

УДК 378

DOI: 10.26140/bgz3-2019-0804-0017

## РОЛЬ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ

© 2019

**Кочиева Элина Романовна**, кандидат биологических наук, доцент кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин факультета физической культуры и спорта  
*Северо-Осетинский государственный университет им. К.Л. Хетагурова*  
(362025, Россия, Владикавказ, улица Ватутина, 46, e-mail: bekoevamarina@mail.ru)

**Чибирова Альда Хасбулатовна**, кандидат сельскохозяйственных наук, доцент кафедры естественных наук и психологии  
*Юго-Осетинский государственный университет имени А.А. Тибилова*  
(100001, Республика Южная Осетия, Цхинвал, ул. Московская, 8, e-mail: yogu@mail.ru)

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема реализации инновационных образовательных технологий на основе интерактивной деятельности в процессе проведения теоретических занятий по физической культуре и спорту. В системе физкультурного образования такой подход является новым, так как почти все занятия по физической культуре и спорту носят практический характер, когда отсутствуют условия, созданные на основе взаимодействия учащегося с учебным окружением, учебной средой, которая служит областью осваиваемого опыта, ведет к взаимопониманию, субъект-субъектному взаимодействию между всеми участниками образовательного процесса, к совместному решению общих, но значимых для каждого участника учебных задач. В результате такого подхода к обучению обучающиеся решают сложные проблемы на основе анализа обстоятельств и соответствующей информации, рассматривают альтернативные варианты разрешения проблемных ситуаций, принимают продуманные решения, активно участвуют в дискуссиях, свободно общаются с другими людьми. Использование инновационных технологий на основе интерактивных образовательных технологий связано, в большей степени, с информатизацией учебно-воспитательного процесса, поэтому целесообразно в процессе проведения теоретических занятий по физическому воспитанию студентов максимально использовать возможности информационно-коммуникационных технологий, таких как: создание программных оболочек или авторских систем по физическому воспитанию и спорту, которые позволяют пользователю рационально использовать программно-инструментальные средства при разработке и реализации различных тренировочных и контролирующих программ. В отличие от традиционных средств и методов проведения занятий по физической культуре и спорту при реализации интерактивных технологий обучения меняется характер взаимодействия педагога и студентов: авторитарная деятельность педагога уступает место активности студентов, а задачей педагога становится создание условий для активизации учебно-познавательной деятельности обучающихся.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, физкультура, качество физкультурного образования, интерактивные технологии обучения, инновационные методы физического воспитания, активизация учебно-познавательной деятельности студентов.

## THE ROLE OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN IMPROVING THE QUALITY OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

© 2019

**Kochieva Elina Romanovna**, candidate of biological sciences, associate professor of the department of sport games and biomedical disciplines of the faculty of physical culture and sports  
*North Ossetian State University K.L. Khetagurov*  
(362025, Russia, Vladikavkaz, Vatutina Street, 46, e-mail: bekoevamarina@mail.ru)

**Chibirova Alda Khasbulatovna**, candidate of agricultural sciences, associate professor of the department of natural sciences and psychology,  
*South-Ossetian State University named after A.A. Tibilov*  
(100001, Republic of South Ossetia, Tskhinval, Moskovskaya st., 8, e-mail: yogu@mail.ru)

**Abstract.** The article deals with the problem of the implementation of innovative educational technologies based on interactive activities in the process of conducting theoretical studies in physical culture and sports. In the system of physical education education, this approach is new, since almost all physical culture and sports classes are practical when the conditions created by the interaction of the student with the learning environment, the learning environment, which serves as an area of experience, are absent, leads to mutual understanding. -subject interaction between all participants in the educational process, to jointly solve common, but significant for each participant, learning tasks. As a result of this approach to learning, students solve complex problems based on the analysis of circumstances and relevant information, consider alternative solutions to solve problem situations, make well-thought-out decisions, actively participate in discussions, freely communicate with other people. The use of innovative technologies based on interactive educational technologies is associated, to a greater extent, with the informatization of the educational process, therefore it is advisable in the process of conducting theoretical studies on the physical education of students to maximize the potential of information and communication technologies, such as: creating software shells or copyright systems on physical education and sport, which allow the user to rationally use the software tool s funds in the development and implementation of various training and monitoring programs. Unlike traditional means and methods of conducting classes in physical culture and sport, the implementation of interactive learning technologies changes the nature of interaction between a teacher and students: the authoritarian activity of a teacher gives way to student activity, and the task of the teacher is to create conditions for enhancing the learning and cognitive activity of students.

**Keywords:** physical education, physical education, quality of physical education, interactive learning technologies, innovative methods of physical education, activation of students' learning and cognitive activity.

*Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами.* Проблема повышения качества физкультурного образования студентов – будущих квалифицированных специалистов в любой отрасли – актуальная проблема образовательной политики государства. В настоящее время перспектива

перехода на качественно новый уровень физкультурного образования определяется требованиями ФГОС ВО 3++, обязательными для реализации основных образовательных программ всех направлений подготовки [1]. В качестве важнейших стратегических, психолого-педагогических и методологических задач высшего образования

выдвигаются проблемы формирования и развития универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, среди которых особое место занимают компетенции, связанные с физической подготовкой обучающихся, а именно: УК-7 определяется как способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, максимального повышения уровня современного физкультурного образования. Для активизации учебно-познавательной деятельности студентов в рамках физкультурного образования; совершенствования содержания основных образовательных программ, отвечающих требованиям ФГОС ВО 3++; приведения формируемых компетенций в соответствие с трудовыми функциями, представленными в профессиональных стандартах того или иного направления подготовки; повышения качества преподавания учебных дисциплин с использованием инновационных образовательных технологий с опорой на практико-ориентированное обучение, необходимым условием является целенаправленное формирование теоретических знаний, усвоение практических навыков достижения физического совершенства; разработка и внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий.

*Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассматривались аспекты этой проблемы и на которых обосновывается автор; выделение неразрешенных ранее частей общей проблемы.* Инновационные здоровьесберегающие технологии, как отмечает большинство исследователей, направлены на формирование у обучающихся способности ориентироваться в нестандартных ситуациях (С.А. Амбалова, М.И. Бекоева, Б.А. Тахохов) [2; 3]; овладение способами анализа технологии выполнения различных упражнений, их преобразования и самостоятельного применения для решения физкультурно-оздоровительных задач (Л.А. Барановская, М.И. Кабышева, Ж.И. Киселева, О.А. Науменко) [4; 5]; усвоение методов управления физкультурно-массовой работой (Е.Г. Пухаева, Н.Н. Мухамедьяров, Т.Р. Соломахина) [6; 7; 8]; знакомство с теорией и историей физической культуры и спорта (А.В. Варзугина, О.У. Гогицаева, В.А. Голов, И.М. Хадикова) [9; 10]. Перечень инновационных образовательных технологий, применяемых для развития физкультурного образования студентов, включает: использование кейс-метода на основе разбора ситуационных задач; организация мастер-классов по совершенствованию физической культуры и спорта учащейся молодежи; разработка творческих заданий по технике овладения умениями и навыками выполнения определенных физических упражнений; организация научных дискуссий по вопросам достигнутых результатов на чемпионатах по различным видам спорта, проводимых последнее время и т.д.

*Формирование целей статьи (постановка задания).* Большинство инновационных технологий связаны с интерактивными методами обучения, направленными на активизацию учебно-познавательной деятельности обучающихся и ориентированными на конкретный прогнозируемый результат. Одним из таких результатов выступает создание психолого-педагогических условий, при которых все обучающиеся оказываются вовлеченными в активную деятельность, при выполнении физических упражнений они чувствуют психическую и физическую безопасность. Эти действия делают максимально продуктивным весь учебно-воспитательный процесс.

*Изложение основного материала исследования с полным обоснованием полученных научных результатов.*

Кардинальные трансформации, произошедшие в жизни страны в последнее время, потребовали серьезных преобразований в деятельности системы высшего образования относительно укрепления физкультурно-оздоровительной директивы, вызванной социокультурным запросом общества и направленной на повышение качества физкультурного образования студентов. «Для

того чтобы минимизировать негативное воздействие многочисленных факторов на качество и эффективность занятия физической культурой (В.Г. Тутушкина), преподавателю необходимо разрешить непростое противоречие. С одной стороны, преподавателю необходимо придерживаться принципа многофункциональности занятия, с другой стороны – следует соблюдать оптимальные условия здоровьесбережения студентов» [11, с. 217-219]. Именно период обучения в вузе является наиболее рациональным периодом профессионального становления личности (М.В. Борисова, К.А. Дятлова, Д.В. Семенова), формирования ее способностей, стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом [12]. Однако, как уже отметили выше, добиться всего этого невозможно традиционными средствами проведения занятий по физической культуре и спорту, необходимо внедрять образовательные программы, разработанные на основе инновационных технологий, положительно влияющих на функционирование жизнеобеспечивающих систем организма человека. В качестве таких инновационных технологий мы рассматриваем: *стретчинг упражнения; степ – аэробика; пилатес; футбол-гимнастика и др.*

*Стретчинг упражнения* основаны на статичных растяжках мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника, позволяющих предотвратить нарушения осанки и исправить ее, оказывающих глубокой оздоровительное действие на весь организм. Растяжка оказывает очень значимое влияние на организм взрослого человека. Она повышает эластичность мышц и подвижность суставов, благодаря чему улучшается циркуляция крови. Стретчинг избавляет от болей в спине, суставах, помогает избежать отложения солей, а также быстро снимает стресс, позволяет расслабиться физически и эмоционально [13]. Но для достижения положительного эффекта нельзя переусердствовать. В этом деле главное не спешить. «Для того чтобы обучающиеся могли физически самосовершенствоваться, пишет Н.Н. Мухамедьяров, необходима плавная трансформация образовательного процесса с переходом обязательных форм обучения физической культуры в мотивационно-потребностную сферу деятельности» [7, с. 169-171].

*Степ-аэробика* – это разновидность аэробики, которая была разработана в 1989 году американкой Дж. Миллером. Движения на степере осуществляются не за счет спинных мышц, а исключительно за счет максимального напряжения мышц ног, наступая при этом на платформу всей ступней, чтобы не навредить своему здоровью [14]. Регулярные занятия по степ-аэробике, выполняемые в форме танцевальных движений на специальном устройстве – степере, способствуют восстановлению организма после колленно-суставных травм, профилактике остеопороза, артрита, ожирения, лечению бессонницы, улучшению психического состояния и т.д. Музыка и танцевальные движения нужны для оживления тренировки и избегания монотонности движений [15].

*Пилатес*, как физкультурно-оздоровительное направление, впервые был разработан американским тренером Дж. Пилатесом для травмированных спортсменов и танцоров. Серия упражнений, содержащихся в пилатесе, способствуют восстановлению физической формы, повышению гибкости тела, развитию мышц, улучшению осанки, удлинению и укреплению мышц, улучшению мышечную эластичности и подвижности суставов, усилению координации и т.д.

*Фитбол-гимнастика* – это разновидность фитнеса, в которой упражнения выполняются с использованием мяча для оздоровления, коррекции и укрепления физических форм организма, нормализации обмена веществ в межпозвонковых дисках (Ж.И. Киселева, Г.Б. Холодова, В.В. Шляпникова) [16], улучшения кровообращения (Н.В. Тычинин, А.И. Клинов) [17], активизации деятельности различных систем и внутренних органов. Впервые фитбол-гимнастика была разработана швейцарским

врачом-физиотерапевтом С. Кляйнфогельбахом как реабилитационная гимнастика для больных ДЦП. Убедившись в оздоровительном эффекте от упражнений фитбол-гимнастики, специалисты стали рекомендовать ее для восстановления опорно-двигательного аппарата после различных физических травм. В настоящее время данный вид спорта успешно применяется для профилактики различных заболеваний, а также для поддержания и укрепления физического состояния в целом.

Инновационные технологии в системе высшего образования, направленные на повышение качества физкультурного образования, формирование у студентов ценностного отношения к здоровому образу жизни, наиболее успешно реализуются в процессе регулярных занятий перечисленными видами спортивно-оздоровительной деятельности, которые развивают также и навыки, чрезвычайно актуальные в других областях учебной программы. К таким навыкам относятся, например, навыки наблюдения, аналитические навыки, лидерство, командная работа, общение, моторные навыки и другие. Инновационные образовательные технологии способствуют также повышению ответственности, коммуникабельности и собранности. Преподаватель физической культуры и спорта должен стремиться к тому, чтобы студенты понимали, что помимо укрепления здоровья, в процессе выполнения физических упражнений, он вырабатывает умение контролировать себя, свои эмоции и чувства. По мере выполнения упражнений обучающиеся начинают осознавать красоту спортивных упражнений, собственного тела, что помогает им чувствовать себя самоуверенным, активным, здоровым. Для того, чтобы разнообразить такой вид преподавания необходимо каждый раз показывать разные комбинации упражнений, в усложняющемся порядке.

**Выводы исследования и перспективы дальнейших изысканий данного направления.** Таким образом, повышение качества физкультурного образования связано, в первую очередь, с инновационными образовательными технологиями, использование которых способствует улучшению профессиональной подготовки будущих специалистов в целом. Так как активизация учебно-воспитательной деятельности, овладение студентами необходимыми универсальными, профессиональными и общепрофессиональными компетенциями заключается в поиске, разработке и апробации интерактивных методов и форм обучения, то преподавателям физической культуры и спорта необходимо разработать и решать следующие проблемы образовательного процесса: формирование исследовательских умений обучающихся в процессе самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности на занятиях по физической культуре; использование таких инновационных технологий, как: *стретчинг упражнения; степ – аэробика; пилатес; фитбол-гимнастика и др.*, повышающих эффективность качества физкультурного образования студентов: разработка разнообразных средств обучения, повышающих эффективность образовательного процесса и создание учебных модулей для самостоятельной работы обучающихся.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. ФГОС ВО 3++ по направлениям бакалавриата. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/fgosvo/151/150/24/94>
2. Бекоева М.И., Амбалова С.А. Реализация новой государственной политики в сфере непрерывного педагогического образования // *Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени Коста Левановича Хетагурова*. 2016. №3. С. 116-121.
3. Тахохов Б.А. Интерактивные технологии как фактор повышения познавательной активности студентов // *Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени Коста Левановича Хетагурова*. 2019. № 1. С. 71-77.
4. Барановская Л.А. Формирование компетентного специалиста в условиях уровня высшего образования // *Проблемы научной мысли*. 2018. Т. 1. №2. С. 020-024.
5. Науменко О.А., Кабышева М.И., Киселева Ж.И. Экологический аспект укрепления здоровья школьников методами физической культуры // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2018.

Т. 7. № 1 (22). С. 133-136.

6. Пухаева Е.Г. Физическая культура как основа успешной профессионализации студентов в будущей сфере трудовой деятельности // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2018. Т. 7. №3 (24). С. 201-203.
7. Мухамедьяров Н.Н. Формирование личности обучающегося средствами физической культуры // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2018. Т. 7. № 3 (24). С. 169-171.
8. Мухамедьяров Н.Н. Соломахина Т.Р. К проблеме познавательной самостоятельности студентов в образовательном процессе по физической культуре // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2016. Т. 5. № 1 (14). С. 110-111.
9. Варзугина А.В., Голов В.А. Внедрение современных инновационных проектов по развитию массового спорта в современных условиях Республики Коми // В сборнике: *Здоровьесбережение обучающихся в условиях Севера / Материалы II Всероссийской молодежной научно-практической конференции*. 2016. С. 17-21.
10. Гоцидзе О.У., Хадикова И.М. Педагогика и психология в современной системе образования // *Монография /Ставрополь*, 2012. Том 2. 299 с.
11. Тутушкина В.Г. Анализ эффективности метода круговой тренировки для студентов на занятиях физической культурой // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2018. Т. 7. №4 (25). С. 217-219.
12. Семенова Д.В., Борисова М.В., Дятлова К.А. Методологические основы преподавания физической культуры и спорта студентам // В сборнике: *Наука и образование: сохраняя прошлое, создаем будущее / Сборник статей X Международной научно-практической конференции: в 3 частях*. 2017. С. 120-124.
13. Бледнова В.Н., Камачева Е.А. Брифинг-конференции как интерактивная форма обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт» // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2018. Т. 7. № 3 (24). С. 40-43.
14. Matviichuk M.I. Актуальный стан системи оздоровлення та відпочинку дітей в Литовській республіці // *Балканско научно обозрение*. 2018. № 1. С. 18-20.
15. Ким Р.И., Левина И.Л., Хомичев Я.Ю. Физическая культура и спорт в современном высшем учебном заведении // В сборнике: *Физическая культура, спорт и здоровье: современное состояние и пути развития / Материалы Всероссийской научно-практической конференции*. Отв. ред. О.Г. Киевская. 2018. С. 59-65.
16. Киселева Ж.И., Холодова Г.Б., Шляпникова В.В. Некоторые аспекты формирования профессионально важных качеств работающих студентов с помощью средств физической культуры // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2018. Т. 7. № 2 (23). С. 121-124.
17. Тычинин Н.В., Клинов А.И. Методы физического воспитания студентов и специфика их формирования // В сборнике: *Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе /Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции*. 2017. С. 359-360.

Статья поступила в редакцию 19.07.2019

Статья принята к публикации 27.11.2019