

6. Стрельчук Е.Н. Формирование русской речевой культуры иностранных бакалавров негуманитарных специальностей в вузах РФ: Дис. ... д-ра пед. наук. М., 2016.
7. Тарасова Е.Н. Устная профессиональная речь преподавателя русского языка как иностранного. М., 2012.
8. Тарасова Е.Н. Устная речь преподавателя русского языка как иностранного – определяющий компонент личностно-ориентированной технологии обучения русскому языку учащихся-инофонов // Наука и школа. 2013. № 2. С. 80–85.

**Т.Б. Думова, Б.П. Яковлев,  
А.А. Пасишников, И.Б. Тарасенко**

## Основные компоненты профессиональной деятельности преподавателя физического воспитания в вузе

Актуальность статьи заключается в рассмотрении физической культуры и физического воспитания как основополагающих компонентов системы здоровьясбережения студентов. Авторы приходят к выводу о важности создания в образовательных учреждениях условий для становления преподавателя-профессионала, который способен к исследованию и управлению педагогической деятельностью, владеющего инструментарием диагностики процесса и результатов собственного труда, средствами его коррекции и дальнейшего совершенствования.

**Ключевые слова:** физическое воспитание в вузе, здоровый образ жизни, физическая культура студентов, психическая нагрузка.

Для определения основных компонентов профессиональной деятельности преподавателя физического воспитания в высшем учебном заведении следует четко представлять себе объект его деятельности, который имеет ценностно-ориентационную (физическая культура будущего

специалиста как общечеловеческая, профессиональная и личностная ценность), содержательную (непосредственно физическая культура как учебный предмет) и индивидуально-психологическую стороны.

Физическое воспитание и физическая культура как учебная дисциплина находят определенное осмысление в рамках целого ряда педагогических систем. Так, К.Д. Ушинский специально не разрабатывал теории физической культуры, хотя в его научном наследии есть немало важного относительно соизмерения физического и морального развития подрастающего поколения. В работах ученого заложены педагогические основы отечественной науки о физическом воспитании, конечной целью которого К.Д. Ушинский считал подготовку человека к трудовой деятельности [8].

В педагогическом наследии П.Ф. Лесгафта вопрос физического воспитания занимает основное место. Учитывая тесную взаимосвязь между психической и мышечной деятельностью человека, ее интеллектуальным и физическим развитием, ученый использовал термин «физическое образование». Он научно обосновал потребности укреплять тело учащихся, сделать его «умным и умеренным». Согласно П.Ф. Лесгафту, цель физического образования заключается в том, чтобы научиться «изолировать отдельные движения и сравнивать их между собой, сознательно управлять ими и приспосабливать к препятствиям, преодолевая их с возможно большей ловкостью и настойчивостью, иначе говоря, приучиться с наименьшим трудом в возможно меньший промежуток времени сознательно производить наибольшую физическую работу...» [5].

П.П. Блонский, основывая свои педагогические мысли в области физического развития на трудах П.Ф. Лесгафта, писал, что физическое воспитание в школе, кроме здоровья, должно развивать ловкость, представляющую собой предельную работоспособность при минимуме затрат энергии. И если ловкость является целесообразностью движений, то воспитание ловкости согласуется с воспитанием умственных способностей, когда умственное и физическое воспитание взаимокоординируются определенным образом [3].

В последние десятилетия возросла востребованность в педагогических науках гуманистической парадигмы как основы формирования культуры духовной и телесной [7; 10]. Гуманистическая парадигма высшего образования стимулировала развитие ранее возникших научных направлений и теоретических концепций [1; 3; 8 и др.], рассматривающих педагогическую антропологию как основание педагогики, а человека – как предмет воспитания. Не что иное, как педагогическая антропология как специфическая область человековедения готова стать сферой аккумуляции знания о здоровье в педагогике.

Смысловая нагрузка взаимодействия категорий «физическая культура» и «профессиональная деятельность преподавателя вуза» будет смещаться в зависимости от информационной плоскости науки и предметной области, в рамках которой они рассматриваются. Каждая из названных категорий, объединенных в общую систему знания, приобретает не только новые отношения и новые связи, но и получает новые оттенки, адаптируясь к соседствующим понятиям. Сделаем акцент на то, что вновь образующаяся система понятий сосредотачивается вокруг наиболее важных категорий – «деятельность» и «культура». Причем большую смысловую нагрузку в предметной области преподавания имеет категория «культура», а в системе педагогической науки – «деятельность». Поэтому для понимания сущности личностной готовности к преподаванию физической культуры необходимо определиться с пониманием сущности профессиональной деятельности преподавателя вуза. Это функционирующая многоцелевая система, которая ориентирована на передачу от одного поколения к другому сложившегося социального опыта здоровья, физической культуры в виде «готового» знания, здорового образа жизни, соотносимого как с социальными возможностями и потребностями общества, так и с философскими идеалами.

Отбор образовательных программ в разных типах учебных заведений должен осуществляться с учетом того, что обучающийся должен получать в достаточной степени знания о своем здоровье и здоровье других, способах его укрепления и сохранения, об отрицательных факторах, влияющих на здоровье. Технологии организации педагогического процесса, используемые в реальной практике, в качестве основных показателей результативности должны включать параметры здоровья как обучающихся, так и обучающихся.

В ходе анализа компонентов психической нагрузки в образовательном процессе, с опорой на принципы и аспекты системного подхода, мы проанализировали три основных составляющих психической нагрузки [11].

Исключительностью внешних условий в основном определяется *информационно-операционная составляющая* (рис. 1). Свои особенности имеет каждый вид образовательной деятельности в соответствии с современными целями, стратегиями, методикой преподавания дисциплины и т.д.

Определенный вид учебной деятельности составляет собственную индивидуальную структуру информационно-операционных особенностей психической нагрузки, прямо оказывающий воздействие на психику и организм человека. Так, например, структура информационно-операционной составляющей работы преподавателя определяется

переработкой и принятием решения, скоростью приема, ответственностью и сложностью выполняемых заданий, возникновением проблемных ситуаций, частотой принимаемых ответственных решений, временем пассивного и активного слушания; числом производимых движений; необходимостью самоконтроля регулируемых параметров; характеристиками монотонности труда; существующим режимом труда и отдыха; степенью напряжения анализаторных функций и др. [2]. Эти компоненты учебной деятельности человека устанавливают интенсивность каких-либо психических функций, а также значение различных специализированных чувств, психических качеств, умений при ее осуществлении.



**Рис. 1.** Информационно-операционная составляющая психической нагрузки в образовательном процессе

*Ситуативная составляющая* (рис. 2). Оценка событий, которые происходят под углом зрения потребностей, признаваемых человеком

целей, ценностей, к достижению которых он стремится, порождает всевозможные жизненные ситуации: критические, трудные, опасные, экстремальные, проблемные. Повышенное внимание ученые акцентируют на тех ситуациях, которые формируют способности обучающихся, их креативность, субъективный опыт, рефлекссию, переживания. Согласно предложенной В.В. Давыдовым модели учебной деятельности, учебная задача является синонимом учебной ситуации.



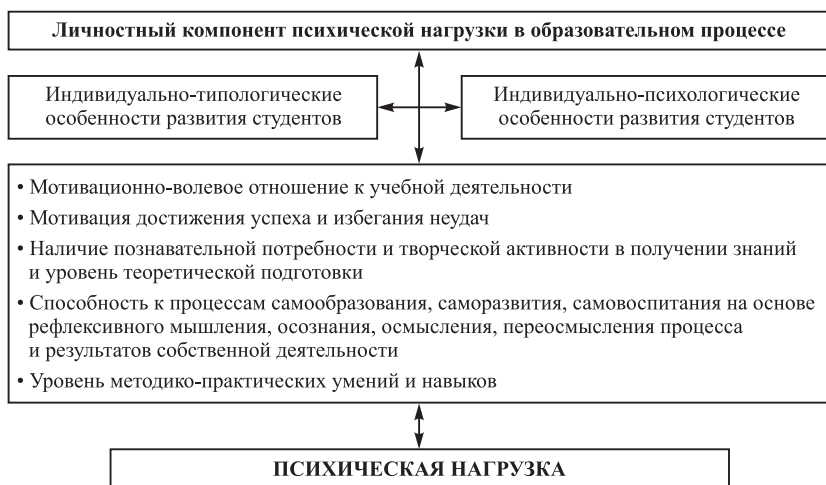
**Рис. 2.** Ситуативная составляющая психической нагрузки в образовательном процессе

Учебная деятельность в основном состоит из решения воспитательных и дидактических задач, целенаправленных на разрешение разногласий в процессе воспитания и обучения и обеспечивает сдвиги в этой области. В.В. Серикова при конструировании содержания занятия с позиции задачного подхода выделяет личностно ориентированные задачи, конструктивные задачи, предметные задачи [7].

Кроме учебных ситуаций-задач, с позиций здоровьесберегающих технологий в условиях учебной деятельности наше внимание привлекают ситуации, ломающие целостность личности, демобилизующие адекватность «Я», смысл жизни человека, определенным образом ухудшая здоровье человека. Критические ситуации (дистресс, фрустрация, психическая травма, кризис и др.) относятся к специфическому для здоровья человека разряду психических явлений.

Критические ситуации требуют от человека внутренней работы. Всякого рода стрессовые реакции в большинстве случаев выражаются в виде максимально допустимой активации внутренних ресурсов личности, отстаивающей свои предыдущие возможности воплощения жизненных замыслов. Наиболее сложные ситуации, как правило, требуют от человека перестройки своего духовного и психического Я и переоценки уровня своих желаний.

*Личностная составляющая* (рис. 3) определяется в основном внутренними условиями. Результативность оказания психологической помощи по большей части зависит от того, насколько педагог, психолог умеет рассматривать учебную деятельность студентов через призму личностно-ориентированного подхода.



**Рис. 3.** Личностная составляющая психической нагрузки в образовательном процессе

Формирование личностной готовности допускает, что при построении учебно-воспитательного процесса должны максимально учитываться индивидуально-психологические и индивидуально-типологические особенности развития студентов. Это мотивация избегания неудач и достижения успеха, мотивационно-волевое отношение к учебной деятельности; наличие творческой активности и познавательной потребности в получении знаний и уровень теоретической подготовки; способность к процессам саморазвития, самообразования, самовоспитания на основе рефлексивного осмысления, осознания, мышления,

переосмысления результатов и процесса собственной деятельности; уровень методико-практических навыков и умений и др. [4].

Следовательно, когда мы указываем на особенности составляющих величину психической нагрузки, воздействующей на физическую активность и здоровье человека, то можно утверждать, что чем больше отрицательных факторов в ситуативной и личностной, информационно-операциональной составляющих, тем больше психические проявления основных субъектов образовательного процесса и величина воздействия психической нагрузки на организм [11].

Проблема психической нагрузки в учебной деятельности студентов в современных специфических условиях высшего образования актуальна и недостаточно исследованна. Современная система образования предъявляет новые требования к содержанию учебной деятельности и эти требования качественного, а не количественного характера. Функциональными категориями содержания образования становятся готовность, компетентность, учебный план, новые стандарты, виды нагрузки, интерактивные формы взаимодействия и др. Установление новых представлений о содержании образования диктует изменения характера взаимоотношений между всеми субъектами образовательного процесса, представляющего собой сложную и многогранную систему изменения организации образования.

Следовательно, при преподавании физической культуры в вузе необходимо основываться на понимании категории физической культуры студента как объекте применения профессиональной деятельности преподавателя вуза и системном понятии. Вместе с тем физическая культура студента непосредственно связана с формированием здорового стиля жизни обучающегося, здорового образа жизни, подтвержденных информационно-операциональными, ситуативными, личностными особенностями, т.е. внутренне-психологическими условиями и внешне-технологическими характеристиками физической культуры в вузе.

#### Библиографический список

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л., 1968.
2. Засобина Г.А., Мухаммед В.С. Исследование в педагогической деятельности преподавателя высшей школы: Монография. Иваново, 1997.
3. Каптерев П.Ф. Педагогическая психология. Изд. 3-е, перераб. и доп. СПб., 1914.
4. Кузьмина Н.В. Профессионализм личности преподавателя и мастера производственного обучения. М., 1990.
5. Лесгафт П.Ф. Избр. пед. соч. / Сост. И.Н. Решетень. М., 1988.
6. Лесгафт П.Ф. О семейном воспитании // Семья и школа. 1950. № 2. С. 5–8.

7. Сериков В.В. Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем. М., 1999.
8. Ушинский К.Д. Избр. пед. произведения. В 2 т. / Под ред. А.И. Пискунова. М., 1974.
9. Ушинский К.Д. Собр. соч. Т. 8. М., 1960.
10. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. М., 1996.
11. Яковлев Б.П., Коваленко Л.А. Психическая нагрузка как фактор личностной готовности учащихся к интенсификации обучения в современной школе // Историческая и социально-образовательная мысль. 2013. № 2 (18). С. 165–167.

**В.А. Никишкин, Н.Н. Бумарскова, Е.А. Лазарева**

## Эффективность физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности студентов вуза (из опыта работы кафедры физкультуры и спорта Национального исследовательского Московского государственного строительного университета)

В статье обобщен опыт работы кафедры физкультуры и спорта Национального исследовательского Московского государственного строительного университета. Учебная дисциплина «Физическая культура» – единственная из обязательных дисциплин в вузе, которая теоретически и практически решает сложнейшие задачи: укрепление здоровья студентов, развитие психофизических, функциональных и специальных качеств, необходимых в профессиональной деятельности, как на период их учебного труда, так и в конкретной сфере производства, к службе в армии, для создания здоровой семьи.

**Ключевые слова:** кафедра физкультуры и спорта, новые оздоровительные технологии, повышение физической работоспособности, спортивный стиль жизни студентов.