

## **Роль элективных курсов по бадминтону в системе физического воспитания обучающихся вузов неспортивного профиля**

А. А. Базунов\*, Р. У. Зарипов, А. А. Базунова

*Башкирский государственный университет*

*Россия, Республика Башкортостан, 450076 г. Уфа, улица Заки Валиди, 32.*

*\*Email: sport-bsu@mail.ru*

В статье обоснована необходимость внедрения в учебный процесс вузов неспортивного профиля элективных курсов по бадминтону, направленных на формирование социальной компетентности и реализацию индивидуального и дифференцированного подхода к обучению. Показано, что содержание авторской рабочей программы по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре (бадминтон)», разработанной в БашГУ, способствует формированию необходимых компетенций обучающихся, популяризирует бадминтон как вид спорта и обеспечивает эмоциональное физическое и социальное совершенствование личности обучающихся.

**Ключевые слова:** физическая культура, бадминтон, элективные курсы, социальная компетентность.

Одним из самых важных условий адаптации и социализации обучающихся является коллективная (групповая) форма организации учебного процесса, при которой, наряду с другими дисциплинами, важную роль играют дисциплины блока «Физическая культура».

В Федеральных государственных образовательных стандартах высшего образования представлены требования к овладению необходимым уровнем социальной компетентности, предъявляемые к обучающимся в вузе. Так, во ФГОС ВО третьего поколения говорится, что «...Дисциплины (модули) по физической культуре направлены на обеспечение общекультурной компетенции ОК-8 «способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»...[1]. Главная роль высших учебных заведений при реализации требований государственных стандартов состоит в обеспечении необходимых условий для вовлечения обучающихся в определенные виды образовательной деятельности, способствующих социализации и развитию способности будущих специалистов эффективно решать поставленные перед ними профессиональные цели и задачи [2, 3].

Элективные дисциплины и курсы являются составной частью физического воспитания студентов вузов, так как в их основе лежит учет интересов обучающихся. В связи с этим, понятна роль элективных дисциплин, содержание которых позволяет удовле-

творить профессиональные интересы, повысить свою квалификацию в соответствии с индивидуальными наклонностями.

Занятия по элективным дисциплинам и курсам отличаются от обычных занятий по дисциплине «Физическая культура» тем, что их содержание включает последовательную и наглядную методику объяснения техники выполнения физических упражнений, а также предоставляет обучающимся возможность отслеживать эффекты от занятий совместно с преподавателем и самостоятельно.

Известно, что бадминтон, как вид спорта, помогает решать основные задачи физического воспитания, которые состоят в формировании потребностей обучающихся к внимательному отношению к своему здоровью, развитию физических и психических качеств, грамотном применении средств физической культуры в организации здорового образа жизни [4, 5]. Занятия бадминтоном развивают силу, выносливость, координацию движения, точность зрительного восприятия, улучшают подвижность в суставах, способствуют приобретению широкого круга двигательных навыков, воспитывают волевые качества. Широкая возможность вариативности нагрузки позволяет использовать бадминтон, как реабилитационное средство, как часть тренировочного процесса в других видах спорта, а также для проведения элективных занятий в группах общей физической подготовки и на занятиях в специальных медицинских группах вузов неспортивного профиля.

Зрелищность, благоприятное воздействие на организм предопределили включение бадминтона в систему физического воспитания в школах, в средних и высших учебных заведениях. В связи с этим, введение бадминтона в виде элективного курса в учебный процесс вузов неспортивного профиля является актуальной задачей.

Таким образом, целью данной работы является выявление предпосылок введения в учебный процесс по дисциплинам блока «Физическая культура» элективных курсов по бадминтону, способствующих формированию социальной компетентности и реализацию индивидуального и дифференцированного подхода к обучению.

Возможности физкультурно-спортивной базы большинства вузов неспортивного профиля и высокая квалификация преподавателей позволяют в рамках элективных курсов организовать учебный процесс по следующим спортивным направлениям: баскетбол, волейбол, футбол, мини-футбол, бадминтон, настольный теннис, плавание, пауэрлифтинг, кикбоксинг, фитнес-аэробика и др. [4–7]. Выбор направления развития физического совершенства должен быть закреплен за каждым обучающимся с учетом желаний, интересов, умений и навыков. Лишь при этих условиях элективная дифференциация станет основой физического воспитания и будет способствовать приобщению обучающихся к ценностям физической культуры и спорта, формированию потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В связи с тем, что у студентов и сотрудников Башкирского государственного университета бадминтон является одним из самых популярных видов спорта [8], и преподавателями кафедры физического воспитания БашГУ накоплен значительный опыт в подготовке спортсменов-бадминтонистов, то целесообразность введения в образовательный процесс по блоку «Физическая культура» элективных курсов по бадминтону не вызывает сомнения.

Для документального обеспечения образовательного процесса по данным элективным курсам разработана авторская рабочая программа. Основное содержание программы включает в себя три основных раздела: «Общие сведения о физической культуре в целом и о бадминтоне в частности», «Способы физкультурной деятельности на занятиях бадминтоном», «Физическое совершенствование по результатам занятий бадминтоном».

Раздел «Общие сведения о физической культуре в целом и о бадминтоне в частности» содержит основные термины и понятия игры в бадминтон, сведения о истории развития бадминтона в мире и в России, и его роли в современном спорте и общественном развитии. Также в данном разделе подробно представлены основные понятия физической, нравственной и спортивной подготовки бадминтонистов, особенности организации и проведения самостоятельных занятий по бадминтону, освещаются правила игры в бадминтон и требования техники безопасности при проведении занятий и соревнований.

В разделе «Способы физкультурной деятельности на занятиях бадминтоном» содержится описание заданий, которые ориентированы на активное включение обучающихся в самостоятельные занятия бадминтоном. Этот раздел имеет четко прослеживаемую логическую связь с разделом «Общие сведения о физической культуре в целом и о бадминтоне в частности» и включает в себя: организацию и проведение самостоятельных занятий бадминтоном с учетом индивидуальных особенностей физического развития и уровня подготовленности обучающихся; соблюдение требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий, выбор инвентаря, одежды и обуви для занятий бадминтоном.

Заключительный раздел «Физическое совершенствование по результатам занятий бадминтоном», ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья обучающихся. Описываются требования к обучению способам хватки ракетки, подач, ударов по волану, техники передвижения по площадке, тактико-технических действий в бадминтоне, упражнениям общей, специальной физической и технической подготовки.

Следовательно, содержание данной рабочей программы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре (бадминтон)» способствует не только укреплению, но и

расширению знаний, умений и навыков по физической культуре в целом и бадминтону в частности, а также способствует физическому, эмоциональному и социальному развитию личности обучающихся.

### Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению 06.03.01 – Биология (уровень бакалавриата)/ Введ. 25.08.2014- М.: Минобрнауки РФ. 2014. 17 с.
2. Ильинич В. И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов: учеб. для вузов. М.: Высш. шк., 1978. 220 с.
3. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся техн. вузов: учеб. для вузов. М.: Высш. шк., 1985. 116 с.
4. Смирнов Ю. Н. Бадминтон. Учебное пособие. М.: Изд-во Университета дружбы народов, 1988. 93 с.
5. В. П. Помыткин. Книга тренера по бадминтону. Теория и практика. Ульяновск: ОАО «Первая Образцовая типография», филиал «Ульяновский дом печати», 2012. 344 с.
6. Базунов А. А., Базунова А. А. Системы оценивания успеваемости студентов непрофильных высших учебных заведений, занимающихся бадминтоном. // Сборник материалов III Всероссийской заочной научно-практической конференции «Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях». Уфа: РИЦ БашГУ, 2017. С. 130–132.
7. Базунов А. А., Султанов А. Д. Развитие скоростно-силовых качеств на занятиях бадминтоном. // Сборник тезисов II Всероссийской заочной научно-практической конференции «Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в образовательных учреждениях». Уфа: РИЦ БашГУ, 2016. С. 56–58.
8. А. А. Базунов, В. Я. Федотов, А. А. Базунова, С. Т. Аслаев. История и перспективы развития спортивного бадминтона в Башкирском государственном университете. // Доклады Башкирского университета. 2018. Т. 3. №1. С. 157–161.

Статья рекомендована к печати кафедрой физического воспитания Башкирского Государственного университета (проф. С. Т. Аслаев)

## **The role of elective courses on badminton in the system physical education of university universal profiles**

A. A. Bazunov\*, R. U. Zaripov, A. A. Bazunova

*Bashkir State University*

*32 Zaki Validi Street, 450074 Ufa, Republic of Bashkortostan, Russia.*

*\*Email: sport-bsu@mail.ru*

In the article the necessity of introduction in educational process of universities unsportsmanlike profile elective courses in badminton, aimed at forming social competence and the implementation of individual and differentiated approach to training. It is shown that the content of the author's work program on the subject "Elective Courses of Physical Culture (badminton)", developed at the Bashkir State University, promotes the formation of the necessary competencies of students, promotes badminton as a sport and provides emotional physical and social improvement of the personality of students.

**Keywords:** physical culture, badminton, elective courses, social competence.