

Мацепура Галина Николаевна

бакалавр пед. наук, старший преподаватель ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет» г. Хабаровск, Хабаровский край

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

Аннотация: в статье сделана попытка проанализировать текущее состояние дел в отрасли «Физическая культура и спорт» в условиях продолжающегося вирусного кризиса. Показана опасность ухода людей от физической активности, мотивированного сложной эпидемиологической ситуацией. Даны рекомендации профессионалам по организации тренировочного процесса в условиях разделенного существования. Показана важность вербальной работы со студентами.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, образование, позитивный эффект физической активности, негативный эффект физической активности.

Перманентное реформирование системы образования по физической культуре и спорту, столкнулось с вызовом, когда традиционные формы преподавания предмета оказались практически коллапсированы [1]. Тотальный запрет на групповые занятия студентов заставил профессорско-преподавательский состав буквально на ходу изобретать новые формы преподавания. Особенность предмета в том, что его результативность невозможно проконтролировать обычными способами. Большинство студентов с пониманием относятся к ситуации и добросовестно выполняют теоретические и практические задания. Но есть и такие, для которых этот период – период отдыха. Электронная образовательная среда (ЭИОС) созданная на базе вуза позволяет студентам самим выбирать программу физической активности и реализовывать ее. В эту программу включены контрольные вопросы по предмету, тесты, для проверки знаний, методические материалы, вопросы контроля, а также примерные комплексы упражнений для развития физических качеств. Самое большое количество поступающих вопросов касается нормирования нагрузки, как на отдельные мышечные группы, так и на

весь организм в целом. Помимо ЭИОС преподаватели активно используют современные социальные сети и телефон. Часто именно непосредственное вербальное общение дает положительный результат. Рекомендации, которые дают преподаватели кафедры носят, как правило, щадящий режим, это связано с опасностью нахождения индивида в одиночестве и возможности получения травмы. Интересы студентов расходятся по гендерному признаку: девочек больше интересует гибкость, подвижность суставов, а ребята предпочитают упражнения силового характера. Изоляция выявила одну базовую человеческую черту, которая называется лень. Эта черта хорошо прописана в Дневниках Л.Н. Толстого, который давая себе с вечера обещание какой-либо физической активности, на следующий день констатировал полный провал планов. Таких людей называют прокрастинаторами, они с легкостью переносят на завтра то, что необходимо сделать сегодня. В своих теоретических занятиях преподаватели кафедры регулярно подчеркивают смысл непрерывности при занятиях физическими упражнениями. Только долгий кумулятивный эффект может принести удовлетворение и стимулировать к дальнейшим занятиям [2]. В условиях ограниченного общения возрастает роль неформальных лидеров, которые делясь своими личными достижениями стимулируют остальных ребят на активные занятия физическими упражнениями. В этой связи преподаватели кафедры выявляют таких студентов и всячески поддерживают их начинания. Учитывая репрессивный характер современной системы образования (ЛЕД), поощрение становится важнейшим стимулом проявления личностных качеств студентов. Акцент в представлении предмета делается не на его форме, она в данном контексте не принципиальна, а на перманентном содержании. То есть не столько важно какие средства используются студентами, важно чтобы физиологическая норма двигательной активности выполнялась регулярно. Существенным подспорьем в этой деятельности является ведение дневника, причем желательно в графическом виде. Это позволяет отслеживать динамику основных показателей развития всех систем организма и физических качеств в первую очередь. Дневник может быть представлен (по желанию)

преподавателю или коллегам как факт проявленной физической активности. Вообще надо сказать, что преподавание предмета столкнулось с беспрецедентными трудностями. Здесь на первый план выходят взаимоотношения преподавателя и студента. Любые попытки нормативно давить на активность студентов приводят к обратному эффекту. Это понятно. Молодой человек в сегодняшних условиях имеет массу возможностей реализовать свой двигательный потенциал в рамках развитой уличной культуры. А то, что этот эффект неустойчив и не способствует расширению индивида как личности, в расчет не берется. Пандемия и ограничение общения между студентами пока не до конца осмысленно сообществом, каков будет долгосрочный эффект этого явления предсказать невозможно, но тот факт, что спортивные магазины фиксируют рост спроса на спортивные снаряды индивидуального действия показывает – люди серьезно озаботились собственным здоровьем и готовы в индивидуальном режиме развивать физические качества и способности. Преподаватели кафедры всеми способами пытаются стимулировать возникший интерес, подводя методические обоснования под индивидуальные занятия. Одной из легитимных форм заинтересованности студентов стали заочные соревнования по простейшим видам физической активности: приседания на одной ноге, прыжки через скакалку, отжимания разного типа, удержания угла в положении сидя и другие виды, стимулируют студентов не только улучшать индивидуальные показатели, но и сравнивать свои достижения с достижениями других ребят. Интересным средством оказалось подсчитывание шагов, пройденных за день. У всех телефонов есть эта функция и она позволяет проводить сравнение по дням и между собой. Несколько удивительным для нас оказался повышенный интерес студентов к научно-методической работе, строители, юристы, политологи оказались вовлеченными в работу оценки своих физических способностей и путей их совершенствования. Среди массива работ были такие, которые имеют перспективу для дальнейшего исследования и выхода на хорошую статью. Несколько таких работ были посланы на Всероссийский конкурс, где совершенно не затерялись, а получили заслуженное признание. Таким образом, «Физическая культура и спорт» предстала для студентов своей духовно-

сущностной стороной, что явилось для многих неожиданностью. Традиционно в советской модели физическая культура рассматривалась как прикладное средство воспитания. В современных условиях этого мало, необходимо выявить более глубокую сущность феномена физическая культура, оказывающего существенное влияние на формирование цельной личности. Физическая культура и спорт имеют и негативное значение, выражающееся в том, что адепты этого явления могут подпасть под определенное «рабство» этого феномена. Тогда цельной личности точно не получится, а получится однобоко развитый индивид, картина мира которого перекошена в сторону физического развития [4]. Такой индивид все свои поступки мерит через способности другого выполнять непосильные физические нагрузки. То, что в физической культуре заложен огромный пласт духовно-нравственного и интеллектуального потенциала личностного развития хорошо понимали в античности. Возрождение античного понимания физической культуры предпринималось в разных культурах неоднократно, но XX век, с его «одномерным», массовым человеком стал использовать только одну сторону процесса физического развития – эстетическую [3]. Спорт коммерциализировался, сегодня существуют сотни телевизионных программ, в которых дилетанты уверенно рекламируют средства, способные нанести организму занимающегося не пользу, а вред. Именно в этих непростых условиях на профессионалов ложится особая ответственность за такую организацию деятельности, которая даст человеку полноту ощущения и радость от физической активности.

Список литературы

- 1. Алексеев С.В. Физическая культура и спорт в Росийской Федерации: новые вызовы современности / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин [и др.]. М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2013. 780 с.
- 2. Губа В.П. Резервные способности спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 2008. 146 с.
- 3. Захаров М.А. Социология спорта. 2-е изд., перераб. и доп. Смоленск: СГАФКСТ, 2008. – 216 с.

4. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теория и практика физической культуры. — 1997. — №6. — С. 10—15.