смысл, который придается человеком использованию средств физической культуры. Операциональный компонент – совокупность обобщенных рациональных приемов самоуправления физическим совершенствованием.

Когнитивный компонент процесса формирования потребности в физических упражнениях обуславливает необходимость повышения образовательной направленности занятий. Необходимо уже на ранней стадии прохождения учебной дисциплины предусматривать не только телесное развитие обучаемых, но и духовное обогащение их знаниями, которые способствовали бы осознанному, творческому отношению к задачам, средствам, методам и формам физического воспитания, формированию отношения к физической культуре как ценности.

Основой мотивационного компонента, на наш взгляд, является положительный опыт использования физических упражнений для достижения значимых для индивида целей. Преподаватель (тренер) должен постоянно заботиться о создании условий, обеспечивающих накопление студентами определенного комплекса положительных ощущений, как результата занятий физическими упражнениями и спортом. Руководителю необходимо постоянно акцентировать внимание обучающихся на происходящих разнообразных позитивных изменениях в их настроении, самочувствии, уровне спортивных результатов, внешнем виде, уровне работоспособности, социальной активности, состоянии здоровья, уровне развития физических качеств и др.

Адекватная оценка индивидом благоприятных изменений в собственном организме, основанная на сравнении достигнутых показателей и вновь полученных ощущений с теми показателями и ощущениями, которые соответствовали периоду его недостаточной физической активности, будет являться основным побудительным мотивом для продолжения занятий. Результат деятельности станет причиной очередного мотивационного действия.

Важной составной частью предлагаемой педагогической технологии формирования потребности в выполнении физических упражнений является операциональный компонент. Его основу составляет накопление индивидом положительного опыта самостоятельных занятий для развития и корригирования своих морфо-функциональных характеристик.

Первоначально самостоятельные занятия (их элементы) должны проходить под контролем преподавателя, затем функция контроля будет ослабевать. Перевод

студентов на индивидуальные планы, как правило, осуществляется на завершающем этапе прохождения курса дисциплины «Физическая культура» путем элективной дифференциации обучающихся по принципу внутренних различий. При этом в первую очередь должен учитываться не уровень общей физической или спортивной подготовленности студента, а степень сформированности осознанного отношения личности к самостоятельным занятиям и готовность к ним.

Самоуправление физическим совершенствованием, как конечная стадия исследуемого технологического процесса, предусматривает осуществление рефлексии, социального целеполагания, планирования, предвосхищения результатов, а также непосредственно самостоятельные занятия студента с использованием механизмов самоконтроля и саморегуляции.

Таким образом, формирование личности в процессе занятий физическими упражнениями – это во многом формирование потребности в них. В результате применения предложенной педагогической технологии векторы «знаю», «хочу» и «могу» образуют результирующий вектор. Достигается конечная цель – формируется и укрепляется искомая потребность, что гарантирует достаточную физическую активность будущего специалиста в период предстоящей профессиональной деятельности [5].

Дифференцированный и индивидуальный подход, самоопределение, отношения доверия и сотрудничества, самоуправление в сочетании с научно обоснованной системой самоконтроля – важнейшие условия, способствующие саморазвитию индивида. При этом широкая педагогическая поддержка будет способствовать индивидуальному развитию не только тех студентов, у кого потребность в физических упражнениях уже сформировалась, но и, что гораздо более важно, тех молодых людей, которые в силу своих индивидуальных особенностей не были готовы к саморазвитию в этой сфере.

Литература

1. Анализ сформированности чувства «мышечной радости» после занятий физическими упражнениями / Н.И. Пономарев [и др.] // Теор. и практ. физ. культ. Просветитель. – 1989. – №5. – С. 5-6.
2. Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. – М.: ТиПФК, 2000. – 274 с.
3. Выдрин, В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры: учеб. пос. / В.М. Выдрин. – СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2001. – 76 с.
4. Лубышева, Л.И. Концепция формирования физической культуры человека / Л.И. Лубышева. – М.: ГЦОЛИФК, 1992. – 40 с.
5. Физическая культура: молодежь и современность / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теор. и практ. физ. культ. Просветитель. – 1995. – №5. – С. 2-7.