(cc) BY

Пасикова Мария Вячеславовна
канд. пед. наук, заведующая кафедрой, доцент
ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»
г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

К ВОПРОСУ О САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ

Аннотация*: в статье рассматриваются возможности модернизации образовательного процесса по физическому воспитанию в высших учебных заведениях в организационном аспекте, которые позволят активизировать скрытые резервы самоактуализации обучающихся.*

Ключевые слова*: педагогические подходы, самоактуализация обучающегося, дисциплины по физической культуре и спорту, учебный процесс.*

Высшее образование в настоящее время характеризуется воздействием колоссальной интеллектуальной нагрузки на организм обучающегося, что негативно сказывается на их здоровье в виду резкого снижения нагрузки физической. Вместе с тем ФГОС ВО 3++ предписывает наличие у выпускника универсальной компетенции УК-7, которая требует от выпускника обладания способностью «поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

Но как определить, какой уровень считать «должным» и какую деятельность можно назвать «полноценной»? Должный – такой, как нужно, соответствующий [1]. Полноценный – обладающий требуемыми достоинствами, полностью отвечающий соответствующим требованиям, достойный, ценный [1]. Синонимом слова «полноценный» является слово «настоящий». Применительно к жизни человека понятие «полноценный» употребляется в контексте осознания своего предназначения и работы по самосовершенствованию.

Данные определения свидетельствуют о том, что в конечном счете «должный» и «полноценный» – субъективные понятия и их качественное определение зависит от восприятия и самовосприятия конкретного человека.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

С другой стороны, необходимым условием поддержания физической подготовленности на каком-либо уровне является наличие этого уровня. Нельзя поддерживать то, чего нет. Следовательно, за время обучения обучающийся должен поднять свою физическую подготовленность до требуемого уровня. Эту задачу призваны решить дисциплины по физической культуре и спорту (ФКиС).

Период обучения в вузе – время активного поиска себя, своего пути, это пора, когда человек получает возможность изменить обстоятельства своей жизни в соответствии со своими стремлениями. Потребность к самовыражению изначально заложена в человеке. Именно от ее реализации зависит, будет ли человек удовлетворен своей жизнью. В этой связи молодому человеку крайне важно выявить в себе качества и способности, данные ему от рождения, узнать себя изнутри, понять, к чему стремится его душа, опираясь только на анализ своих чувств, желаний и ощущений, не зависимо от чужого мнения. Когда поиск завершен и человек познал и обрел свою неповторимость, остается только постоянное ее оттачивание. Это и есть самоактуализация, т.е. запуск личностных возможностей в действие. Человек получает реальную возможность стать тем, кем он способен стать. Такой поиск необходимо вести во всех сферах жизни, безусловно и в сфере ФКиС.

В этой связи вопрос поиска способов усовершенствования процесса обучения по ФКиС в организационном аспекте, позволяющих создать благоприятные условия для самоактуализации обучающихся, выглядит представляющим значительный интерес.

Самоактуализация в процессе физического воспитания – постижение своей уникальности в физическом смысле, результатом которой может стать целенаправленное развитие доминирующих физических качеств каждого занимающегося и как следствие – повышение уровня физической подготовленности обучающихся [5].

Известно, что реализация чего-либо происходит более полно и качественно при благоприятных условиях. То же можно отнести и к процессу самоактуализации. В случае физического воспитания благоприятными будут такие условия,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

при которых обучающийся будет находиться в среде единомышленников (любовь, признание и безопасность), получит полную свободу раскрываться и развиваться (делать свой выбор самостоятельно, расширять свой кругозор, множить знания и умения, в соответствии со своими интересами, уменьшить свою зависимость от окружающих), возможность осознанного выбора, укрепляющего самоуважение, уверенность в себе, веру в свои способности и умения (выбор видов двигательной активности, приносящих радость, а не навевающих скуку и вызывающих пресыщение).

Выявленные недостатки в организационных условиях преподавания дисциплин по ФКиС в отечественных вузах [2] свидетельствуют о необходимости их пересмотра и модернизации процесса обучения по дисциплинам физкультурно-спортивной направленности в организационном аспекте. Мы считаем, что именно в организации процесса выбора этих дисциплин и в формах организации учебных занятий заложены скрытые резервы самоактуализации обучающихся.

Приказ Министерства образования и науки РФ от 5 апреля 2017 г. №301 позволяет образовательной организации проводить учебные занятия в следующих формах: «контактной работы, самостоятельной работы обучающихся и в иных формах, определяемых организацией» [3]. В то же время ФГОС ВО 3++ по направлениям подготовки бакалавриата и специалитета не конкретизирует, в каких формах должны проводиться занятия по дисциплинам (модулям) по ФКиС, а отсылает нас к порядку, установленному в каждой конкретной образовательной организацией. В этой связи большинство российских вузов сочли целесообразным вывести значительное количество часов, отведенных на дисциплины по ФКиС, на самостоятельную работу обучающихся, оставив контактную работу в объеме 2 часов в неделю. При таком положении вещей весьма сложно говорить о компетентностном подходе в обучении, кроме того, двухчасовой объем гарантированной недельной двигательной активности не может давать даже оздоровительного эффекта, не говоря уже о тренировочном (самостоятельные занятия обучающихся вызывают большие сомнения в виду слабого контроля и недостатка спортивной базы).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

С целью активизации скрытых резервов самоактуализации обучающихся нам представилось целесообразным организовать учебный процесс по дисциплинам по ФКиС следующим образом. Учебные занятия начинались с 1 октября с целью предоставления обучающимся возможности пройти медицинское освидетельствование в течение сентября. Работа спортивных объектов предусматривалась с 9.00 до 21.00, без перерыва. За каждым спортивным объектом закреплялась соответствующая его специфике дисциплина по ФКиС, например, за игровыми спортивными залами закреплялись дисциплины «Бадминтон», «Баскетбол», «Волейбол», «Мини-футбол», за тренажерными залами – «Атлетическая гимнастика», за залами единоборств – «Дзюдо», «Самбо», «Вольная борьба» и т. д. (если оснащенность спортивного зала позволяет реализовать несколько дисциплин, то каждая из них закрепляется за конкретными днями). Обучающийся имел возможность посещать занятия по дисциплинам по ФКиС в любом из спортивных объектов вуза (без жесткой привязки его к дисциплине), в любое удобное для него время неограниченное количество раз в неделю. Ограничивалось лишь количество посещений спортивного объекта в течение одного дня (не более 1 занятия в день) и была установлена фиксированная длительность одного занятия (90 минут или 2 академических часа).

Важнейшим фактором настоящего интереса к любой работе является качество внимания человека к этой работе, т.е. важно не то, что мы делаем, а насколько это нам интересно [4]. Если человек понимает смысл определенных действий и свой интерес к этим действиям, то получает ощущение личной траектории и возможность управления своим ростом.

Нам представилось целесообразным проводить учебные занятия по дисциплинам по ФКиС в форме самостоятельных занятий под руководством преподавателя. В этом случае обучающийся сам определяет траекторию своего обучения, получает полную свободу самовыражения, приходит на занятие с заготовленным планом своих действий. Преподаватель же выступает в роли тьютера – не навязывает свое мнение, свой опыт и свои подходы, не предлагает готовых решений, а в процессе диалога помогает обучающемуся развивать свои

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

творческие способности, свободу и независимость. Такие условия способствуют пробуждению интереса обучающихся, позволяют перевести процесс обучения в процесс приобретения знаний, основанный на уникальном, самонаправляемом, самостоятельном обучению. Такое обучение дает эффект повышения уровня личной приспособленности, творчества, ответственности обучающегося.

Анализ посещаемости занятий по дисциплинам по ФКиС показал следующее. Значительное количество обучающихся стали посещать спортивные залы более 3 раз в неделю. Многие из них в течение недели посещали спортивные залы разной направленности (тренажерный, игровой и т. д.). Таким образом, благоприятные условия, созданные для самоактуализации обучающихся, способствуют повышению интереса обучающихся к ФКиС, что выражается в стойком увеличении их недельной двигательной активности и стремлении к разностороннему физическому совершенствованию.

Список литературы

1. Ефремова Т.Ф. Новый словарь русского языка. Толково-образовательный. – В 2 т. – М.: Рус. яз., 2000. – 1209 с.

2. Пасикова М.В. К вопросу об организационных условиях реализации дисциплин по физической культуре и спорту в вузах // Педагогика, психология, общество: новая реальность: сборник материалов Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участ. БУ ЧР ДПО «Чувашский республиканский институт образования» Министерства образования и молодежной политики Чувашской Республики. – Чебоксары: ИД «Среда», 2021. С. 266–269 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://elibrary.ru/item.asp?id=44715481 (дата обращения: 08.04.2021).

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 5 апреля 2017 г. №301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://fgosvo.ru/uploadfiles/prikaz_miobr/Pr_301.pdf (дата обращения: 08.04.2021).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

4. Резанова Е. Это норм! Книга о поисках себя, кризисах карьеры и самоопределении. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. – 170 с.

5. Усольцева С.Л. Актуализация доминирующих физических качеств как средство повышения уровня двигательной подготовленности студентов: автореф. дис. … канд. пед. наук: 13.00.04. – Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2006. – 24 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/226/1/aref00237.pdf (дата обращения: 08.04.2021).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)