

УДК 378.172

Оценка эффективности процесса формирования профессионально-прикладной физической подготовки обучающихся

Савельева Ольга Викторовна¹

Данилова Алла Михайловна², кандидат педагогических наук, доцент

Воронин Александр Дмитриевич², кандидат педагогических наук, доцент

¹*Самарский государственный экономический университет*

²*Самарский государственный технический университет*

Аннотация

Цель исследования – оценка эффективности процесса формирования профессионально-прикладной физической подготовки и динамика сформированности её основных компонентов у обучающихся. Актуализация темы обозначена главной задачей вузов: подготовка не только высококлассных специалистов, обладающих глубокими знаниями, умеющих позиционировать себя на современном рынке труда, но и специалиста физически развитого, с навыками самообразования о своём собственном здоровье и мотивационным стремлением.

Методы и организация исследования. В работе использовали методы теоретического исследования, опрос (анкетирование), анализ литературных данных. Определяли суммарную оценку выполнения тестов общей физической и профессионально-прикладной подготовленности по среднему количеству баллов, набранных при выполнении всех тестов. Для определения мотивационного компонента обучения личности применили методику А. А. Реана и В. А. Якунина (модификация Н. Ц. Бадмаевой).

Результаты исследования и выводы. Научно-методические публикации в области ППФК базируются на положениях физического воспитания и раскрывают важные компоненты личности: мотивационный, когнитивный и деятельностный. Несмотря на значимость физической культуры в профессиональной подготовке студентов, существуют проблемы, связанные с физической активностью будущих специалистов. Проведён сравнительный анализ частоты заболеваний спортсменов и практически здоровых не занимающихся студентов с очевидным выводом значимости физической активности, сохранения и укрепления оптимального состояния здоровья. Оценена эффективность процесса формирования ППФК и динамика сформированности основных её компонентов у обучающихся.

Ключевые слова: физическая подготовка студентов, профессионально-прикладная физическая подготовка, здоровый образ жизни, мотивация, физическая культура.

Assessment of the effectiveness of the process of forming professionally applied physical training of students

Savelyeva Olga Viktorovna¹

Danilova Alla Mikhailovna², candidate of pedagogical sciences, associate professor

Voronin Alexander Dmitrievich², candidate of pedagogical sciences, associate professor

¹*Samara State University of Economics*

²*Samara State Technical University*

Abstract

The purpose of the study is to assess the effectiveness of the process of forming professionally applied physical training and the dynamics of the development of its main components among students. The relevance of the topic is defined as the main task of higher education institutions: to prepare not only highly qualified specialists with deep knowledge who can position themselves in the modern labor market, but also physically developed specialists with self-education skills regarding their own health and motivational drive.

Research methods and organization. The work utilized methods of theoretical research, surveys (questionnaires), and analysis of literary data. According to the methodology of A. V. Burikov (with co-authors), the total assessment of the performance of tests in general physical and professionally applied training was determined based on the average number of points scored in all tests. To determine the motivational component of personal learning, the methodology of A. A. Rean and V. A. Yakunin (modification by N. Ts. Badmaeva) was applied.

Research results and conclusions. Scientific and methodological publications in the field of professionally applied physical culture are based on the principles of physical education and reveal important components of personality: motivational, cognitive, and activity-based. Despite the significance of physical culture in the professional training of students, there are issues related to

the physical activity of future specialists. A comparative analysis of the frequency of illnesses among athletes and practically healthy non-active students was conducted, leading to a clear conclusion about the importance of physical activity in maintaining and enhancing optimal health. The effectiveness of the process of forming professionally applied physical culture and the dynamics of the development of its main components among learners have been assessed.

Keywords: physical training of students, professionally applied physical training, healthy lifestyle, motivation, physical culture.

ВВЕДЕНИЕ. Модернизация современной системы образования в высших учебных заведениях предоставляет студентам возможность самостоятельно выбирать траекторию обучения и профессиональной квалификации, а также подбирать средства и методы для формирования необходимых компетенций, которыми должен обладать выпускник для конкурентоспособности на рынке труда [1]. Качество обучения студентов определяется их успешностью в формировании теоретических аспектов освоения профессии, а также приобретением и применением полученных умений и знаний на практике [2]. Рассматривается оно как интегративное личностное образование выпускника, его готовность к трудовой деятельности по выбранной профессии. Психофизическая адаптация студента к нагрузкам свидетельствует о его приспособленности к учебным и трудовым условиям жизнедеятельности, показывая уровень развития основных физических качеств и жизненно важных двигательных умений и навыков [3]. Профессионально-прикладная физическая культура (ППФК) акцентирует внимание на способности выпускника приобретать необходимые навыки самообразования, заботиться о физическом здоровье и совершенствовать профессиональное мировоззрение, а также на мотивационном стремлении к освоению инноваций с их последующим применением в профессиональной деятельности [4, 5]. Несмотря на значимость физической культуры в профессиональной подготовке студентов, существует ряд проблем, связанных с физической активностью будущих выпускников [6]. Учитывая основные положения физического воспитания и изучив научно-методическую литературу по данной проблеме, авторы считают, что дисциплина «Физическая культура и спорт» должна быть обязательной для студентов каждого вуза не менее двух раз в неделю (400 часов контактных занятий) в сетке учебных часов, а также включать занятия внеурочного времени: спортивные секции, факультативы и самостоятельные занятия [7]. На сегодняшний день в образовательной программе «Юриспруденция. Обеспечение законности и правопорядка (ОЗП)», для обучающихся по целевому направлению, совместно с рекомендациями Министерства внутренних дел, делается акцент на увеличение количества практических часов по общей физической подготовке и спортивно-технической подготовке.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. В исследовании принимали участие студенты 1-3 курсов по программам «Юриспруденция. Обеспечение законности и правопорядка» (экспериментальная группа) и «Экономика» (контрольная группа). Цель исследования – оценка эффективности процесса формирования ППФК и динамика сформированности её основных компонентов. Использовался метод опроса (анкетирование). В соответствии с методическими указаниями А. В. Бурикова (с соавторами) [8] определяли суммарную оценку выполнения тестов по общей физической и профессионально-прикладной подготовленности на основе среднего количества баллов, полученных во время всех тестов. Для определения мотивационного

компонента обучения личности применили методику А. А. Реана и В. А. Якунина (модификация Н. Ц. Бадмаевой).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Исследования спортивных медиков и данные медицинских обследований, сравнивая состояние здоровья и частоту заболеваний у спортсменов и практически здоровых не занимающихся людей, указывают на значимость физической активности в сохранении и укреплении оптимального состояния здоровья (рис. 1) [9, 10].

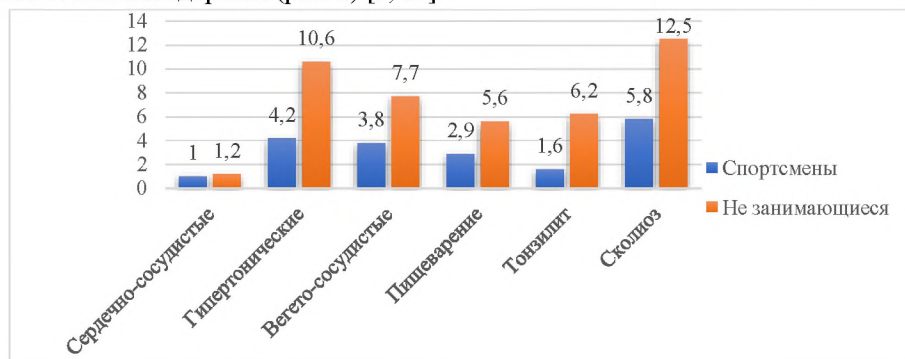


Рисунок 1 – Сравнительный анализ частоты заболеваний (%)

Научные и научно-методические публикации в области ППФК базируются на положениях физического воспитания и раскрывают важные компоненты личности: мотивационный, когнитивный и деятельностный. Формирование профессиональной направленности личности и развитие активности индивида характеризуют устойчивость профессионального самоопределения выпускников [11].

Оценка влияния сформированности основных компонентов ППФК личности несет в себе прикладное значение характеристики выпускника. При этом особое значение имеет оценка влияния ППФК на личностные характеристики:

1. Стремление студента к созданию личности, развитой во всех сферах жизнедеятельности.
2. Осознанность использования средств физической культуры для сохранения здоровья и роста двигательного потенциала.
3. Применение знаний теории и методики физического воспитания с заботой о своем собственном физическом здоровье.
4. Теоретическая подготовленность и ориентированность в аспекте проблем физической культуры и ППФК.

Проведена оценка выполненных тестов по среднему количеству баллов (отлично, хорошо, удовлетворительно), набранных в испытании, по уровню формирования компетенций (высокий, продвинутый, пороговый) в заданных интервалах (%) от максимально возможного количества баллов (табл. 1) [8].

Таблица 1 – Уровень формирования компетенций

№	Уровень формирования компетенций	Среднее количество баллов	Интервал от макс. количества баллов
1.	Высокий уровень	20-25 баллов (отлично)	80%-100%
2.	Продвинутый уровень	18-19 баллов (хорошо)	70%-79%
3.	Пороговый уровень	15-17 баллов (удовлетворительно)	60%-69%

Для определения мотивационного компонента обучения личности была применена методика А. А. Реана и В. А. Якунина (модификация Н. Ц. Бадмаевой) [12].



Рисунок 2 – Определение учебной мотивации обучения у студентов

Анализируя данные исходного уровня показателей мотивационного компонента у студентов контрольной и экспериментальной групп, можно отметить, что в среднем они одинаковые. Наиболее значимые мотивы, указанные респондентами, следующие: учебно-познавательный (16%), профессиональный (16%), социальный (15%) и коммуникативный (15%). На это оказали влияние соответствующие педагогические условия обучения по программам учебных дисциплин.

Для определения уровня усвоения теоретических знаний по дисциплине «Физическая культура и спорт» были использованы контрольные тесты с набором ответов (правильные, неправильные, неполные). Результаты тестирования представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Уровень усвоения теоретических знаний

№	Группа	Высокий уровень	Продвинутый уровень	Пороговый уровень
1.	Экспериментальная	56%	36%	8%
2.	Контрольная	37%	34%	29%

Высокий уровень усвоения определений и базовых понятий в экспериментальной группе показали 56,0% обучающихся, пороговый – 8%. Контрольная группа имела средний уровень усвоения теоретических знаний (29% - 37%). Этот показатель характеризует сформированность знаний у обучающихся по теории и методике физического воспитания для сохранения здоровья и развития двигательного потенциала.

Комплексная оценка профессионально-прикладной физической подготовки студентов (табл. 3) была проведена экспертами с использованием контрольных нормативов для определения уровня развития двигательных качеств: проба Руфье, Гарвардский степ-тест, проба Штанге (задержка дыхания на вдохе), проба Генчи (задержка дыхания на выдохе), тест для оценки гибкости, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине, подъем (сед) и опускание туловища из положения лежа (за 1 минуту), прыжок в длину с места, бег на 100 м, 2000 м (дев.), 3000 м (юн.), плавание 50 м и 100 м, бросок бб мяча в корзину.

Таблица 3 – Оценка профессионально-прикладной физической подготовки студентов

№	Группа	Высокий уровень	Итоговый результат	Продвинутый уровень	Итоговый результат	Пороговый уровень	Итоговый результат
1.	Экспериментальная	8,2%	48%	28%	54%	63,8%	8%
2.	Контрольная	7,7%	12%	26,8%	42%	65,5%	46%

Стоит отметить, что начальный уровень физической подготовленности в обеих группах практически равнозначен и указывает на высокий процент порогового уровня (63%-65%). Итоговый результат продемонстрировал значительный прирост в экспериментальной группе: 48% – высокий уровень и всего 8% – пороговый. В контрольной группе средний итоговый показатель также указывает на динамику результатов, но с меньшими значениями: 12% – высокий уровень, 46% – пороговый уровень.

Объективный результат в экспериментальной группе закономерен благодаря перераспределению часов на учебный год по дисциплине «Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка» в образовательной программе «Юриспруденция. ОЗП» (365 часов): практические занятия (252 часа) – по 126 часов на общую физическую подготовку и спортивно-техническую, то есть два занятия в неделю в сетке учебных часов. Самостоятельные занятия (112,4 часа), а также занятия внеурочного времени: спортивные секции и факультативы по дисциплине.

Распределение часов на учебный год по дисциплине «Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка» в образовательной программе «Экономика» составляет 274 часа: практические занятия (108 часов) – по 54 часа на общую физическую подготовку и спортивно-техническую подготовку, что подразумевает одно занятие в неделю в сетке учебных часов, и самостоятельные занятия (112,4 часа). Распределение часов по дисциплине в учебном плане указанных образовательных программ представлено в таблице 4.

Таблица 4 – Распределение часов на дисциплину. Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Практические занятия (КР)		ИКР	Самостоятельные занятия		Компетенции
		«ОЗП»	экономика		«ОЗП»	экономика	
1.	Общая физическая подготовка	126 час.	54 час.		56,2 час.	82,22 час.	УК-7.1, УК-7.2, УК -7.3
2.	Спортивно-техническая подготовка	126 час.	54 час.		56,2 час.	82,22 час.	
	Контроль	72 час. / 54 час.					
	Итого	252 час.	108	0,6 ч. / 0,45 ч.	112,4 час.	165,55	

Для определения отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом (ФКиС) проводилось анонимное анкетирование с выбором одного или нескольких утверждений. Опираясь на понимание обучающимися всей значимости ППФК в системе профессиональной подготовки, результаты анкетирования в «экспериментальной группе» и «контрольной» значительно различаются (рис. 3, 4).

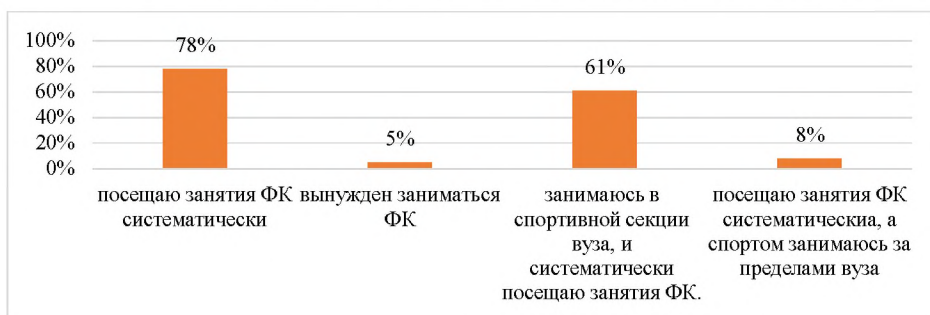


Рисунок 3 – Отношение студентов «юристов» к занятиям ФКиС



Рисунок 4 – Отношение студентов «экономистов» к занятиям ФКиС

По результатам опроса, 78% студентов «юристов» отметили, что посещение занятий ФКиС для них систематично и имеет неоспоримую пользу для здоровья, учитывая специфику будущей профессиональной деятельности. При этом 61% студентов указали на участие в спортивных секциях вуза. Однако среди участников опроса нашлись и 5% студентов, которые вынуждены посещать занятия, так как они контролируются зачётами, и, если бы у них был выбор, предпочли бы их не посещать.

По результатам опроса студентов «экономистов», 48% респондентов отметили посещение занятий ФКиС как систематическое и приносящее неоспоримую пользу для здоровья. При этом 15% студентов также указали на систематические занятия в спортивных секциях вуза. Однако 41% студентов считают посещение занятий неизбежным, так как они контролируются зачётами, и, если бы было возможно, не посещали бы их. Из перечисленных возможных проблем, вызывающих нежелание заниматься, студенты «контрольной группы» указали на отсутствие организации индивидуальных занятий для реализации своих потребностей в физической активности, а физкультурно-спортивные мероприятия в какой-то мере не соответствуют их возможностям. Также был выделен недостаток учета специфики их будущей профессиональной деятельности.

Следует отметить, что Самарский государственный технический университет (СГТУ) и Самарский государственный экономический университет (СГЭУ) имеют достаточно оснащённую спортивную инфраструктуру. На базе вузов работают спортивные секции, а сами университеты занимают лидирующие позиции в соревнованиях «Областной спартакиады»: СГТУ – первое место, СГЭУ – четвёртое место.

Поэтому вопрос соответствия материально-технической базы для занятий ФКиС запросам современной молодёжи имеет высокий уровень положительных ответов (76%). Преподаватели также имеют высокий процент «рейтинга глазами студентов».

ВЫВОДЫ. В исследовании доказана эффективность организации формирования ППФК в большей степени в форме учебных занятий. Несмотря на всю значимость физической культуры в профессиональной подготовке студентов, существует ряд проблем, связанных с физической активностью будущих специалистов. Дисциплина «Физическая культура и спорт», как указали авторы, должна быть обязательной для студентов каждого вуза не менее двух раз в неделю, что составляет 400 часов практических занятий в учебном плане, а также занятия внеурочного времени: спортивные секции, факультативы и самостоятельные занятия.

Основные научные и научно-методические публикации по данной проблеме базируются на положениях физического воспитания и представляют собой способ создания личности, развитой во всех сферах жизнедеятельности.

Сегодня к критериям оценки эффективности процесса формирования ППФК относят динамику сформированности основных её компонентов, делая акцент на способность выпускника приобретать необходимые навыки самообразования, совершенствовать профессиональное мировоззрение и стремиться к освоению инноваций с последующим их применением в профессиональной деятельности.

С внедрением информационных технологий в общество сократилась двигательная активность молодежи. В то же время на рынке труда резко возросли требования работодателей к уровню подготовленности выпускников, формированию их профессиональных компетенций, а также к показателям основных компонентов личностных качеств, физического развития и состояния здоровья. Таким образом, перед вузами, в рамках образовательных программ с ограниченным количеством часов на ФКиС, стоит задача подготовки не только высококлассного специалиста с теоретическими знаниями, умениями и навыками, но и физически развитого специалиста, обладающего навыками самообразования о своем здоровье, с мотивацией к освоению новизны и её практическому применению. Поэтому для обучающихся необходимо создать все условия для активного развития и формирования теоретических аспектов будущей трудовой деятельности. Профессионально-прикладная физическая подготовка на основе традиционных и инновационных технологий поможет эффективно решать задачи в подготовке компетентных специалистов: физически здоровых, с глубокими знаниями и способных успешно позиционировать себя на современном рынке труда.

Результаты эксперимента могут быть использованы специалистами для дальнейших исследований оценки эффективности процесса формирования ППФК и динамики сформированности основных её компонентов у обучающихся.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. К вопросу о классификации современных программ по физической культуре / Аршинник С. П., Тхорев В. И., Шубин М. С., Малазония И. Г. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2024. № 3 (229). С. 38–42. EDN: WLGMLQ.
2. Штынина Я. В., Кормилицын Ю. В. Роль физической культуры в профессиональной деятельности юриста // Аллея Наук. 2022. № 5 (68). С. 305. EDN: GGTDLZ.
3. Стращенко И. Ю., Чилингарян Н. Р., Чубарина Ю. А. Роль физической подготовки в юридической деятельности. DOI 10.24411/2500-1000-2018-10168 // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. Педагогические науки. 2018. № 11-1. С. 131–133. EDN: YQVXUT.

4. Кирсанова О. Н., Бабайкина Е. П. Профессионально-прикладная подготовка в системе физического воспитания студентов НОВГУ // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2024. № 1 (227). С. 73–78. EDN: EMHUAH.
5. Уйманова И. П., Кондрашов Д. М. Влияние профессионально-прикладных физических упражнений на здоровье студентов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2024. № 8 (234). С. 67–70. EDN: QRTLEC.
6. Григан С. А., Бельмач В. А. Влияние применения информационных технологий на физическую активность студентов технического вуза // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2024. № 2 (228). С. 46–49. EDN: SHMWFY.
7. Значение физической культуры в подготовке студентов по юриспруденции / Казакова О. А., Иванова Л. А., Межман И. Ф., Кудинова Ю. В. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2024. № 4 (230). С. 34–38. EDN: MLCPSX.
8. Буриков А. В., Балабин В. В., Гладких И. П. Физическая культура (нормативная и практическая часть) : методические указания. Ярославль : ЯрГУ, 2008. 52 с.
9. Многоуровневый анализ структуры заболеваемости спортсменов и пути снижения рисков для здоровья / Жолинский А. В., Кадыкова А. И., Гладышев Н. С. [и др.]. DOI 10.17116/rbpdpm2024103133 // Восстановительные биотехнологии, профилактическая, цифровая и предиктивная медицина. 2024. № 1 (3). С. 33–45. EDN: SAJAB.
10. Анализ динамики и структуры заболеваемости спортсменов сборных команд Москвы по результатам углубленного медицинского обследования / Бадтиева В. А., Теняева Е. А., Сичинава Н. В. [и др.]. DOI 10.47529/2223-2524.2022.2.1 // Спортивная медицина: наука и практика. 2022. № 12 (2). С. 22–31. EDN: KNFEWV.
11. Звягинцев М. В. О влиянии на профессиональное становление сотрудника уголовно-исполнительной системы средств формирования профессиональной спортивной культуры личности // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2024. № 2 (228). С. 58–61. EDN: IXCGWO.
12. Бадмаева Н. Ц. Влияние мотивационного фактора на развитие умственных способностей. Улан-Удэ : ВСГТУ, 2005. 203 с. ISBN 5-89230-193-1. EDN: QXOALP.

REFERENCE

1. Arshinnik S. P., Tkhorov V. I., Shubin M. S., Malazonia I. G. (2024), "On the issue of classification of modern physical culture programs", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (229), pp. 38–42.
2. Shtynina Ya. V., Kormilitsynand Y. V. (2022), "The role of physical culture in the professional activity of a lawyer", *Alley-science*, No. 5 (68), p. 305.
3. Strashchenko I. Yu., Chilingaryan N. R., Chubarina Y. A. (2018), "The role of physical training in legal activity", *International Journal of Humanities and Natural Sciences. Pedagogical Sciences*, No. 11-1, pp. 131–133.
4. Kirsanova O. N., Babaikina E. P. (2024), " Professionally applied training in the system of physical education of NOVSU students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (227), pp. 73–78.
5. Uymanova I. P., Kondrashov D. M. (2024), "The influence of professionally applied physical exercises on the health of students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 8 (234), pp. 67–70.
6. Grigan S. A., Belmach V. A. (2024), "The influence of the use of information technologies on the physical activity of students of a technical university", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (228), pp. 46–49.
7. Kazakova O. A., Ivanova L. A., Mezghan I. F., Kudanova Yu. V. (2024), "The importance of physical culture in the preparation of students in law", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (230), pp. 34–38.
8. Burikov A. V., Balabin V. V., Gladkikh I. P. (2008), "Physical culture (normative and practical part)", YarGU, Yaroslavl.
9. Zholinsky A. V., Kadykova A. I., Gladyshev N. S. [et al.] (2024), "Multilevel analysis of morbidity in athletes and reduction of health risks", *Regenerative Biotechnologies, Preventive, Digital and Predictive Medicine*, No. 1 (3), pp. 33–45.
10. Badtieva V. A., Tenyayeva E. A., Sichinava N. V. [et al.] (2022), "Analysis of the dynamics and structure of morbidity of athletes from the Moscow national teams based on the results of an in-depth medical examination", *Sports medicine: science and practice*, No. 12 (2), pp. 22–31.
11. Zvyagintsev M. V. (2024), "On the influence on the professional development of an employee of the penal enforcement system of the means of forming a professional sports culture of a personality", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (228), pp. 58–61.
12. Badmaeva N. C. (2005), " The influence of the motivational factor on the development of mental abilities", VSGTU, Ulan-Ude.

Информация об авторах: Савельева О.В., старший преподаватель кафедры физического воспитания, saveleva_leya@mail.ru, ORCID: 0009-0008-0988-9770, SPIN-код 9111-6643. Данилова А.М., доцент кафедры физического воспитания и спорта, danilova.alla.1961@mail.ru, ORCID: 0000-0001-8657-7836. Воронин А.Д., доцент кафедры физического воспитания и спорта, sasha-voronin-1994@mail.ru, ORCID: 0000-0001-7311-5333. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 06.11.2024.

Принята к публикации 05.12.2024.