



## ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ПРЕПОДАВАНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗАХ

*Камалова Гулнора Махаматжановна*

*Преподаватель кафедры методики преподавания общеобразовательных дисциплин факультета физической культуры и спорта Ферганского государственного университета.*

**Аннотация:** В статье рассматривается методология преподавания физической культуры в вузах на современном этапе. Особое внимание уделяется актуальным подходам и методикам, используемым преподавателями для повышения эффективности обучения студентов. Обосновывается необходимость совершенствования методики преподавания физической культуры в университетах, приводятся причины того, почему подходы к подготовке этой дисциплины на сегодняшний день наполняются новыми содержаниями. Современное законодательство Республики Узбекистан отвечает задачам развития физкультуры и спорта среди молодежи, популяризации здорового образа жизни, сочетания культуры физической и общей культуры личности. Однако современная методология преподавания дисциплины «физическая культура» обладает не только достоинствами, но и рядом недостатков. На основании рассмотрения достоинств, недостатков и анализа представляется возможным скорректировать подходы к преподаванию данной дисциплины в вузах.

**Annotatsiya:** Maqolada hozirgi bosqichda oliy o'quv yurtlarida jismoniy tarbiya o'qitish metodikasi muhokama qilinadi. O'quvchilarning bilim olish samaradorligini oshirishda o'qituvchilar tomonidan qo'llaniladigan zamonaviy yondashuv va uslublarga alohida e'tibor qaratilmoqda. Oliy o'quv yurtlarida



*jismoniy tarbiya o'qitish metodikasini takomillashtirish zarurligi asoslab berilgan va bugungi kunda ushbu fanni tayyorlashga yondashuvlar yangi mazmun bilan to'ldirilishi sabablari keltirilgan. O'zbekiston Respublikasining zamonaviy qonunchiligi yoshlar o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish, sog'lom turmush tarzini ommalashtirish, jismoniy tarbiya va umumiy shaxsiy madaniyatni uyg'unlashtirish vazifalariga javob beradi. Biroq, "jismoniy madaniyat" fanini o'qitishning zamonaviy metodologiyasi nafaqat afzalliklarga, balki bir qator kamchiliklarga ham ega. Afzalliklarni, kamchiliklarni va tahlillarni hisobga olgan holda, universitetlarda ushbu fanni o'qitishga yondashuvlarni o'zgartirish mumkin ko'rinadi.*

**Abstract:** *The article discusses the methodology of teaching physical education in universities at the present stage. Particular attention is paid to current approaches and techniques used by teachers to improve the effectiveness of student learning. The need to improve the methods of teaching physical education at universities is substantiated, and the reasons are given why approaches to the preparation of this discipline today are filled with new content. Modern legislation of the Republic of Uzbekistan meets the objectives of developing physical education and sports among young people, popularizing a healthy lifestyle, combining physical culture and general personal culture. However, the modern methodology of teaching the discipline "physical culture" has not only advantages, but also a number of disadvantages. Based on consideration of the advantages, disadvantages and analysis, it seems possible to adjust approaches to teaching this discipline in universities.*

**Ключевые слова:** *физическая культура, методология преподавания, вузы, современный этап, студенты, индивидуальный подход.*

**Kalit so'zlar:** *jismoniy tarbiya, o'qitish metodikasi, universitetlar, zamonaviy bosqich, talabalar, individual yondashuv.*



**Key words:** *physical education, teaching methodology, universities, modern stage, students, individual approach.*

## ВСТУПЛЕНИЕ

В последние годы вузы все больше обращают внимание на физическую подготовку своих студентов. Это связано с пониманием того, что здоровое тело – залог здорового духа, а также с ростом интереса к спорту и здоровому образу жизни в обществе.

Образовательные программы вузов в области физической подготовки предлагают студентам возможность получить не только теоретические знания, но и практические навыки, необходимые для здорового образа жизни. В рамках этих программ студенты изучают основы физиологии, анатомии, психологии спорта, технику и тактику различных видов спорта, методику преподавания физической культуры и спорта, а также организацию спортивно-оздоровительной работы.

## МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Методология преподавания физической культуры в вузах на современном этапе играет важную роль в формировании здорового образа жизни и развитии личности студентов. Одним из ключевых аспектов методологии преподавания физической культуры является индивидуальный подход к каждому студенту. Преподаватели учитывают физическую подготовку и интересы студентов, разрабатывая программы занятий, которые бы максимально соответствовали их потребностям. Такой подход способствует более эффективному усвоению знаний и навыков.

Еще одной важной составляющей методологии преподавания физической культуры является использование современных технологий. Это может быть использование специализированных приложений для отслеживания физической активности студентов, интерактивные тренажеры



или онлайн-платформы для самостоятельной работы. Такие инновационные методы помогают сделать занятия более интересными и доступными для студентов.

Кроме того, важным аспектом методологии преподавания физической культуры является комплексный подход к обучению. Преподаватели стремятся объединить теоретические знания с практическими навыками, проводя не только лекции, но и практические занятия, спортивные мероприятия и соревнования. Такой подход помогает студентам не только усвоить теоретический материал, но и на практике применить его.

Ещё одним важным аспектом методологии преподавания физической культуры является также мотивация студентов. Преподаватели стараются создать стимулирующую обстановку, поощряя участие в занятиях, активное участие в спортивных мероприятиях и достижение спортивных результатов. Это помогает студентам развить у себя интерес к занятиям физической культурой и спортом, что в дальнейшем может стать основой для здорового образа жизни.

Кроме того, важно учитывать индивидуальные особенности каждого студента, такие как его физические возможности, наличие травм или заболеваний. Преподаватели должны быть готовы к адаптации программ занятий и упражнений для каждого студента, чтобы обеспечить безопасность и эффективность занятий.

М.Г. Козлова и В.С. Гарник, исследовавшие проблему методологии, планирования и организации дисциплины «физическая культура» в вузе, пишут, что в настоящее время ее преподавание базируется на следующих основных принципах: 1) понимании роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; 2) усвоении системы практических умений и навыков, направленных на сохранение и укрепление здоровья, а также развитие психофизических способностей и



свойств личности; 3) ознакомлении с научно-практическими основами здорового образа жизни и физической культуры; 4) приобретение опыта творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей; 5) обеспечении общей и профессионально-прикладной физической подготовки; 6) создании условий для формирования мотивации у студентов к физической культуре, регулярным спортивным нагрузкам, здоровому образу жизни [1].

Можно вполне согласиться с высказыванием В.И. Григорьева относительно того, что важнейшая характеристика физической культуры - ее вхождение в состав культуры современного общества с точки зрения подготовки людей как к физической, так и к социокультурной деятельности [2, с. 60].

### РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

В связи с этим достоинством методики преподавания физкультуры в современных высших учебных заведениях является восприятие отношений к самой физкультуре. Кроме того, понимание физической культуры в университете как вида общей культуры в значительной мере укрепляет свое место в системе методологии и ее преподавания. На мой взгляд, целесообразно подходить к определению данного понятия с точки зрения равноправия обеих его составляющих - «физического» и «культурного». Сторонники данной позиции - Д.Н. Давиденко и Г.Н. Пономарев указывали, что тогда следует понимать словосочетание «физическая культура» как «физическую культуру личности» [3, с. 52, 53].

Вузы все больше обращают внимание на физическую подготовку своих студентов. Это связано с ростом интереса к спорту и здоровому образу жизни в обществе.

Все это дает возможность человеку с молодости беречь и укреплять свое здоровье, понимать его как ценность. Большое значение в рамках



освоения курса «физическая культура» в вузах имеет не только практика физических занятий, но и освоение теоретического материала [4]. В частности, Н.И. Соколова отмечает, что это отражает важнейшую составляющую содержания методики преподавания дисциплины «Физическая культура», а именно: «предоставление студентам возможности получить информацию, помогающую осознать жизненную необходимость приобретаемых двигательных умений и навыков, овладеть способами их творческого применения для достижения высокого уровня физической и умственной работоспособности, а также содействовать формированию представлений о возможностях собственного организма...» [6].

В настоящее время повышается роль компьютеризации учебного процесса, включая и физическую культуру. В значительной степени это следствие того, что образование, это не только обучение в процессе физических упражнений. Во-первых, результаты исследований ряда ученых убедительно доказывают, что увлечение студентов сетью Интернет - главная причина снижения их ежедневной двигательной активности, дефицит которой приводит к развитию различных заболеваний, увеличению массы тела и даже ожирению [7, р. 175, 177]. Во-вторых, применение компьютерных технологий является не мало важным в методологии проведения спортивных занятий, так как благодаря возможностям сети Интернет, студенты могут знакомиться с широким кругом литературы по данной проблематике, слушать аудио уроки по физической подготовке, знакомиться с программами тренировок в онлайн-режиме, выполнять научно-теоретические работы, связанные со спортом. Здесь можно сделать вывод о том, что стремление к физическому развитию и ведению правильного образа жизни. Параллельно с использованием Интернета на уроках физической культуры в вузах могут использоваться и другие информационные технологии, такие как мультимедия и показ видео, благодаря которым преподаватели могут



расширить содержательное наполнение своих занятий и решить одну из главных задач процесса обучения физической культуре - наглядно продемонстрировав правильные технологии выполнения физических упражнений и отработки отдельных двигательных навыков.

С компьютеризацией образовательного процесса в современных вузах тесно связан феномен мобильного обучения. Под последним понимается возможность организации учебного процесса посредством передачи информации студентам на их мобильные устройства. С точки зрения Д.А. Ульяновой, методика обучения через мобильное устройство в современных вузах должна включать следующие основные компоненты: 1) постановку цели и способы решения задач; 2) критерии сформированности физической культуры личности и рейтинговую систему ее оценивания; 3) наборы средств физической культуры; 4) механизм реализации мобильной технологии. В свою очередь, применение мобильной технологии в рамках обучения физической культуре в высшей школе обеспечивает следующие преимущества в усвоении программы курса: 1) поэтапное формирование у студентов физкультурно-оздоровительных знаний; 2) повышение мотивации учащихся к занятием спортом и поддержанию здоровья; 3) развитие физической активности и стремления к здоровому образу жизни; 4) освоение теоретических знаний и формирование практико-методических умений [5, с. 55]. Кроме таких инновационных методов преподавания физкультуры в вузах, как применение информационных и информационных технологий, современные высшие школы активно реализуют методы интерактивного обучения. Под интерактивным обучением следует понимать такую организацию учебного процесса взаимодействия между студентами и преподавателем, в ходе которого передаваемые знания усваиваются не только за счет беседы или диалога, но и в результате создания условий для



командной работы, реализующейся на базе уважения к личности каждого студента.

### ВЫВОД

Таким образом, в результате завершения образовательной программы студенты получают квалификацию, которая позволяет им работать в области физической культуры и спорта, а также продолжать обучение на более высоких уровнях. Методология преподавания физической культуры в вузах на современном этапе предполагает использование комплексного подхода, который включает в себя индивидуальный подход, использование современных технологий, мотивацию студентов и учет их индивидуальных особенностей. Такой подход способствует формированию здорового образа жизни и развитию личности студентов, что делает его важным элементом образовательной программы вузов.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Козлова М.Г., Гарник В.С. Методология, планирования и организация физической культуры в вузе [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: [http://vuzirossii.ru/publ/metodologija\\_planirovanie\\_i\\_organizacija\\_fizicheskoy\\_kultury\\_v\\_vuze/36-1-0-6979](http://vuzirossii.ru/publ/metodologija_planirovanie_i_organizacija_fizicheskoy_kultury_v_vuze/36-1-0-6979) (дата обращения: 12.03.2019).
2. Григорьев В.И. Социокультурная интеграция содержания неспециального физкультурного образования студентов вузов: автореф. дис. ...д-ра пед. наук. - СПб.: ГАФК, 2002.
3. Давиденко Д.Н., Пономарев Г.Н. Размышления о понятиях сущности образования в области физической культуры // Теория и практика физической культуры. - 2005. - № 5. С. 52-54.
4. Ломанова Е.С. Проблема формирования мотивации студентов вузов к занятиям физической культурой // Научное сообщество студентов:





междисциплинарные исследования: сб. ст. по материалам XLII Междунар. студ. науч.-практ. конф. - № 7(42). [Электронный ресурс] - Режим доступа: URL: [https://sibac.info/archive/meghdis/7\(42\).pdf](https://sibac.info/archive/meghdis/7(42).pdf) (дата обращения: 14.03.2019).

5. Ульянов Д. А. Использование средств оздоровительной физической культуры в формате дистанционного физкультурного сопровождения // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2014. - № 4. - С. 54 - 56.

6. Соколова Н.И. Знания по физической культуре как основа образования студенческой молодежи в области физической культуры: материалы Ч региональной науч.-техн. Конф. «Вузовская наука - Северо-Кавказскому региону». - СевКавГТУ, 2006 [Электронный ресурс] - Режим доступа: URL: <http://www.ncstu.ru> (данные обращения: 14.03.2019).

7. Осипов А.Ю., Кудрявцев М.Д., Ермаков С.С., Янова М.Г., Лепилина Т.В., Плотникова И.И., Доржиева О.С. Сравнительный анализ эффективности некоторых методик занятий физической культурой студентов // Физическое воспитание студентов. - 2017. - № 4. - С. 175 - 177.