

УДК 378.147.34

ФОРМИРОВАНИЕ УНИВЕРСАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ НА ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Чедова Т.И.

ФГАОУ ВО «Пермский государственный национальный исследовательский университет», Пермь,
e-mail: tania.chedova@yandex.ru

Студентам за время обучения в вузе необходимо овладеть не только знаниями и умениями для будущей успешной профессиональной деятельности, но и универсальными компетенциями. Значительным потенциалом в формировании у студентов этих компетенций обладают учебные занятия по теоретической дисциплине «Физическая культура», которая реализуется в вузах в форме лекционных и практических занятий. Эффективность формирования универсальных компетенций у будущих представителей различных профессий во многом определяется правильностью выбора методов обучения, причем не только традиционных, но и инновационных, предполагающих активное и интерактивное взаимодействие субъектов образовательного процесса. Целью исследования является выявление и обоснование возможности формирования универсальных компетенций у студентов вузов посредством применения активных и интерактивных методов обучения на теоретических занятиях по физической культуре. Достижение поставленной цели осуществляется посредством анализа научно-педагогической литературы, анкетирования, обобщения педагогического опыта и результатов собственной практической деятельности по физическому воспитанию студентов. Исследование проводилось на базе Пермского государственного национального исследовательского университета в рамках реализации теоретической дисциплины «Физическая культура». Автором выявлены и охарактеризованы активные и интерактивные методы обучения, применяемые на теоретических занятиях по физической культуре, которые способствуют формированию универсальных компетенций у студентов: «Мозговой штурм», или «Мозговая атака», «Круглый стол», или дискуссия, «Дебаты», «Деловая игра», «Перевернутый класс», «Метод проектов». Выявлена заинтересованность студентов в занятиях с применением активных и интерактивных методов обучения.

Ключевые слова: универсальные компетенции, студенты вуза, теоретические занятия по физической культуре

INTERACTIVE FORMS OF SEMINAR LESSONS ON PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Chedova T.I.

Perm State University, Perm, e-mail: tania.chedova@yandex.ru

Students, during their studies at the university, need to master not only the knowledge and skills for future successful professional activities, but also universal competencies. The theoretical discipline "Physical Education", which is implemented in universities in the form of lectures and practical classes, has a significant potential in shaping these competences in students. The effectiveness of the formation of universal competences in the future representatives of various professions is largely determined by the correct choice of teaching methods, not only traditional, but also innovative, involving active and interactive interaction of the subjects of the educational process. The aim of the study is to identify and justify the possibility of forming universal competences in university students through the use of active and interactive teaching methods in theoretical classes in physical education. Achievement of the goal is carried out through the analysis of scientific and pedagogical literature, questioning, generalization of pedagogical experience and the results of our own practical activities in physical education of students. The research was conducted on the basis of Perm State National Research University within the framework of the implementation of the theoretical discipline "Physical Education". The author identified and characterized active and interactive teaching methods used in theoretical physical education classes, which contribute to the formation of universal competences in students: "Brainstorming" or "Brain attack", "Round table" or discussion, "Debate", "Business game", "Flipped classroom", "Project method". The interest of students in the classes with the use of active and interactive teaching methods was revealed.

Keywords: universal competencies, university students, theoretical classes in physical culture

Согласно Федеральным государственным образовательным стандартам высшего образования (ФГОС ВО) студентам за время обучения в вузе необходимо овладеть не только знаниями и умениями для будущей успешной профессиональной деятельности, но и универсальными компетенциями. Это связано, прежде всего, с формированием общей культуры личности студентов, что отражено в тексте Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»

и исторически является одной из приоритетных позиций российского образования.

Сущность *универсальных* компетенций нами понимается как единый результат современного высшего образования по всем направлениям и профилям подготовки.

Во ФГОС ВО выделяются следующие группы универсальных компетенций: системное и критическое мышление; разработка и реализация проектов; командная работа и лидерство; коммуникация; меж-

культурное взаимодействие; самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение).

Значительным потенциалом в формировании у студентов этих компетенций обладают учебные занятия по теоретической дисциплине «Физическая культура», которая реализуется в вузах в форме лекционных и практических занятий. Эффективность формирования универсальных компетенций у будущих представителей различных профессий во многом определяется правильностью выбора методов обучения, причем не только традиционных, но и инновационных, предполагающих активное и интерактивное взаимодействие субъектов образовательного процесса. Однако специальных исследований, посвященных изучению возможностей формирования у студентов универсальных компетенций посредством применения активных и интерактивных методов обучения на теоретических занятиях по физической культуре, как показал проведенный нами анализ работ отечественных авторов, не проводилось.

Целью исследования является выявление и обоснование возможности формирования универсальных компетенций у студентов вузов посредством применения активных и интерактивных методов обучения на теоретических занятиях по физической культуре.

Материалы и методы исследования

Достижение поставленной цели осуществлялось посредством анализа научно-педагогической литературы, анкетирования, обобщения педагогического опыта и результатов собственной практической деятельности по физическому воспитанию студентов.

Исследование проводилось на базе Пермского государственного национального исследовательского университета в рамках реализации теоретической дисциплины «Физическая культура». Целью данной дисциплины является формирование у студентов осознания важности физического совершенствования и ценностного отношения к своему здоровью. Общий объем учебной работы в течение года составляет 72 часа, из которых 4 часа приходятся на лекции, 24 часа – на практические занятия и 44 часа – на самостоятельную работу студентов. Содержание дисциплины включает такие темы, как «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов», «Физическая подготовка в системе физического воспитания», «Методы и принципы физического воспитания», «Врачебный контроль и самоконтроль

занимающихся физическими упражнениями и спортом», «Самосовершенствование физического состояния», «Профилактика вредных привычек».

Результаты исследования и их обсуждение

Анализ научно-педагогической литературы позволил выявить, что перспективным способом формирования универсальных компетенций у студентов на практических занятиях по физической культуре является применение инновационных или современных методов, к которым относят активные и интерактивные методы обучения.

В научно-педагогической литературе термины «активные методы» и «интерактивные методы» часто понимаются как идентичные и взаимозаменяемые. Вендина А.А., Потехина Е.В. отмечают, что инновационные методы обучения не имеют четкого деления на активные и интерактивные [1]. Вендина А.А., Малиатаки В.В. указывают, что интерактивные методы являются разновидностью методов активного обучения [2]. Под активными методами обучения понимают методы, направленные на самостоятельное овладение студентами знаниями. Интерактивные же методы обучения ориентированы на широкое взаимодействие преподавателя со студентами, а также студентов друг с другом [3]. По мнению Муллиной Э.Р., учебный процесс с применением активных и интерактивных методов, в отличие от традиционных, где студент является пассивным слушателем, строится на основе включенности в него всех студентов группы без исключения, причем каждый из них вносит свой индивидуальный вклад в решение поставленной задачи с помощью активного обмена знаниями, идеями, способами деятельности [4].

По мнению Приваловой Г.Ф., интерактивное обучение способствует развитию коммуникативных умений и навыков обучающихся, помогает установлению эмоциональных контактов между ними, активизирует работу в команде, расширяет спектр образовательных возможностей [5].

Основной задачей применения активных и интерактивных методов обучения в учебном процессе является активизация познавательной деятельности обучающихся с помощью вовлечения их в коллективный творческий коммуникативный процесс по анализу и поиску решений поставленной проблемы, что побуждает студентов находить и получать знания, которые им могут пригодиться в жизни и профессиональной деятельности. Так, одним из отличительных признаков применения интерактивных

методов является вовлечение обучающихся в разного рода активности: в познавательную (обсуждение проблемы через призму опыта и условий жизни), творческую (создание продуктов, рисование, музыка, проекты), двигательную (перемещения, выполнение упражнений), социальную (коммуникация, дискуссия, обмен мнениями). На сегодня существует большое разнообразие интерактивных методов обучения, которые применяются в учебном процессе.

Таким образом, применение как активных, так и интерактивных методов обучения, предполагающих взаимодействие субъектов образовательной деятельности, позволяет реализовывать современную парадигму образования – развитие личности.

Обобщение педагогического опыта коллег и результатов собственной практической деятельности по физическому воспитанию студентов в Пермском государственном национальном исследовательском университете позволило выявить активные и интерактивные методы обучения, применяемые на теоретических занятиях по физической культуре, которые способствуют формированию универсальных компетенций у студентов. Представим их краткую характеристику.

«*Мозговой штурм*», или «*Мозговая атака*». Данный метод характерен тем, что в процессе организованного обсуждения и дискуссии по решению поставленных задач происходит создание и генерирование новых идей, например, по теме «Профилактика курения среди студентов», где студенты предлагают различные способы организации профилактической работы в университете (на уровне вуза, факультета, кафедры, учебной группы). Этот метод стимулирует у студентов появление множества творческих решений; они проявляют инициативность, учатся уважительно относиться к идеям друг друга.

«*Круглый стол*», *дискуссия* – способ организации обсуждения вопроса, в котором изначально заложены несколько точек зрения, например: «Спорт высших достижений полезен или вреден. Кому он нужен?». Цель круглого стола – выявить противоречия, сравнить разные точки зрения и выбрать приемлемые для всех участников позиции и решения. Формат размещения вокруг стола создает благоприятные условия для проявления активности всех студентов; способствует осмыслению студентами рассматриваемой темы через призму личного опыта.

«*Дебаты*» – разновидность дискуссии, в которой рассматриваются несколько точек зрения по конкретному вопросу, приводятся аргументы в защиту своего мнения, иногда может присутствовать критика противополо-

ложной точки зрения. В качестве примера следующий проблемный вопрос: «Фармакологические средства восстановления работоспособности организма: польза и вред», который обсуждается в рамках изучения темы «Врачебный контроль и самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом». Применение этого метода мотивирует студентов к критическому мышлению и навыкам аргументации; содействует развитию эмпатии и способности посмотреть на проблему с другой стороны. Дебаты часто характеризуются высокой эмоциональностью проведения.

«*Деловая игра*» – способ конструирования, моделирования различных ситуаций, которые могут встретиться в будущей профессиональной деятельности с помощью нахождения условий и нужных способов их выполнения, например: «За 100 метров до финиша перед вами падает соперник. Что Вы предпримете?». Реализация данного метода побуждает студентов взглянуть на ситуацию с разных точек зрения, оценить критически; развивает коммуникацию; формирует умение решать и отрабатывать профессиональные задачи, находить варианты применения навыков в сложных профессиональных ситуациях; позволяет отработать различные варианты поведения в проблемных ситуациях. Во время деловых игр происходит воспитание морально-волевых личностных качеств и знакомство с профессиональной этикой.

«*Перевернутый класс*» – метод смешанного обучения, который характеризуется тем, что работа в аудитории меняется с внеаудиторной работой. Традиционная форма организации чередуется с дистанционной. Обучающиеся самостоятельно до начала практического занятия изучают основной материал на основе учебной литературы, видеолекций, анализа собственного опыта физкультурно-спортивной деятельности. Следовательно, на занятие студенты приходят уже с некоторым представлением об изучаемой теме. В ходе совместной аудиторной работы под четким руководством преподавателя происходит *обсуждение* темы. Применение метода позволяет преподавателю решать практические и творческие задачи обучения во время аудиторных занятий; способствует активному взаимодействию студентов между собой, а также между преподавателем и студентами. Перевернутое обучение предполагает изменение функций не только преподавателя, но и обучающихся. Оно развивает целеустремленность, настойчивость и упорство [6]. Технология «перевернутый класс» позволяет также улучшить результаты тестирования

учащихся [7]. Данный метод применяется при рассмотрении темы: «Самосовершенствование физического состояния».

«Метод проектов» – метод обучения, позволяющий сформировать у студентов опыт по созданию проектов. Это сценарии физкультурно-спортивных мероприятий, интеллектуальные задания, викторины, квесты, кроссворды, реклама, которые направлены на развитие или пропаганду ценностей физической культуры и спорта. Применение этого метода дает возможность студентам быть авторами и реализовывать свои проекты; учиться работать в команде ради достижения общей цели. Метод проектов развивает такие личностные качества, как целеустремленность, выдержка, терпение, умение договариваться и прислушиваться друг к другу. На практических занятиях по физической культуре студентами разрабатываются проекты «Физическое самосовершенствование».

В ходе выполнения этого проекта студенты приобретают навыки проведения функциональных проб; выявляют положительные и отрицательные стороны своего психофизического состояния, текущего образа жизни, уровня физической подготовленности; а также учатся ставить цель и формулировать задачи по совершенствованию своего физического состояния. Написание и реализация проекта происходит в несколько этапов.

На первом этапе, который реализуется в течение двух практических занятий осеннего триместра, студенты анализируют свой текущий образ жизни (режим дня, рацион питания, наличие вредных привычек, регулярность занятий физическими упражнениями и др.) и проводят в парах или в группах тесты и функциональные пробы, с помощью которых определяют текущее состояние некоторых функциональных систем организма. Результаты, полученные в ходе такой диагностической работы, заносятся в таблицу «Паспорт физического самосовершенствования». Важно отметить, что в условиях учебных занятий удобно применять такие тесты и функциональные пробы, которые выполняются в течение небольшого количества времени, но при этом являются информативными. К таким тестам и пробам мы относим: «Тест с линейкой», который оценивает простую двигательную реакцию; теппинг-тест – частоту движений; дыхательные пробы – проба Штанге и проба Генчи – устойчивость дыхательной системы к гипоксии; проба Ромберга – степень координационной устойчивости; проба Мартине, лестничная проба, Сит-тест – реакцию сердечно-сосудистой системы на нагрузку,

тренированность сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем. Студенты также рассчитывают весо-ростовые индексы: весо-ростовой индекс Кетле и индекс массы тела (ИМТ).

Исходя из полученных личных результатов, формулируют индивидуальные цели и задачи физического самосовершенствования, устанавливают сроки, анализируя имеющиеся ресурсы. Составляют комплексный индивидуальный план, в котором прописывают способы и средства совершенствования показателей своего физического состояния, пути достижения цели. Студенты, как правило, ставят следующие цели: оптимизировать режим труда и отдыха, повысить уровень физической подготовленности или совершенствовать физические качества (силу, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость), нормализовать вес тела, сбалансировать рацион питания, отказаться от вредных привычек.

На втором этапе – этапе реализации (занимает 3 месяца) студенты, в зависимости от поставленной цели, посещают учебно-тренировочные занятия на базе университета, а также в спортивных секциях вне вуза; вносят коррективы в рацион питания, режим труда и отдыха; приобретают навыки регуляции психоэмоционального состояния, закаливания организма. В ходе реализации проекта студенты консультируются с преподавателями кафедры физической культуры и спорта, со специалистами Краевого физкультурно-спортивного диспансера, Краевого центра медицинской профилактики и общественного здоровья.

На третьем этапе повторно проводятся тесты и функциональные пробы, анализируется образ жизни и на основании этого формулируются выводы о соответствии действительных результатов ожидаемым. Кульминационным итогом является устная защита своего проекта перед одноклассниками в рамках контрольного мероприятия на одном из практических занятий. Защита проекта оценивается по балльно-рейтинговой системе на основе разработанных критериев. Лучшие работы рекомендуются на ежегодный конкурс исследовательских работ, проводимый кафедрой физической культуры и спорта.

Метод проектов позволяет не только научить студентов проводить тесты и функциональные пробы, но и побуждает задуматься о своем образе жизни и здоровье с научной точки зрения. Данный метод имеет практико-ориентированную направленность и занимает особое место в работе по формированию у студентов универсальных компетенций.

Для выявления отношения студентов к практическим занятиям, проводимым на основе применения активных и интерактивных методов обучения, был организован опрос среди студентов 2 курса физического факультета. В опросе приняли участие 52 респондента. На вопрос «Нравятся ли Вам практические занятия по физической культуре?» 88,47% респондентов ответили, что нравятся, 9,61% выбрали ответ – «иногда нравятся», один респондент (1,92 %) выбрал ответ «не нравятся». На вопрос «Что именно нравится в таких занятиях?» 49,01% респондентов ответили, что «раскрыто практическое применение вопроса», 25,49% обучающихся отметили, что «вопросы рассматриваются с разных сторон», 19,6% респондентам понравилось, потому что «шло активное обсуждение вопроса». Три человека (5,88%) предложили свои варианты: «Начал вообще задумываться о важности и месте физической культуры в своей жизни», «Чувствовалась конкуренция, хотелось набрать больше баллов», «Разнообразие». Результаты опроса показали заинтересованность студентов в занятиях с применением активных и интерактивных методов обучения.

Заключение

Применение активных и интерактивных методов обучения на теоретических занятиях по физической культуре является весомым фактором в формировании универсальных компетенций у студентов классического вуза. Занятия, проводимые в таком формате, способствуют раскрытию личностных качеств студентов, стимулируют

у них интерес к учебной дисциплине и формируют благоприятные условия для эффективной подготовки к будущей профессиональной деятельности и социальной жизни.

Список литературы

1. Вендина А.А., Потехина Е.В. Активные и интерактивные методы в процессе подготовки бакалавров педагогического образования // Мир науки, культуры и образования. 2018. № 6(73). С. 256-258.
2. Вендина А.А., Малиатаки В.В. Особенности подготовки будущих учителей математики в контексте требований профессионального стандарта педагога // Роль науки в развитии общества: сборник статей Международной научно-практической конференции. Казань. 2015. С. 153-156.
3. Родионова С.Е., Григорьева Т.В. применение активных и интерактивных методов обучения в реализации основных образовательных программ по гуманитарным направлениям подготовки ВПО (на примере направления «Филология») // Вестник башкирского университета. 2012. Т. 17. № 3-1. С. 1594-1599.
4. Муллина Э.Р. Технологии активного и интерактивного обучения в системе профессиональной подготовки студентов бакалавриата // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 12-6. С. 1057-1061.
5. Привалова Г.Ф. Активные и интерактивные методы обучения как фактор совершенствования учебно-познавательного процесса в вузе // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 3. [Электронный ресурс]. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=13161> (дата обращения: 06.07.2023).
6. Брель А.К., Складановская Н.Н., Танкабекян Н.А., Жогло Е.Н., Савченко А.А. Перевернутое обучение – педагогическая технология реализации учебного процесса // Современные проблемы науки и образования. 2021. № 3. [Электронный ресурс]. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=30933> (дата обращения: 02.07.2023).
7. Zhang, H., Du, X., Yuan, X. and Zhang, L. The Effectiveness of the Flipped Classroom Mode on the English Pronunciation Course // Creative Education. 2016. Vol. 7. No. 9. DOI: 10.4236/ce.2016.79139.