

нарушению функции других. Этим и вызвана необходимость выполнения комплекса лечебной физической культуры, для всего позвоночного столба, а не только отдела его, обуславливающего клинические проявления.

Как результат – восстановление двигательной функции и увеличение периода сохранности полученных результатов.

Сохранить двигательную функцию позвоночника к зрелому и пожилому возрастам, значит сохранить качество жизни. Позвоночник – это единая функциональная система. Как известно из литературы, наибольшим значением для биомеханики позвоночного столба обладают ключевые зоны, то есть области изменения его кривизны.

Активный сторонник физической культуры немецкий врач Бернар Макдафен говорил: «Каждый человек настолько молод, насколько молод его позвоночник». Однако в любом возрасте можно уберечься от проблем с позвоночником с помощью индивидуально подобранных несложных физических упражнений и самомассажа с фоам-роллером в зависимости от физиологического изгиба позвоночника и локализации мышечных поражений в ногах.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белоокая, Т. В. Проблемы оздоровления природы, человека, общества / Т. В. Белоокая // Вестник спортивной Беларуси. – 1995. – № 1. – С. 50–51.

2. Грец, Г. Н. Методические приемы восстановления двигательной функции человека с использованием тренажеров, обеспечивающие «силовые добавки» в процессе выполнения движений: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / Г. Н. Грец; Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культ, и спорта. – М., 1993. – 25 с.

3. Девятова, М. В. Лечебная гимнастика при поясничном остеохондрозе / М. В. Девятова. – СПб: Союз, 2001. – 189 с.

4. Казьмин, А. И. Теоретические аспекты проблемы остеохондроза позвоночника / А. И. Казьмин, В. А. Мицкевич. – М.: Медицина, 1985. – 114 с.

5. Матвеева, Л. П. Теория и методика физического воспитания: учебник для ин-тов физ. культуры: в 2 т. / Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., исп. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1996. – Т. 1. – 304 с.

КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД В ПОДГОТОВКЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

COMPLEX APPROACH IN TRAINING TEACHERS OF PHYSICAL CULTURE

М. М. Круталевич¹, А. Р. Борисевич², В. А. Макаренко²

M. Krutalevich¹, A. Borisevich², V. Makaranka²

¹Белорусский государственный университет, МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ,
г. Минск, Республика Беларусь
krutalevichmm@gmail.com

²Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка,
г. Минск, Республика Беларусь
bor_angela@mail.ru

¹Belarusian State University, ISEI BSU, Minsk, Republic of Belarus

²Belarusian State Pedagogical University named after M. Tank, Minsk, Republic of Belarus

Интеграция в образовательном процессе предполагает объединение в единое целое учебных дисциплин, то есть единую направленность, вектор который указывает направление движения для достижения миссии учреждений образования. Подготовка будущих преподавателей физической культуры также должна быть сориентирована в данном направлении с использованием не только чисто инновационных технологий, но и традиционных культурологического и коммуникативного подходов. При этом доминирующее положение остается за непосредственным общением, потому что специфика преподавания учебной дисциплины «физическая культура» в большинстве своем основана на таком подходе.

Integration in the educational process involves the integration into a single whole of academic disciplines, that is, a single direction, a vector that indicates the direction of movement to achieve the mission of educational institutions. Training of future teachers of physical culture should also be oriented in this direction using not only purely innovative technologies, but also traditional cultural and communicative approaches. At the same time, direct communication remains the dominant position, because the specificity of teaching the discipline physical culture is mostly based on this approach.

Ключевые слова: комплексный подход, подготовка специалистов, специалист, преподаватель физической культуры.

Keywords: complex approach, preparation of specialists, specialist, teacher of physical culture.

Современное образовательное пространство можно охарактеризовать как гибкую быстроразвивающуюся систему с определенным набором профессионально-значимых и личностных компетенций, наличие которых у будущих специалистов обеспечивает фундаментальность развития каждого элемента системы. Появляются всё новые и усовершенствованные методы обучения, способствующие более качественной, детальной подготовке специалистов. Однако остается необходимость обучать будущих преподавателей физической культуры не только на основе новейших и инновационных технологий, но и на основе культурологического и коммуникативного подходов, что в педагогическом процессе в первую очередь предполагает непосредственное общение между собой, а не возможную замену такого общения посредством использования компьютерной техники.

В педагогической науке и практике вопросами комплексного подхода в подготовке педагогических кадров, интеграцией в образовательном процессе занимаются многие известные ученые (А. И. Андарало, Е. Н. Артеменок, В. А. Коледа, В. Н. Пунчик, Н. В. Самусева, Л. Н. Тихонов, А. В. Торхова, И. А. Царик, И. И. Цыркун и др.). Анализ специальной литературы по данному направлению показал, что интеграция представляет собой не только взаимовнедрение, но и взаимодополнение одного элемента системы другим, а комплексный подход – это подход в обучении на основе единства и постоянства в процессе подготовки специалистов. Комплексный подход при подготовке кадров для системы образования, таким образом, направлен не только на изучение будущими специалистами различных учебных дисциплин в соответствии с учебными планами специальностей (направлений специальностей, специализаций), а и на понимание смысла их взаимосвязи. Такой подход заключается в интеграции учебных предметов и различных видов практикоориентированной подготовки. Это может быть так называемая аудиторная и внеаудиторная работа.

Следовательно, интеграция в образовательном процессе предполагает соединение учебных дисциплин единой сквозной направленностью, вектором, который указывает направление движения для достижения миссии того или иного учреждения образования. В частности, миссия учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (БГПУ им. М. Танка) как ведущего учреждения высшего образования в сфере подготовки педагогических кадров, в том числе и преподавателей физической культуры, заключается в повышении интеллектуального и духовного потенциала нации как ресурса и гаранта устойчивого развития общества, так как университет является центром кластерного развития непрерывного педагогического образования Республики Беларусь.

Таким образом, интеграционный подход в обучении предполагает соединение не только дисциплин общенаучного цикла и дисциплин профессиональной направленности, а и добавление в эту систему практикоориентированного компонента. Данный компонент включает в себя все виды учебных, производственных, педагогических и преддипломных практик, необходимых для подготовки специалистов в области физической культуры и спорта, а также организацию, проведение и участие в спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных, культурно-развлекательных мероприятиях.

Студенческая молодежь активно вовлекается в различные виды мероприятий во внеучебное время, таким образом соблюдается комплексный подход к обучению и воспитанию личности. Так, широко распространены мероприятия «День университета», «День факультета», «День открытых дверей», «Жар-птишка», «День учителя», «Посвящение в студенты», «Студент на один день», «Беларусиада», «Звездный поход», «Спортивный триумф», «Всемирный день волонтера», «Декада Туризма», «День тренера», «Неделя работника физической культуры», множество спортивных и культурно-развлекательных мероприятий, конкурсов, акций, экскурсий, способствующие сплочению студентов.

Наше педагогическое исследование носит социологический характер. Методы исследования: интервьюирование и социологический опрос.

В педагогическом эксперименте принимали участие студенты 3 и 4 курсов факультета физического воспитания БГПУ им. Максима Танка в количестве 246 человек, где ведется подготовка преподавателей физической культуры по пяти специальностям (Физическая культура. Физкультурно-оздоровительная деятельность; Физическая культура (лечебная); Оздоровительная и адаптивная физическая культура (оздоровительная); Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная режиссура) и Спортивно-туристская деятельность (менеджмент в туризме), для каждой из которых определен отдельный практикоориентированный компонент.

Будущие специалисты в области физической культуры и спорта должны быть компетентны не только в специальной подготовке, а и быть научно подготовленными и практикоориентированными, поэтому нами были заданы ряд вопросов на данную проблематику, о владении ими информацией о комплексном подходе, об интеграции в системе образования. Например, отдельное внимание было уделено вопросу здоровьесбережения личности как учащейся, так и студенческой молодежи и будущих преподавателей физической культуры. Это направление имеет комплексный характер и оказывает влияние на всю подготовку будущих специалистов. Главное – понимание будущими преподавателями данного интегрированного понятия, которое подразумевает под собой не только физическое, но и психическое, социальное и другие виды здоровья, сохранение которых в единстве предполагает развитие всесторонней личности будущего специалиста. И это очень важно понимать педагогам, поскольку преподаватели настроены и нацелены на формирование личности подрастающего поколения. Приведем пример комплексного мероприятия, проводимого нами со студентами первого курса «Здоровьесберегающие технологии вокруг нас».

Первичное знакомство студентов с образовательной средой происходит в первый месяц их обучения на факультете. Для этого постоянно проводятся акции студенческого совета совместно с профсоюзной студенческой

организацией и БРСМ на актуальные темы, способствующие формированию первичного представления о здоровьесбережении и комплексном подходе к организации учебного процесса. В качестве примеров можно назвать следующие акции: «О Здоровье – с большой буквы», «Беречь себя – беречь других», «Наш режим – наш успех», «Физическое здоровье и его показатели», «Будь здоров и помоги другим!» и подобные. Кроме названных акций, проводимых общественными организациями факультета и университета, профессорско-преподавательский состав, работники управления воспитательной работы, спортивного клуба, деканата особое внимание уделяют здоровьесбережению студентов, проживающих в общежитиях БГПУ им. М.Танка. Размещение наглядной агитации, например, способствует воздействию на сознание студентов и формирует в значительной степени представление о необходимости и правильности поддержания здорового образа жизни. Постоянно обновляемая информация на плакатах, стенгазетах и бюллетенях на здоровьесберегающую тематику тому подтверждение: «Моё общежитие – мой дом», «Чистота в доме – чистота в душе и на сердце», «О режиме дня», «Питание: правильное и полноценное», «Здоровое питание», «На зарядку становись!», «Комплекс упражнений, укрепляющих здоровье», «Береги здоровье смолоду», «Наша активность – наша молодость» и другие. Среди студентов устраиваются конкурсы на лучший плакат или стенгазету, которые размещены в коридорах общежития или учебного корпуса. Не менее важное направление в комплексном здоровьесбережении – это беседы кураторов учебных групп как с отдельными студентами (индивидуальные беседы), так и с конкретными студентами, проживающими в комнатах общежития, беседы со студентами целых учебных групп по вопросам предупреждения вредных привычек, которыми насыщено современное окружение. Практика показывает, если мы говорим, что студенты стали меньше курить и употреблять алкогольные напитки, то появилось новое искушение для некоторых из них – кальян и другие запрещенные вещества к употреблению. Поэтому предупреждающие беседы с примерами из жизни других людей очень важны для формирования положительной всесторонне развитой личности.

Немаловажным фактором в комплексном подходе к подготовке преподавателей физической культуры является зрительское и волонтерское участие студентов и преподавателей в различных спортивных мероприятиях международного и республиканского масштаба (чемпионаты и этапы кубка мира и Европы, Республики Беларусь, международные турниры и др.), проводимых в Беларуси: чемпионат мира по хоккею (2014); чемпионат Европы по фигурному катанию и биатлону (2019); этап кубка мира по фристайлу (2019); рождественский международный турнир любителей хоккея на приз Президента Республики Беларусь; республиканские соревнования «Минская лыжня», «Снежный снайпер», «Кожаный мяч»; первенство Республики Беларусь по дзюдо среди юниоров и юниорок; международный турнир по боксу, посвященный памяти Героя Советского Союза Виктора Ливенцева; Кубок Республики Беларусь по самбо; Международные турниры по греко-римской борьбе памяти олимпийского чемпиона Олега Караваева; международные турниры «RANKING SERIES» по вольной борьбе на призы трехкратного Олимпийского чемпиона А.В. Медведя; открытые чемпионаты по настольному теннису, чемпионаты республики Беларусь по лыжным гонкам, футболу и мини-футболу (футзалу), гандболу, волейболу, баскетболу и другие.

Такое зрительское волонтерство способствует не только укреплению здорового духа конкретного студента, а и еще помогает нашим спортсменам, принимающим участие в этих соревнованиях, достичь высоких результатов, что является стимулом вести здоровый образ жизни для остальных обучающихся факультета.

Положительную роль играют мероприятия, где студенты выполняют роль помощников судейской команды. К примеру, на Минском Полумарафоне студенты выполняют различные волонтерские виды деятельности: нахождение на периметре дистанции, раздача воды участникам, работа на вручении медалей и другие. Это формирует в студенческой молодежи чувство единства и причастности к большим спортивным праздникам.

В контексте названных и других проводимых мероприятий вне учебное время и организации учебного процесса был задан студентам вопрос «Как Вы можете раскрыть понятие интеграции?» По итогам опроса выяснилось, что – 68 % студентов выпускного курса ответили: «интеграция – это возможность использовать знания одного предмета для изучения основных понятий другого предмета»; 20 % студентов определили, что «интеграция по их мнению – экономическое понятие»; 12 % студентов пояснили, что «с таким понятием ранее не сталкивались».

На вопрос «Комплексный подход в обучении – это...» 47 % опрошенных студентов пояснили, что «комплексный подход – это подход самого студента к своему обучению», 34 % студентов определили комплексный подход как «обучение в комплексе, в целом», 19 % студентов – высказали мысль «о необходимости включения самостоятельной работы в процессе обучения».

Ответы на вопрос «Важны ли здоровьесберегающие технологии в Вашей жизни» показали: 97 % студентов проявляют заинтересованность к собственному здоровью и здоровьесберегающему окружению. Значит, проводимые занятия и включение студентов в реальную здоровую среду приносят положительный педагогический эффект. Тем не менее, не все из этих студентов реально следуют принципам здоровьесбережения. Возникает парадокс, сознательно избрав специальность, связанную с поддержанием и укреплением своего здоровья, около 37 % опрошенных пока не в полной мере используют возможности здоровьесберегающих технологий. В частности, не прослеживают корреляционную связь между спортивно-физкультурной деятельностью и условиями, влияющими на здоровье, в том числе и экологические факторы. Тем более, что сегодня факт взаимосвязи физической культуры и спорта с окружающей средой является общепризнанным. Не случайно экология, как спорт и культура, стала составляющей частью олимпийского движения, что нашло отражение

в олимпийской Хартии [5]. Занимающимся физической культурой и спортом для сохранения своего здоровья крайне необходимо учитывать природные факторы, влияющие на состояние организма. Только соблюдение экологических принципов при занятиях физической культурой и спортом может стать источником вдохновения для спортсменов и способствовать достижению поставленных задач. Решение таких задач, безусловно, невозможно без бережного обращения с природой, рационального использования природных ресурсов.

Для сравнения отметим, что в результате опроса студентов 1–3 курсов учреждения образования «Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета (МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ), которые избрали специальности экологического профиля, только 25,8 % из них четко представляют такую взаимосвязь [4]. Сопоставление данных, полученных в результате этого исследования, таким образом, свидетельствует о большей мотивации к сохранению своего здоровья у студентов, избравших специальности физкультурного направления. Следовательно, можно констатировать – выбор специальности, интеграционный, комплексный подход в организации учебного процесса при подготовке специалистов формирует отношение к своему здоровью, потому что экологическая составляющая играет огромную роль как в физическом развитии личности, так и в интеллектуальном.

Таким образом, современная студенческая молодежь обладает целым рядом личностно-значимых и профессиональных качеств, которые в современном образовательном пространстве трансформируются в понятие компетентности. Начиная специалист в области физической культуры, спорта и туризма способен раскрыть свой потенциал в результате получения образования и воспитания в высшем учебном заведении по соответствующей специальности, изучая при этом целый набор дисциплин как общего, так и специального характера. Немаловажную роль при этом играет сама атмосфера воспитательной среды в учреждении образования, когда здоровьесберегающий дух «пронизывает» всю образовательную «оболочку» в ходе формирования личности будущего специалиста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании // Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь. – 2011. – № 13, 2/1795 // Национальный правовой интернет-портал Республики Беларусь [Электронный ресурс]. URL: http://pravo.by/world_of_law/text.asp?RN=Hk1100243 (дата обращения: 22.02.2019).

2. Методические рекомендации «Здоровьесбережение учащихся в учреждениях, обеспечивающих получение общего среднего образования (комплексный подход)» // Сборник нормативных документов Министерства образования Республики Беларусь. – 2006. – №15. [Электронный ресурс]. URL: <http://mp.minsk.edu.by/main.aspx?guid=3971>. (дата обращения: 20.02.2019).

3. Самусева, Н. В. Работа куратора группы по формированию деятельностного компонента здорового образа жизни студентов / Н. В. Самусева // Теоретико-методологические основания воспитательного процесса в вузе: материалы докл. междунар. науч.-практ. семинара. Витебск, 23 мая 2014 / УО «ВГТУ». – Витебск, 2014. – С. 146–149.

4. Круталевич, М. М. Физическое воспитание в формировании здорового образа жизни и экологической культуры личности / М. М. Круталевич, О. Н. Онищук, А. Р. Борисевич // Сахаровские чтения 2018 года: экологические проблемы XXI века: материалы 18-й междунар. науч. конф., 17–18 мая 2018 г., г. Минск, Республика Беларусь: в 3 ч. / Междунар. гос. экол. ин-т им. А. Д. Сахарова Бел. гос. ун-та; редкол. А. Н. Батян [и др.]; под ред. д-ра ф.-м. н., проф. С. А. Маскевича, д-ра с.-х. н., проф. С. С. Поздняка. – Минск: ИВЦ Минфина, 2018. – Ч. 3. – С. 241–242.

5. Олимпийская хартия [Электронный ресурс]. URL: <https://www.olympic.org/olympic-studies-centre/collections/official-publications/olympic-charters/> (дата обращения: 24.01.2018).

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В ВОДЕ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ

APPLICATION OF TECHNICAL MEANS IN WATER FOR IMPROVING THE SPEED ABILITIES OF HIGHLY SKILLED SWIMMERS

А. А. Курдюк, Л. Я. Хроменков

A. Kurdziuk, L. Khromenkov

*Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка,
г. Минск, Республика Беларусь
Agelya96@gmail.com*

Belarusian State Pedagogical University named after M. Tank, Minsk, Republic of Belarus

Высокий уровень достижений в современном плавании требует постоянного совершенствования всех сторон подготовки спортсмена и, в первую очередь, ее основного раздела – спортивной тренировки. Дальнейший рост спортивных достижений зависит от применений дополнительных технических средств в воде и на суше.