

УДК 378.147

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» СТУДЕНТОВ 1 КУРСА  
ГУМАНИТАРНОГО НАПРАВЛЕНИЯ В РАМКАХ НОВОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Хо́да Л.Д.**

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

Представлено содержание и организация учебной работы студентов 1 курса на лекционных и семинарских занятиях дисциплины «Физическая культура». При планировании деятельности студентов на занятии необходим поиск форм и средств учебной деятельности, а также разработка фонда оценочных средств. Интерактивные образовательные технологии реализуются в виде лекций-презентаций, элементов технологии проблемного обучения. Для проверки усвоения лекционного материала может проводиться экспресс-тестирование. Семинарские занятия проводятся с использованием элементов парацентрической технологии и проблемного обучения, включают информацию о спортивных форумах, выступления по теоретическим вопросам, подготовку проверочных работ, работу с периодическими изданиями. Набранные баллы студента отражаются в информационной системе БРС института.

**Ключевые слова:** физическая культура, новый стандарт, лекционные и семинарские занятия, фонд оценочных средств, проверочная работа, спортивные форумы, периодические журналы

**THE CONTENT OF ACADEMIC WORK OF THE DISCIPLINE  
«PHYSICAL CULTURE» OF STUDENTS OF 1ST YEAR HUMANITIES  
IN THE NEW EDUCATIONAL STANDARD OF HIGHER EDUCATION**

**Khoda L.D.**

*Tekhnicheski Institute, branch of Federal state Autonomous educational institution of higher professional education «North-Eastern Federal University. M.K. Ammosov», Neryungri, e-mail: lkhoda@yandex.ru*

The content and organization of educational work of students of the 1st course in lectures and seminars of discipline «Physical culture». When planning activities of students in class is essential to find forms and means of educational activity and the development of the Fund of assessment means. Interactive educational technologies are implemented in the form of lectures and presentations, elements of technology of problem training. To check the assimilation of the lecture material may be rapid testing. Seminars shall be conducted using the elements of a paracentric technology and problem-based learning, includes information on sports forums, presentations on theoretical issues, preparation of test papers, periodicals. The scores reflected in the student information system BRS Institute.

**Keywords:** physical culture, a new standard lectures and seminars, Fund of assessment means of verification work, sports forums, periodic magazines

В течение последних двух лет на различных направлениях подготовки ВПО появляются новые образовательные стандарты, в рамках которых ранее изучаемая дисциплина «Физическая культура» теперь разделена на две обязательные с сохранением объема 400 часов и вынесением практических занятий в дисциплину по выбору «Физическая культура и спорт» (328 академических часов). Дисциплина «Физическая культура» (72 академических часа) теперь имеет теоретическую направленность и включает лекционные и семинарские занятия. Содержание общекультурной компетенции дисциплины не изменилось – «владеет способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

**Цель исследования.** Появление нового стандарта и выделение учебного времени на лекционные и семинарские занятия дисциплины «Физическая культура» определило поиск форм и средств учебной деятельности, а также интерактивных форм, используемых на занятиях. До настоящего времени отсутствует примерная программа дисциплины «Физическая культура» с рекомендациями по тематическому распределению времени.

Нами предлагается тематическое содержание дисциплины, основанное на рекомендациях предыдущего стандарта, а также формы и средства проведения лекционных и семинарских занятий. Основным учебником является учебник В.И. Ильинича «Физическая культура студента и жизнь».

### Материалы и методы исследования

Объем учебных часов (72 часа) был распределен следующим образом: в первом семестре лекций и семинарских занятий по 18 часов (1 з.е.), во втором – по 16 часов и 4 часа СРС (1 з.е.).

В 1 семестре изучаются темы: физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов (2 часа); психофизиологические основы учебного труда студентов (2 часа); средства физической культуры в регулировании работоспособности (2 часа); биологические и социально-биологические основы физической культуры (6 часов); физиологическая характеристика двигательной активности и формирования движений (4 часа); индивидуальный выбор видов спорта или систем физического воспитания (2 часа). Темы 2 семестра: педагогические основы физического воспитания (2 часа); общая и специальная физическая подготовка (4 часа); врачебный, педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом (4 часа); основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями (4 часа); профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и специалистов (2 часа).

На лекционных занятиях в соответствии с требованиями ОС на использование активных/интерактивных образовательных технологий отводится по 4 часа в каждом семестре. Реализуются следующие виды: лекция-презентация, элементы технологии проблемного обучения и парацентрической технологии [2, 3]. Большая часть занятий проводится с использованием репродуктивной технологии обучения, включающей следующие виды деятельности студента: слушание материала, работу с учебным пособием, наблюдение за изучаемыми объектами, выполнение практических действий по инструкции. В конце лекционного занятия для проверки усвоения представленного материала может быть проведено экспресс-тестирование (5 вопросов x 5 минут).

Лекционный материал позволяет сформировать пороговый (обязательный) уровень компетенции, оценить усвоенные знания [2].

Подготовка студента к семинарским занятиям предполагает проработку теоретических вопросов к выступлению на семинарском занятии, составление конспекта, тезисов. Теоретический материал помогает студентам подготовиться к написанию проверочных работ на семинарских занятиях в соответствии с темами лекционного материала. В первом семестре: «Средства и методы регулирования работоспособности студентов в течение учебного дня, недели», «Комплекс упражнений самомассажа», «Комплекс упражнений мышечной релаксации», «Расчет двигательной активности и суточных энергозатрат», «Методы регулирования психоэмоционального состояния», «Определение индивидуального уровня здоровья». Во втором семестре: «Конспект учебно-тренировочного занятия», «Методы оценки и коррекции телосложения», «Самооценка ОФП и СФП». «Дневник самоконтроля. Методы самоконтроля», «Профессиограмма. Виды спорта и упражнения ИПФП. Комплекс мероприятий оздоровительно-профилактической направленности».

Критерии оценки проверочной работы: правильность выполнения задания, точность математических расчетов, правильность сделанных выводов, методическая грамотность в подборе физических упражнений, тестов и проб.

Проверочные работы выполняются на семинарских занятиях, при необходимости дорабатываются студентом дома. Работа студента подвергается оценке в соответствии с разработанными критериями. Выполнение проверочных работ также должно соответствовать пороговому (обязательному) уровню формирования компетенции [1, 2].

В рамках балльно-рейтинговой системы примерно равное количество баллов распределяется между работой студента на практических занятиях, подготовкой конспекта и проверочными работами, выполняемыми на практических занятиях. Учитывается посещаемость занятий. Обязательный минимум для допуска к зачету – проверочные работы и конспекты занятия. В каждом семестре студент должен выполнить 5 письменных проверочных работ на семинарском занятии и подготовить 9 конспектов.

В начале семинарского занятия студентами освещается информация о проводимых спортивных форумах различного уровня. В конце семинарского занятия практикуется аналитическая работа с периодическими изданиями по тематике занятия. Основным журналом для работы студентов является журнал «Теория и практика физической культуры». Студент знакомится с содержанием журнала, проводит выбор статьи в соответствии с тематикой занятия и анализирует информацию, излагая в тетради 3-5 предложений. Наиболее интересные статьи (3-4) по выбору преподавателя озвучиваются студентами на следующем лекционном занятии.

### Результаты исследования и их обсуждение

Содержание дисциплины «Физическая культура» отражено в рабочей программе, представленной в виртуальной образовательной среде Moodle. Студенты знакомятся с содержанием программы. Информация о балльно-рейтинговой системе и оценка всех видов учебной работы доводится до сведения студентов преподавателем на первом занятии. Для наглядного информирования студентов о наборе баллов по итогам занятия (на этапах внутри семестровой аттестации и на зачетной неделе) БРС представляется студентам в форме ведомости в программе Excel с распределением дат и отчетных форм учебной деятельности. Демонстрация таблицы в течение занятия, позволяет студенту и преподавателю вести учет и оценку запланированных форм работы. На этапе внутри семестровой аттестации полученные баллы студента переносятся в информационную систему БРС института.

Для реализации представленных видов и форм работы учебные занятия проводятся в специальной аудитории, оснащенной проектором, экраном и ноутбуком с подключением к сети интернет. Для эффективного усвоения теоретического материала

подготовлены презентационные материалы к лекциям «Физическое воспитание», сертифицирован программный продукт «Банк тестовых заданий» по учебному предмету «Физическая культура» для текущей аттестации студентов. Для выполнения проверочных работ разработаны методические рекомендации.

#### **Выводы и заключение**

Для реализации дисциплины «Физическая культура» на высоком уровне и формирования общекультурной компетенции необходима большая работа по подготовке учебного материала для семинарских занятий с разработкой фонда оценочных средств

для оценки уровня усвоения знаний и формирования умений и навыков.

#### **Список литературы**

1. Аكوпова М.А., Попова Н.В. Организационно-педагогические условия формирования культуры здоровья студентов гуманитарного профиля // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 2. – С. 8-11.
2. Хода Л.Д. Текущая оценка формирования общекультурных компетенций в рамках дисциплины «Физическая культура» ФГОС направлений бакалавриата // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. – №1. – С. 51-53.
3. Щеголев В.А., Новосельцев О.В. Профессиональное совершенствование субъектов управления физическим воспитанием студентов с использованием интерактивных технологий // Теория и практика физической культуры. – 2015. № 2. – С. 15-18.