

readiness of the graduate – the mine rescuer”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 87, No. 5, pp. 159-163.

Контактная информация: a_sdd@mail.ru

Статья поступила в редакцию 14.10.2013.

УДК 378.147:378.018.43

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА КАК РЕСУРС ЕГО ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Николай Константинович Вальчук, преподаватель, майор,

Андрей Викторович Савенко, преподаватель,

Дмитрий Александрович Романов, кандидат педагогических наук, доцент,

Кубанский государственный технологический университет, г. Краснодар

Аннотация

Цель исследования – разработка модели ресурсной характеристики физической культуры личности студента. В современном мире особенно актуальной становится проблема ориентации личности на собственные возможности не только как сложившиеся предпосылки развития, но и осознанную необходимость определения его новых направлений. Для реализации компетентностного и личностно ориентированного подходов профессиональная подготовка в вузе на основе использования внутренних ресурсов студента должна стать предметом внимания. Разноплановая жизнедеятельность человека в современном мире требует проявления личностного ресурса – социального опыта, оставляющей которого являются личностно-профессиональные качества, в том числе физическая культура личности. Авторами выделена взаимосвязь между физической культурой личности и другими личностно-профессиональными качествами как подсистемами индивидуального социального опыта, предложена модель её ресурсной характеристики.

Ключевые слова: физическая культура личности, деятельность, внутренний ресурс, личностно-профессиональное развитие.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2013.10.104.p32-35

STUDENTS' PERSONAL PHYSICAL CULTURE AS LIFE ACTIVITY RESOURCE

Nikolay Konstantinovich Valchuk, the teacher, major,

Andrey Victorovich Savenko, the teacher,

Dmitry Alexandrovich Romanov, the candidate of pedagogical sciences, lecturer,

Kuban State Technological University, Krasnodar

Annotation

The purpose of the investigation is students personal physical culture recourse characteristic model elaborating. For the contemporary world, the actual problem is understood as personal commitment to own abilities not as factors of personal development, but also as to the realized necessity in finding the new directions. For the realization of competence and personal oriented approaches, the vocational training in educational establishment has to become the attention subject based on the enteral students' resources. The variable human activity in the contemporary world requires the social experience manifestation, consisting from the personal and professional abilities, including the personal physical culture. The authors have indicated the correlation between the personal physical culture and other personally vocational qualities understood as subsystems of the individual experience, the model for its resource characteristic has been proposed. The authors found the correlation between the personal physical culture and other personal and professional abilities as subsystems of the personal social experience and its recourse model has been offered.

Keywords: personal physical culture, activity, internal resources, personal and professional development.

Разноплановая жизнедеятельность человека требует проявления личностного ресурса – социального опыта, оставляющей которого являются личностно-

профессиональные качества, в том числе физическая культура личности (ФКЛ). Согласно современным воззрениям, ФКЛ включает следующие компоненты: операционный (здоровье, физические качества и двигательные умения), когнитивный (знания в области физической культуры), мотивационный (мотивы к физкультурно-спортивной деятельности и усвоенные ценности физической культуры), рефлексивный и поведенческий (опыт физкультурно-спортивной деятельности). Исследователями выделены пять возможных уровней ФКЛ: нулевой, ситуативный, грамотности, образованности и творческий. Однако, по-прежнему, не в полной мере изучена ФКЛ как ресурс жизнедеятельности индивида. Цель исследования – разработка модели ресурсной характеристики ФКЛ студента.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

ФКЛ, так же как и многие другие личностно-профессиональные качества, формируется на всех этапах непрерывного образования. Как всякий личностный ресурс (любое личностно-профессиональное качество – личностный ресурс), ФКЛ условно подразделяют на ресурсы познания, отношения и деятельности. Ресурсы познания заключены в системном знании и адекватной ему системной совокупности умений. Сочетание знаний и умений, связанных с ФКЛ, особую роль играет при самоорганизации физкультурно-спортивной деятельности. Если у обучающегося не сформирован должный фонд двигательных умений, то ни о какой самостоятельном занятии физической культурой и спортом не может быть и речи. Ресурсы отношения преемственно ориентированы на непрерывность работы обучающегося над собой в аспекте совершенствования единства знаний, умений, здоровья и физических качеств. Модель ФКЛ как индивидуальной ресурсной характеристики – сочетание взаимосвязанных знаний, умений и опыта в физкультурно-спортивной деятельности (табл. 1). С учётом того, что личностно-профессиональные качества – подсистемы интегрального ресурса (индивидуального социального опыта), авторами выделена взаимосвязь между ФКЛ и иными личностно-профессиональными качествами (табл. 2).

Таблица 1

Ресурсная характеристика ФКЛ

№	Составляющая	Её характеристика
1.	Базовая информация, стандартная (знания)	Знания о физической культуре как социальном феномене, методах и средствах воспитания физических качеств, укрепления здоровья; знания о роли физической культуры в Вашей сфере
2.	Базовая информация, стандартная (умения)	Фонд базовых двигательных умений, санитарно-гигиенические умения
3.	Сверхзаданная система знаний	Знания о спорте и олимпийском движении, о системе подготовки спортсменов
4.	Сверхзаданная система умений	Фонд профессионально-прикладных умений; умения самоанализа деятельности, предвидения и преодоления трудностей
5.	Система физических качеств	Базовые физические качества; профессионально-прикладная подготовленность
6.	Здоровье и работоспособность	Высокий уровень функциональной работоспособности для эффективной учебно-профессиональной деятельности; резистентность организма факторам риска заболеваний
7.	Перевод знаний, умений и физических качеств в действия	Составление индивидуальных программ физического воспитания; оптимизация форм физкультурно-спортивной деятельности и временных затрат; оптимальное применение операционного и когнитивного компонента в спортивных играх и профессиональной деятельности, требующей интеграции умственной и физической активности

Таблица 2

Взаимосвязь ФКЛ с иными личностными качествами

№	Качество	Взаимосвязь с ФКЛ
1.	Толерантность	Соматическое здоровье – необходимое условие психической устойчивости в трудных ситуациях
2.	Дисциплинированность, волевые качества	Детерминируют преодоление трудностей в физкультурно-спортивной деятельности, умение реализовывать планируемую деятельность
3.	Информационная компетентность	Использование информационных технологий для самоанализа и планирования физкультурно-спортивной деятельности
4.	Коммуникативная компетентность	Расширение социальных контактов за счёт систематического занятия коллективными формами физкультурно-спортивной деятельности
5.	Рефлексия, умения профессиональной самоорганизации	Самоанализ собственной физкультурно-спортивной деятельности и её результатов, поиск путей преодоления трудностей
6.	Профессиональная компетентность	Здоровье – фактор долголетней успешной профессиональной деятельности; профессионально-прикладная физическая подготовленность – фактор успешности деятельности во многих сферах

Представим некоторые математические модели, отражающие значимость ФКЛ как ресурса жизнедеятельности. Пусть N – число этапов выполнения какой-либо работы, D – уровень дисциплинированности (точнее, волевых качеств), W – уровень здоровья и работоспособности, тогда вероятность целостного (непрерывного) выполнения какой-либо работы $p' = \prod_{i=1}^N p_i$, где Π – символ произведения, p_i – вероятность успешного выполнения

i -го этапа работы. Очевидно, что $p_i = f(Z) \cdot \frac{e^{H-T}}{1 + e^{H-T}} \cdot g_i$, при этом

$$f(Z) = \begin{cases} 1, & Z_{\text{необх}} - Z = \emptyset \\ 0, & \text{иначе} \end{cases}. \text{Здесь: } Z_{\text{необх}} \text{ и } Z - \text{соответственно множество необходимых зна-}$$

ний умений для выполнения этапа работ и фактически сформированный у индивида, e – основание натуральных логарифмов, H – научаемость индивида (способность к успешному применению знаний и умений в учебно-профессиональной деятельности), T – знаниевая (интеллектуальная) трудность выполнения этапа, g_i – коэффициент, связанный с волевыми качествами и функциональной работоспособностью: $g_i = \left(\frac{e^{W+D}}{1 + e^{W+D}} \right)^N$.

Отметим значимость такой характеристики, как перевод знаний, умений и физических качеств в действия (без неё не может быть диагностирован высший – творческий – уровень ФКЛ). Например, при подготовке к соревнованиям по аэробике для постановки номеров, безусловно, требуются творческие способности в сочетании с фондом умений (владения техническими элементами) и должным уровнем физических качеств (гибкости – для выполнения движений, выносливости – для возможности выполнять длительные программы и т.д.). Пусть $Z_{\text{зн}}$ и $Z_{\text{дв}}$ – соответственно множество сформированных знаний (в области физической культуры) и двигательных умений, тогда технологический компонент ФКЛ (объединение операционного и когнитивного) $Z = Z_{\text{зн}} \cup Z_{\text{дв}}$. При анализе двигательной деятельности обучающегося возможно составить матрицу $A = \{a\}_{R \times L}$, где L – мощность множества (количество) сформированных двигательных умений, R – число случаев анализируемой двигательной деятельности, a_{ij} – число выполнений j -го двигательного действия при i -й ситуации. Тогда коэффициент реализации фонда двигательных

умений в жизнедеятельности $\alpha = \frac{1}{L} \sum_{i=1}^R \sum_{j=1}^L a_{i,j}$, коэффициент разнообразия $\beta = \frac{\alpha}{R}$.

Например, при постановке номеров по аэробике следует использовать как можно больший арсенал технических элементов. Или, например, при игре в бадминтон вероятность выигрыша существенно зависит от богатства арсенала используемых приёмов (как и в единоборствах и т.д.).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ФКЛ как ресурс жизнедеятельности – один из наиболее востребованных в современном мире, поэтому модернизация физического воспитания должна быть связана с проектированием педагогических технологий, направленных на преодоление разрыва между умственной и двигательной деятельностью студентов.

Работа выполнена при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда № 11-36-00234а1 от 03.03.2011 по теме “Математическое моделирование дидактического процесса”.

ЛИТЕРАТУРА

1. Поддержка студента в личностно-профессиональном самоопределении / И.С. Ворошилова, Н.П. Фёдорова, Д.А. Романов, Т.В. Тихомирова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 2 (96). – С. 19-23.

REFERENCES

1. Voroshilova, I.S., Fedorova, N.P., Romanov, D.A. and Tihomirova T.V. (2013) “Students support in personal and professional self-determination” *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 96, No 2, pp. 19-23.

Контактная информация: romanovs-s@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 23.10.2013.

УДК 378

ОБОСНОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ КОМПЛЕКСА МЕРОПРИЯТИЙ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ НА НАЧАЛЬНЫХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Татьяна Евгеньевна Веселкина, старший преподаватель,

Петербургский государственный университет путей сообщения (ПУПС),

Андрей Иванович Крылов, доктор педагогических наук, профессор,

*Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья
имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье представлены результаты исследований, направленных на изучение эффективности использования разработанного комплекса мероприятий для повышения двигательной активности студентов на начальных этапах обучения в вузе. Применение в процессе занятий упражнений оздоровительной направленности, с учетом индивидуальных особенностей занимающихся, повышение уровня мотивации на основе контроля и самоконтроля, позволяет повысить уровень двигательной активности студентов и адаптации к особенностям образовательного процесса вуза.

Ключевые слова: двигательная активность студентов вузов, контроль и самоконтроль, адаптация к условиям образовательного процесса.