

забезпечують їх валідності та надійності.

Результати проведеного аналізу дають змогу стверджувати, що система тестування та оцінювання координаційних здібностей студентів спеціальних медичних груп вимагає належного наукового доопрацювання з урахуванням особливостей контингенту цих груп та функціональних можливостей організму студентів з відхиленнями у стані здоров'я. Різноманіття прояву коорди-

наційних здібностей зумовлює необхідність розроблення об'єктивних критеріїв, що дозволяють здійснювати якісне та кількісне оцінювання їх параметрів руху.

Подальші дослідження передбачають розроблення підходів до реорганізації існуючих тестових випробувань координаційних здібностей студентів із відхиленнями у стані здоров'я, на основі комплексного впровадження новітніх технологій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Довгич О. В. Вдосконалення координаційних здібностей студентів на заняттях з фізичного виховання / О. В. Довгич // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2001. – № 2-3. – С. 41-44.

2. Годик М. А. Спортивная метрология : уч. для институтов физ. культ. / М. А. Годик. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.

3. Корягін В. М. Фізичне виховання студентів у спеціальних медичних групах : [навч. посібник] / В. М. Корягін, О. З. Блавт. – Видавництво Львівської політехніки, 2013. – 488 с.

4. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания : [учеб.] / Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 167 с.

5. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки фи-

зического развития и физической подготовленности: [учебн. пос.] / Б. Х. Ланда. – М. : Советский спорт, 2006. – 208 с.

6. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей: [уч. пос.] / В. А. Романенко. – Донецк, 2005. – 290 с.

7. Семенов Л. А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях / Л. А. Семенов – М.: Советский спорт, 2007.

8. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сергієнко. – К. : Олімпійська література", 2001. – 439 с.

9. Скалій Т. В. Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків : дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / ХДУ — Херсон, 2006. — 216 арк. : рис., табл. – С. 145-169.

Подано до редакції 27.03.13

УДК 378.016:796.071.4

О. О. Бойко

ПОБУДОВА ПЕДАГОГІЧНОЇ ІНТЕГРАЛЬНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ЗАНЯТТЯХ ЗІ СПОРТИВНИХ ІГОР

На основі численних досліджень нами розроблена інноваційна педагогічна технологія підготовки майбутніх учителів фізичної культури на заняттях зі спортивних ігор, яка включає комплекс різноманітних прийомів та способів, спрямованих на розвиток рухових дій, формування навичок, і представляє інтегральне багатоскладове утворення, кінцевою метою якого є формування сенсомоторного комплексу.

Ключові слова: інноваційна педагогічна технологія, учитель фізичної культури.

Постановка проблеми. Величезну роль у збереженні та укріпленні здоров'я, оптимального тону організму відіграє раціональна рухова діяльність, яку для дітей і підлітків можна реалізувати на заняттях з фізичної культури з метою правильного формування в них рухових умінь і навичок, засвоєння основних принципів удосконалення фізичних якостей і виховання потреби їх реалізації не лише на уроках фізичної культури, а й у домашніх умовах, повсякденному житті. Для досягнення цієї мети уроки фізичної культури мають не лише навчати дітей певних вправ – вони повинні бути спрямовані на покращення функціонального стану, фізичної підготовленості тих, хто навчається, мати оздоровчий характер. Саме цим завданням якнайкраще відповідає використання на уро-

ках фізичної культури спортивних ігор. Тим більше, цей вид ігор займає половину обсягу навчальної програми, залучає до занять більшу частину учнів. Важливу роль відіграють також умови шкільної спортивної бази, які за типовими проектами орієнтовані переважно на заняття спортивними іграми.

Аналіз останніх публікацій. Аналіз розвитку педагогічної теорії та практики показує, що на всіх етапах становлення професійної освіти вчені здійснювали пошук нових підходів і критеріїв до підготовки майбутнього вчителя фізичної культури, адекватних існуючим соціокультурним вимогам. Проблема підготовки вчителя до професійної діяльності була предметом уваги таких видатних педагогів минулого – А. Дістервег, Я. Коменський, П. Лесгафт, К. Ушинський і сучасності –

Е. Вільчковський, І. Гончар, С. Єрмаков, Б. Шиян та ін. Пошук шляхів удосконалення процесу навчання майбутньої професії вчителя фізичної культури вже тривалий час є предметом уваги таких відомих дослідників, як (Р. Асадулін, А. Ахулкова, В. Байденко, А. Блеєр, П. Борисов, А. Вербицький, О. Данілов, В. Маслов та ін.).

Останнім часом з'явилися наукові розробки дослідників з різних видів спорту (Л. Жула, А. Твеліна В. Філіпов та ін.) для підготовки майбутніх учителів фізичної культури.

Проте методичного забезпечення, яке б значною мірою враховувало весь перелік вимог ще немає. Це орієнтує на впорядкований перегляд низки ключових позицій системи підготовки вчителів фізичної культури, яка б базувалась на принципово нових засадах.

Мета дослідження. Представити технологію розвитку рухових навичок і методичного забезпечення проведення занять зі спортивних ігор майбутнім учителем фізичної культури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Накопичений матеріал, вивчення робіт попередників, власні дослідження дозволили вийти на загальну функціонально-дійову картину підготовки вчителя фізичної культури й створити інтегровану технологію його становлення як спеціаліста, включно з технологічним процесом формування здібностей, якостей, навичок. Дана технологія включає комплекс різноманітних прийомів, способів, спрямованих на розвиток рухових дій в спортивних іграх, формування навичок, і представляє інтегральне багатоскладове утворення, кінцевою метою якого є формування сенсомоторного комплексу (рис. 1, 2).

Важливе значення в процесі навчання рухових дій є теоретична частина занять, яка допомагає дізнатися як і чому саме так потрібно виконувати рухову дію. Вона є основою для подальшого практичного навчання рухів [1].

Для того, щоб перейти до вивчення рухових дій на практиці, студент повинен володіти необхідними знаннями та розумінням не тільки зовнішньої картини руху, а й механізмами управління, життєзабезпеченням руху, що дає можливість виявити цілий комплекс параметрів, що характеризують руховий образ. Саме тому теоретична частина повинна передбачати вивчення біомеханічної характеристики рухів, щоб студент умів правильно підбирати фізичні вправи та визначати їх вплив на організм і його функціональні системи, правильно розвивати фізичні якості та здійснювати контроль, корегувати навантаження, запобігати травматизму та раціонально застосовувати на практиці біомеханічні методи: антропометрії (для визначення рівня фізичного розвитку, що допоможе вплинути на специфіку вирішення рухових задач), тензодинамометрії (для вивчення кількісних характеристик опорних взаємодій тіла студента при виконанні ним технічних дій, що дозволить більш детально розглядати різні структурні зв'язки в цілісному руховому акті), стабілографії (дасть змогу дослідити статодинамічну стій-

кість тіла студента, дати кількісну та якісну оцінку цієї стійкості, з метою доповнити знання про техніку вправ; здійснювати контроль якості навчання вправ, які пов'язані зі складною руховою навичкою зберігання рівноваги тіла та інше.

Тому знання біомеханічних характеристик рухових дій студентів на початку практичного вивчення рухових дій та їх контроль під час навчання та в кінці курсу допоможе правильно підібрати ефективні засоби навчання – фізичні вправи різного спрямування, технічні засоби навчання і в кінцевому разі визначити ефективність процесу навчання рухових дій у спортивних іграх.

Також з урахуванням того факту, що в процесі навчання, як правило, студентів (майбутніх учителів) навчають не механічних рухів, а рухових дій, реалізація яких неможлива без активної участі свідомості, тому тут виникає необхідність за допомогою спрямованого формування певних біомеханічних структур техніки ефективно керувати й сферою психологічної підготовки.

Для того, щоб ефективно засвоювати технічні елементи, наприклад, у спортивних іграх, майбутньому учителеві фізичної культури необхідно вміти розвивати спочатку загальні фізичні якості (бистроту, силу, гнучкість, витривалість, спритність) і тільки після цього спеціальні якості, які є найбільш ефективними для розвитку даних технічних елементів [3].

Ефективність засвоєння навчального матеріалу великою мірою залежить від рівня розвитку емоційної сфери. Емоції – це діяльність, яка оцінюється інформацією про внутрішній і зовнішній світ, яка надходить у мозок. Емоції оцінюють дійсність і доводять свою оцінку до відома людини [5].

Важливим моментом у прояві інтересу до занять є: наполегливість, цілеспрямованість на заняттях, які полягають у конкретизації мети і перспектив діяльності; різноманітність засобів, форм і методів проведення таких занять; дотримання принципу доступності; використання ефекту суперництва; усвідомлення учнем свого обов'язку і відповідальності [4].

Велике значення для майбутнього вчителя має така вольова якість, як винахідливість. На уроці фізичної культури часто виникають ситуації, які вимагають миттєвого прийняття рішень.

Значним у досягненні позитивного результату у навчанні, з одного боку, є професійна компетентність учителя, а з іншого – діяльність самих учнів. Така діяльність насамперед передбачає самостійного пошуку раціонального виконання вправи, організації самоконтролю. Для досягнення цієї мети необхідно послідовно і цілеспрямовано озброювати учнів системою спеціальних знань, умінь та навичок, включати в уроки фізичної культури різноманітні навчальні завдання, створювати спеціальні педагогічні ситуації, які б готували учнів до самостійних занять фізичними вправами в умовах навчального і подовженого дня школи, в сім'ї і за місцем проживання, а також на-

вчання учнів самоконтролю в оцінюванні динаміки розвитку рухових якостей та реакції організму на на-

вантаження. Самоконтроль допомагає регулювати процес навчання і попереджати стан перевтоми.

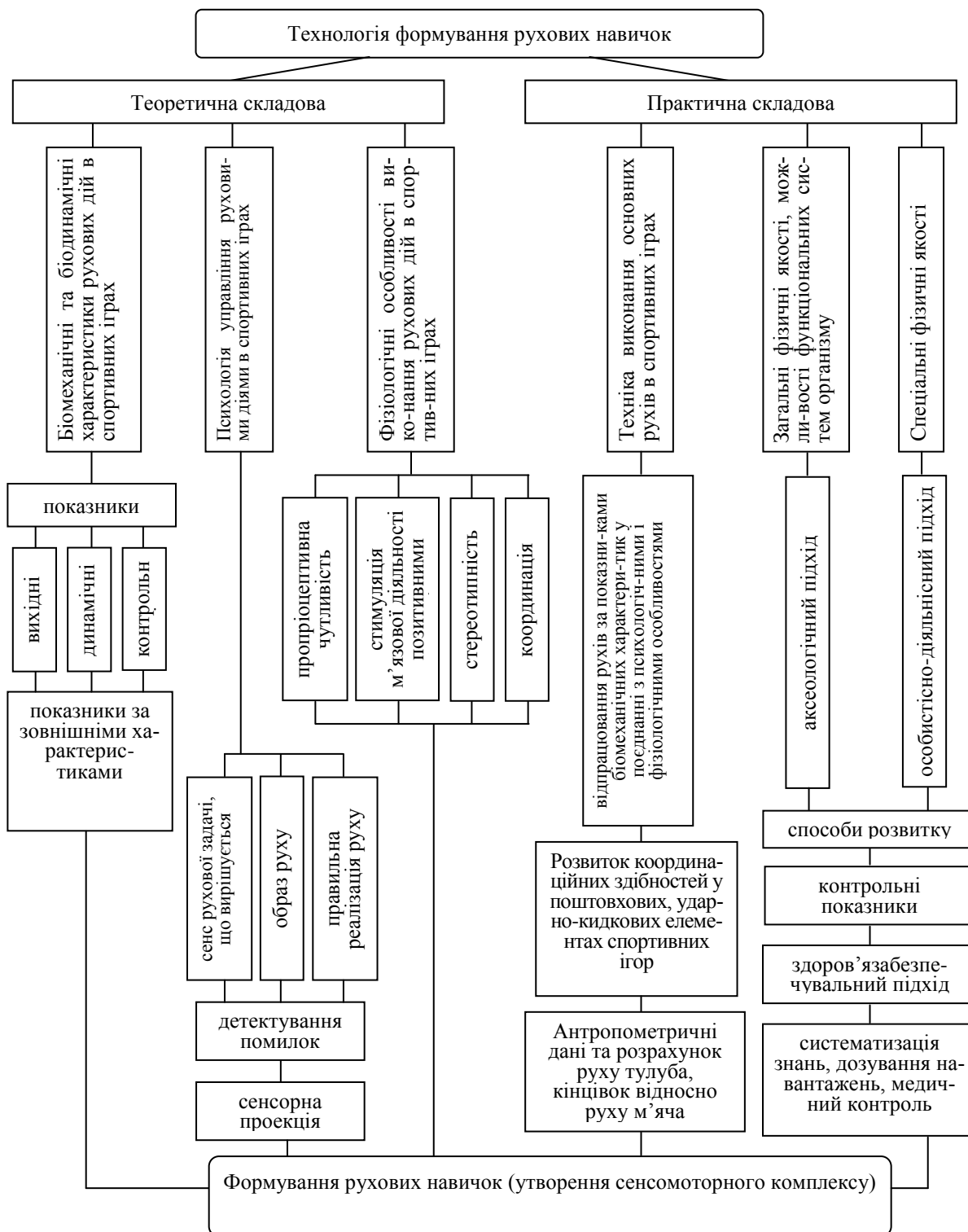


Рис. 1. Схема технологічного процесу формування рухових навичок у майбутніх учителів фізичної культури на основі спортивних ігор

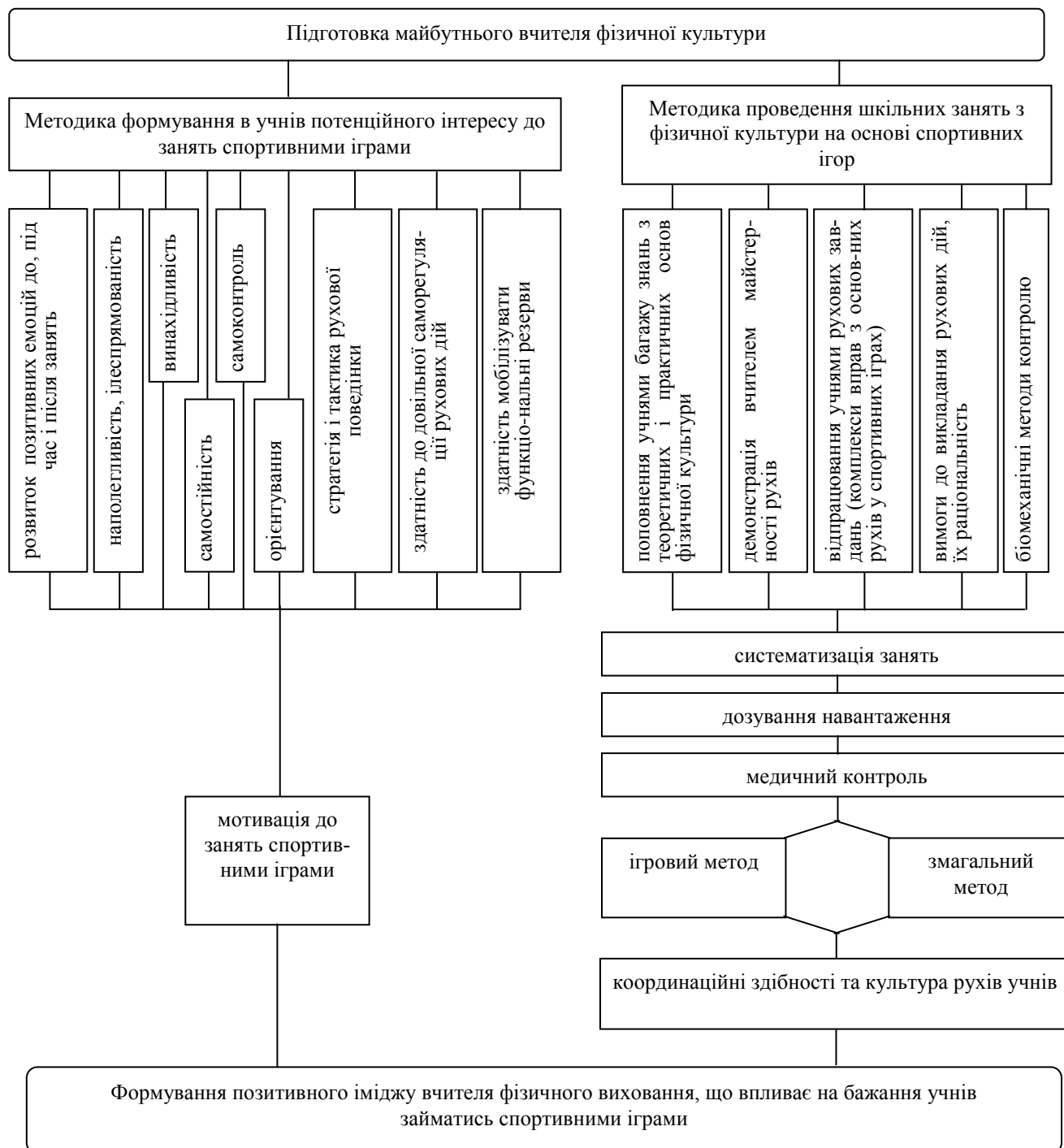


Рис. 2. Методичне забезпечення реалізації технологічного процесу підготовки майбутнього вчителя фізичної культури на основі спортивних ігор

На сьогоднішній день інноваційне навчання передбачає використання особисто-орієнтованого підходу в процесі вивчення спортивним вправам. Цей підхід спирається перш за все на розкриття інтересів самої особистості дитини, необхідність допомогти їй як індивідууму розкрити свій потенціал, внутрішні резерви здоров'я та фізичного стану. Крім того, такий підхід дозволяє кожній дитині самовиразитися, бути

поміченою, визнаною.

Важливе місце в процесі навчання посідає збереження психічного здоров'я учня та вчителя, що міститься у безперервному й профілактичному процесі, який передбачає своєчасне попередження психоемоційного перенавантаження. Для цього необхідний набір прийомів, які дозволяють володіти собою в критичних ситуаціях, уміння звільнитися від негативних

емоцій. Збагачення духовного досвіду особистості педагога розширює потенціал його психічного здоров'я. Але соціальне середовище, яке знаходиться поза межами нашого впливу, може провокувати ситуації, які посилюють напругу. Психічна перенапруга при психічній пасивності, хронічні розумові перевантаження викликають розлади психічного здоров'я.

Невід'ємною умовою навчального процесу в спортивних іграх є систематизація занять, яка полягає в комплексному підпорі засобів навчання, забезпечення регулярності занять, у методичному забезпеченні занять, раціональному чергуванні навантажень і відпочинку, постійному медичному контролі тощо. Регулярне поповнення знань з теоретичних і практичних основ фізичної культури допоможе орієнтувати учня до навчання.

Важливим в ефективності навчання рухових дій на уроках фізичної культури є демонстрація вчителем майстерності рухів, тобто майбутній учитель фізичної культури повинен уміло, на рівні рухової навички, демонструвати технічні елементи, що вивчаються.

Невід'ємною умовою ефективності навчання рухів та здоров'язбереження учнів має дозування фізичне навантаження, раціональне використання навантажень і відпочинку. Воно значною мірою визначається дозуванням фізичних вправ, тобто кількістю вправ, їх повторюваністю, часу, відведеного на виконання вправ, а також умовами їх виконання.

Для початкового навчання рухових дій, чи для комплексного вдосконалення, потрібно використовувати ігровий метод навчання.

Застосування змагального методу в навчанні пов'язане з високими вимогами до техніко-тактичних, фізичних і психічних можливостей тих, кого навчають, викликає глибокі зрушення в діяльності найважливіших систем організму і тим самим стимулює ада-

птаційні процеси, забезпечує інтегральне вдосконалення різних сторін підготовленості учня [2].

При навчанні школярів на уроках фізичної культури важливе значення має виховання пізнавальної активності. Психологи стверджують, що, навіть коли людину вчать виконувати фізичні дії, то центральною ланкою все ж залишається психологічна. До всіх практичних дій обов'язково входять елементи дій психологічних, і без них не можна навчитися зовнішніх, практичних дій.

Висновки. Діяльність учителя фізкультури є універсальною та багатогранною. Він повинен володіти широким спектром знань з різних дисциплін освітньої навчальної програми, загальною методикою проведення занять, особисто кваліфіковано демонструвати рухові дії й цим завойовувати авторитет серед учнів, приваблювати й заохочувати їх займатися спортивними іграми.

Розроблена технологія підготовки майбутніх учителів фізичної культури являє собою інтегровану систему формування рухових навичок, засновану на біодинамічних і біомеханічних показниках, психологічних складових керування руховими діями та фізіологічних особливостях виконання рухових дій. Відпрацювання техніки рухів проводилось у зіставленні з основними показниками функціональних систем організму та вимог до загальних і спеціальних фізичних якостей.

Запропонована технологія формування знань і рухових навичок із супроводженням технологічного процесу їх надбання може використовуватись в інших дисциплінах за освітніми навчальними програмами з фізичної культури.

Перспективи подальших досліджень. Пошук шляхів удосконалення підготовки майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – К.: Здоров'я, 1998. – 248 с.
2. Грачев О. К. Физическая культура студента / О. К. Грачев. – Ростов-на-Дону: МарТ, 2005. – 464 с.
3. Дидактика средней школы / Под ред. М. Н. Скаткина. – 2-е изд. – М., 1982.

4. Железняк Ю. Д. Юный волейболист: учеб. пособие для тренеров / Ю. Д. Железняк. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.

5. Шиян Б. М. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: [навч. посіб.] / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша. – Харків: ОВС, 2005. – 208 с.

Подано до редакції 25.03.13