

Яппаров Р.Р.¹, Гарифуллина А.О.²©

¹Студент, ²преподаватель кафедры Физического воспитания,
ФГБОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет»

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ПРЕПОДАВАНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Аннотация

Занятия физической культурой необходимы каждому человеку. Но не все студенты могут выдерживать ту нагрузку, которую требует от него преподаватель. В этой статье рассмотрены современные методы преподавания на занятиях по физической культуре со студентами специальной медицинской группы.

Ключевые слова: современные методы преподавания, физическая культура, студенты специальной медицинской группы.

Keywords: modern teaching methods, physical culture, students of a special medical group.

Физическая культура — неотъемлемая часть жизни каждого человека. Она занимает достаточно важное место в учебе и развитии людей. Занятия физическими упражнениями значительно влияет на работоспособность каждого из членов общества. Если преподаватель имеет дело со студентами специальной медицинской группы, то в проведении занятий необходимо использовать современные методы преподавания, ведь стандартный подход к физическим упражнениям может не подойти к обучающимся специальной медицинской группы.

Физические упражнения для студентов специальной медицинской группы необходимы, но должны отличаться от обычных, ведь перенапряжение во время занятий может пагубно сказаться на здоровье подростка. В особенности некоторые виды упражнений и вовсе могут быть противопоказаны. Необходимо уменьшить требования для сдачи зачётов к этой группе учащихся по сравнению с другими, в связи с какими-либо проблемами со здоровьем [1]. К примеру, можно ввести в разминку скандинавскую ходьбу, при которой тонизируется большое количество мышц, но это не так напрягает организм, как обычный бег. Подтягивания на турнике следует заменить висом, так как вис на турнике благоприятно сказывается на позвоночнике и мышцах.

Часто занятия физической культурой наполнены различными спортивными играми, которые не заставляют студентов бегать по залу, а дают лишь стимул к движению [2]. Такая игровая методика приносит хорошие плоды, ведь спортивный интерес добавляет положительных эмоций, а не только задействует большое количество групп мышц. Для студентов специальной медицинской группы подойдёт такой спорт как настольный теннис, ведь физическая нагрузка там не так высока, как в других, например, баскетболе или футболе. Тем не менее настольный теннис приводит студентов в тонус, тренирует их реакцию, и тренирует группы мышц ног и кистей рук.

Однако при серьёзных заболеваниях, при наличии которых физические упражнения противопоказаны, студенты могут использовать информационные и коммуникационные ресурсы.

Информационные и коммуникационные ресурсы физкультурно-образовательного назначения, представляют собой специализированные программные средства, используемые наряду с учебно-методическими пособиями, нормативно-технической документацией, применяемыми в образовательно-педагогическом процессе [3]. Такие ресурсы могут применяться в виде презентаций и художественных иллюстраций

физических упражнений, учебные видеоматериалы, демонстрирующие правила игрового спортивного занятия.

Электронные образовательные ресурсы (ЭОР) эффективно повышают уровень подготовки, путём обучения теоретических основ физического воспитания, в физкультурно-оздоровительном процессе, способствуют активным занятиям спорта, благоприятно воздействует на отношение к собственному здоровью, позволяют достигнуть желаемых результатов в обозримом будущем [4]. Всевозможные демонстрационные, мультимедийные и интерактивные материалы переводят образование на качественно новый уровень. Использование новых электронных учебных пособий позволяют студентам значительно расширить применение предоставленной информации.

Однако применение цифровых технологий может повысить время, необходимое для подготовки преподавателей к занятиям для специальной медицинской группы, что может неблагоприятно сказаться на их проведении. Однако данная проблема разрешима тем, что студенты специальной медицинской группы могут подготавливать данный материал самостоятельно в соответствии с адаптивными курсами по физической культуре и спорту для обучающихся с ограничениями по здоровью.

В совокупности всего вышесказанного можно сделать вывод, что комплекс современных методик студентам специальной медицинской группы позволит усовершенствовать систему преподавания занятий без чрезмерной физической нагрузки для данных обучающихся, не повлечёт увеличение нагрузки на преподавателя, и как следствие повысит интерес студентов к данной дисциплине и своему здоровью.

Литература:

1. Мамедов К. Физкультура для учащихся специальных медицинских групп. – М.: Учитель, 2007. С.84
2. Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.: Физкультура и спорт, 1973. С.160
3. Зарипова Р.С., Шакиров А.А. Роль когнитивных технологий в современном образовании // Информационные технологии в строительных, социальных и экономических системах. 2018. № 1-2 (11-12). С. 63-65.
4. Шакиров А.А., Зарипова Р.С. Инновационные подходы к мотивации персонала // Наука Красноярья. 2019. Т. 8. № 4-2. С. 127-130.