

Библиографический список

1. Алексеев, Н.А. Характеристика существующей проблемы организации учебно-тренировочного процесса по физической культуре и спорту в образовательных учреждениях / Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин // Вестник Белгородского юридического института МВД России. – 2010. – № 2. – С. 47-49.
2. Гричанов, А.С. К проблеме организации эффективного процесса совершенствования служебно-профессиональной безопасности сотрудников ОВД / А.С. Гричанов // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2015. – № 1 (28). – С. 126-128.
3. Гричанов, А.С. Особенности профессиональной подготовки будущих сотрудников полиции на этапе начального освоения специальности / А.С. Гричанов // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2016. – № 2 (44). – С. 118-119.
4. Тюкин, В.Г. Использование соревновательно-игрового метода на занятиях с курсантами по борьбе самбо / В.Г. Тюкин // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2010. – № 1 (18). – С. 182-184.

DOI 10.51980/2021_16_45

*В.И. Грузенкин, М.Д. Кудрявцев, С.А. Фомин,
Т.В. Лепилина, Н.В. Скурихина*

ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ

Профессиональное сообщество должно отреагировать на изменение запроса государства в сфере физического воспитания студентов и преподавания физической культуры в вузе. Пока этого не произошло, несмотря на рост количества качественных спортсооружений, создание учебных специализаций на основе избранных видов спорта.

Спорт является одним из возможных вариантов изменения формы преподавания физической культуры в вузе. Но даже самые радужные прогнозы в этом направлении не позволяют предполагать, что удастся привлечь к занятиям спортом более 50% студентов. И суровый климат, и недостаток крытых спортсооружений окажут свое влияние. Ведь и сегодня спортивные секции в вузе работают, но массового увлечения спортом у студентов нет.

Если предположить, что изменения в преподавании физической культуры в вузе произойдут и около 50% студентов выберут способ освоения физической культуры, посещая спортивную секцию, а не занятия по расписанию, то что тогда можно предложить тем студентам, которые захотят заниматься по традиционным, привычным, понятным и более удобным, по их мнению, формам проведения занятий? На индивидуализацию личности в сфере

высшего образования можно ответить индивидуально ориентированными персональными программами преподавателей физической культуры. Такая форма учебных занятий возможна только для опытных преподавателей.

При решении вопросов о способах и формах преподавания физической культуры всегда необходимо учитывать специфику и условия конкретного учебного заведения. Индивидуально ориентированная форма занятий возможна только со второго курса, так как нужно время для получения представления о студенте и освоения теоретического раздела программы.

При любых вариантах занятий сдача контрольных нормативов, обязательных в образовательном стандарте, должна проходить на общих основаниях, и вполне очевидно, что она должна иметь положительную динамику. Необходимо иметь медицинские документы, объясняющие причину освобождения от сдачи нормативов. Индивидуально ориентированные занятия физическими упражнениями, как и секционные, предполагают не освобождение от физического воспитания. Наоборот, это более активное, в сравнении с учебными занятиями, использование физических упражнений с учетом желания, опыта, возможностей студента и в оптимальном для него режиме. Студент должен знать четкие ориентиры для тестирования в конечной стадии.

Такой подход к преподаванию физической культуры в вузе должен привести к увеличению сторонников правильного образа жизни в студенческой среде и более внимательному отношению к своему организму, а также к умению корректировать свое состояние средствами физической культуры.

В отличие от большинства вузов России, в Сибирском федеральном университете есть собственная компьютерная программа, позволяющая в условиях лабораторного обследования в течение 5-7 минут получить обоснованную оценку динамики физического состояния студента. Значит, по результатам обследования можно оценить итог качества индивидуально ориентированных занятий.

Экспертный опрос коллег-преподавателей позволяет предполагать, что таких студентов может быть около 12-15%. Значит, в принятой сегодня форме занятия физической культурой будут осваивать около 40% студентов. Такой подход позволит предложить наиболее активным студентам заниматься физической культурой в той форме, которая наилучшим образом отражает их желания и возможности.

При этом студент, занимающийся по индивидуально ориентированной форме, должен иметь план контрольных тестирований (положительная динамика нормативов, хороший уровень ответов на теоретическое тестирование и участие в спортивной жизни вуза: спортивные соревнования или участие в массовых физкультурно-профилактических мероприятиях).

Но то, что сегодня преподаватель не особенно заинтересован в привлечении обучающихся у него студентов к правильному и физически активному образу жизни – это предположение, которое требует рассмотрения

всех возможных вариантов его изменения. При таком варианте работы у преподавателя в группе будет три подгруппы с разной организацией занятий. Заниматься с каждой группой на протяжении трех лет должен один преподаватель. Варианты, когда вторник один преподаватель, а в четверг – другой, не должны использоваться на практике. Вот тогда, после трех лет работы, можно будет опубликовать результаты, сравнивать разные формы и хотя бы сказать, что мы попробовали и получили то, что смогли.

В настоящее время можно говорить о том, что в отчетах по количеству систематически занимающихся физической культурой и спортом есть преувеличение реальных цифр. Согласно определению, систематически занимающимся считается тот, кто занимается не менее трех раз и не менее 6 часов в неделю. Таковых занимающихся в Красноярске должно быть не менее 400 тысяч (по отчетам у нас 40%).

Для того чтобы добиться такого результата, надо изменить подход к обучению молодежи азам использования физических упражнений и основам правильного здорового образа жизни. Молодые люди не должны пренебрежительно относиться к своему физическому и психическому состоянию. Необходимо формировать общественное мнение, создавать принятые обществом нормы поведения современного человека, учить студентов формировать у себя самостоятельное и ответственное отношение к своему образу жизни, к физическим упражнениям как обязательному и незаменимому атрибуту человека настоящего времени.

В этом отношении возможны многие направления действий, в том числе и уход от вредных для самочувствия привычек, таких как нарушение режима отдыха, попытки выражения своей личности через нетрадиционные формы, например тату. Главное, чтобы это была система не запретов, а предложений, примеров, подсказок, рекомендаций и поощрений. Ведь, как сказал наш коллега Н.А. Сетков: «Учеба – это стремительное восхождение на плечи гигантов».

DOI 10.51980/2021_16_47

В.М. Гуралев

АНАЛИЗ КОНСТРУКТИВНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ НЕКОТОРЫХ БОЛЕВЫХ ПРИЕМОВ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ПРИКАЗА МВД РОССИИ ОТ 27 ИЮЛЯ 2020 Г. № 522

Укоренившаяся практика в системе физической подготовки демонстрировать приемы на всех этапах обучения, руководствуясь только лишь формальными признаками действия, обрекает на возникновение состояния психоэмоционального дискомфорта, вызванное столкновением в сознании