

УДК 378.147

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ОБЩЕКУЛЬТУРНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ В РАМКАХ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ФГОС

Хода Л.Д.

*Технический институт (филиал) ФГАОУ ВПО «Северо-Восточный федеральный университет  
им. М.К. Аммосова», Нерюнгри, e-mail: lkhoda@yandex.ru*

Представлена система работы по формированию общекультурной компетенции у студентов инженерных и педагогических направлений и специальностей в рамках дисциплины «Физическая культура». Учебный материал включен в 6 модулей. Разработка модуля и руководства по модулю осуществляется в соответствии с формируемой компетенцией. К каждому модулю разрабатывается пакет документов: спецификация модуля, памятка по текущей и итоговая оценка компетенций, формы контроля, перечень проверочных заданий, основные типы оценочных заданий, руководство по оценке формирования компетенции, сводная ведомость освоения модуля.

**Ключевые слова:** физическая культура, общекультурная компетенция, модули, типы оценочных заданий, руководство по оценке формирования компетенции

## THE CONTENT OF THE EDUCATIONAL ACTIVITY IN THE FORMATION OF CULTURAL COMPETENCE IN THE FRAMEWORK OF DISCIPLINE «PHYSICAL CULTURE» OF THE GEF

Khoda L.D.

*Technical Institute (branch) of the Federal state Autonomous educational institution of higher  
professional education «North-East Federal University named after M.K. Ammosov», Neryungri,  
e-mail: lkhoda@yandex.ru*

The system of work on formation of the cultural competence of students of engineering and pedagogical directions and specialties in the framework of discipline «Physical culture». The training material is included in the 6 modules. The development of the module and guide for the module is carried out in accordance with the emerging powers. Each module is developed a package of documents: the specification of the module, instruction on the current and final assessment of the competence, forms of control, the list of test tasks, the main types of evaluation tasks, a guide to assessing the formation of competence, a summary statement of development of the module.

**Keywords:** physical culture, общекультурная competence, modules, types of assessment tasks, a guide to assessing the formation of competence

На протяжении трехлетнего обучения дисциплине «Физическая культура» по программам бакалавриата необходимо сформировать общекультурную компетенцию «... владеет средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готов к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности». Однако, примерная программа МОиН РФ по дисциплине «Физическая культура», рекомендуемая для всех направлений подготовки (специальностей) и профилей подготовки не предлагает системы формирования сложноставной компетенции. Если рассматривать вышеуказанную общекультурную компетенцию как сложно составную, то составляющие компетенции будут следующие: 1 – владеет средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания, 2 – владеет средствами укрепления здоровья, 3 – готов к достижению должно-

го уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Цель исследования.** Определить составляющие компоненты общекультурной компетенции, формирование которой проводится на протяжении трехлетнего периода, необходимо определить содержание учебной деятельности по формированию компетенций в соответствии с семестровыми сроками обучения и разработать документацию для планомерного ведения работы по усвоению студентами необходимых знаний, приобретению умений и выполнению действий, т.е. формированию компетенций.

Оценка компетенций – это процесс создания и сбора свидетельств учебной деятельности студента и вынесения оценки относительно этих свидетельств на основе заранее определенных критериев.

Сбор продуктов учебной деятельности студентов осуществляется в соответствии с запланированными видами учебной деятельности и составляющими структуру (компонентный состав) компетенциями [1].

**Материалы и методы исследования**

В каждом семестре проводится изучение теоретического материала (усвоение *знаний*), который служит базой для формирования умений и выполнения действий. Тема семестра является самостоятельным модулем, отвечающим определенным задачам. Разработка модуля и руководства по модулю осуществляется в соответствии с формируемой компетенцией и задачами модуля. Поэтому в рамках трехлетнего изучения дисциплины «Физическая культура» определены 6 самостоятельных модулей (в соответствии с семестрами изучения), объединенных единой целью – сформировать вышеуказанную общекультурную компетенцию.

В соответствии с тематикой лекционного материала и методико-практического раздела первую компетенцию формируют модули № 1, 4, 5 (основной модуль – № 4), вторую компетенцию – модули № 2, 3, 5 (основные модули – № 3, 5), третью компетенцию – модули № 4, 5, 6 (основной модуль – № 6).

Разрабатывается спецификация каждого модуля, включающая структуру модуля и оценку практических умений (действий) компетенции. В обязательном порядке каждый модуль содержит раздел повышения физической подготовленности в определенном виде спорта или системе упражнений. В качестве примера представлена спецификация модуля № 1 (табл. 1).

**Таблица 1**

**Спецификация модуля № 1 «Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента»**

Задача модуля: 1. Сформировать компетенцию «владеет средствами и методами регулирования работоспособности в отдельные периоды учебного года».			
Знания	Умения	Действия	Ресурсы
Факторы, определяющие работоспособность. Общие закономерности и динамика работоспособности студентов в учебном году. Признаки и критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Способы регулирования работоспособности. Профилактика утомления студентов в отдельные периоды учебного года. Оптимизация сопряженной деятельности студентов в учебе и спортивном совершенствовании (форма оценки – тестирование).	1. Умеет подобрать средства и методы для регулирования работоспособности в отдельные периоды учебного года (форма оценки – обсуждение). 2. Составляет программу регулирования индивидуальной работоспособности в период обучения и в период сессии (форма оценки – защита программы). 3. Составляет комплекс упражнений для профилактики утомления (форма оценки – выполнение комплекса упражнений).	Выполняет комплекс упражнений для профилактики утомления (форма оценки – выполнение).	Основная и дополнительная литература, материально-техническая база спортивного комплекса.
Оценка: – знает методы регулирования работоспособности, осуществляет подбор упражнений для повышения работоспособности в различных ситуациях; – демонстрирует практические навыки выполнения комплекса упражнений для повышения работоспособности.			
Задача модуля: 2. Формировать компетенцию – «стремится к достижению должного уровня физической подготовленности (общефизической и спортивно-технической)».			
Обучение технике выполнения общефизических и спортивно-технических упражнений	Формирование двигательных умений выполнения общефизических и спортивно-технических упражнений (форма оценки – выполнение техники упражнений)	Формирование двигательных навыков выполнения общефизических и спортивно-технических упражнений (форма оценки – выполнение контрольных нормативных упражнений)	Материально-техническая база спортивного комплекса
Оценка: знает технику выполнения общефизических и спортивно-технических упражнений, самостоятельно осуществляет общую и специальную разминку, демонстрирует индивидуальный оптимальный уровень общефизической и спортивно-технической подготовки			

Оценка освоения модуля предполагает демонстрацию (осуществление действий), или сбор продуктов учебной деятельности, подтверждающих освоение студентами требуемых компетенции, формируемых в соответствии с задачами в каждом модуле.

Для оценки освоения компетенции проводится постоянный мониторинг с точно определенными датами контроля в форме:

– текущего контроля – оценки текущих видов работ на лекционных, семинарских и учебно-тренировочных занятиях (табл. 2);

– итогового контроля – оценки сформированной компетенций по сумме результатов выполненных проверочных заданий или итоговому оценочному заданию.

Лекционный материал позволяет сформировать пороговый (обязательный) уровень компетенции, оценить усвоенные знания в ходе тестирования (в соответствии с разработанной для каждого семестра базой тестовых заданий) и получить одно из свидетельств учебной деятельности студента.

Таблица 2

Текущая оценка компетенций по модулю № 1

Оценка практических умений	Формы и методы проведения оценки
1. Составляет комплекс упражнений для повышения работоспособности в различных ситуациях	1. Проверочная работа по составлению комплекса упражнений для повышения работоспособности в семестре и в период сессии
2. Выполняет комплекс упражнений для повышения работоспособности	2. Оценка освоенных практических умений в ходе выполнения комплекса упражнений для повышения работоспособности

Теоретический материал помогает студентам подготовить проверочные работы методико-практического

раздела (отражающие формирование *умений*) в соответствии с тематической структурой дисциплины (табл. 3):

Таблица 3

Тематика проверочных работ в текущей оценке компетенций дисциплины

№ семестра	Тема методико-практического занятия	Проверочные работы
1	<b>Модуль № 1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента</b> Регулирование работоспособности студента в учебном году (2 часа)	№ 1. Средства и методы регулирования работоспособности студента в отдельные периоды учебного года
2	<b>Модуль № 2. Социально-биологические основы адаптации человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания</b> Средства и методы мышечной релаксации в спорте. Основы методики самомассажа. Оценка двигательной активности и суточных энергетических затрат (6 часов)	№ 2. Комплекс упражнений мышечной релаксации. Комплекс упражнений самомассажа. № 3. Расчет двигательной активности и суточных энерготрат.
3	<b>Модуль № 3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности</b> Методы оценки уровня здоровья. Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы) (4 часа)	№ 4. Определение индивидуального уровня здоровья. Подбор функциональных про
4	<b>Модуль № 4. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе</b> Методы регулирования психоэмоционального состояния. Методика самооценки уровня и динамики ОФП и СФП. Методика проведения учебно-тренировочного занятия (4 часа)	№ 5. Динамика психоэмоционального состояния. Методы развития физических качеств. № 6. Конспект учебно-тренировочного занятия
5	<b>Модуль № 5. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процесс занятий</b> Методы оценки и коррекции осанки и телосложения. Методы самоконтроля состояния здоровья, физического развития и функциональной подготовленности (4 часа)	№ 7. Методы оценки и коррекции телосложения. № 8. Дневник самоконтроля
6	<b>Модуль № 6. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов (ППФП)</b> Методики самостоятельного освоения элементов ППФП. Методики эффективных способов овладения жизненно важными движениями (2 часа)	№ 9. Профессиограмма. Виды спорта и упражнения ППФП. Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности.

Все проверочные работы выполняются на семинарских занятиях, при необходимости дорабатываются студентом дома. Проверочные работы подвергаются оценке в соответствии с разработанными критериями [1]. Выполнение проверочных работ также соответствует пороговому (обязательному) уровню формирования компетенции.

В ходе учебно-тренировочных занятий формируются *действия* (практические умения) по выполнению подготовленных ранее проверочных работ. Студенты проводят (выполняют) комплекс утренней гимнастики, приемы самомассажа, комплексы релаксационных упражнений, физкультурное занятие (полное или по частям), упражнения (или комплекс) профессионально-прикладной (оздоровительной) направленности.

Методами оценки сформированности компетенций являются: тестирование, проверочные работы, собеседование, задания, дневник самоконтроля, практические задания по демонстрации умений (компетенций).

Для контроля процесса формирования компетенции на группу преподавателем составляется сводная ведомость освоения модуля. В начале семестра студенты получают памятку со спецификацией модуля. В памятке указывается, как и в какой форме будет проходить текущая или итоговая оценка компетенций, как должны быть представлены выполненные задания, и какое время предоставляется на их выполнение (проведение). К спецификации прилагается перечень проверочных заданий, их описание, критерии оценки, форма и время их представления. Основные типы оценочных заданий, с помощью которых студент продемонстрирует достигнутый уровень сформированности компетенции представлены в Руководстве по оценке. Требования, которыми руководствуется преподаватель при разработке оценочных заданий: наличие четкого описания задания, включая время, которое отводится на выполнение задания,

форму представления результатов выполненного задания и критерии оценки. Выполнение задания должно быть обеспечено ресурсами и/или материалами. Задания определяются действиями: подготовить, выполнить, определить, описать, перечислить, установить, назвать, выделить; кратким ответом (устным или письменным); дополнением недостающей информации; выбором из нескольких вариантов; сопоставлением; односложным ответом и др.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

В результате выделения трех основных компетенций в каждом семестре проводится целенаправленная работа по формированию основной компетенции. Подготовленная документация позволяет студенту осознано подходить к изучению основных теоретических положений и целенаправленно формировать умения и навыки.

### **Заключение**

Предварительная разработка документации с содержанием каждого конкретного модуля позволяет вести в течение семестра планомерную учебную работу по формированию компетенций и к окончанию обучения сформировать у студента сложносоставную общекультурную компетенцию, указанную в федеральном государственном стандарте.

### **Список литературы**

1. Хода Л.Д. Компетентностный подход в рамках дисциплины «Физическая культура» ФГОС 3 поколения // Международный журнал экспериментального образования. – 2011. – № 6. – С. 50-52 .