

Оценка уровня овладения теоретическими знаниями студенток при изучении специализированного модуля по физической культуре

*Венскович Д.А.**

*Белорусский государственный университет физической культуры
Минск, Республика Беларусь*

*ORCID: 0000-0003-4994-7775, Venskovich.Dina@mail.ru**

Аннотация: Актуальность исследования определяется тем, что в основе изучения учебной дисциплины «Физическая культура» содержится модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности», включающий практическую часть с 18 разделами комплексов физических упражнений и теоретическую часть с 16 темами лекционного курса. Оценка уровня овладения теоретическими знаниями студенток осуществляется тем, что при изучении обучающимися теоретической и практической частей модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» происходит формирование практических двигательных навыков и овладение теоретическими знаниями для подготовки организма к беременности, вынашиванию здоровых детей, благополучному родоразрешению и восстановлению организма после родов. Исследование проводилось с целью сравнительной оценки уровня овладения теоретическими знаниями студенток, изучавших специализированный учебный модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» с уровнем теоретических знаний студенток, проходившие традиционную программу по физической культуре. **Методы исследования.** В статье использовались конкретно-педагогические: теоретические (анализ и обобщение научно-методической литературы, архивных материалов и документов, прогнозирование и моделирование) методы; эмпирические методы (наблюдение, беседа); методы изучения продуктов деятельности студентов, учебной документации; методы измерения и контроля (тестирование), педагогический эксперимент, математические и статистические методы. **Результаты.** В работе представлены сравнительные данные уровня теоретических знаний студенток контрольных групп, проходивших обучение по традиционной учебной программе «Физическая культура», и студенток экспериментальных групп, изучавших инновационный специализированный учебный модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности». **Заключение.** Анализ результатов овладения теоретическими знаниями показал, что у студенток ЭГ-1, ЭГ-2 и ЭГ-3, изучавших лекционный курс теоретической части специализированного модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» в рамках учебной дисциплины «Физическая культура», уровень теоретических знаний гораздо выше, чем у студенток КГ-1, КГ-2 и КГ-3. Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что разработанный лекционный курс необходим всем студенткам без исключения, поскольку, изучая его, студентки смогут получить необходимые теоретические знания для подготовки организма к беременности, вынашиванию здоровых детей, благополучному родоразрешению и восстановлению организма после родов, а также позволит овладеть теоретическими знаниями для их подготовки к деторождению.

Ключевые слова: теоретические знания, специализированный модуль, физическая культура, студентки, лекционный курс, платформа MOODLE.

Для цитирования: Венскович Д.А.* Оценка уровня овладения теоретическими знаниями студенток при изучении специализированного модуля по физической культуре. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2022; 17(1):62-70. DOI: 10.14526/2070-4798-2022-17-1-62-70

The level of mastering theoretical knowledge assessment among female students while studying specialized physical culture module

*Dina A. Venskovich**

Belorussian State University of Physical Culture

Minsk, the Republic of Belarus
ORCID: 0000-0003-4994-7775, Venskovich.Dina@mail.ru*

Abstract: The relevance of the research is determined by the fact that «Physical culture» discipline study is based on “Motor culture of a personality in order to prepare for pregnancy” module. It included practical part with 18 units of physical exercises complexes and theoretical part with 16 topics of lecture course. The assessment of the theoretical knowledge mastering level among female students is realized in the following way: students study the theoretical and practical parts of “Motor culture of a personality in order to prepare for pregnancy” module and there is practical motor skills formation and theoretical knowledge mastering connected with body training for pregnancy, bearing healthy children, successful delivery and body recovery after childbirth. The research was carried out in order to compare the level of female students’ theoretical knowledge. They studied specialized educational module “Motor culture of a personality in order to prepare for pregnancy” with the level of theoretical knowledge of female students. They had a traditional physical culture program. **Research methods.** We used the following research methods: specific pedagogical – theoretical (scientific and methodological literature, archival materials and documents analysis and summarizing, projection and modeling), empirical methods (observation, conversation); methods of studying the products of students’ activity, educational documentation; methods of measurement and control (testing), pedagogical experiment, mathematical and statistical methods. **Results.** The research presents comparative results of theoretical knowledge level in female students from control groups. They studied according to the traditional “Physical culture” program. And the female students from the experimental groups. They studied innovative specialized “Motor culture of a personality in order to prepare for pregnancy” module. **Conclusion.** Analyzing the results of mastering theoretical knowledge we came to the following conclusion: female students from the EG-1, the EG-2 and the EG-3, who studied lecture course of the theoretical part of the specialized “Motor culture of a personality in order to prepare for pregnancy” theoretical part module in terms of educational discipline “Physical culture”, had higher theoretical knowledge level, than among the female students from the CG-1, the CG-2 and the CG-3. The received results show that the created lecture course is necessary for all students without any exception, as studying it female students, would be able to get necessary theoretical knowledge in order to prepare organism for pregnancy, bearing healthy children, successful delivery and body recovery after childbirth and would help to master theoretical knowledge for their preparation for childbirth.

Keywords: theoretical knowledge, specialized module, physical culture, female students, lecture course, MOODLE platform

For citation: Dina A. Venskovich*. The level of mastering theoretical knowledge assessment among female students while studying specialized physical culture module. Russian Journal of Physical Education and Sport. 2022; 17(1): 62-70. DOI: 10.14526/2070-4798-2022-17-1-62-70

Введение

Актуальность исследования определяется тем, что в основе изучения учебной дисциплины «Физическая культура» содержится модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности», включающий практическую часть с 18 разделами комплексов физических упражнений и теоретическую часть с 16 темами лекционного курса [1]. Оценка уровня овладения теоретическими знаниями студенток осуществляется тем, что при изучении обучающимися теоретической и практической частей модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» происходит формирование практических двигательных

навыков и овладение теоретическими знаниями для подготовки организма к беременности, вынашиванию здоровых детей, благополучному родоразрешению и восстановлению организма после родов [2]. Исследование проводилось с целью сравнительной оценки уровня овладения теоретическими знаниями студенток, изучавших специализированный учебный модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности», с уровнем теоретических знаний студенток, проходивших традиционную программу по физической культуре.

Материалы и методы

Педагогическое исследование

проводилось на базе учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова» (Республика Беларусь) при изучении учебной дисциплины «Физическая культура» в формате специализированного учебного модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» утвержденного 23 июля 2020 г. (регистрационный № УД-27-004/уч.) [1]. Занятия продолжительностью 1 час 20 минут проводились согласно установленному расписанию два раза в неделю. Изучение учебной программы рассчитано на 280 учебных часов, из них 64 часа отводится на теоретическую подготовку и 216 часов – на практическую подготовку в течение учебного года. Формой промежуточной аттестации являются тесты, текущей – зачет. Представленный учебный модуль является компонентом учреждения высшего образования. Программа учебных занятий разработана с учетом требований образовательного стандарта третьего поколения.

В исследовании приняли участие студентки экспериментальных групп в количестве 121 человека: 40 студенток основной медицинской группы (ЭГ-1), 41 студентка подготовительной медицинской группы (ЭГ-2) и 40 студенток специальной медицинской группы (ЭГ-3). Также были сформированы три контрольные группы в количестве 119 студенток: 39 студенток основной медицинской группы (КГ-1), 40 студенток подготовительной (КГ-2) и 40 студенток специальной медицинской группы (КГ-3).

Студентки КГ занимались по традиционной программе согласно типовой учебной программе «Физическая культура» для учреждений высшего образования от 27.06.2017 г. (регистрационный № ТД-СГ.025 / тип.) [3]. Студенты ЭГ занимались по инновационному специализированному учебному модулю «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» [4,5] в рамках учебной дисциплины «Физическая культура». Оценка уровня теоретических знаний осуществлялась в начале и в конце осеннего и весеннего семестров 2020-2021 уч. г.

Результаты и обсуждение

Разработанный инновационный специализированный модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» в рамках учебной дисциплины «Физическая культура», представленный в Витебском государственном университете имени П.М. Машерова, используется следующим образом.

Обучающиеся в учреждении высшего образования, относящиеся по состоянию здоровья к основной медицинской группе (ЭГ-1, КГ-1), подготовительной медицинской группе (ЭГ-2, КГ-2) и специальной медицинской группе (ЭГ-3, КГ-3), при реализации модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» по учебной дисциплине «Физическая культура» формируют двигательные навыки при выполнении 18 разделов с комплексами физических упражнений практической части, овладевают знаниями при освоении 16 тем лекционного курса теоретической части.

Разделы комплексов физических упражнений содержат: дыхательные упражнения, упражнения для укрепления мышц шеи и головы, мышц рук; физические упражнения для укрепления плечевого пояса, мышц груди, спины, живота и туловища; физические упражнения для развития координации, для укрепления тазобедренного сустава, мышц малого таза, мышц ног, подколенного сухожилия и голеностопного сустава; физические упражнения для релаксации и мышечного расслабления, упражнения на фитболе, а также физические упражнения для I, II и III триместра беременности и упражнения для восстановления после беременности и родов [6].

При этом форма контроля практической части включает:

– оценку уровня физической подготовленности при выполнении прыжка в длину с места, наклона вперед, сгибания и разгибания рук в упоре лежа, поднимания туловища из положения лежа на спине за 60 с, челночного бега 4x9 м, бега на 1500 м;

– оценку уровня физического развития при диагностике антропометрических показателей: длины тела (ДТ), массы тела (МТ), окружности грудной клетки (ОГК), жизненной емкости легких (ЖЕЛ), динамометрии кистей рук (П/К – правая кисть, и Л/К – левая кисть) – и физиометрических показателей: артериального давления (АД) – САД (систолическое), ДАД (диастолическое), частоты сердечных сокращений (ЧСС), частоты дыхания (ЧД);

– оценку уровня физического здоровья при выполнении упражнений, определяющих индекс Кетле, жизненный индекс, индекс Стенин, кистевой индекс, индекс Робинсона;

– оценку здоровья позвоночника при выполнении тестов на определение шейного и пояснично-крестцового остеохондроза;

– оценку индекса здоровья, который высчитывается по формуле:

$K = a/b * 100\%$, где K – индекс здоровья (в %), a – число студентов, ни разу не болевших в течение года, b – общий списочный состав группы;

– оценку уровня психофизического статуса при выполнении теста диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерса и Р. Даймонда), теста самооценки стрессоустойчивости (С. Коухена и Г. Виллиансона), теста на внимание по таблицам Шульте.

Форма контроля теоретической части включает выполнение тестов в модульно-рейтинговой системе в виде тестовых заданий.

Представленный специализированный модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» разработан для обучающихся в учреждениях высшего образования и их подготовки к деторождению. Данный модуль может быть использован на факультативных занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура» для студенток, обучающихся по специальностям неспортивного профиля I ступени получения высшего образования, с третьего курса в объеме не менее двух учебных часов в учебную неделю.

В данной статье нами представлены полученные данные по уровню теоретических

знаний студенток основного, подготовительного и специального медицинского отделения в ходе изучения теоретической части специализированного учебного модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» в рамках учебной дисциплины «Физическая культура».

Формой контроля теоретической части является выполнение тестов в модульно-рейтинговой системе в виде тестовых заданий в количестве 400 вопросов, размещенных на платформе MOODLE сайта университета SDO.VSU.BY. Студентки контрольных и экспериментальных групп проходили тестовые задания в начале и в конце семестра. Лекционный курс читался только в экспериментальных группах. Содержание теоретической части специализированного модуля представлено на рисунке 1.

Использование модульного принципа позволило студенткам ЭГ-1, ЭГ-2 и ЭГ-3 овладеть теоретическими знаниями для подготовки организма к беременности, вынашиванию здоровых детей, благоприятному родоразрешению и восстановлению организма после родов. В связи с тем, что представленный курс проводился в рамках педагогического эксперимента, разработанным тестам уделялось особое внимание, так как по их результатам нами определялось, насколько хорошо студенты усвоили темы теоретической части представленного модуля учебной дисциплины «Физическая культура». Результаты теста обрабатывались автоматически. Нам были доступны не только итоговые результаты, но и статистика по выполнению отдельных заданий.

Результаты выполнения тестовых заданий, представленные в таблице 1, свидетельствуют о достаточно высоком уровне теоретической подготовленности студенток ЭГ-1, ЭГ-2 и ЭГ-3. Наименьший процент по выполнению тестовых заданий был получен в ЭГ-1 (основная медицинская группа), который составил $88,06 \pm 0,43$ по тесту №10 «Естественно-научные основы двигательной культуры в период беременности», а самый высокий процент ($99,65 \pm 0,02$) был выявлен по

тесту №14 «Примерные комплексы физических упражнений для беременных женщин с учетом хронических заболеваний, профессиональной деятельности и триместра беременности».

Модуль «Двигательная культура личности для подготовки к беременности»

Теоретическая часть

16 тем

лекционного курса

1. Двигательная культура студентов в период самоопределения.
2. Двигательная культура до зачатия, в период беременности и после родов.
3. Основы здорового образа и стиля жизни в период беременности.
4. Анатомо-физиологические изменения женского организма на протяжении трех триместров беременности.
5. Влияние современных оздоровительных систем на организм женщины до зачатия, в период беременности и после родов. Особенности закаливания.
6. Педагогический контроль за физическим здоровьем женщины в период беременности.
7. Особенности питания женщины в I, II и III триместрах беременности.
8. Личная гигиена беременных женщин.
9. Основные особенности работоспособности женщины в период беременности.
10. Естественно-научные основы двигательной культуры в период беременности.
11. Система специальных упражнений для регулирования процессов дыхания во время беременности и родов, улучшения вентиляции легких.
12. Методы самообезболивания во время родов. Приемы самомассажа, применяемые во время родовых схваток.
13. Современные методы релаксации в период беременности.
14. Примерные комплексы физических упражнений для беременных женщин с учетом хронических заболеваний, профессиональной деятельности и триместра беременности.
15. Основы методик самостоятельных занятий в период беременности.
16. Основы двигательной культуры в послеродовом периоде.

Рис. 1. Содержание теоретической части модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности»

Таблица 1

Оценка овладения теоретическим модулем студенток основной, подготовительной и специальной медицинской группы

Тесты	КГ-1 (n=39)	ЭГ-1 (n=40)	КГ-2 (n=41)	ЭГ-2 (n=39)	КГ-3 (n=40)	ЭГ-3 (n=40)
	в начале о/с	в начале о/с	в начале о/с	в начале о/с	в начале о/с	в начале о/с
	в конце в/с	в конце в/с	в конце в/с	в конце в/с	в конце в/с	в конце в/с
Тест №1	6,45±0,21	7,56±0,45	3,70±0,76	4,87±1,76	4,09±0,36	3,76±1,32
	5,98±0,76	94,34±0,29	3,69±0,43	97,90±0,32	5,21±1,76	93,38±0,39
Тест №2	4,97±0,01	4,81±0,12	6,29±0,38	8,21±0,65	8,44±0,33	9,65±0,13
	5,95±0,76	92,49±0,58	7,99±1,44	90,03±0,50	5,78±0,43	97,00±0,54
Тест №3	5,98±1,94	2,69±0,52	5,80±0,4	2,69±1,89	6,22±0,12	7,37±1,48
	6,73±0,39	89,04±0,27	4,32±0,48	90,03±0,88	4,76±0,38	91,04±0,40
Тест №4	3,85±1,76	5,79±0,65	7,22±0,63	7,51±0,28	7,99±0,34	7,40±1,60
	4,87±1,49	98,08±0,11	6,39±0,21	91,09±0,17	5,95±1,62	95,04±1,30
Тест №5	2,67±0,56	5,84±0,42	6,84±1,65	5,87±0,54	6,09±1,50	8,94±1,69
	4,76±0,45	90,06±0,56	6,98±0,48	93,03±0,57	7,09±0,65	90,87±0,67
Тест №6	8,96±1,22	8,64±0,43	6,96±0,59	4,81±2,69	6,89±0,54	8,63±0,32
	7,03±0,29	90,04±1,40	4,78±1,11	89,07±0,56	7,43±0,98	97,65±1,47
Тест №7	6,74±0,52	4,87±0,45	3,76±0,49	5,78±0,56	7,09±1,78	5,29±1,70
	7,54±0,83	89,08±1,65	5,01±0,56	94,00±2,67	7,98±2,84	94,07±2,65
Тест №8	3,98±1,87	2,82±1,75	4,22±2,71	4,07±0,50	5,39±0,90	4,87±0,98
	3,91±1,39	90,00±2,03	3,97±0,65	91,09±0,13	4,87±0,98	94,76±0,68
Тест №9	2,87±0,69	4,89±0,54	5,76±0,83	5,87±0,82	5,87±0,69	5,98±0,78
	3,76±0,67	90,00±0,14	4,76±0,32	98,09±0,67	4,32±0,99	92,09±0,58
Тест №10	1,87±0,87	2,65±0,59	4,98±0,56	2,79±0,65	4,87±0,13	4,87±0,49
	2,56±0,65	89,05±0,54	4,08±0,32	95,00±0,65	3,72±0,39	97,00±0,59
Тест №11	8,00±0,65	4,97±0,76	4,87±0,67	7,65±0,40	7,34±0,98	8,37±0,69
	6,59±0,58	89,00±0,47	4,29±0,51	95,07±0,65	6,96±0,75	94,00±0,63
Тест №12	7,09±0,64	5,87±0,58	5,96±0,15	6,98±0,77	4,89±0,55	5,98±0,39
	5,87±0,65	92,06±0,74	3,57±0,33	98,05±0,55	5,04±0,88	90,07±0,64
Тест №13	2,67±0,76	4,86±0,60	4,76±0,59	4,87±0,70	3,19±0,05	5,25±0,51
	3,98±0,79	92,98±0,69	3,95±0,79	91,01±0,61	4,29±0,26	89,03±0,56
Тест №14	8,98±0,70	5,89±0,42	7,39±0,54	2,65±0,76	7,79±0,60	3,67±0,65
	6,39±0,49	99,65±0,02	6,39±0,65	99,00±0,54	5,28±0,12	98,08±0,67
Тест №15	5,44±0,67	5,87±0,77	2,79±0,65	3,98±0,69	4,39±0,49	4,99±0,38
	4,84±0,29	90,00±0,66	3,87±0,40	90,00±0,69	4,98±0,78	89,48±0,69
Тест №16	7,65±0,98	7,54±0,69	4,87±0,68	5,78±0,49	3,87±0,79	5,89±0,45
	7,67±0,58	93,87±0,57	5,87±0,59	94,09±0,69	5,89±0,43	91,89±0,67

В ЭГ-2 (подготовительная медицинская группа) среднегрупповой наименьший процент студентки получили после прохождения теста №6 «Педагогический контроль за физическим здоровьем женщины в период беременности», который составил 88,31±1,55, а наивысший (99,00±0,54) – по тесту №14 «Примерные комплексы физических упражнений для беременных женщин с учетом хронических заболеваний, профессиональной деятельности и триместра беременности», как и в ЭГ-1.

В результате анализа данных ЭГ-3 (специальная медицинская группа) нами выявлено то, что наименьший процент (89,09±0,50) оценки уровня теоретических знаний студентки получили после

выполнения теста №5 «Влияние современных оздоровительных систем на организм женщины до зачатия, в период беременности и после родов. Особенности закаливания». Наибольший результат (99,65±0,37) студентки получили после прохождения теста №2 «Двигательная культура до зачатия, в период беременности и после родов».

Оценка уровня теоретических знаний в КГ-1, представленная на рисунках 2,3, показала, что студентки без прослушивания лекционных занятий достаточно плохо владеют знаниевым компонентом, поскольку наивысший процент составил 8,98±0,70 по тесту №14 «Примерные комплексы физических упражнений для беременных женщин с учетом хронических

заболеваний, профессиональной деятельности и триместра беременности».

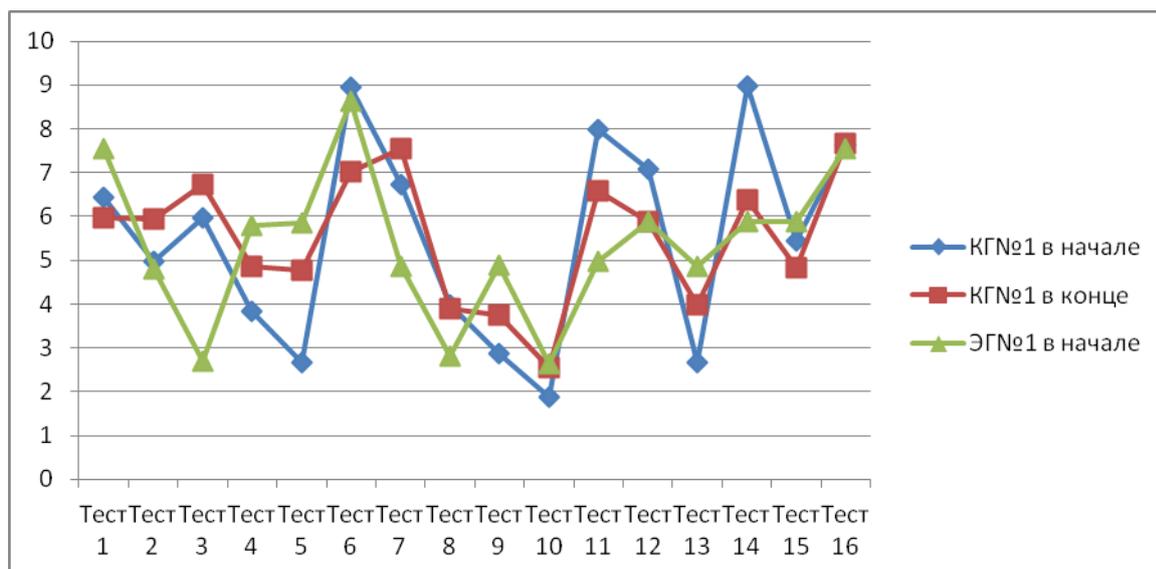


Рис. 2. Уровень теоретических знаний студенток КГ-1 и ЭГ-1 основного медицинского отделения до изучения специализированного модуля

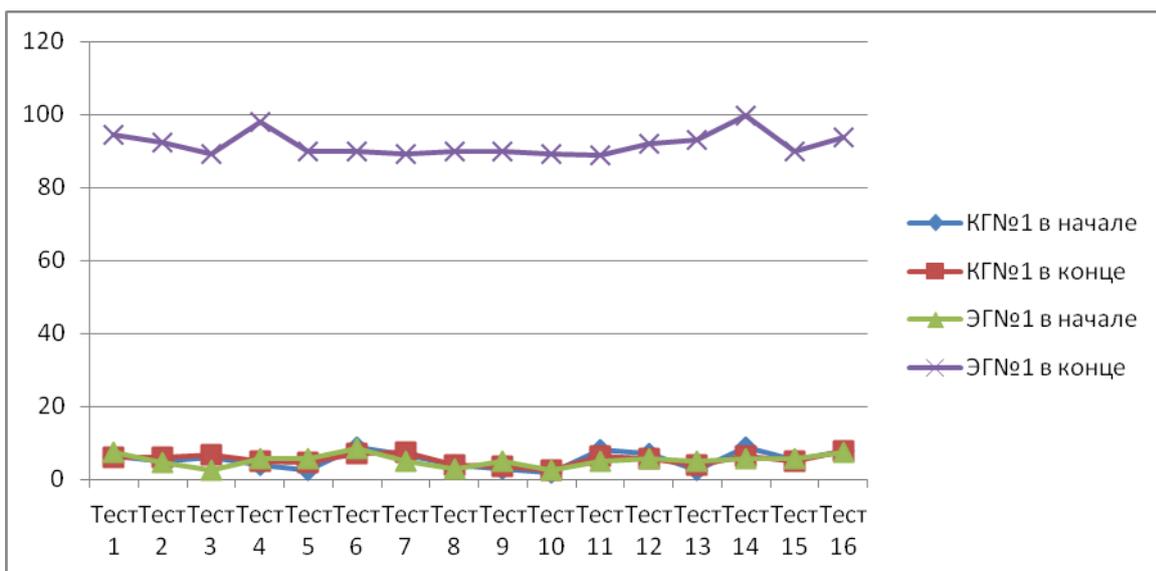


Рис. 3. Уровень теоретических знаний студенток КГ-1 и ЭГ-1 основного медицинского отделения после изучения специализированного модуля (продолжение рисунка 2)

Полученные данные свидетельствуют о том, что данный тест по уровню сложности для студенток КГ-1, а также ЭГ-2 и ЭГ-3 являлся более легким по сравнению с остальными тестами.

студентками по тесту №2 «Двигательная культура до зачатия, в период беременности и после родов». Наивысший результат был получен также и в ЭГ-3 именно по тесту №2.

В КГ-2, как видно из рисунков 4,5, лучший результат (7,99±1,44) был получен

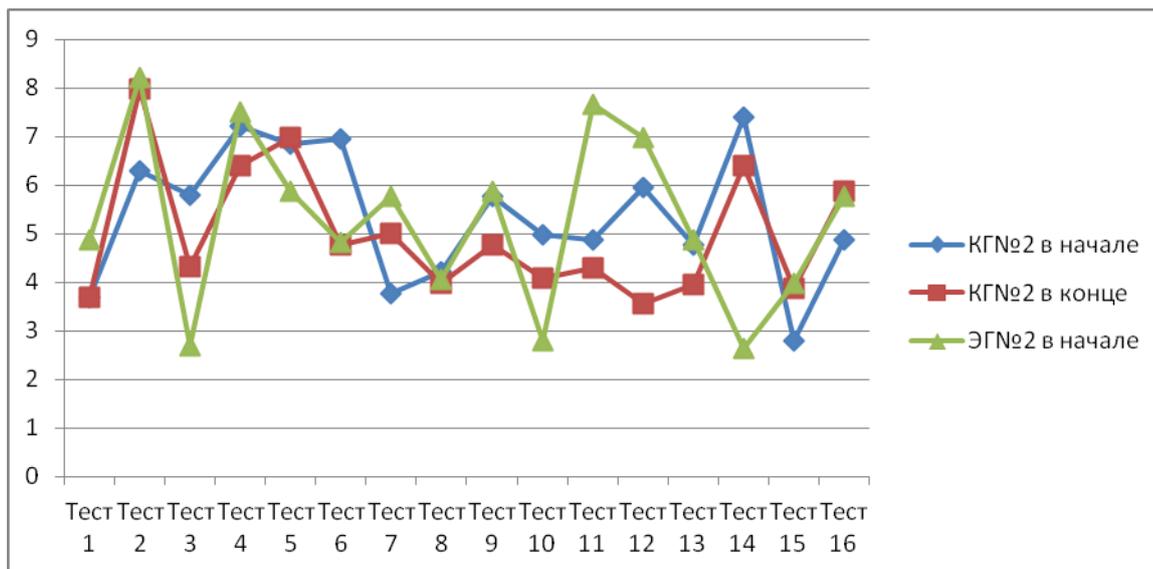


Рис. 4. Уровень теоретических знаний студенток КГ-2 и ЭГ-2 подготовительного медицинского отделения до изучения специализированного модуля

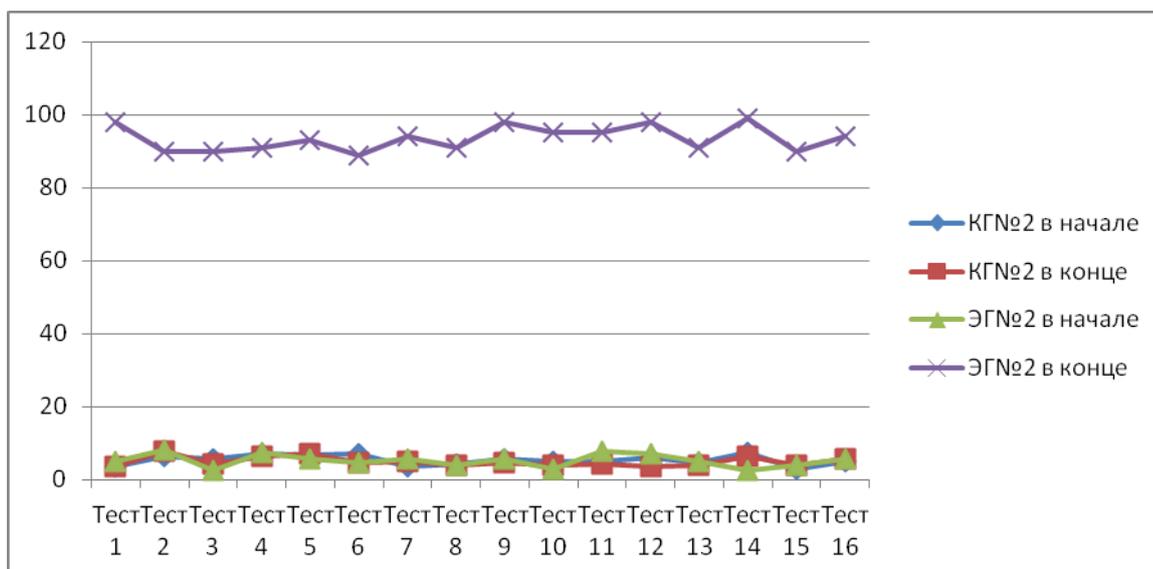


Рис. 5. Уровень теоретических знаний студенток КГ-2 и ЭГ-2 подготовительного медицинского отделения после изучения специализированного модуля (продолжение рисунка 4)

В КГ-3 наилучший результат студентки показали после выполнения теста №2 – $8,44 \pm 0,33$

(рис. 6,7).

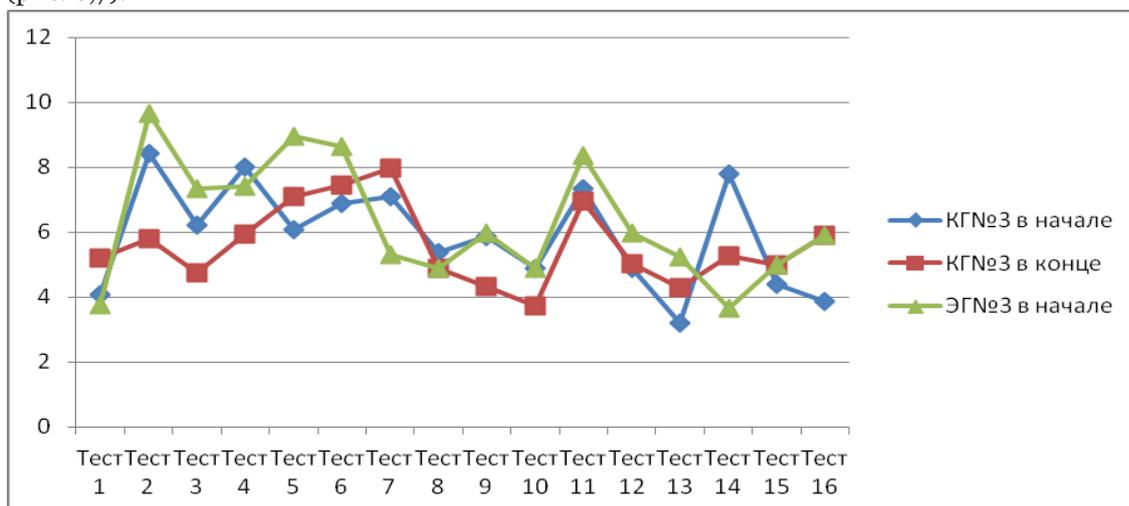


Рис. 6. Уровень теоретических знаний студенток КГ-3 и ЭГ-3 подготовительного медицинского отделения до изучения специализированного модуля

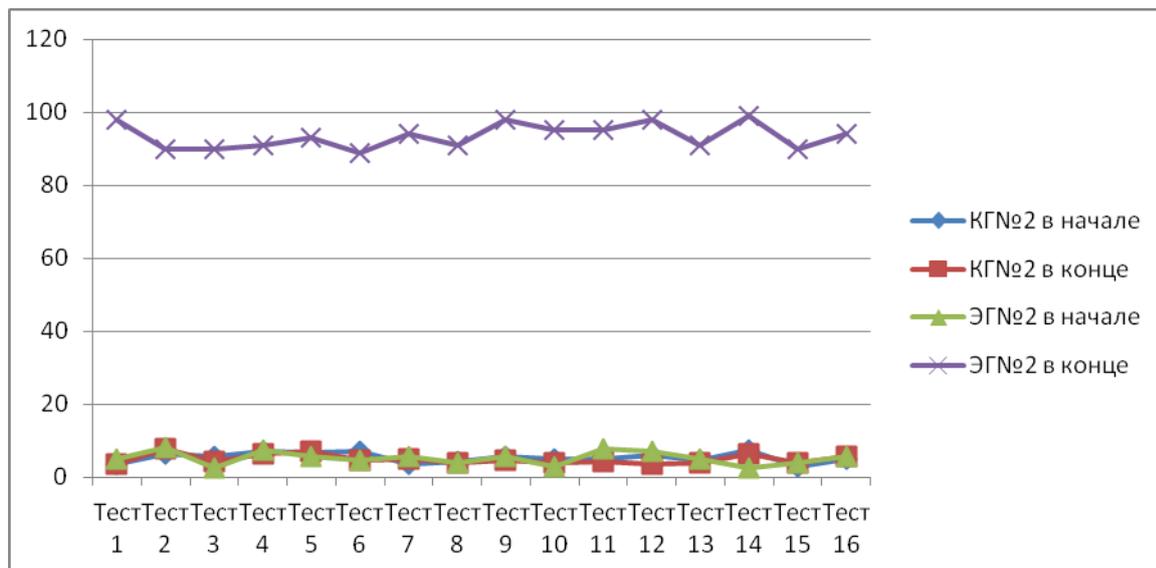


Рис. 7. Уровень теоретических знаний студенток КГ-3 и ЭГ-3 специального медицинского отделения после изучения специализированного модуля (продолжение рисунка 6)

Заключение

Таким образом, анализ результатов овладения теоретическими знаниями показал, что у студенток ЭГ-1, ЭГ-2 и ЭГ-3, изучавших лекционный курс теоретической части специализированного модуля «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» в рамках учебной дисциплины Физическая культура», уровень теоретических знаний выше, чем у студенток КГ-1, КГ-2 и КГ-3. Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что разработанный лекционный курс необходим всем студенткам без исключения, поскольку, изучая его, обучающиеся смогут получить необходимые теоретические знания (заблаговременно) для подготовки организма к беременности, вынашиванию здоровых детей, благополучному родоразрешению и восстановлению организма после родов, а также позволит овладеть теоретическими знаниями для их подготовки к деторождению.

Список литературы

1. Венскович Д.А. Теоретико-

методологические аспекты формирования двигательной культуры личности для подготовки к беременности в период обучения в учреждении высшего образования. Монография. 2021: 10-17.

2. Полякова Т.Д., Венскович Д.А. Теоретико-методологические аспекты внедрения специального раздела «Физическая культура в период беременности» для студенток, обучающихся в УВО. Олимпийский спорт и спорт для всех. Материалы XXV международного научного конгресса. 2020: 433-440.

3. Коледа В.А. Физическая культура : типовая учебная программа для высших учебных заведений. Республиканский институт высшей школы. 2017: 2-14.

4. Венскович Д.А. Предпосылки для разработки учебной программы «Двигательная культура личности для подготовки к беременности» в рамках учебной дисциплины «Физическая культура». Веснік Полацкага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серія Е. Педагогічныя навуки. 2020: 56-60.

5. Венскович Д.А. Теоретические аспекты ведения беременности студенток, обучающихся в УВО. Веснік Віцебскага дзяржаўнага ўніверсітэта. 2020: 66-70.

6. Венскович Д.А., Питкевич Э.С. Физическая культура. Курс лекций. 2021: 67-74.

Статья поступила в редакцию: 11.02.2022

Венскович Дина Александровна – кандидат педагогических наук, доцент, докторант Белорусского государственного университета физической культуры; Республика Беларусь, г. Витебск, ул. Актеров Еременко, дом 11/1 стр. 53, e-mail: Venskovich.Dina@mail.ru