

## ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ

А. В. Ткаченко<sup>1</sup>, А. А. Смирнов<sup>1</sup>, И. Ф. Смирнова<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Технологический университет имени дважды Героя Советского Союза,  
летчика-космонавта А.А. Леонова,  
г. Королёв, Российская Федерация,  
e-mail: tkachenko@ut-mo.ru, s.s.smirnov@mail.ru*

<sup>2</sup>*Российский университет кооперации (РУК)  
г. Мытищи, Российская Федерация  
e-mail: kalininaif@mail.ru*

В статье кратко рассматриваются вопросы формирования теоретических знаний на занятиях по физической культуре в высшем учебном заведении. Обозначается необходимость в поиске и разработке методических подходов к рациональной подаче теоретической информации, охватывающей основные вопросы физкультурного образования студента.

The article briefly discusses the issues of the formation of theoretical knowledge in physical education classes at a higher educational institution. The necessity of searching and developing methodological approaches to the rational presentation of theoretical information covering the main issues of physical education of a student is indicated.

**Ключевые слова:** физическая культура; теоретические знания; физкультурное образование; высшее учебное заведение; методический подход.

**Keywords:** physical culture; theoretical knowledge; physical education; higher educational institution; methodical approach.

Физическая культура является своего рода общественным феноменом, сущность которого определяется системой знаний, двигательных умений и навыков, физической подготовленностью, потребностями в двигательной активности. В центре этого явления находится человек, стремящийся к физическому благополучию. Однако до сего времени в физкультурном образовании студентов в качестве приоритетного направления рассматривалось обучение двигательным действиям и нормированная физическая подготовленность.

Изучая проблемы физкультурного образования многие ученые [1–4] приходят к выводу, что целью общего физкультурного образования учащихся должно быть формирование основ самостоятельной двигательной деятельности, направленной на развитие и совершенствование собственной психофизиологической природы. Другими словами, процесс физкультурного образования должен быть нацелен на занимающегося как на личность, в основе которой должны лежать гуманистические ценности и идеалы.

В связи с этим возникает острая необходимость в разработке методических подходов к формированию теоретических знаний у студентов. Анализ практического опыта работы преподавателей физической культуры показывает, что теоретические сведения значимы и необходимы, однако выбор средств, методов и форм формирования знаний у студентов вызывает у преподавателей определенные затруднения. Кроме того, в силу проблем материально-технической базы, выбора средств и методов обучения в большинстве учебных заведений проводится минимальная часть физического воспитания – несколько занятий в неделю, что не может полностью компенсировать не только дефицит движений, но и не направлены на гармоничное развитие студента.

Следует отметить, что с недавнего времени интенсивно идет процесс воссоединения изначальных гуманитарных и утилитарных начал в физической культуре, когда к блоку физических качеств и двигательных способностей добавляется комплекс средств, направленных на формирование знаний, потребностей, мотивов, интересов, на основе которых и должны происходить социально-биологические изменения личности.

В свою очередь, этап освоения ценностного потенциала физической культуры может быть в большей мере охвачен через формирование определенных теоретических знаний физкультурной направленности.

Физкультурное образование определяется как социально-педагогическая практика усвоения и использования ценностей физической культуры для всестороннего и гармоничного развития человека с целью успешного выполнения им общественных функций. В соответствии с современными представлениями о физической культуре условно предлагаются к освоению две группы ценностей: общественные и личные.

В группе общественных ценностей выделяют: общий уровень знаний о методах и средствах развития и совершенствования физического потенциала человека; опыт физического воспитания и физической подготовки молодежи; опыт организации физической активности; уровень престижности физической культуры. К группе личностных ценностей относятся: знания каждого отдельного человека о сущности и правилах физической подготовки, методах организации физической активности, путях и средствах физического совершенствования, законах функционирования своего организма, двигательной деятельности и ее социальной, нравственной и эстетической ценности. Анализ теоретических положений и практической деятельности показывает, что первая группа ценностей в значительной мере определяет форму организации физкультурного образования, а другая группа ценностей, содержательную основу самого процесса обучения.

Однако до сих пор в практике существует неверная ориентация, основанная на том, что исправить неудовлетворительное состояние дел в физическом воспитании можно простым увеличением объема двигательной активности или повышением моторной плотности на практических занятиях и внеучебных занятиях, включением в рабочую программу дополнительного материала, а также посредством повышения уровня требований к выполнению

учебных нормативов или за счет других вариантов, основанных на экстенсивном подходе.

Результативность педагогического процесса в настоящее время оценивается главным образом по успеваемости, уровню достижений занимающихся. При этом оценку многие преподаватели рассматривают как единственную побудительную силу обучения. В то же время не учитываются такие важные качественные показатели, как систематичность и регулярность занятий физическими упражнениями, интерес, проявленный при этом, умение самостоятельно заниматься физкультурой и вести здоровый образ жизни, высокий уровень знаний в области физической культуры и спорта.

Также не существует единого представления о способах передачи теоретического материала на занятиях по физической культуре. Многие авторы отмечают, что теоретические сведения по физической культуре очень важны, но передача знаний не должна проводиться за счет развития двигательных качеств, овладения двигательными умениями и навыками.

Ряд авторов [1–3] рекомендуют давать теоретический материал блоками. Сообщение знаний организовывать в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности. Предлагается разделить теоретические знания по физической культуре на две группы: общетеоретические и специальные. Тема специальных знаний должна целиком соответствовать изучаемому практическому материалу и предлагаться студентам непосредственно при обучении каким-либо двигательным действиям. Сведения общетеоретического характера должны быть усвоены основательно и прочно, чтобы можно было их использовать во всей дальнейшей жизни. Эти сведения необходимы для понимания сущности предмета «Физическая культура» [3, 5].

Подбирая теоретический материал для занятий, рекомендуется выбирать такой, который мог бы быть интересен занимающимся и был бы органически связан с практическим материалом занятия.

На последующих занятиях теоретические сведения по прошлой теме сообщаются в кратких беседах (3–5 мин) в начале занятия, непосредственно перед общеразвивающими упражнениями.

Таким образом, анализ практического опыта преподавателей показывает, что при любой организации занятия по физической культуре теоретические сведения необходимы, во-первых, при умелом изложении учебного материала можно повысить как эмоциональную сферу занимающихся, так и двигательную активность; во-вторых, знания о закономерностях развития основных физических качеств, о сути изменений в организме, а также протекание физиологических процессов при занятиях физическими упражнениями способствуют формированию практических навыков при занятиях физической культурой и спортом; в-третьих, теоретические знания необходимы для осознанного подхода занимающихся, для понимания сущности самого предмета «Физическая культура».

Многие преподаватели физической культуры также обращают внимание на применение в физическом воспитании студентов межпредметных связей

(анатомия, гигиена, физика, механика и т. д.), а также несомненным является факт сочетания теоретических знаний с практическим выполнением упражнений, что способствует более прочному усвоению учебного материала.

Исходя из вышеизложенного следует отметить, что невысокий уровень физического развития и здоровья студенческой молодежи связан, во-первых, с формами физкультурного образования, которые направлены только на физическое развитие, но при существующем крайне малом количестве занятий в неделю реализовать это на практике практически невозможно. Во-вторых, занимающиеся не владеют комплексом знаний, которые были бы направлены на то, чтобы научить самостоятельному применению средств физической культуры. Говоря иначе, целью физического воспитания должно быть обучение студента основам самостоятельной двигательной деятельности, которая была бы направлена на их совершенствование и гармоничное развитие.

Таким образом, в результате педагогического процесса на занятиях по физической культуре занимающиеся должны усвоить комплекс ценностей, а это, в свою очередь, подразумевает качественно новую форму организации обучения студентов, связь формирования практических навыков с теоретическими знаниями. Результатом такого обучения должно стать достижение студентом определенного уровня физкультурной образованности.

Подводя итог, следует отметить, что основой преподавания физической культуры в вузе должно быть предоставление занимающимся возможности получать информацию, помогающую осознать жизненную необходимость приобретаемых двигательных умений и навыков, овладевать способами творческого применения этой информации для достижения высокого уровня физической и умственной работоспособности, как в учебе, так и в будущей профессиональной деятельности.

### **БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ**

1. Баландин, В. П. Педагогические основы теории физической культуры : учеб. / В. П. Баландин, Ж. В. Тома, А. А. Пашин. – Пенза : ПГУ, 2017. – 160 с.
2. Калинина, И. Ф. Совершенствование управления учебным процессом по физической культуре в вузе / И. Ф. Калинина // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2016. – № 11-2. – С. 111–117.
3. Калинина И.Ф., Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении / И. Ф. Калинина, А. А Смирнов // Социально-гуманитарные технологии. – 2021. – № 2 (18). – С. 78–84.
4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учеб. для высш. спец. физкультурных учеб. заведений / Л. П. Матвеев. – 4-е изд., стер. – СПб. : Лань ; М. : Омега-Л, 2004. – 160 с.
5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Академия, 2007. – 480 с.