

**ФОРМЫ САМОКОНТРОЛЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ НА ФАКУЛЬТЕТЕ ДИНО**

Гордеенко М. Л. (УО «МГПУ им. И. П. Шамякина»)

Научный руководитель – А. А. Борисок, ст. преподаватель

Актуальность: физическая культура является одним из важнейших компонентов целостного развития личности студентов. Специфическими результатами ее изучения являются здоровье, функциональные возможности организма, уровень физического развития, физической

подготовленности. Достижение этих специфических результатов невозможно без самоконтроля, организации систематических учебных и самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Объект исследования – физическая культура студентов. *Предмет исследования* – особенности формирования у студентов факультета дошкольного и начального образования УО МГПУ им. И.П. Шамякина мотивации к занятиям физической культурой на основе использования самоконтроля.

Цель исследования – изучение влияния самоконтроля на результаты уровня физической подготовленности, функциональных возможностей организма, на повышение мотивации к систематическим занятиям физической культурой.

Задачи исследования: разработать форму протоколов и дневника самоконтроля; определить условия, влияющие на формирование у студентов мотивации к занятиям физической культурой; определить эффективность самоконтроля на результаты уровня физической подготовленности, функциональных возможностей организма.

В экспериментальных группах (факультет ДиНО, специальность «Дошкольное образование. Физическая культура») с 2008/2009 учебного года в учебном процессе используется модульно-рейтинговая технология обучения физической культуре. Содержание курса дисциплины сформировано из 5 модулей. Пятый модуль методической подготовки обеспечивает формирование профессионально-прикладных умений по физической культуре (участие в студенческих конференциях, проведение научно-исследовательских работ, представление авторских программ и дневника самоконтроля учебных и самостоятельных занятий физическими упражнениями).

Результаты исследования: выявлена взаимосвязь дневника самоконтроля учебных и самостоятельных занятий физическими упражнениями и уровня мотивации к систематическим занятиям физической культурой. Систематические занятия повысили уровень физической подготовленности студентов и функциональных возможностей организма.