

## **Роль элективных курсов по физической культуре в формировании социальной компетентности и адаптивности обучающихся классических ВУЗов**

В. Ю. Еремеев\*, Н. И. Карташев

*Башкирский государственный университет*

*Россия, Республика Башкортостан, 450076 г. Уфа, улица Заки Валиди, 32.*

*\*Email: mbazunova@mail.ru*

Статья посвящена особенностям введения элективных дисциплин по физической культуре в учебные планы специальностей и направлений Башкирского государственного университета в соответствии с ФГОС ВО для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера, и уровня физической подготовленности для выполнения ими нормативов физической подготовленности. Показано, что занятия по элективным курсам предполагают последовательное и подробное методическое объяснение техники выполнения физических упражнений и последующего эффекта, предоставление возможности обучающимся отслеживать эти эффекты совместно с преподавателем и самостоятельно, включая проведение оценки состояния своего организма и работоспособности в ходе занятия.

**Ключевые слова:** социальная компетентность обучающихся ВУЗа, социализация, коллективная форма организации, элективные курсы, физическая культура.

В современном вузовском образовании значительно возросло внимание к формированию социальной компетентности и адаптивности будущих специалистов в различных профессиональных сферах деятельности. Роль высшего учебного заведения в формировании и становлении социального статуса будущего специалиста чрезвычайно высока, а приобретенные в период обучения знания, опыт и навыки неопределимы. Однако, попадая в новые условия, бывшие школьники сталкиваются с проблемой адаптации. В ВУЗе от них требуется гораздо большая самостоятельность в овладении учебным материалом, необходимость налаживания межличностных отношений в формирующемся студенческом коллективе, при этом возможно полное или частичное изменение прежних жизненных стереотипов и формирование новых.

Требования к овладению необходимым уровнем социальной компетентности, предъявляемые к обучающимся в ВУЗе, изложены в Федеральных государственных образовательных стандартах высшего образования. Важнейшая роль ВУЗа при реализации требований ФГОС ВО заключается в обеспечении условий для включения обучающихся в такие виды деятельности, при которых процесс социализации протекает не сти-

хийно, а целенаправленно, способствует развитию способности будущих специалистов эффективно решать поставленные перед ними цели и задачи [1, 2].

Одним из важных условий формирования социальной компетентности является коллективная форма организации учебной деятельности обучающихся, при которой, наряду с другими дисциплинами, обладающими данным образовательным потенциалом, важную роль играют занятия физической культурой.

Так, в требованиях к образовательному процессу, представленных во ФГОС ВО говорится, что «...Дисциплины (модули) по физической культуре направлены на обеспечение общекультурной компетенции ОК-8 «способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности» [3].

Несомненно, что в процессе занятий физической культурой формируется одна из ключевых способностей социально компетентных специалистов – способность к командной работе и взаимодействию внутри сформировавшегося коллектива

Элективные курсы, как спортивно-ориентированное физическое воспитание, в основе которых лежит учет интересов занимающихся, должны подстегнуть интерес к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура». Например, в пункте 6.5 ФГОС ВО по направлению 04.03.01 – Химия сказано: «...Дисциплины (модули) по физической культуре реализуются в рамках базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» программы бакалавриата в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в очной форме обучения; элективных дисциплин (модулей) в объеме не менее 328 академических часов. Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся...» [3]. В связи с этим, понятна роль элективных дисциплин, содержание которых позволяет удовлетворить профессиональные интересы (углубить свою квалификацию) в соответствии с личностными наклонностями.

Как учебная дисциплина, физическая культура вносит свой вклад в длительный и достаточно сложный процесс формирования социальных компетенций благодаря применению в качестве средства физического воспитания командных спортивных игр и образованию определенных групп по спортивным предпочтениям обучающихся. Но, стоит отметить, что взаимодействие и продуктивное межличностное общение в таких группах зачастую усложняется проблемой дифференциации нагрузки и контрольных нормативов с учетом типа конституции, уровня физического развития и состояния здоровья обучающихся, их личных интересов и потребностей.

Все обозначенные выше проблемы способствуют поиску новых инновационных подходов и форм организации учебного процесса на занятиях физической культурой. Решением данных проблем, является внедрение в учебный процесс элективных курсов

по физической культуре, направленных на реализацию индивидуального и дифференцированного подхода к обучению.

### **Результаты и их обсуждение**

Понятие «элективный» (от лат. *electus* – избранный) значит «избирательный». Элективные курсы являются важнейшим средством построения индивидуальных образовательных программ, так как в наибольшей степени связаны с выбором каждым обучающимся содержания образования в зависимости от его интересов, способностей и последующих жизненных планов.

Элективные курсы предоставляют обучающимся возможность выбрать оптимальный режим занятий, модель физического воспитания, группу по интересам с учетом их индивидуальных особенностей как на основе традиционных, так и современных спортивных направлений (группу общей физической подготовки, секцию или группу по определенному виду спорта).

Занятия по элективным курсам предполагают также последовательное и подробное методическое объяснение техники выполнения физических упражнений и последующего эффекта, предоставление возможности обучающийся отслеживать эти эффекты совместно с преподавателем и самостоятельно, включая проведение оценки состояния своего организма и работоспособности в ходе занятия.

Возможности спортивной базы многих классических ВУЗов и квалификация преподавательского состава позволяют организовать учебный процесс по следующим спортивным направлениям в рамках элективных курсов: спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол, мини-футбол бадминтон, теннис, настольный теннис и пр.), легкая атлетика, плавание, пауэрлифтинг, кикбоксинг, туризм, фитнес-аэробика и др. [4–6]. Приоритет в развитии физкультурно-оздоровительного направления должен быть выделен самостоятельно каждым обучающимся с учетом личностных приоритетов: желаний, интересов, умений и навыков. Элективная дифференциация должна стать основой спортивно-ориентированного физического воспитания, должна приобщить обучающихся к ценностям физической культуры и спорта, сформировать внутреннюю потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом. Консолидированные усилия администрации ВУЗов, преподавателей кафедр физического воспитания и спорта, тренеров, руководителей секций должны принести ожидаемый результат, а именно формирование целостной системы физического и спортивного воспитания учащейся молодежи. Физическая двигательная активность должна стать способом самовыражения, быть эмоционально и эстетически привлекательной. Особое внимание следует уделить обучающимся первого курса, используя последнюю возможность в рамках образовательной системы изменить отрицательные установки, приобретенные на предыдущих этапах обучения.

Преподавателями кафедры физического воспитания Башкирского государственного университета был проведен опрос обучающихся-первокурсников о приоритетах дифференциации физической нагрузки. По результатам проведенного опроса из 72% первокурсников предпочли бы заниматься избранными видами физкультурной деятельности, 14% не определились, 9% хотели бы избежать практические занятия по физической культуре (по состоянию здоровья) и только 5% предпочитают занятия по традиционной системе академических занятий. Но в идеале введение элективной дифференциации должно быть поэтапным. Первокурсники должны заниматься в академических группах, на учебных практических и семинарских занятиях по физической культуре, где смогут апробировать свои возможности, адаптироваться к новой организации физкультурно-спортивной деятельности в высшем учебном заведении. Данный период может быть рассмотрен как возможность определиться с выбором дальнейшей спортивной ориентации на последующих курсах. Обучающиеся смогут адаптироваться в стенах ВУЗа, познакомятся с требованиями тренерско-педагогического коллектива, поймут какой вид физкультурно-спортивной деятельности, предпочтителен для них в БашГУ.

После вводного занятия обучающиеся проходят традиционный медицинский осмотр с целью определения их в специальные медицинские группы по состоянию здоровья. К занятиям в спортивно-ориентированных секциях кафедры физического воспитания БашГУ допускаются обучающиеся основной и подготовительной медицинских групп. Возникает вопрос, как сформировать группы по элективным курсам физической культуры без причинения возможного вреда здоровью. Как правило, обучающиеся пишут заявление о принятии их в спортивно-направленную учебную тренировочную группу, секцию, не учитывая собственное состояние здоровья, ответственность за них берет на себя тренер-преподаватель избранной секции. В то время, как при традиционном учебном процессе в академических группах, обучающиеся специальной медицинской группы занимаются с отдельным преподавателем. По окончании первого курса обучающиеся смогут объективно оценить свои возможности, и формирование учебно-тренировочных групп на старших курсах, будет практически оправданным и осознанным. За первый год обучения будет сформирован достаточный уровень знаний, умений и навыков в избранном виде спорта.

Таким образом, элективные дисциплины введены в учебные планы в соответствии с ФГОС ВО для обеспечения физической подготовленности обучающихся, в том числе профессионально-прикладного характера, и уровня физической подготовленности для выполнения ими нормативов физической подготовленности. Введение элективных курсов по физической культуре уже с первого курса позволит в полной мере использовать разработанные ранее на кафедрах физического воспитания и спорта технологии. Традиционный путь освоения ценностей физической культуры с приоритетом физической подготовки, направленной на выполнение программных зачетных

нормативов является базисом системы физического воспитания. От того, насколько осознанным будет выбор, который сделают обучающиеся, сможет ли выбранный вид двигательной активности удовлетворить его интересы и потребности самореализоваться и самоутвердиться в своем коллективе, будет зависеть их дальнейшая включенность в спортивную жизнь [7].

### **Выводы**

Следует ожидать, что современная организация спортивной деятельности на основе новых форм учебно-воспитательного процесса, в том числе введение элективных дисциплин по физической культуре, сформирует спортивную культуру обучающихся, мотивацию и интерес к спортивному стилю в жизни в дальнейшем, а также обеспечит компетентность и адаптивность будущих специалистов в различных профессиональных сферах.. Модернизация физического воспитания принесет ожидаемые результаты. Выпускники нашего университета будут активно применять полученные знания на практике, что, в свою очередь, будет влиять не только на эффективность и продолжительность профессиональной деятельности, но и на качество жизни в целом.

### **Литература**

1. Ильинич В. И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов: учеб. для вузов / В. И. Ильинич – М.: Высш. шк., 1978. – 220 с.
2. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся техн. вузов: учеб. для вузов / В. И. Ильинич – М.: Высш. шк., 1985. – 116 с.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению 04.03.01 – Химия (уровень бакалавриата – Введ. 12.03.2015- М.: Минобрнауки РФ, 2015, 17 с.
4. Еремеев В. Ю. Влияние физических упражнений на умственную деятельность обучающихся. Сборник тезисов III Всероссийской научно-практической конференции «Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях». Уфа: РИЦ БашГУ, 2017, с. 85–87
5. Матвеева Л. М., Карташев Н. И., Петров А. Н. // Журнал научных статей «Здоровье и образование в XXI веке». 2017. т. 19. №11. С. 278–281
6. Матвеев С. С., Баунов А. А., Султанов А. Д. Физическая работоспособность индивидуума как проявление одного из основных элементов здоровья. Журнал научных статей «Здоровье и образование в XXI веке». 2017. т. 19. №11. С. 278–281
7. Коршунова О. С., Роледер Л. Н. Элективные курсы по физическому воспитанию в вузах, перспективы и возможности // Молодой ученый. 2016. No 23. С. 558–560.

Статья рекомендована к печати кафедрой физического воспитания БашГУ (проф. С. Т. Аслаев)

## **The role of elective courses in physical education in the formation of social competence and adaptability, a student of classical universities**

V. Yu. Ereemeev\*, N. I. Kartashev

*Bashkir State University*

*32 Zaki Validi Street, 450074 Ufa, Republic of Bashkortostan, Russia.*

*\*Email: mbazunova@mail.ru*

The article is devoted to the peculiarities of the introduction of elective disciplines on physical culture in the curricula of specialties and directions of the Bashkir State University in accordance with the GEF VO to ensure the physical readiness of the students, including the professionally applied nature, and the level of physical readiness for the performance of physical fitness standards. It is shown that classes on elective courses assume a consistent and detailed methodological explanation of the technique of performing physical exercises and the subsequent effect, enabling trainees to track these effects together with the teacher and independently, including assessing their body's condition and performance in the course of the lesson.

**Keywords:** social competence of students of higher education, socialization, collective form of organization, elective courses, physical culture.