

«Личностно ориентированное образование – это не формирование личности с заданными свойствами, а создание условий для полноценного проявления и, соответственно, развития личностных функций субъектов образовательного процесса» [4, с. 42]. Поэтому роль учителя или преподавателя имеет большое значение при формировании атмосферы процесса передачи информации и создания условий индивидуализации каждого обучающегося.

На основании вышеуказанного сформулируем основные положения личностно ориентированной парадигмы в контексте современного подхода к воспитательной работе со студенческой молодежью:

- 1) индивидуальный подход к каждому обучающемуся;
- 2) создание доверительных отношений со стороны преподавателя, сотрудника учреждения образования;
- 3) выражение сопереживания и уважения, проявление заинтересованности к деятельности обучающегося и поддержки;
- 4) проведение разъяснительной и информационной работы с обучающимся при необходимости.

При личностно ориентированном подходе преподаватель, основываясь на знаниях, умениях и навыках студенческой молодежи, способен выявить и дополнительно помочь развивать способности каждого обучающегося. В свою очередь, для студента важен момент эмоциональной отдачи преподавателя в его сторону, поскольку обучающийся будет чувствовать, что он самостоятелен и его ценят в коллективе. Данный факт способствует позитивному настроению молодежи при посещении занятий, а также воспитательному процессу в учреждениях образования Республики Беларусь.

Литература

1. Амонашвили, Ш. А. Воспитательная и образовательная функция оценки учения школьников / Ш. А. Амонашвили. – М. : Педагогика, 1984. – 297 с.
2. Амонашвили, Ш. А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса / Ш. А. Амонашвили. – Минск : Университетское, 1990. – 559 с.
3. Наливайко, Н. В. Философия образования: формирование концепции = Philosophy of education: formation of the concept / Н. В. Наливайко. – Новосибирск : Издательство СО РАН, 2008. – 269 с.
4. Сериков, В. В. Личностный подход в образовании: концепция и технологии / В. В. Сериков. – Волгоград : Перемена, 1994. – 149 с.

УДК 796.011.3:796.41:615.625.1-057.875-056.24

И. А. Назаренко, С. В. Мартинович

г. Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕТОДИК НА ОРГАНИЗМ СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

В настоящее время студенты, имеющие отклонения в здоровья, занимаются физической культурой по определённой программе, где должны решаться задачи не только учебно-педагогического плана, но и физического оздоровления.

После анализа ряда научно-методической литературы и определения приоритетных направлений учебных занятий со студентками специального медицинского отделения рекомендовано применение одной из оздоровительных методик – оздоровительная гимнастика с использованием миниболов. Минибол – очень доступный и практичный снаряд для оздоровительных занятий, с ним рекомендуется улучшать свои навыки.

В структуру данного вида занятий включены разновидности ходьбы, бега, различные комплексы общеразвивающих упражнений с миниболами в подготовительной части. В основной части занятия применены упражнения лечебной физической культуры, направленные на профилактику и коррекцию различных заболеваний внутренних органов, опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, нервной и дыхательной систем организма, органов зрения. В заключительной части использованы подвижные игры с невысокой интенсивностью. Легкий вес и мягкий материал минибола делает его безопасным снарядом для многих игровых заданий.

С помощью этого вида мяча активизируется мышечная деятельность занимающихся. Различные исходные положения с мячом при выполнении физических упражнений позволяют изолировать работу отдельных мышц, повысить концентрацию внимания на удержании равновесия при выполнении этих упражнений, активно развивать координацию движений, что способствует улучшению мышечного баланса.

Для оценки эффективности методических разработок и предложенных программ занятий по физической культуре с внедрением оздоровительных систем необходимо проанализировать изменения двигательной подготовленности и физического развития с данным контингентом учащихся в начале экспериментальной программы и по ее окончании.

Первый этап исследования был проведен в сентябре 2023 года со студентками 1 курса, отнесенными по состоянию здоровья к специальному медицинскому отделению, факультета иностранных языков и геолого-географического факультета УО ГГУ имени Ф. Скорины. Было обследовано 32 человека. В исследовании принимали участие девушки 17–19 лет, которые регулярно посещают занятие по физической культуре (2 раза в неделю, длительность каждого занятия – 2 академических часа). Конец эксперимента запланирован на май 2024 года.

На данном этапе «Исследование двигательной подготовленности и физического развития студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья», преподавателями, опираясь на соответствующее научно-методическое обеспечение, были определены различные тесты двигательной подготовленности и физического развития студентов.

Для оценки физического развития был выбран метод Л.Г. Апанасенко, основанный на суммарной оценке физического развития, мощности и скорости восстановления после нагрузки кардиореспираторной системы (рисунок 1).

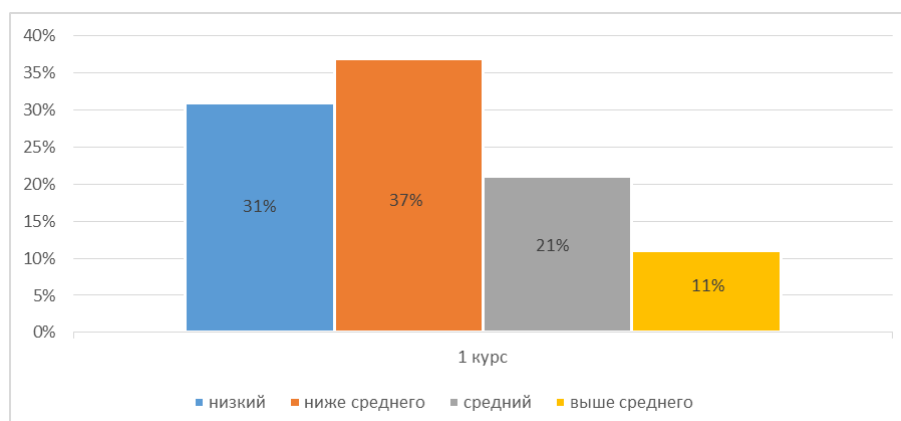


Рисунок 1 – Показатели по методу Л. Г. Апанасенко

Для оценки двигательной подготовленности были применены следующие тестовые задания:

1. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 сек. И. п. – лежа на спине, согнув ноги, руки вдоль туловища, поднимание плечевого пояса (углы лопаток от пола не отрывать, руками тянуться вперед). Считается количество раз.

2. Поочередное разноименное поднимание рук и ног из положения лежа на животе. И. п. – лежа на животе, руки вверх, поочередное разноименное поднимание рук и ног (голову не поднимать), время выполнения – 30 секунд. Считается количество раз.

3. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на коленях за 60 сек. И. п. – упор стоя на коленях, кисти рук параллельны – сгибание, разгибание рук (спина прямая, голову не запрокидывать назад), время выполнения – 60 секунд. Считается количество раз.

4. 6-минутный бег в чередовании с ходьбой (оценивается преодоленное расстояние в метрах) (таблица 1).

Таблица 1 – Показатели уровня двигательной подготовленности, (%)

Тесты	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего
6-ти минутный бег, (м)	37 %	32 %	22 %	9 %
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на коленях за 60 с (раз)	34 %	39 %	20 %	7 %
Наклон вперед из положения сидя на полу, (см)	32 %	38 %	24 %	6 %
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с (раз)	36 %	39 %	17 %	8 %
Поочередное разноименное поднимание рук и ног из положения лежа на животе (раз)	30 %	42 %	21 %	7 %

По результатам проведенного тестирования у студенческой молодежи было определено недостаточное физическое развитие и низкий уровень двигательной подготовленности.

Показатели данных исследований должны быть учтены преподавателями для разработки программ занятий по выбранной оздоровительной методике, составления комплексов упражнений, применяемых на занятиях физической культуры в специальном медицинском отделении.

Литература

1. Захарченко, О. А. Аэробика как эффективное средство развития физических качеств студентов / О. А. Захарченко, Д. Д. Захарченко // Физическая культура, спорт, наука и образование: Материалы I всероссийской научной конференции с международным участием, Чурапча, 29 марта 2017 года / Под редакцией С. С. Гуляевой, А.Ф. Сыроватской. – Чурапча: ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта», 2017. – С. 229–233.

2. Захарченко, О. А. Функциональное состояние организма студенток при занятиях оздоровительной аэробикой Специфические и неспецифические механизмы адаптации при стрессе и физической нагрузке: сборник научных статей IV Республиканской научно-практической интернет-конференции с международным участием (г. Гомель, 15 декабря 2022 г.) / И.О. Стома [и др.]. – Элект. текст. данные (объем 1,6 Мб). – Гомель : ГомГМУ, 2023. – С. 74–77.

3. Назаренко, И.А. Фитбол-аэробика в структуре занятий по физической культуре / Назаренко, И. А., Мартинович // Современное образование: преемственность и непрерывность образовательной системы «школа-университет-предприятие». – 2023. – С. 277–278.

4. Назаренко, И. А. Комплексы упражнений с фитболами для самостоятельных занятий: практическое пособие для студентов непрофильных специальностей / сост.: И. А. Назаренко, А. Е. Бондаренко, Ж. А. Зыкун ; Мин-во образования Республики Беларусь, Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины. - Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2016. – 34 с.

5. Назаренко, И.А. Перспективы использования упражнений с миниболами по оздоровительной системе «пилатес» на занятиях физической культурой / И.А. Назаренко, С.В. Мартинович. // Актуальные медико-биологические проблемы спорта и физической культуры: сборник материалов Всероссийской с международным участием конференции (1-2 февраля 2023 года). - Часть 1 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2023 – с.226-229

УДК 796.015.1+378.2

Г. И. Нарскин, А. Г. Нарскин, С. В. Мельников

г. Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ СТРУКТУРЫ ОБРАЗОВАНИЯ ОТРАСЛИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Подготовка современных высококвалифицированных кадров является важнейшей стратегией устойчивого развития отрасли физической культуры и спорта. К сожалению, бытует мнение, что тренеры-практики, на которых ложится основная роль в подготовке высококвалифицированных спортсменов, и их подходы в работе, основанные на практическом опыте, могут вполне обойтись без научно-методического сопровождения, предопределяя этим двум основополагающим направлениям идти как бы параллельным курсом. В этой связи взаимоотношение между специалистами-практиками и научными работниками порой уходит в сторону непонимания.

Следует отметить, что уже более 20 лет на факультете физической культуры функционирует научно-исследовательская лаборатория олимпийских видов спорта (НИЛ ОВС), которая проводит научные исследования в области спортивной подготовки и осуществляет научно-методическое сопровождение ведущих спортсменов Республики Беларусь и стран ближнего зарубежья. Сегодня работа НИЛ ОВС в спортивных и околоспортивных кругах действует как своего рода пароль, который условно разделяет людей на посвященных и непосвященных. Деятельность НИЛ ОВС вызывает неподдельный интерес именитых спортсменов и их тренеров именно благодаря доведенному до абсолюта индивидуальному подходу к каждому. Атлеты, тренеры, врачи команд получают не просто набор данных о текущем состоянии спортсмена, но и ценнейшие, а порой и неожиданные сведения о физических, физиологических и психических особенностях организма. На этом и основаны конкретные персональные рекомендации по оптимизации и корректировке учебно-тренировочного процесса.

За многолетний период работы в лаборатории обследовались спортсмены национальных команд Республики Беларусь по одиннадцати видам спорта и лучшим футбольных, хоккейных и гандбольных клубов страны. Среди них – победители и призеры Олимпийских игр, Чемпионатов мира и Европы, которые неоднократно отмечали огромный вклад НИЛ ОВС в достигнутые ими наивысшие результаты.

Можно подчеркнуть, что слагаемых спортивного результата много. Это и физическая подготовка, и функциональная, психологическая, техническая, тактическая, морально-волевая и еще ряд направлений. В то же время опыт нашей работы показывает, что если спортсмен физически и функционально не готов, то «ломается» и техника, и тактика, и, как следствие, не удастся продемонстрировать высокий уровень результатов. В таких случаях следует говорить о развитии физической работоспособности спортсменов, которую, в свою очередь, обеспечивают сердечно-сосудистая, дыхательная, мышечная и нервная системы. В процессе работы нам удалось освоить новейшие инструментальные методики, которые обеспечивают контроль за деятельностью этих систем.