

УДК 796.0

В. И. Ярмолинский

Белорусский государственный университет, Минск

ДВЕ МОДЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ, ИЛИ КТО ЗА ЗДОРОВЬЕ ПЛАТИТ ДВАЖДЫ?

Введение. Невзирая на трудности развития материально-технической базы учреждений высшего образования и привлечения высококвалифицированных кадров, в каждом из них в той или иной мере выполняется учебная программа по физической культуре как обязательной учебной дисциплине. Успех обучения зависит также от организации образовательного процесса на кафедрах физического воспитания и спорта, выбираемых ими приоритетов, критериев, согласно которым достигаются поставленные цели и задачи. Учитывая, что предмет «Физическая культура и здоровье» в школьном образовании и дисциплина «Физическая культура» в учебной деятельности университета остаются одними из немногих, способных прямым образом поддержать и улучшить здоровье учащихся, в последние годы физической культуре придаётся всё большее значение с позиций сохранения здоровьесберегающей среды и надлежащей профессионально-прикладной подготовки будущих специалистов.

Вместе с тем нельзя не заметить, что сложившаяся система физического воспитания студентов недостаточно эффективна, чтобы противостоять тем тенденциям, которые обнаруживаются в современном обществе и жизни студенческой молодёжи. Во-первых, в учреждения высшего образования поступает всё больше выпускников школ, имеющих хронические заболевания и отклонения в состоянии здоровья. Во-вторых, образовательный процесс становится всё более напряжённым и этим увеличивает процент болеющих студентов, не успевающих в учёбе и отчисляемых по этой же причине. В-третьих, число уже работающих специалистов, обладающих отменным здоровьем, также не растёт, как в силу недостаточного отдыха и питания, ухудшения экологических условий, так и в связи с ослаблением усилий по соблюдению принципов здорового образа жизни. Достаточно напомнить данные Национального статистического комитета Республики Беларусь за 2012 год о том, что почти каждый пятый житель нашей

страны умер в трудоспособном возрасте. Малозаметное увеличение продолжительности жизни белорусов, рост процента людей, умерших от сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, указывают на то, что население республики всё ещё недостаточно образовано в физкультурно-валеологическом плане, а профилактические программы не срабатывают. Значительная часть населения признаёт положительную роль физических упражнений, но ему не хватает осознания важности безотлагательного и систематического их выполнения, грамотности в выборе форм занятий, условий для поддержания былой физической формы.

Из широкого спектра социально значимых функций, которые выполняет физическая культура, в учреждениях высшего образования продолжают доминировать рекреативная, коммуникативная, образовательная, воспитательная, спортивно-развивающая, но в меньшей степени — оздоровительная, научно-познавательная, личностно-формирующая. Оздоровительное влияние двухразовых занятий физической культурой скорее декларируется (в силу понимания такой потенциальной возможности), чем доказывается инструментальными технологиями. Комплексный портрет физической культуры личности и паспорт здоровья остаются предметом обсуждения специалистов на научных конференциях, но все понимают, что реальное составление и применение таких документов в учебном процессе требует серьёзных затрат, привлечения дополнительного круга специалистов, хорошо оснащённой научной лаборатории. Студенты и преподаватели всё чаще задаются вопросом: зачем принимаются физические нормативы, если они несут определённые риски и угрозу здоровью? При этом кафедры проводят недостаточно функциональных исследований, нагрузочных проб, мало изучают теоретические знания студентов. Руководство учреждений высшего образования практически не ставит перед кафедрами задачу выяснить, в какой мере достигаются цели физического воспитания, отражённые в учебной программе, каковы результаты обучения на соответствующем курсе или факультете. Пожалуй, самое главное, — и это показывают опросы студентов — многих из них не устраивают действующие формы, время и условия проведения занятий, отсутствие современного инвентаря и тренажёров, учёта персональных интересов. Возникает коллизия: затраты на поддержание образовательного процесса велики, но они не оправдывают ожиданий государства и самих студентов. Если за процессом обучения плохо просматриваются результаты, то, вероятно, необходимо корректировать его меха-

низмы, и в первую очередь — критерии эффективности деятельности.

Целью настоящей работы является сопоставление сильных и слабых сторон действующей и идеализированной моделей физического воспитания студентов. Последняя может быть построена исходя из представлений о возможном преодолении проблем, имеющих в учреждениях высшего образования и на кафедре физического воспитания.

Методы исследования. Анализ работы отечественных и зарубежных школ физического воспитания населения, инноваций, происходящих в сфере физической культуры и спорта, организации оздоровительной работы в современных фитнес-центрах, результатов выполнения научно-исследовательских работ, материалов научно-практических конференций, нормативных документов, обобщение личного педагогического и административного опыта.

Результаты исследования и их обсуждение. Исходно действовавшая модель физического воспитания учащейся молодёжи базировалась на послевоенных представлениях о культуре и миссии каждого гражданина — члена возрождающегося общества, важности развития его физических качеств, прежде всего с позиций потенциальной обороны государства. Комплексы ГТО («готов к труду и обороне»), учебные программы были чётко ориентированы в этом направлении. Сегодня их частично дублируют курсы основ безопасности жизнедеятельности, гражданской обороны, военной подготовки.

По мере становления экономики государства, обретения им независимости, вхождения в мировое спортивное сообщество появились новые доминанты — спортивноориентированное физическое воспитание, призванное прежде всего формировать спортивный резерв страны. Критерием эффективности труда педагогов стали изменённые по структуре и содержанию физические нормативы, которые неоднократно пересматривались в пользу снижения требований из-за тенденций к ослаблению физической подготовки молодёжи. С того момента, как зоны влияния на физическую культуру и спорт разделились по административному ресурсу (одной управляет Министерство образования, другим — Министерство спорта и туризма), последние обрели новые доминанты: физическая культура была призвана формировать здоровье учащихся и студентов, а спорт стал всё больше коммерциализовываться и приобретать окраску политического инструмента.

Тенденции в ослаблении здоровья учащейся молодёжи поставили под сомнение справедливость использования физических нормативов в оценке качества работы преподавателей физической культуры, вызвали цепочку совместных коллегий министерств образования, здравоохранения, спорта и туризма, соответствующих постановлений и приказов, определяющих меры по усилению врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья школьников и студентов. В системе менеджмента качества образования появились новые критерии, которые позволяют определить результативность работы кафедр физического воспитания и спорта. По сути, они отражены в действующей типовой учебной программе по физической культуре для учреждений высшего образования: формирование социально-личностных компетенций студентов, укрепление их здоровья, профессионально-прикладная физическая подготовка. Эти цели стратегически верны, однако недостаточно конкретизированы в тактическом плане и механизмах их достижения. Как следствие, сохраняется процесс обучения, за которым мало заметен результат. Зачётные требования для студентов выглядят весьма неоднородными, различающимися по учреждениям образования, факультетам, личностям преподавателей. Совсем недавно принято решение о допуске к экзаменам студентов, не получивших зачёт по физической культуре. Это соответствующим образом отражается на их учебной дисциплине, а кроме того подтверждает условность необходимости такого зачёта.

Как свидетельствуют сами студенты, их мало интересует введение третьего обязательного занятия по физической культуре или, напротив, сокращение одного из двух имеющихся. В большей степени они готовы обсуждать целесообразность полного исключения такой учебной дисциплины из учебного расписания. Здесь мнения полярно разделяются — есть как противники, так и сторонники сохранения физического воспитания. Студенты предпочитают новую систему учебных занятий, учитывающих их текущие запросы, физические возможности, временные ресурсы. Идеальной, по мнению студентов, является такая организация учебного процесса, при которой основной комплекс занятий не разрывался походом на стадион или расположенный вдалеке бассейн, спортивный зал. В первой половине дня для студента важны продолжительные перерывы между лекциями, чтобы дополнительно перекусить, полноценно пообедать, отдохнуть в разговоре с друзьями. «Можно немного поиграть в настольный теннис, покрутить велоэргометр, чтобы размяться, но не до пота,

но не хочется попадать под контроль преподавателя, настаивающего на выполнении привычного («унылого») комплекса упражнений, либо, напротив, очередного испытания организма на прочность», — говорят студенты. Зато во второй половине дня, после непродолжительного отдыха, они выражают готовность идти в тот или иной спортзал, оставляя за собой право выбора и чередования формы занятий и времени явки.

По сути, студенты соглашаются с такой версией организации занятий, когда в течение семестра им необходимо набрать соответствующее число баллов (учебных и лекционных часов). Затем, например, сдать дифференцированный зачёт по физической культуре, включающий теоретические вопросы (электронный учебник должен быть представлен на сайте учреждения образования), практическое выполнение упражнения (демонстрацию и технику получает от инструктора), подтверждение участия в спортивных мероприятиях. Студенты специального учебного отделения справедливо сетуют, что их рефераты по физической культуре подчас подвергаются критике за использование интернет-ресурсов, и в то же время практически не обсуждаются и не рецензируются. По итогам семестра многие студенты не получают комментариев преподавателя относительно качества сдачи нормативов, достигнутых отметок, своего рейтинга в группе, рекомендаций по дальнейшим самостоятельным занятиям.

Таким образом, результативная часть учебного процесса проявляется в разных группах по-разному, уступая более ясной стратегии и тактике физической подготовки студентов в секциях спортивного совершенствования.

Новая концепция физического воспитания студентов, предложенная автором в работах 2005—2012 годов, опирается на необходимость объективизации функционального состояния студентов и обеспечения круглогодичного мониторинга показателей их здоровья, отражение динамики адаптационных процессов в целом, по совокупности факторов, действующих на организм в ходе обучения в учреждении высшего образования. Проблема в том, что значительный процент студентов необъективно оценивает своё состояние и подчас даёт высокую оценку своему здоровью, несмотря на низкую физическую подготовленность. Удовлетворённость своим здоровьем характерна не только для белорусских студентов, те же тенденции обозначены и за рубежом.

Например, по данным учёных Сибирского государственного университета, примерно у 60% студентов имеются расхождения между объективными и субъективными оценками. По нашим данным, у не менее 30—40% студентов Белорусского государственного университета имеются неудовлетворительные показатели работы сердца, артериального давления, сколиозы, болезни желудочно-кишечного тракта, почек, суставов, более половины студентов страдают от ухудшения зрения. Вместе с тем концепция «тотальной» информатизации обучения, т. е. перехода на активное использование имеющихся электронных средств (смартфоны, планшеты, личные персональные компьютеры) в получении учебной информации и подготовке электронных отчётов, обрекает студентов на ещё большую гиподинамию и угасание мышечных запросов к движению. Развитие материально-технической базы учреждений высшего образования в части рекреации, активного отдыха и занятий спортом представляется в этих условиях крайне обязательным, востребованным теми кругами специалистов, кто ещё видит за процессом подготовки кадров самого человека, с его будущими проблемами сохранения семьи, выбранной профессии, новых творческих начал. Положительным событием в этом плане следует считать возрождение студенческой спортивной организации (аналога советского «Буревестника») — Белорусской ассоциации студенческого спорта. Нет сомнений, что определённые, в том числе внебюджетные, средства учреждений высшего образования будут направлены на увеличение спортивных объектов и их современное оснащение. Кое-что в этом плане «перепадёт» и обычным студентам, не сильно тяготеющим к спорту. Однако работа по непрофильному физкультурному образованию студентов, в том числе спортсменов, должна быть построена на новых принципах, по новой модели.

Следует в очередной раз задуматься, какие средства тратит государство на содержание кафедр физического воспитания и спорта и какова отдача от всей совокупности занятий (учебных, спортивно-массовых, элитно-спортивных) в плане формирования физической и нравственной культуры, здоровья основной массы выпускников. Если эта задача не решается хотя бы наполовину, то выходит, что значительная часть населения (сами выпускники, члены их семей, друзья по досугу) не имеет устойчивой привычки бороться за своё здоровье. Как следствие, со временем эта группа болеет всё чаще, и приходится нести новые затраты: здравоохранению — на их лечение, а государству — на оплату больничных листов.

Несомненно, что экономический ущерб, определяемый разностью между этими затратами, а также затратами на первичное (школьное) и углублённое (университетское) физкультурное образование и упущенной выгодой от не созданных работником материальных благ в период болезни и, наконец, созданными им благами в фазе физического благополучия, мог бы быть значительно ниже, чем в условиях сохранения полной трудоспособности этих граждан.

Таким образом, государство, сами налогоплательщики вынуждены дважды оплачивать недоработки по здоровьесбережению молодого поколения, и, в частности, интеллектуально ориентированной молодежи, определяющей темпы и уровень развития экономики.

Заключение. Выводы очевидны — чем больше средств и рациональных организационных решений будет вложено в формирование здоровья молодёжи, тем больше гарантий получает государство по их творческому и длительному труду, тем меньше средств потребуются вкладывать в развитие здравоохранения.

Здесь нужно вновь возвратиться к проблемам совершенствования учебного процесса по физической культуре и определения роли спорта в формировании профессионально зрелых, востребованных работников. Десятикратно увеличивать ассигнования на строительство спортивных объектов имеет смысл в том случае, если в них будет заниматься основная масса студентов, а не только спортивная элита учреждения высшего образования. Следует максимально сохранять бесплатный или льготный доступ к этим объектам прежним выпускникам и их семьям (это немаловажный социальный шаг). Студентам необходимо построить занятия по времени и расписанию, удовлетворяющим их интересам, с режимом определённых свобод, но более высокими требованиями на зачёте. Перед руководством университета, кафедрой физического воспитания должна быть поставлена задача чёткой формулировки системы менеджмента качества этого учебного процесса, понятной формулировки задач взаимодействия преподавателя и студента. Критерии достижения целей, положительной трактовки результатов обучения должны быть изначально изложены студентам на лекциях, которые читают высококвалифицированные кадры. По мере технического оснащения кафедр должен формироваться электронный портрет физической культуры каждого студента, определяться индивидуальный план развития физических качеств

и повышения резервов организма. Научные исследования преподавателей должны поддерживаться учебной и научной лабораториями. Результаты педагогической работы следует всесторонне анализировать на семинарах кафедры, освещать на конференциях.

Положительная индивидуальная динамика физического и функционального состояния студента, подкреплённая объективными тестами, должна соответствующим образом поощряться, а преподаватель должен быть материально заинтересован в этом. Лучший опыт преподавания физической культуры, научного исследования также заслуживает поощрения, это придаст импульс к действию и повысит имидж исполнительного работника. Итогом творческого сотрудничества преподавателя и студента может быть свидетельство об уровне физической культуры и здоровья, спортивных достижениях выпускника, которое, с его согласия, может прилагаться к диплому в качестве гарантий устойчивой трудоспособности. Для современного работодателя, думающего об экономической целесообразности, это будет не последним аргументом при приёме на работу.

Что же касается подготовки спортсменов высокого класса в стенах обычного учреждения высшего образования, то этому нельзя препятствовать, но и нельзя считать основным показателем деятельности кафедр. Напомним, что акцент на спортивные достижения делает многих студентов малоуспевающими в основных учебных дисциплинах, а помощь в сдаче ими экзаменов не решает проблему профессионального становления, которую их сверстники решают путём трудоустройства в период учёбы. Можно лишь пожелать организовывать спортивно-тренировочный процесс так, чтобы он не только позволял студентам полноценно учиться, но и содействовал улучшению успеваемости, эффективности усвоения знаний, повышению оперативности мышления, для чего также могут проводиться научные разработки.

Материал поступил в редакцию 26.04.2013 г.