

УДК 378.147

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФОРМИРОВАНИИ ОБЩЕКУЛЬТУРНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ТЕХНИЧЕСКИХ НАПРАВЛЕНИЙ БАКАЛАВРИАТА

Хода Л.Д.

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

Представлена методика использования парацентрической технологии в учебном процессе дисциплины «Физическая культура», а также при семестровом контроле формирования общекультурной компетенции в рамках дисциплины студентов 1 курса технического направления в весеннем семестре. В рамках технологии предусмотрено перемещение акцента с процесса преподавания на процесс учения самих студентов, освоения ими опыта самообразования под руководством преподавателя на основе использования развивающих методов обучения – эвристического и проблемного – на лекционных занятиях и алгоритм парацентрической технологии на семинарских занятиях. По данной технологии студенты большую часть времени на семинарских занятиях занимаются самостоятельно, а педагог оказывает помощь как опосредованно, так и непосредственно.

Ключевые слова: физическая культура, парацентрическая технология, общекультурные компетенции, контроль формирования

EDUCATIONAL TECHNOLOGY IN THE DEVELOPMENT OF CULTURAL COMPETENCE OF THE DISCIPLINE «PHYSICAL EDUCATION» TECHNICAL BACHELOR

Khoda L.D.

Tehnicheskii 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

Presents a method of using paracentric technology in the learning process of the subject «Physical culture», as well as semester when checking the formation of cultural competence in the discipline of students of 1st year technical direction in the spring semester. In the technology provided for transferring the emphasis from teaching to learning process of the students themselves and their mastering of the experience of self-education under the guidance of a teacher based on the use of developmental teaching methods – heuristic and problem – on lectures and algorithm paracentric technology seminars. With this technology the students most of my time on the seminars, self-study, and the teacher provides assistance to both indirectly and directly.

Keywords: physical culture, paracentric technology, cultural competence, control of the formation

Весь процесс учебной деятельности дисциплины «Физическая культура» технических направлений бакалавриата строится по модульно-рейтинговой педагогической технологии [1, с. 52]. Он охватывает следующие модули: теоретический, практический, контрольный. Каждый модуль оценивается определенным количеством рейтинг-баллов. Оценка формирования компетенций заложена в контрольном модуле [3, с. 52].

Процесс контроля усвоения теоретического материала на лекционных и семинарских занятиях дисциплины «Физическая культура» имеет определенные сложности, т.к. объем их во всех семестрах очень мал (4–6 часов), а во 2 семестре аудиторные занятия составляют 12 часов (6 часов лекционных и 6 семинарских занятий). В течение этого времени на лекционных занятиях необходимо донести весь необходимый теоретический материал и дать задание для письменной работы, а на семинарском занятии – провести контроль знаний и оценку формирования компетенций данного этапа.

Цель исследования

Педагогическая технология в таких условиях предполагает поиск средств и способов организации деятельности студентов, планирования, обеспечения и оценивания всех аспектов усвоения знаний (диагностическая, обучающая, контролирующая) [2, с. 73].

Нами была выбрана репродуктивная (традиционная) технология обучения, включающая в себя слушание объяснений преподавателя, работу с учебным пособием, наблюдение за изучаемыми объектами, выполнение практических действий по инструкции.

В рамках технологии предусмотрено перемещение акцента с процесса преподавания на процесс учения самих студентов, освоения ими опыта самообразования под руководством преподавателя на основе использования развивающих методов обучения – эвристического и проблемного – на лекционных занятиях и алгоритм парацентрической технологии на семинарских занятиях.

По данной технологии студенты большую часть времени на семинарских занятиях занимаются самостоятельно, а педагог оказывает помощь как опосредованно, так и непосредственно. Студенты работают каждый в соответствии со своими возможностями, способностями, и поэтому скорость продвижения при изучении темы у них различная. После контроля они переходят к изучению новой темы, для этого у педагога должен быть подготовлен методический материал, пользуясь которым студенты осваивают учебный материал. В результате применения такой технологии создаются реальные возможности реализации индивидуально-образовательных траекторий студентов, что составляет основу при организации личностно-ориентированного обучения.

Контроль этапного формирования компетенции проводится при оценке самостоятельной работы, подготовленной педагогом для каждого студента. Выбор форм и методов работы на занятии остается за преподавателем.

Основная тема теоретического материала во втором семестре – «Социально-биологические основы адаптации человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания». Семинарские занятия разбиты на темы: Средства и методы мышечной релаксации в спорте (2 часа). Основы методики самомассажа (2 часа). Оценка двигательной активности и суточных энергетических затрат (2 часа). На семинарских занятиях выполняются проверочные работы, по результатам которых проводится оценка формирования компетенции. На последнем семинарском занятии проводится проверочная работа «Расчет двигательной активности и суточных энергозатрат».

Мы предлагаем апробированные материалы семинарского занятия с использованием парацентрической технологии со следующей схемой проведения занятия.

Тема семинарского занятия: «Физиологическая характеристика двигательной активности и формирование движений». Тип занятия: семинарское занятие с элементами проблемного и парацентрического обучения в рамках технологии личностно-ориентированного обучения. Методы обучения: словесный наглядный, практический, проблемно-поисковый, индивидуальный.

Подготовленный материал:

1. Лист учета деятельности студентов.
2. Индивидуальные пакеты студентов с алгоритмом работы, двумя заданиями и методическими инструкциями к работе.

Во всех пакетах находится методический материал по тематике занятия (та-

блицы зон мощности в спортивных упражнениях, показатели расхода энергии при различных видах физических упражнений, формулы расчета энергетического баланса, общего показателя расхода энергии, основного обмена). Проблемные задания у всех индивидуальные.

Цели занятия:

1. Закрепление знаний о влиянии двигательной деятельности на организм человека.
2. Формирование умения вести контроль за показателями деятельности различных систем организма под влиянием двигательной деятельности, энергообменом и расходом энергии.

Средства обучения: теоретический материал в форме презентации, раздаточный материал для индивидуальной работы студента, измерительный (аппаратный) инструментарий, «Методические рекомендации для СРС студентов 1 курса» стр. 19–28.

Ход занятия:

1. Введение.

Подача информации в обобщенном виде с акцентом на узловых моментах: основные положения, связь с предыдущими и последующими занятиями. Представление проблемной ситуации: работа Закона энергетического баланса при различных видах двигательной деятельности (нагрузки).

Вопросы: 1. Двигательная активность и ее влияние на адаптационные процессы и резервные возможности организма человека.

2. Обмен веществ и энергии в покое и при различных нагрузках.
3. Работоспособность. Утомление. Восстановление работоспособности.
4. Гипокинезия и гиподинамия.
5. Биоритмы и их влияние на работоспособность.
6. Физиологические механизмы формирования и совершенствования двигательных действий.

2. Основная часть.

1. Самостоятельная работа студентов с индивидуальными пакетами. (Студенты знакомятся с проблемными задачами, определяют алгоритм решения задачи и выбор методического материала).

2. Обсуждение полученных студентами результатов.

3. Заключение.

1. Подведение итогов занятия, оценка активности и самостоятельности.

2. Оценка формирования компетенции, получение баллов в рейтинге.

3. Рекомендации по дальнейшему изучению темы.

В индивидуальном пакете находится алгоритм работы студента:

1. Ознакомьтесь с методическими материалами.

2. Изучите задание – проблемную ситуацию.

3. Запишите проблемную ситуацию в тетрадь.

4. Определите последовательность выполнения действия для решения задач.

5. Запишите в тетрадь алгоритм работы для решения проблемной ситуации.

6. При необходимости алгоритм работы можно обсудить с преподавателем.

7. Выполните необходимые измерения с помощью аппаратов.

8. Решите задачи.

9. Запишите вывод о решении проблемной задачи.

10. Подойдите на индивидуальный контроль к преподавателю.

11. Выполните рекомендуемые задания в том же алгоритме.

12. Расскажите о решении Вами проблемной ситуации.

Задания для студентов, размещенные в индивидуальных пакетах:

1 вариант: 1. Определите количество суточных энергозатрат, длительность двигательной деятельности и виды спорта для девушки 19 лет ростом 168 см, весом 65 кг для того чтобы она могла: а) поправиться; б) похудеть; в) остаться без изменений.

2. Определите дни с положительными значениями физического биоритма на вторую половину февраля и марта, в которые происходит наибольший энергозатрат.

2 вариант: 1. Определите, при каких условиях будет худеть девушка 20 лет ростом 166 см, весом 70 кг, учитывая суточные энергозатраты на основной обмен и занятия аэробикой в течение 60 минут.

2. Определите индивидуальный тип ритмической активности и суточные периоды наибольшего энергозатрата.

3 вариант: 1. Определите калорийность суточного рациона студентки 19 лет весом 60 кг.

2. Определите показатель кистевой динамометрии и энергозатрат при его определении.

4 вариант: 1. Определите энергозатраты студента 20 лет весом 81 кг на занятии по

волейболу (при разных видах двигательной деятельности и ЧСС в течение 90 минут). Определите общий показатель расхода энергии.

2. Определите ростовой индекс Брока-Бругуша.

5 вариант: 1. Определите энергозатраты студента 20 лет весом 73 кг на занятии по футболу (при разных видах двигательной деятельности и ЧСС в течение 90 минут). Определите общий показатель расхода энергии.

2. Определите индивидуальный показатель крепости телосложения.

6 вариант: 1. Определите суточные энергозатраты на основной обмен студента 21 года ростом 173 см и весом 65 кг на занятии по футболу (при разных видах двигательной деятельности и ЧСС в течение 90 минут). Определите его энергозатраты при ходьбе на лыжах в течение 1 часа при среднем показателе ЧСС – 125 ударов в минуту.

2. Определите индивидуальный весоростовой индекс (Кетле).

Задания для студентов могут содержать и другие варианты. Подбираются преподавателем в достаточном количестве для учебной загруженности студента.

Заключение

Представленная схема проведения занятия по парацентрической технологии позволяет студенту работать в индивидуальном режиме усвоения знаний и формирования умений, а преподавателю – определить объем материала, усвоенного студентом и уровень сформированности компетенции.

Список литературы

1. Загrevская А.И. Компетентность будущего специалиста как результат физкультурного образования студентов в высшей школе // Теория и практика физической культуры. – 2012. № 11. – С. 51–54.

2. Хода Л.Д. Содержание учебной деятельности по формированию общекультурной компетенции в рамках учебной дисциплины «Физическая культура» ФГОС // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований – 2013. – № 4. – С. 72–75.

3. 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.