ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ – ЗАОЧНИКОВ

Краснова И.В.
Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского

Международные организации провозгласили XXI век веком гуманизации образования. Человек будущего - это человек разумный и гуманный, пытливый и деятельный. Формирование всесторонне развитых людей являетсяважнейшей практической задачей при построении гуманистического общества. Путь интеграции человека в социум получил у философов, психологов и социологов название – социализации.

В Большом психологическом словаресоциализация определяется как процесс усвоения человеческим индивидом образцов поведения, психологических установок, социальных норм и ценностей, знаний, навыков, позволяющих ему успешно функционировать вобществе[1].

А.В.Мудрик характеризует процесс социализации как двухсторонний. Содной стороныЧеловекусваивает социальный опыт, а с другой, через активное вхождение в общество, он создает систему социальных связей, влияя на окружающих его людей, жизненные ситуации. Он выделяет четыре группы факторов социализации - мегафакторы: земля как планета для жизни индивида, космос, вселенная; макрофакторы - это страна, государство, общество; к мезофакторам можно отнести этнос и тип поселения (город, село), в котором живет человек; микрофакторы- это семья, общество сверстников, образовательное учреждение, государственные организации и др. [2].

Под их влиянием происходит процесс формирования индивида. Причем в ходе развития личности происходят периодические изменения ее социальной роли, окружения, привычек.

Таким образом, время обучения в университете относится к микрофакторам и является одним из периодов социализации человека. Осознать себя в обществе, выбрать свое место в нем, подготовиться к предстоящей трудовой деятельности – важнейшие этапы этого пути.

В процессе формирования индивидуальности человека особую роль играет физкультурное образование, которое помогает решать большое количество социальных задач.Физическое воспитаниенаправлено не только на физическое развитие человека, способствуя формированию здорового образа жизни, но иоказывает влияние на становление личностных качеств, структуру нравственно - интеллектуальных характеристик.

Следует отметить, что возрастание роли физического воспитания началось в период научно-технической революции. Наши предки боролись за сохранение здоровья населения, в основном проводя санитарно-гигиенические мероприятия, профилактику массовых инфекционных заболеваний. Структура заболеваемости и смертности настоящего времени выводит на первое место сердечно-сосудистые заболевания, болезни обмена веществ, нервной системы.

В сложной социально – экономической и экологической обстановке физическая культура поможет будущим специалистам адаптироваться в непростых условиях рыночной экономики, которая предъявляет высокие требования к уровню профессионализма, мобильности, умению брать ответственность на себя. Только постоянно заботясь о своей физической форме, можно добиться успеха во всех сферах деятельности, не боясь, что организм подведет в самый ответственный момент. Ведь, по сути, здоровье – это наш капитал. И при правильном использовании может принести нам доход.

«Социализация личности студентов средствами физической культуры представляет собой системное использование совокупности таких реальных и потенциальных возможностей процесса физического воспитания, которые способствуют созданию условий для инициирования стремления к творческому самопознанию, духовному, нравственному и физическому самосовершенствованию личности, способной к успешной адаптации в изменяющихся условиях жизнедеятельности»[3].

Уровень физической культуры личности определяется характером,структурой и направленностью мотиваций физической активности человека. В этом отражается степень социальной зрелости и ответственностичеловека к своему здоровью и физической подготовленности.

В новомфедеральном государственномобразовательном стандартебыло введено изучение курса физической культуры и элективной дисциплины по физической культуре (по выбору) для студентов заочной формы обучения.

В результате освоения дисциплины студент должен овладеть следующими общекультурными компетенциями:

1. Способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);

2. Способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

Учебные часы распределены таким образом, что на самостоятельную работу отводится 382 часов из 400 по рабочему плану.

В этой связи возникло много споров в профессиональной среде, поднимаются вопросы о целесообразности такого обучения. Но проработав 4 года по этому плану, можно отметить положительное влияние изучения

дисциплины на повышение мотивации к занятиям физическими упражнениями.

Как известно, уровень физической культуры личности определяется характером и направленностью мотиваций. В этом отражается уровень социальной зрелости человека.

Задания для самостоятельной работы предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта.

По концепции Г.М. Андреевой, процесс становления личности протекает в трех сферах: деятельности, общении, самосознании.

В предлагаемой работе, как нам кажется, используются все перечисленные компоненты.

Самостоятельная работа студентов в рамках данного курса включает:

1. Изучение дополнительной литературы.
2. Изучение интернет ресурсов по тематике курса.
3. Реферирование литературы по заданной тематике.
4. Выполнение индивидуальных заданий.
5. Выполнение физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня.
6. Занятия в спортивных клубах, секциях, группах по интересам.
7. Самостоятельные занятия физическими упражнениями, спортом, туризмом.
8. Участие в массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий.

Физическая активность, осуществляемая студентом, непосредственно связанна с мотивацией, уровнем физкультурной образованности и объемом накопленного опыта. Грамотно организовать самостоятельные занятия позволит выполнение методико – практических заданий. При планировании и организации самостоятельной работы каждое задание согласовывается с соответствующей теоретической темой.

Тематика методико-практических занятий для самостоятельного освоения включает:

Занятие 1. Исследование физического развития.

Занятие 2. Оценка физического развития методами стандартов и индексов. Методики коррекции физического развития.

Занятие3. Оценка функционального состояния организма (функциональные пробы).

Занятие 4. Комплексные тесты оценки физического состояния. Методики расчета тренировочного пульса.

Занятие 5. Рекомендации по организации оздоровительной тренировки. Методика составления и самостоятельного проведения оздоровительного занятия.

Одной из отличительных особенностей физической культуры является объект воздействия. Это сам человек. Совершенствуя физические качества, он оказывает влияние непосредственно на самого себя. Таким образом, чтобы осуществить правильное воздействие, необходимо узнать процессы, происходящие в организме.

Самоанализ является средством рациональной организации личностью своей деятельности, отношения к успехам и неудачам. Самонаблюдение позволяет найти ответы, и человек начинает борьбу с чрезмерным волнением, овладевает умением управлять настроением, учится прикладывать усилия, даже когда кажется, что сил уже нет.

Темы для самостоятельной работы элективной дисциплины помогают приобрести профессионально значимые навыки. Для студентов педагогических специальностей это применение здоровьесберегающих технологий в школе, умение управлять ученическим коллективом, формирование коммуникативных навыков. Студенты других направлений подготовки приобретают умения использовать физические упражнения в целях сохранения личного здоровья, противостоять стрессу, коммуникативности и умению управлять коллективом.

Тема 1.

Терминология основных положений и движений общеразвивающих упражнений (ОРУ) (стоек, упоров, седов, положений рук, ног, туловища, головы), порядок проведения упражнений и правила записи ОРУ.

Задание 1. Составить и записать комплекс из пяти упражнений.

Задание 2. Подготовиться к проведению и провести комплекс общеразвивающих упражнений с учебной группой, получая начальные навыки управления группой.

Тема 2.

На учебно-тренировочных занятиях обучающиеся выполняют комплексы упражнений, направленные на общую физическую подготовку и оптимизацию мышечного тонуса спины, живота, рук, ног. Знакомятся с разнообразными упражнениями различной направленности, с правильной техникой их выполнения, способами и методами развития основных физических качеств.

Задание 3. Выполнение комплексов упражнений, направленных на развитие конкретных физических качеств и подготовку к сдаче зачётных тестов определения физической подготовленности.

Задания для самостоятельной работы предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных и профессиональных умений и навыков средствами физической культуры и спорта.

Таким образом, физические упражнения, являясь основным средством физической культуры, способствует гармонизации биологического и социального в человеке, укреплению здоровья, становлению личности.

Примечания

[1] См.: Большой психологический словарь/ сост.и общ. ред.Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. СПб.; М.: Прайм - ЕВРОЗНАК: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. 666 с.

[2] См.: Мудрик А. В.Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. вузов / Под ред. В.А. Сластенина. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. 200 с.

[3] См.: Носкова С.А. Физическая культура и социализация личности студента. Теория и практика физической культуры, 2003, № 5. С. 13-16