Работа со студентами заочной формы обучения (по данному направлению) еще ведется. Ближайшая сессия будет летом. Тогда можно будет и говорить о первых результатах и выводах.

Таким образом, данная форма работы может эффективно применяться для дистанционной формы общения со студентами, обучения студентов заочной формы, контролируемой самостоятельной работы под руководством преподавателя на очном отделении по любой дисциплине.

ВНЕДРЕНИЕ СИСТЕМЫ МЕНЕДЖЕМЕНТА КАЧЕСТВА НА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Ж.В. Волкова
УО «ВГУ им. П.М. Машерова», Витебск

Физическая культура как учебная дисциплина выполняет в высшей школе важную социальную роль, способствует подготовке высококвалифицированных специалистов.

Преподаватели физического воспитания, укрепляя здоровье студентов, повышая их физическую и спортивную подготовленность, прививая студентам знания, умения и навыки физической культуры, решают одну из сторон важнейшей задачи – массового внедрения физической культуры в их повседневную жизнь.

Физическая культура также воздействует на формирование мировоззрения и характера будущих специалистов, любящих труд и умеющих хорошо работать, а также сознательно применяющих физические упражнения с целью развить свои способности для подготовки к определенной деятельности.

Задачей кафедры физического воспитания и спорта является привитие студентам знания по использованию средств физической культуры в повседневном быту, в семье и, особенно, в воспитании детей. Студенчество является особой социальной группой, процесс подготовки которой к квалифицированному профессиональному труду стал видом сложной напряженной деятельности, объективно необходимой обществу.

Годы учебы в вузе являются важным этапом формирования личности будущего специалиста, и эта роль в комплексной системе принадлежит физической культуре, которая решает следующие задачи:

– воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств;

– сохранение и укрепление здоровья студентов, поддерживающее высокую работоспособность на протяжении всего периода обучения;

– профессионально-прикладная физическая подготовка с учетом особенностей их будущей трудовой деятельности;

– воспитание у студентов убежденности в необходимости регулярных занятий физической культурой.

Процесс обучения организуется в зависимости от состояния здоровья, уровня физического развития и подготовленности. Это осуществляется в многообразных формах, которые взаимосвязаны, дополняют друг друга и представляют собой единый процесс занятий физической культурой.

Учебные занятия являются основной формой и планируются в учебных планах по всем специальностям, и их проведение обеспечивается преподавателями кафедры.

Репозиторий ВГУ

Самостоятельные занятия в совокупности с учебными обеспечивают оптимальную непрерывность и эффективность занятий физической культурой и проводятся во внеучебное время в секциях (волейбол, баскетбол, футзал).

К массовым оздоровительным и спортивным мероприятиям относятся «Дни Здоровья», которые проводятся на каждом факультете. Программа соревнований утверждается деканом факультета, проводится при методическом руководстве кафедры и активном участии студентов. Также на спортивной базе нашего университета проводится круглогодичная спартакиада на первенство факультетов среди мужских и женских команд по десяти видам спорта: осеннему кроссу, шахматам, волейболу, баскетболу, настольному теннису, лыжному спорту, футзалу, футболу, гиревому спорту, легкой атлетике. Победители в личном и командном первенстве награждаются медалями и дипломами. На награждение приглашаются деканы и представители профсоюзной организации.

Целью учебной дисциплины «Физическая культура» в вузе является формирование социально личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности.

Отличительными особенностями новой типовой программы по «Физической культуре», которая была утверждена и введена в действие постановлением Министерства образования Республики Беларусь, являются: обновленное содержание дисциплины, использование компетентностного подхода к обучению, значительное усиление роли физической культуры в развитии человека и подготовке специалистов, использование теоретико-методологических основ физической культуры, обобщение и дифференцирование практических умений и навыков для сохранения и укрепления здоровья, развития профессионально личностных качеств выпускника.

С учетом условий и характера труда будущих специалистов кафедра подготовила программу по ППФП (профессионально-прикладной физической подготовке) и составила комплексы упражнений, которые будут требовать от специалиста специальной физической и методической подготовленности.

Преподаватели кафедры физического воспитания выполняют практический раздел программы, направленный на решение конкретных задач физической подготовки студентов. Он включает такие разделы, как легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжный спорт, а также материал по профессионально-прикладной физической подготовке. По каждому виду спорта кафедра разработала учебные программы и составила комплексы упражнений, которые уточняются, дополняются с учетом требований к высшей школе. Так, в разделе «Гимнастика», кроме акробатических упражнений и комплексов с предметами, проводятся ритмическая гимнастика, упражнения с фитболами, гантелями, обручами, ручными тренажерами, которые направлены на развитие двигательных способностей. Занятия проводятся с музыкальным сопровождением и вызывают повышенный интерес у студентов. Также применяются «стретчинг», «йога», «калланетик», «пилатес».

Особое внимание на учебных занятиях с женскими отделениями уделяется развитию гибкости и укреплению мышц брюшного пресса. «Ты молод настолько, насколько гибок твой позвоночник», – так говорили древние мудрецы.

Репозиторий ВГУ

Для мужских отделений преподавателями кафедры разработаны комплексы упражнений по атлетической гимнастике, используются элементы тяжелой атлетики, гиревого спорта. В ритмической гимнастике используют общеобразовательные упражнения: на осанку, на равновесие, с гимнастическими палками, с резиновыми и набивными мячами, в различных исходных положениях. Комплекс упражнений калланетики выполняется в основном в изометрическом режиме и вызывает активность глубоко расположенных мышечных групп.

Каждое упражнение хатха-йоги характеризуется определенным положительным воздействием на различные органы и системы занимающихся, и, как в любой системе физической культуры, с заботы о теле начинается развитие и совершенствование главного – духа («тренированное тело способствует тренировке ума»).

По системе пилатеса можно заниматься всем, независимо от возраста, уровня физической подготовки и состояния здоровья. Выполняются упражнения плавными медленными движениями, которые направлены на растяжение, укрепление мускулов и достижения согласованной работы всех частей тела. Эта система очень хорошо подходит для специальных медицинских групп, т.к. упражнения можно выполнять лежа, под медленную музыку и дышать не грудью, а животом.

Использование фитболов на учебных занятиях помогает студентам не только «прокачать» все без исключения мышцы, но и получить плоский живот, правильную осанку, улучшить координацию движений и гибкость тела.

Также в Республике Беларусь был разработан и утвержден «Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс» (I–IV ступени, возраст – 7–21 год) (№ 162/22 от 26 августа 1999 г.). В высших учебных заведениях предусмотрены занятия на четвертой ступени «Здоровье, сила и красота», носящей девиз «О спорт! Ты кодекс здоровья!» и рассчитанной на студентов в возрасте 18–21 года. Главной задачей ступени является формирование отношения к физкультурным и спортивным занятиям как к неотъемлемой части образа жизни современного и культурного человека, а также формирование привычки регулярного самоконтроля за физическим развитием и физической подготовленностью.

Основные требования ступени:

– знать преимущества здорового образа жизни, правила его формирования средствами физической культуры, уметь действовать в соответствии с этими правилами, формируя здоровый образ жизни;

– быть готовым использовать физическую культуру в семейной жизни, в трудовом коллективе с целью формирования здорового образа жизни;

– выполнять требования профессионально-прикладной физической подготовки к трудовой деятельности.

Виды испытаний для оценки физической подготовленности, входящие в комплекс, достаточно просты, техника их выполнения незначительно влияет на результаты, легко осваивается тестируемыми. Они характеризуют скоростно-силовые способности (прыжок в длину с места), гибкость (наклон вперед сидя на полу), координационные способности (челночный бег 4х9 м), силовые способности (подтягивание в висе, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, сгибание и разгибание туловища, вис на согнутых руках), скоростные способности (бег 30 м с высокого старта), общая выносливость (шестиминутный бег или бег 1500 м, бег 1100 м).

Репозиторий ВГУ

Уровень общей физической подготовленности (УОФП) тестируемого оценивается в зависимости от уровня показателей в каждом тесте при условии, что во всех тестах уровень результатов не ниже, чем «низкий». При невыполнении этого условия УОФП не оценивается и тестируемому предлагается индивидуальная программа повышения общей физической подготовленности.

Для определения уровня общей физической подготовленности уровень результатов, указанных в каждом тесте, оценивается в баллах.

Полноценно реализуя в учебном процессе программу по «Физической культуре» и «Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс», можно добиться качественного роста спортивных показателей, уровня физической подготовленности студентов и, главное, укрепления и сохранения их здоровья.

КОМПЕТЕНТНОСТНАЯ МАТЕМАТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ СПЕЦИАЛИСТА

М.Г. Волнистая, А.С. Михалев
РИВШ, Минск

<u>Обоснование модели специалиста</u>. В качестве исходной математической модели примем:

$$И = \frac{Ф}{C_1 + C_2} \qquad (1)$$

где:

И – степень идеальности специалиста;

Ф – количество и качество функций, которые он способен выполнять в ходе профессиональной деятельности;

C_1 – затраты образовательной системы на подготовку специалиста;

C_2 – затраты работодателя на его содержание.

Для дальнейшей конкретизации модели специалиста сформулируем основные требования к ней в следующем виде:

– модель должна обеспечивать возможность количественных расчетов, т.е. быть в полной мере математической;

– она не должна допускать операций сложения принципиально различных «знаниевых» и «деятельностных» характеристик специалиста;

– модель должна обеспечивать некую взаимозаменяемость «знаниевых» и «деятельностных» характеристик;

– она должна быть достаточно понятной и простой для практического использования.

Указанным требованиям вполне отвечает следующая модель:

$$И = \frac{\sum_{i=1}^{n} З_i \times \sum_{j=1}^{m} Д_j}{C_1 + C_2}, \qquad (2)$$

где: $З_i$ – *i*-я «знаниевая» компетенция специалиста;

$Д_j$ – *j*-я «деятельностная» компетенция.

В модели (2) четко разграничены достижения в обучении, которые

Репозиторий ВГУ