

УДК 378:796

## МЕТОД ПРОЕКТОВ В ФОРМИРОВАНИИ НАДПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У СТУДЕНТОВ ПЕДВУЗА В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Кузнецова Н.А., Постникова Н.И.

*ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», Шадринск,  
e-mail: nata28111@yandex.ru, postnikovani@mail.ru*

Целью исследования авторов статьи было обосновать роль проектного метода в формировании надпрофессиональных навыков у студентов педвуза при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт». Под понятием «надпрофессиональные навыки» понимаются навыки, которые позволяют повысить эффективность профессиональной деятельности любого специалиста и включают в себя множество компетенций. Важным аспектом надпрофессиональных навыков для нашего исследования выступала их способность повысить адаптационный и энергетический ресурс личности, в том числе за счет повышения работоспособности и поддержания психического и физического здоровья. Было выдвинуто предположение, что внедрение в процесс преподавания дисциплины «Физическая культура и спорт» у студентов педвуза выполнения итогового проекта в виде программы физического саморазвития на период обучения в вузе будет способствовать формированию у них надпрофессиональных навыков, в том числе повышению адаптационных и энергетических ресурсов личности. В статье описаны результаты экспериментального исследования после внедрения метода проектов, которые показывают что у тех студентов, которые выполняли итоговый проект по дисциплине, повысились осознанность, мотивация и интерес к занятиям физической культурой и спортом. Также показано, что работа над проектом способствует формированию надпрофессиональных навыков у студентов педвуза, необходимых им, чтобы быть успешными и эффективными специалистами, прежде всего, навыков адаптационного позитивного поведения.

**Ключевые слова:** надпрофессиональные навыки, студенты педвуза, метод проектов, физическая культура и спорт

## METHOD OF PROJECTS IN FORMATION OF PROFESSIONAL SKILLS AMONG STUDENTS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITIES IN THE PROCESS OF STUDYING THE DISCIPLINE «PHYSICAL CULTURE AND SPORT»

Kuznetsova N.A., Postnikova N.I.

*Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, e-mail: nata28111@yandex.ru, postnikovani@mail.ru*

The aim of the research of the authors was to justify the role of the project method in the formation of professional skills among students of pedagogical universities when studying the discipline «Physical culture and sport». The term «supra-professional skills» refers to skills that can improve the effectiveness of any specialist's professional activities and include a variety of competencies. An important aspect of professional skills for our study was their ability to increase the adaptive and energy resource of the individual, including by improving performance and maintaining mental and physical health. It was suggested that the implementation of the final project in the form of a program of physical self-development for the period of study at the University will contribute to the formation of their supra-professional skills, including improving the adaptive and energy resources of the individual. The article describes the results of an experimental study after the introduction of the project method, which show that those students who completed the final project in the discipline, increased awareness, motivation and interest in physical culture and sports. It is also shown that working on the project contributes to the formation of supra-professional skills of pedagogical University students, which they need to be successful and effective specialists, first of all, the skills of adaptive positive behavior.

**Keywords:** professional skills, students of pedagogical higher school, project method, physical culture and sport

В последние годы широкое распространение в мире получила концепция «учиться на протяжении всей жизни». Жизнь не стоит на месте. Современный мир развивается с огромной скоростью. Как никогда в истории, происходит ускорение всех жизненных процессов, развиваются технологии, появляются новые профессии, возникают новые вызовы, к которым человек должен быть готов. Современный специалист должен быть настроен меняться, перестраиваться, адаптироваться к изменяющимся жизненным обстоятельствам и всё время учиться-учиться.

Эти новые жизненные коллизии отражены в Болонской системе образования,

принятой большинством цивилизованных государств, проявляются в появлении различных курсов повышения квалификации и переподготовки кадров, которые востребованы не менее, чем базовое высшее или среднее профессиональное образование, так называемых «Университетов третьего возраста», где осваивают современные технологии и новшества люди, уже вышедшие на пенсию.

В связи с этим жизненно важными становятся не столько академические знания и профессиональные умения, сколько способность учиться, организовывать своё самообразование и развитие, иметь активную гражданскую и жизненную позицию, быть

коммуникабельным и уметь выстраивать целесообразные отношения с людьми, работать в команде, брать ответственность на себя, т.е. проявить лидерские качества, быть мобильным, готовым жить и трудиться в любой стране, при любых обстоятельствах, иначе говоря, быть успешным, несмотря ни на что и даже вопреки всему.

Для подготовки молодого человека к такой жизни, где царят жёсткая конкуренция и борьба за «место под солнцем», стали говорить о необходимости формирования у студентов «надпрофессиональных навыков», которые и должны обеспечить им «выживаемость» в мире «естественного отбора», а также обеспечить более качественную подготовку их как профессионалов. Это возможно только при условии, что личность обладает достаточными адаптационными и энергетическими ресурсами, в том числе по поддержанию своего здоровья и высокой работоспособности на протяжении длительного времени. Такой подход лежит в основе концепции Life Skills Всемирной организации здравоохранения.

Мы полагаем, что для этих целей эффективным методом работы со студентами педагогического вуза должен стать метод проектов. Появившийся в начале XX в., обоснованный в трудах Д. Дьюи, данный метод то был востребован в том числе и школьным образованием (после революции 1917 г. внедрялся в школы по личному распоряжению Н.К. Крупской), то был забыт (после осуждения постановлением ЦК ВКП(б) в 1931 г. как чуждого советской школе не использовался вплоть до конца 1980-х гг.). С переходом на ФГОС взоры педагогического сообщества снова обратились к проектным технологиям, которые стали активно внедряться на всех уровнях образования, однако потенциал метода проектов в процессе формирования у студентов надпрофессиональных навыков в ходе изучения дисциплины «Физическая культура и спорт», на наш взгляд, остается нереализованным.

Таким образом, противоречие между необходимостью формирования надпрофессиональных навыков у студентов педагогического вуза и использованием для этого адекватных педагогических технологий и методов сделало актуальным проблему нашего исследования. Насколько эффективно применять метод проектов для формирования надпрофессиональных навыков у студентов педвуза при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт»?

Цель исследования: обоснование роли проектного метода в формировании надпрофессиональных навыков у студентов педву-

за при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт».

#### **Материалы и методы исследования**

Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет» в рамках преподавания дисциплины «Физическая культура и спорт» у студентов первого курса факультета коррекционной педагогики и психологии и гуманитарного факультета, 70 человек из которых составили экспериментальную группу (в работе с ними был внедрён метод проекта). Студенты педагогического факультета и факультета математики, информатики и физики составили контрольную группу (они не делали итоговый проект), также 70 человек.

Всего в исследовании приняли участие 140 человек. Использовались методы: теоретические (анализ, синтез, обобщение), эмпирические (педагогический эксперимент, анкетирование, математическая обработка данных).

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Анализ литературных источников позволил нам сформулировать определение надпрофессиональных навыков (надпрофессиональных компетенций), под которыми понимаются навыки, позволяющие повысить эффективность профессиональной деятельности. Эти навыки необходимы специалисту в любой области. Они позволяют работнику повысить эффективность профессиональной деятельности в своей отрасли, а также дают возможность переходить между отраслями, сохраняя свою востребованность [1]. Важным аспектом надпрофессиональных навыков для нашего исследования выступала их способность повысить адаптационный и энергетический ресурс личности, в том числе за счет повышения работоспособности и поддержания психического и физического здоровья.

Для приобретения надпрофессиональных навыков необходимо привнесение творческого компонента в обучение, индивидуальный и дифференцированный подход к обучаемым, информатизация и компьютеризация процесса обучения.

В различных источниках указывается, что к надпрофессиональным навыкам относят, например, такие, как владение литературной и деловой устной и письменной речью, в том числе на иностранном языке; умение пользоваться компьютерной техникой и другими средствами связи и информации, включая телекоммуникационные сети; знание психологии и этики общения;

управление командой (лидерские навыки); умение работать в команде; навыки самоанализа; творческое мышление; способности адаптации к изменяющимся условиям; умение управлять своим временем; способность к личностному развитию и др. [2–4].

Метод проектов можно определить как «способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технология), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом»; это «совокупность приёмов, действий учащихся в их определённой последовательности для достижения поставленной задачи – решения проблемы, лично значимой для учащихся и оформленной в виде конечного продукта» [5].

Физическая культура у студентов ШГПУ преподаётся с первого по третий курс, практические занятия предусматривают одну пару в неделю. На первом курсе, помимо практики, преподаётся теоретический курс «Физическая культура и спорт» в 1 семестре и элективные курсы по физической культуре и спорту во втором семестре (также по одной паре в неделю, всего по 18 часов).

Теоретический курс «Физическая культура и спорт» предусматривает изучение таких тем, как:

– «Физическая культура и спорт как учебная дисциплина», где студенты знакомятся с её целями и задачами, функциями, организацией физического воспитания в вузе;

– «Основы здорового образа жизни студента», где изучаются факторы, определяющие здоровье, здоровый образ жизни и его составляющие, роль физической культуры в обеспечении здоровья;

– «Оздоровительные системы физических упражнений. Лечебная физическая культура», где рассматриваются традиционные и нетрадиционные виды оздоровительной физической культуры, их влияние на организм, упражнения лечебной физической культуры при различных видах заболеваний;

– «Оценка физического развития», где студенты осваивают методы оценки физического развития, оценку уровня физической работоспособности и методы исследования функционального состояния систем организма;

– «Развитие двигательных качеств», где изучаются понятия силы, скоростных качеств, выносливости, гибкости, координации, их тестирование, средства и методы развития;

– «Организация занятий физической культурой и спортом», где студенты осва-

ивают нормирование физических нагрузок с учетом уровня подготовленности, половозрастных особенностей, правила техники безопасности при изучении основных разделов программы, особенности занятий избранным видом спорта, формы самостоятельных занятий физической культурой;

– «Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов», где даётся характеристика двигательного режима специальности, санитарно-гигиенические условия труда, требования к психофизиологическим свойствам организма, обучающиеся знакомятся с профессиональными заболеваниями и их профилактикой средствами физической культуры.

В процессе изучения дисциплины студенты накапливают багаж знаний, выполняют различные практические задания, пополняют свой арсенал умений, изучают дополнительные источники информации. Такая работа в течение семестра позволяет им накопить необходимый материал для подготовки итогового проекта по предмету «Программа физического саморазвития на период обучения в вузе».

Данный проект предполагает разработку программы работы над собой, своим физическим развитием на 4–5 лет студенческой жизни. Работать над проектом студенты могут как индивидуально, так и объединившись в группы по 2–3 человека, если они преследуют одинаковые цели.

Вначале студент обосновывает актуальность работы над собой, выявляет те проблемы, которые он хотел бы решить в ходе реализации проекта. Анализ проектной деятельности показал, что, как правило, большинство, в основном девушки, хотят похудеть (71%), улучшить параметры фигуры (100%), улучшить своё функциональное состояние (86%).

Затем студенты формулируют для себя цель программы и задачи, которые позволят её добиться. Далее, произведя оценку своего физического и функционального состояния, планируют формы и методы работы над собой на каждый семестр на все годы обучения в вузе. Помимо практических занятий в вузе (которых явно недостаточно для того, чтобы добиться поставленной цели) студенты планируют самостоятельные формы занятий, участие в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях вуза, запись в секции, посещение фитнес-центров и бассейнов и др.

В ШГПУ для студентов предоставляют возможности занятий в секциях по баскетболу, волейболу, настольному теннису, лыжному спорту, лёгкой атлетике, самбо. К их услугам также секции и тренировки

в спорткомплексах «Олимп» и «Парус», бассейне «Посейдон», стадионе «Торпедо», фитнес-центрах «Цех», «Добрыня», тренажёрных залах «Дружба», «Спектра» и др. В вузе проводится множество спортивно-оздоровительных мероприятий, в том числе университетская спартакиада, в которых могут принять участие все желающие.

За помощью в разработке программы индивидуальных тренировок студенты обращаются к профессиональным инструкторам (64%), также некоторые планируют получение консультации эндокринолога (24%), психолога (14%) и др. специалистов. Это всё они указывают в качестве ресурсов, необходимых для реализации проекта. Помимо людских, организационных ресурсов, им требуются материальные и финансовые ресурсы (для оплаты абонементов в тренажёрные залы (50%), бассейны (43%), фитнес-центры (82%), консультаций специалистов (86%), покупки необходимого спортивного инвентаря и одежды (100%). Кроме планирования двигательной активности, студенты разрабатывают свой «идеальный» распорядок дня, планируют меню и рассчитывают его калорийность, исходя из своих параметров и тех целей, которых хотят добиться.

Спланировав работу, студенты приступают к анализу возможных проблем и трудностей, с которыми могут столкнуться, начав реализацию программы. Как показывает анкетирование, на первом месте у всех стоит лень – это главная трудность в том, чтобы начать работу над собой и добиться желаемого результата. 100% опрошенных поставили ее на первое место. 71% студентов назвали нехватку времени, так как много задают и они не успевают справляться с учебными нагрузками. 50% назвали возможные финансовые трудности, которые не позволяют им в полном объеме выполнить запланированное. Одновременно с этим студенты искали пути решения названных трудностей. Главным средством для борьбы с ленью назвали мотивацию, желание становиться лучше (86%), а также работу в команде, в группе единомышленников, которые поддержат и не дадут бросить начатое (71%). Для решения проблемы нехватки времени названы планирование своего дня, рациональное распределение работы. Для решения финансовых трудностей студенты предлагают хорошо учиться с тем, чтобы получать повышенную стипендию (64%), а некоторые (21%) не исключают дополнительную подработку.

Последним пунктом в проекте идёт ожидаемый результат – то, каким себя студенты

видят после окончания работы по программе. Как правило, большинство студентов связывают свой образ идеального Я со становлением себя в профессиональном плане, то есть быть красивым, здоровым, крепким необходимо, чтобы быть хорошим специалистом, эффективно трудиться и выполнять свои профессиональные обязанности (86%), эффективно решать жизненные проблемы (71%), быть успешным (77%), сохранять позитивный настрой (64%), поддерживать необходимый уровень энергии для воплощения в жизнь новых идей (74%).

В конце изучения дисциплины студенты защищают свои проекты на итоговой конференции. Происходит это в торжественной обстановке, с приглашением независимого жюри. Вручаются дипломы за лучшие проекты.

### Заключение

Как показывает анализ, такая работа над проектом позволяет сформировать мотивацию и интерес к физкультурно-спортивной деятельности, студенты более осознанно начинают подходить к занятиям физической активностью, понимают роль физической культуры и спорта как важного аспекта становления надпрофессиональных навыков. Сравнение данных с тех факультетов, в практику которых был внедрён метод проектов (гуманитарный, факультет коррекционной педагогики и психологии ШГПУ), и тех, где его не использовали (педагогический факультет, факультет математики, информатики и физики ШГПУ), показывают, что студенты, выполнявшие итоговый проект, больше посещают те или иные секции (64% и 36% соответственно), чаще принимают участие в спортивно-массовых мероприятиях вуза (71% и 40%), реже пропускают практические занятия по физической культуре в вузе (14% и 21%).

Кроме того, работа над подобными проектами учит студентов, используя методы оценки физического и функционального состояния, проводить самоанализ; объединившись в группы, совместно решать поставленную проблему; брать на себя роль ведущего (проявлять лидерство); выступать на публике, презентуя проект, отстаивать свою точку зрения, отвечать на вопросы; развивает коммуникативные навыки (умение договариваться, взаимодействовать с разными людьми при разработке программы); работать с разными источниками информации (литературными, интернет-ресурсами), критически её осмысливать, анализировать и творчески интерпретировать; в целом работа над про-

граммой физического саморазвития способствует личностному развитию студентов. Таким образом, использование метода проектов в процессе изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» способствует формированию надпрофессиональных навыков студентов педвуза.

#### Список литературы

1. Сырямкина Е.Г., Румянцева Т.Б., Ливенцова Е.Ю. Практика развития надпрофессиональных компетенций студентов в современном университете // Образование и наука. 2016. № 7. С. 134–135.
2. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования / Под ред. Е.С. Полат. М.: Академия, 2009. 268 с.
3. Емелина Н.В. Проблема формирования надпрофессиональных навыков у студентов нелингвистических направлений подготовки // БГЖ. 2019. № 1 (26). С. 220–222.
4. Мухортова Е.А. Развитие иноязычных профессиональных и надпрофессиональных навыков в рамках дидактического цикла при подготовке менеджеров // ЭСГИ. 2018. № 4 (20). С. 129–132.
5. Прутченков А.С., Павлова С.А. Технология оценивания надпрофессиональных навыков (ключевых компетенций) школьников в рамках профильной смены JUNIORSKILLS // Школьные технологии. 2017. № 5. С. 76–87.