

**ББК 74
Н 34**

Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету.
Серія: Педагогіка. – 2003. – №2. – 65 с.

Випуск присвячено педагогічним аспектам фізичного виховання учнівської і студентської молоді. Підготовлено за участю науковців Академії педагогічних наук України та Зеленогурського університету (Польща)

Друкується за рішенням вченої ради Тернопільського державного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка від 28 жовтня 2003 року (протокол №3)

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Василь Мадзіон — доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України
Володимир Кравець — доктор педагогічних наук, професор, член-кор. АПН України
Едуард Вільчковський — доктор педагогічних наук, професор, член-кор. АПН України
Григорій Терещук — доктор педагогічних наук, професор, член-кор. АПН України (головний редактор)
Геннадій Ложкін — доктор психологічних наук, професор
Богдан Шиян — доктор педагогічних наук, професор
Степан Кічук — кандидат педагогічних наук, доцент
Богуслав П'єтурович — доктор педагогічних наук, професор (Польща)
Мирослав Фрейман — доктор педагогічних наук, професор (Польща)
Станіслава Фрейман — доктор педагогічних наук, професор (Польща)

Літературний редактор: Богдана Волович

Комп'ютерна верстка: Володимир Омельяненко

**ББК 74
Н 34**

ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА

Володимир ОМЕЛЬЯНЕНКО

ФОРМУВАННЯ НАВЧАЛЬНО-ПРОГРАМНОЇ БАЗИ ФАКУЛЬТЕТІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ: ШТРИХИ КОНЦЕПЦІЇ

Актуальність. Одним із стратегічних напрямів процесу державотворення в Україні на сучасному етапі є реформування системи вищої освіти. Державна політика в цій галузі спрямована на досягнення українською освітою сучасного світового рівня, відродження і подальший розвиток національних науково-освітніх традицій, оновлення змісту, форм і методів навчання, примноження інтелектуального потенціалу суспільства. Здійснення цих стратегічних накреслень у галузі вищої освіти значною мірою залежить від стану її нормативно-правової бази, яка має бути надійним підґрунтям і системою орієнтирів у практичній діяльності вищих закладів освіти, їх керівників, усіх учасників навчального процесу [2].

На сьогодні вже створена навчально-програмна база вищої освіти. Однак, що стосується навчальних програм з біологічних дисциплін для факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів, то вони ось уже майже 20 років не змінювалися [12]. Названі програми відіграли значну роль у розвитку біологічної освіченості студентства. Проте практика викладання біологічних дисциплін на факультетах фізичного виховання педагогічних вузів вимагає розробки нових за змістом і обсягом навчальних програм, які б містили не лише сучасні дані біологічної науки, але й відповідали вимогам суспільства щодо фізичного виховання підростаючого покоління. Актуальність даної проблеми, а також потреба в нових організаційних формах і педагогічних технологіях, адекватних новій парадигмі освіти, обумовили вибір теми дослідження, мета якого – оптимізувати зміст навчальних програм з біологічних дисциплін для факультетів фізичного виховання педагогічних вузів.

Завдання:

1. Обґрунтувати необхідність розробки нових навчальних програм з біологічних дисциплін для факультетів фізичного виховання педагогічних вузів.
2. Розробити навчальні програми з біологічних дисциплін для підготовки фахівця освіти за спеціальністю 7.010103 «Вчитель фізичної культури і валеології».

Мета статті – висвітлити концептуальні підходи до побудови навчальних програм з біологічних дисциплін для факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів.

Державними документами визначено, що процес фізичного виховання повинен сприяти покращанню фізичного здоров'я молоді, утвердженню пріоритетів здорового способу життя. В інструктивно-методичних рекомендаціях Міністерства освіти і науки України щодо вивчення шкільних дисциплін звертається увага на необхідність навчати школярів оцінювати стан свого фізичного розвитку, розуміти вплив різних рухових дій на розвиток і вдосконалення рухових якостей, поліпшення стану соматичного здоров'я [4, 5, 6, 11].

Отже, відбувається зміщення акцентів від фізичного виховання, орієнтованого на забезпечення фізичної підготовленості школярів, до розвитку оздоровчо-рекреаційного напряму, суть якого полягає у прищепленні школярам навичок здорового способу життя і потреби фізкультурної діяльності. Для реалізації даного напряму вчитель фізичної культури повинен уміти перетворити предмет «фізична культура» в джерело формування здорового способу життя та забезпечення оптимальної рухової активності дітей і підлітків. Таким чином змінюється замовлення суспільства вищій школі на підготовку вчительських кадрів з фізичної культури, що вимагає перегляду, в першу чергу, змісту біологічної підготовки студентів на факультетах фізичного виховання педагогічних вузів.

Необхідність формування нового комплексу навчально-методичного забезпечення для підготовки фахівців спричинена також введенням в дію нового Переліку напрямів і спеціальностей, за якими може здійснюватися підготовка фахівців у вищих закладах освіти. Згідно з цим Переліком на факультетах фізичного виховання педагогічних вузів замість спеціальності 7.010201 «Фізичне виховання» здійснюється підготовка спеціаліста освіти зі спеціальності 7.010103 «Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура», кваліфікація «Вчитель фізичної культури і валеології» [10]. Відповідно до нової спеціальності до навчальних планів факультетів фізичної культури включена нова дисципліна – валеологія з методикою викладання.

Зміни у змісті навчальних програм з біологічних дисциплін для факультетів фізичного виховання обумовлені також введенням нових навчальних програм з біології і хімії для загальноосвітніх шкіл [1,13]. В цих програмах питання будови і функціонування організму людини, загальної і неорганічної хімії, окрім питання органічної хімії повністю відповідають змісту аналогічних питань у навчальних програмах з анатомії людини, загальної фізіології і біохімії для вищих навчальних закладів спортивно-педагогічного напряму [12]. На вивчення перерахованих тем у шкільних програмах відводиться 241 година: 130 годин на хімію і 111 годин на біологію. Тому повторювати даний навчальний матеріал у вищій школі недоцільно. Необхідно зосередитися на вивчені інших важливих питань біологічного характеру, які необхідні вчителю фізичної культури в процесі професійної діяльності.

Перегляд змісту навчальних програм біологічного циклу спричинений ще й тим, що в них значна кількість питань розкриває особливості функціонування організму і зміни, які відбуваються в ньому під час занять спортом. Проте Концепцією педагогічної освіти [9] передбачено, що вчитель фізичної культури повинен працювати в загальноосвітній школі, де спортсменів не готують. Тому питання, які пов'язані з особливостями впливу спортивної діяльності на організм дитини не доцільно включати в навчальні програми для факультетів фізичного виховання педагогічних вузів.

Не відповідають кваліфікації «Вчитель фізичної культури і валеології» назва і зміст навчальної програми «Спортивна медицина і лікувальна фізична культура». Така програма охоплює широке коло питань з теорії і методики фізичного виховання, а також теоретичної і клінічної медицини. Завдання курсу з лікувальної фізичної культури різноманітні. Це розробка окремих методик ЛФК при різних захворюваннях і пошкодженнях, розробка і корекція програм фізичної реабілітації хворих, формування знань з патології захворювань і т.ін. Тому заняття з лікувальної фізичної культури повинен проводити кваліфікований спортивний лікар. А навчальні програми зі спортивної медицини та лікувальної фізичної культури потрібно замінити змістом навчальної програми з «Методики викладання фізичної культури в спеціальних медичних групах», яка повною мірою відповідає кваліфікації «Вчитель фізичної культури і валеології».

Результати. Потреба оновлення змісту біологічної підготовки вчителя фізичної культури спонукала автора до розробки пакету нових навчальних програм з біологічних дисциплін для факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів. Основним призначенням програм є наближення вузівського навчального матеріалу до проблем фізичного виховання школярів загальноосвітніх навчальних закладів у контексті державної політики в галузі фізичної культури.

Основну увагу в запропонованих навчальних програмах ми намагалися приділити формуванню у студентів факультетів фізичного виховання біологічних знань, умінь і навичок, необхідних для керування процесом фізичного розвитку і здоров'я школярів. Це обумовило характер навчальних програм, які орієнтовані на те, щоби навчити студентів складати індивідуальні фізкультурно-оздоровчі програми, враховуючи морфо-фізіологічні особливості школярів, їх рівень фізичного здоров'я, стать, вік, особливості місцевості, в якій вони проживають. Тому до змісту навчальних програм нами включені нові теоретичні відомості про:

- особливості розвитку організму дітей, які проживають на забруднених радіонуклідами територіях;
- нормування фізичних навантажень дітям, які проживають у зонах радіологічного контролю;
- нові засоби оздоровчої фізичної культури;

- фізіологічний контроль під час заняття на тренажерах;
- генетичні аспекти спортивної орієнтації.

У розроблених нами програмах, порівняно з останніми навчальними програмами:

- широко представлений матеріал, який характеризує аеробну та анаеробну працездатність організму;
- включені актуальні питання щодо підходів до оцінки фізичного здоров'я школярів, біологічного віку людини;
- розглядаються методи визначення показників, що характеризують фізичний розвиток, фізичну підготовленість, рівень функціонування провідних систем організму і методи оцінки цих показників.

Матеріал навчальних програм формувався нами на підставі кваліфікаційної характеристики вчителя фізичної культури [7]. В основу побудови навчальних програм були покладені нами такі принципи.

Принцип прикладної спрямованості. Головний акцент при формуванні програм робився на вивченні тих тем, знання яких необхідні для ефективного і якісного керівництва процесом фізичного виховання школярів.

Принцип домінантності. При розподілі навчального матеріалу між біологічними дисциплінами за основу ми брали той матеріал, навколо якого розкривається суть питання. Приміром, тема «Будова тіла і рухові можливості людини» переведена з програми біомеханіки до програми з анатомії людини. Основою даного питання є будова тіла, яка у певній мірі зумовлює рухові можливості людини, що є предметом вивчення анатомії. Водночас тема «Анатомічна характеристика положень і рухів людини» переведена до програми з біомеханіки, оскільки предметом її вивчення є положення і рухи людини.

Принцип мінімізації навчального матеріалу реалізовувався нами через міжпредметні зв'язки, які забезпечили узгодження матеріалу програм у двох напрямах – з навчальними програмами природничих дисциплін загальноосвітніх шкіл, а також з предметами біологічного, психолого-педагогічного і спортивно-педагогічного напряму вищої школи. Таким чином використання міжпредметних зв'язків дозволило мінімізувати зміст навчальних програм біологічного циклу.

Принцип послідовності і міцності. У шкільних навчальних програмах з природничих дисциплін для кожного класу визначені знання і уміння, які повинні обов'язково засвоїти учні. Оскільки студенти повинні володіти цими знаннями й уміннями, тому в запропонованих програмах навчальний матеріал загальноосвітньої школи виноситься на самостійну роботу студента.

Принцип наступності. При формуванні змісту нових програм широко використовувались результати сучасних медико-біологічних і педагогічних досліджень щодо проблем фізичного виховання школярів. Водночас основою запропонованих програм є навчальний матеріал прикладного характеру попередніх програм.

Принцип системності. Матеріал навчальних програм побудований нами таким чином, щоб забезпечити послідовне вивчення тем. Наприклад, проблема фізичного розвитку школярів розглядається валеологією (поняття і рівень), анатомією людини (соматоскопічний і антропометричний методи визначення), фізіологією людини (фізіологічний і функціональний методи визначення), в курсі методики заняття фізичними вправами в спеціальних медичних групах (оцінка фізичного розвитку і поділ учнів на групи), а також гігієною фізичного виховання (умови, які забезпечують нормальній фізичний розвиток школярів). Отже, одна тема вивчається протягом декількох років, але в різних аспектах. Даний принцип був реалізований нами шляхом застосування системно-структурного і функціонального підходів, які забезпечили:

- послідовне формування та розвиток у студентів знань біологічних дисциплін;
- уникнення повторюваності навчального матеріалу на різних освітньо-кваліфікаційних рівнях;
- усунення дублювання навчального матеріалу під час вивчення різних курсів біологічних дисциплін;
- розкриття функцій організму в зв'язку з його біологічними особливостями.

Концепцією педагогічної освіти [6] визначено, що підготовка педагогічних працівників з вищою освітою здійснюється за такими освітньо-кваліфікаційними рівнями: молодший спеціаліст, бакалавр, спеціаліст, магістр. Згідно з цими освітньо-кваліфікаційними рівнями нами розроблені навчальні програми з біологічних дисциплін для факультетів фізичної культури вищих педагогічних навчальних закладів.

Зміст навчальних програм різних освітньо-кваліфікаційних рівнів є однаковим для різних форм навчання – денної (стационарна), заочної (дистанційна), екстернату, що обумовлено підготовкою педагогічних працівників відповідно до єдиної кваліфікаційної характеристики.

Відмінності змісту навчального матеріалу з біологічних дисциплін на різних освітньо-кваліфікаційних рівнях підготовки вчителя фізичної культури і валеології полягають у наступному:

Навчальна програма молодшого спеціаліста зорієнтована на оволодіння студентом біологічними знаннями, уміннями та навичками педагогічного характеру, які дозволяють йому на належному рівні проводити уроки фізичної культури в основній школі.

Навчальна програма спеціаліста розширює біологічні знання молодшого спеціаліста і додатково передбачає озброєння студента:

- знаннями фізіологічних особливостей проведення занять з фізичної культури в старшій школі;
- знаннями технології розробки оздоровчих тренувальних програм;
- методичними уміннями і навичками викладання валеології в загальноосвітньому навчальному закладі;
- знаннями та уміннями методики занять фізичною культурою з дітьми в спеціальних медичних групах;
- знаннями особливостей проведення уроків фізичної культури на забруднених радіонуклідами територіях;
- знаннями особливості формування гігієнічних знань під час уроків фізичної культури.

Навчальна програма магістра-викладача передбачає озброєння студента поглибленими біологічними знаннями та уміннями педагогічного характеру, а саме:

- побудови і функціонування системи центрів «Здоров'я» в Україні;
- використування спеціальних відновних заходів в період після виконання фізичних вправ;
- знаннями медико-біологічного контролю за фізичним станом організму учнівської молоді на основі біомедичного підходу до аналізу результатів тестування;
- технологією складання норм фізичного здоров'я на підставі результатів випробувань.

Програми можуть бути використані також при підготовці фахівця освіти зі спеціальністю:

- 7.010103 «Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура і географія», кваліфікація «Вчитель фізичної культури, географії і валеології»;
- 7.010103 «Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура і допризовна підготовка», кваліфікація «Вчитель фізичної культури, допризовної підготовки і валеології»;
- 7.010103 «Педагогіка і методика середньої освіти. Фізична культура і хореографія», кваліфікація «Вчитель фізичної культури, хореографії і валеології»;

Навчальні програми для молодшого спеціаліста можуть бути використані також при підготовці фахівця освіти зі спеціальністю 7.010102 «Початкове навчання», спеціалізація «Фізична культура», кваліфікація «Вчитель фізичної культури у початкових класах».

Вивчення біологічних дисциплін на факультетах фізичного виховання, на нашу думку, раціонально здійснювати у послідовності, яка представлена в таблиці 1.

Матеріал навчальних програм «квантований» нами на невеликі порції. Квanti об'єднані в модулі і до кожної модульної одиниці підібрані лабораторні роботи. Це дозволяє організувати процес навчання за модульною технологією.

На вивчення біологічних дисциплін відводиться мінімальний резерв часу. При визначенні кількості годин, необхідних для опанування матеріалу навчальної дисципліни, ми орієнтувалися на уніфіковану «Європейську модель» навчальних планів для професійної освіти

в галузі фізичної культури, де запропоновано кількість навчальних годин за окремими блоками та дисциплінами [3]. У таблиці 2 показано, що різниця між навчальними годинами, які запропоновані нами у нових навчальних програмах і «Європейською моделлю» є незначною.

Таблиця 1

**Орієнтовний графік вивчення біологічних дисциплін
на факультетах фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів**

№	Назва навчальної дисципліни	Курс	Предмет вивчення
1	Анатомія людини	1	будова і форми тіла людини
2	Біомеханіка фізичних вправ	1	рухова діяльність людини під час занять оздоровчими формами фізичної культури
3	Біохімія фізичних вправ	1	хімічні зміни в органах і тканинах в стані спокою і під час виконання фізичних вправ
4	Вікова фізіологія	2	особливості життєдіяльності організму в різні періоди онтогенезу
5	Фізіологія людини	2	зміни функцій організму під впливом термінових і довготривалих фізичних навантажень
6	Фізіологічні основи фізичного виховання	3	зміни функцій організму під впливом фізичних навантажень у процесі фізичного виховання школярів
8	Валеологія	3	фізичні вправи як чинник здоров'я
9	Методика валеології	3	особливості викладання валеології в загальноосвітній школі
10	Гігієна фізичного виховання з методикою викладання	4	нормування засобів, методів і умов занять фізичними вправами в процесі фізичного виховання школярів; особливості викладання гігієнічних знань у загальноосвітній школі під час уроків фізичної культури

Таблиця 2

Порівняльний аналіз навчальних планів

№	Біологічний блок навчальних дисциплін	Кількість годин	
		«Європейська модель»	Запропонований навчальний план (аудиторних)
1	Анатомія	85	93
2	Біомеханіка	58	62
3	Біохімія	55	70
4	Фізіологія	121	132
5	Здоров'я	52	60

У процесі формування навчальних програм автор ретельно проаналізував наявні програми, підручники і навчальні посібники з біологічних дисциплін для факультетів фізичного виховання та намагався перейняти з них все, що має прикладну спрямованість, і доцільно включити у навчальні програми.

Вважаємо, що запропоновані програми сприятимуть оптимізації процесу біологічної підготовки вчителя фізичної культури.

Висновки:

1. Невирішеною залишається проблема переорієнтації змісту біологічної підготовки вчителів фізичної культури із загальних визначень на професійно-прикладну спрямованість.
2. Стратегія подальшого вдосконалення системи біологічної підготовки вчителів фізичної культури на факультетах фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів в Україні може бути забезпечена шляхом реалізації навчально-програмного напряму.

ЛІТЕРАТУРА

1. Біологія в 6-11 класах: Програми для загальноосвітніх навчальних закладів. – 2-ге вид., випр. та доп. – К.: Перун, 1998.
2. Болюбаш Я.Я. Організація навчального процесу у вищих закладах освіти: Навч. посібник для слухачів закладів підвищення кваліфікації системи вищої освіти.— Суми: ВВП «КОМПАС», 1997. – 64 с.
3. Войнар Ю. Тенденции и проблемы профессионального образования в сфере физической культуры // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 10. – С.39.
4. Закон України «Про загальну середню освіту» // Інформ. зб. М-ва освіти України – 1999. – №15. – С.6-31.
5. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» // Голос України. – 1994. – 29 січня. – С.8-10.
6. Інструктивно-методичні рекомендації Міністерства освіти України щодо вивчення шкільних дисциплін у новому 2000/2001 навчальному році // Інформ. зб. МО України. – 2000. – №15-16. – С.57-60.
7. Кваліфікаційна характеристика спеціаліста освіти зі спеціальності 7.01.02.01 «Фізичне виховання». – Тернопіль: ТДПУ, 1998. – 12 с.
8. Концепція безперервної біологічної освіти в Україні: Проект // Інформ. зб. МО України – 1995. – №8.
9. Концепція педагогічної освіти // Інформ. зб. М-ва освіти України, 1999. – №8. – С.8-23.
10. Перелік напрямів та спеціальностей, за якими здійснюється підготовка фахівців у вищих навчальних закладах за відповідними освітньо-кваліфікаційними рівнями: Постанова Кабінету Міністрів України // Зібрання законодавства України. – 1997. – № 6. – 138-179.
11. Про Цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров'я нації» // Інформ. зб. М-ва освіти України. – 1999. – №7. – С.3-14.
12. Программы педагогических институтов для специальностей №2114 «Физическое воспитание» и №2115 «Начальное военное обучение и физическое воспитание». Сборник № 11. – М.: Просвещение, 1987. – 121 с.
13. Хімія в 8-11-х класах: Програми для загальноосвітніх навчальних закладів. – К.: Перун, 1998. – 34с.

Михайло КРИЧФАЛУШІЙ

**ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ПЕРЕКОНАНЬ
МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА**

У Державній національній програмі «Освіта» (Україна ХХІ століття) наголошується, що «головна увага має бути зосереджена на підготовці нового покоління працівників, підвищення загальної культури, професійної кваліфікації та соціального статусу педагога до рівня, що відповідає його ролі в суспільстві». Відповідно до цих завдань вимоги до особистості вчителя фізичної культури.

У структурі особистості вчителя, в системі її провідних спонукальних сил особлива роль належить переконанням. Так, К.Д. Ушинський вказував на важливу роль професійних переконань у діяльності вчителя. Він писав, що «будь-яка програма викладання залишається мертвю буквою, що не має ніякої сили в дійсності, якщо вона не перейшла в переконаність вихователя. Вихователь ніколи не може бути сліпим виконавцем інструкцій: не зігріта теплом його особистого переконання, вона не матиме ніякої сили» [5].

Проблема переконань постійно привертає увагу психологів, педагогів, соціологів. Аналіз їх праць показав, що в психолого-педагогічній літературі не існує єдиного визначення поняття «переконання».

Істотний доробок у вивчення проблеми формування переконання внесли вчені-психологи і педагоги Г.С.Костюк, І.Д.Бех, К.К.Платонов, М.В.Кричфалушій, М.Й.Боришевський, І.М. Краснобаєв, Г.І.Школьник та ін..

Останнім часом активізувались наукові пошуки в галузі професійного переконання – що яскраво ілюструють дослідження В.В.Павленко, в яких ведеться про специфіку професійних переконань та їх шляхи формування у студентів педагогічного вузу. Разом з тим автор констатує недостатній рівень сформованості переконань у студентів, що ускладнює професійну діяльність і виховну роботу.

Вищезазначене дає змогу стверджувати, що вивчення процесу формування професійних переконань у студентів вищих навчальних закладів фізкультурного спрямування є актуальним, має теоретичне і практичне значення.

ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА

Проте серед досліджень немає таких, які були б присвячені формуванню переконань у студентів – майбутніх учителів фізичної культури в процесі вивчення дисципліни «Спортивна психологія», що, безперечно, позначається на якості практичної діяльності учителів.

Мета нашої статті – висвітлити формування професійних переконань у майбутніх учителів фізичної культури на заняттях з курсу «Спортивна психологія».

Експериментальною базою був Інститут фізичної культури та здоров'я Волинського державного університету імені Лесі Українки. В дослідженні взяли участь студенти II-IV курсів у кількості 347 осіб, у формуючому експерименті – 46 осіб. Експеримент базувався на певних принципах: принцип єдності свідомості й діяльності; розвитку; особистісного підходу. Методологічною основою є цілісно-системний та системно-структурний аналіз даних експерименту.

Опитування, проведене серед студентів показало, що велику роль в переконанні відіграють такі якості викладача, як правдивість, доброзичливість, ширість, чуйність. Крім того, виявлено, що студенти оцінюють роль якостей викладача в процесі переконання по-різному. Мабуть, це пояснюється тим, що деяка частина студентів бачить у викладачеві не стільки «джерело» знань, скільки особистість, зразок людяності.

На запитання «Які якості викладача вищої школи не сприяють формуванню у студентів правильних переконань?» студенти-випускники відповіли так: нетактовність (19,4 %), байдужість (19,1 %), вузький світогляд (18,1 %), нечесність (17,5 %), гордовитість (10,5 %).

У ході дослідження виявлено, що від курсу до курсу деякі негативні якості викладачів, які не сприяють формуванню правильних переконань студентів, частково змінюються.

Формування переконань – це не тільки передача знань, а й застосування їх у житті, практичній діяльності. Зазначимо, що переконувати можна не тільки словом, а й дією, справою, організацією життевого досвіду майбутніх фахівців у галузі фізичного виховання. Адже словом можна виховувати тільки, як говорив В.Сухомлинський, «виховуючи» людину.

Шляхом переконання можна досягти переведови свідомості, мотивації діяльності, формування бажань, врешті, змінити життя, і тим самим спонукати особистість до самовиховання.

Відомо, що формування переконань відбувається у процесі життя під впливом навчання, виховання, самовиховання, свідомої праці людини над собою.

Для підвищення ефективності переконання застосовувались такі засоби і прийоми впливу, як пояснення, зіставлення, посилення на власний досвід студентів, використання сили громадської думки, посилення на авторитет, оцінка вчинків або провини. В експериментальній групі реалізація цих засобів і прийомів здійснювалась, в першу чергу, через систему навчальних занять з курсу «Спортивна психологія» і на педагогічній практиці.

Крім того, формування переконань відбувалося шляхом включення студентів у різноманітні форми роботи, які дозволяли моделювати оптимальні ситуації, в яких і здійснювався прогнозований процес.

Щоб переконання як метод впливу було б максимально доказовим, воно повинно відповідати таким вимогам:

- за всіх умов переконання повинно бути послідовним, логічним, максимально доказовим;
- переконуючи студентів, викладач повинен сам глибоко вірити в те, що він повідомляє;
- переконання повинно будуватися з урахуванням індивідуальних особливостей студентів і спортивної майстерності;
- переконання повинно містити як узагальнені положення (принципи і правила), так і конкретні факти, приклади тощо;
- зміст і форма переконань повинні бути зрозумілі та доступні студентам.

Таблиця 1

Розподіл студентів за рівнем сформованості професійних переконань, %

Рівні сформованості	Контрольна група		Експериментальна група	
	до експерименту	після експерименту	до експерименту	після експерименту
Високий	6, 9	8, 9	5, 7	16, 8
Середній	67, 4	71, 1	68, 0	77, 4
Низький	25, 7	20, 0	26, 3	5, 8

ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА

У ході дослідження були визначені високий, середній та низький рівні професійних переконань.

Порівняння даних, отриманих після педагогічного експерименту, з показниками до формуючого експерименту, дозволило зробити висновок про підвищення сформованості професійних переконань студентів. Так, кількість студентів експериментальної групи із низьким рівнем сформованості професійних переконань зменшилась на 20,5 %, із середнім рівнем сформованості збільшилась на 9,4 %, з високим – збільшилась на 11,1 %; у студентів контрольної групи – відповідно на 5,7 %, 3,7 %, 2,0 %. На нашу думку, незначні позитивні зрушення в рівнях сформованості професійних переконань у студентів контрольної групи були викликані загальним ходом навчально-виховної роботи у вищій школі. Зазначимо, що відмінності між позитивними зрушеннями в рівнях сформованості професійних переконань студентів експериментальної і контрольної групи є статистично значущі ($P < 0,05$).

Отже, наведені факти вказали на ефективність розробленої системи формування та засвідчили, що теоретично обґрунтовані нами активні методи під час вивчення курсу «Спортивна психологія» і педагогічної практики сприяють розвитку професійних переконань майбутніх учителів фізичної культури.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми формування професійних переконань у майбутніх учителях фізичної культури. Перспективні напрямки подальшої роботи такі:

- узагальнення досвіду викладачів вузу щодо формування професійних переконань у навчально-виховному процесі;
- організація самовиховання професійних переконань студентів під час педагогічної практики.

ЛІТЕРАТУРА

1. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Під ред. Л.М.Прокопієнко та ін. – К.: Рад шк.,1989. – 600 с.
2. Кричфалушій М.В. Вчитель фізичної культури: формування особистості. – Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2000. – 346 с.
3. Павленко В.В. Формування професійних переконань у студентів педагогічного вузу: Автореф. канд. псих. наук. – К., 1996. – 25 с.
4. Платонов К.К., Голубев Г.Г. Психология. – М., 1973. – 256 с.
5. Ушинський К.Д. Людина як предмет виховання. – К., 1952. – Т.5.

Віктор ШАНДРИГОСЬ,
Галина ШАНДРИГОСЬ

ПРОБЛЕМИ ВИКОРИСТАННЯ МЕРЕЖІ INTERNET СТУДЕНТАМИ У ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Постановка проблеми. Наш час ознаменований бурхливим розвитком інформатики і всіляких джерел інформації: від засобів масової інформації до глобальних мереж Інтернету. Інформація є великим двигуном науково-технічного прогресу, розвитку цивілізації. Саме вона прокладає людям шлях до пізнання і вдосконалення сучасного світу [11, 12, 13].

Особливо важлива роль наукової інформації, яка дозволяє відобразити рівень розвитку наукових знань, дає можливість оцінити межі пізнання людства в тих чи інших галузях, виявити пріоритети і розставити акценти при визначенні магістральних шляхів розвитку сучасної науки. Фізична культура і спорт, будучи найважливішими соціально-культурними явищами, мають широко розповсюджену мережу наукової інформації. В останні роки істотно розширилися форми поширення спортивної інформації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемам використання Інтернету у галузі фізичної культури і спорту присвячені численні публікації. Одні автори аналізують використання Інтернету у напрямку популяризації спортивного руху [1, 5, 7, 17]; інші, дивляться на Інтернет крізь призму підготовки до занять з фізичного виховання [4, 9, 10, 15, 16]; ще одна група авторів вказує на необхідність використання мережі Internet у підвищенні інформаційної культури фахівця з фізичної культури і спорту [2, 9, 10, 15]; також існує група

дослідників, які характеризують Інтернет як інструмент створення спортивного інформаційного простору [3, 6, 8, 14]. Не дивлячись на різні напрямки досліджень, всі автори одностайні щодо переваг Інтернету над традиційними джерелами інформації.

Зважаючи на широту досліджень даної теми, ми виявили, що мало уваги приділяється проблемам використання мережі Internet студентами у галузі фізичної культури і спорту. Саме це спонукало нас до проведення цього дослідження.

Дослідження проводилось відповідно до теми 2.1.15. Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2001-2005 р.р., Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України «Розробка єдиного інформаційного середовища навчання у вищих фізкультурних навчальних закладах як засобу ефективності навчально-тренувального та навчально-оздоровчого процесу».

Формулювання цілей статті. Метою роботи було проаналізувати проблеми використання мережі Internet студентами у галузі фізичної культури і спорту. Із методів дослідження нами використовувався аналіз літературних джерел та Web-сайтів.

Результати дослідження. Інтернет сьогодні – найбільш могутнє у світі інформаційно-технологічне середовище, наявність якого викликає величезний інтерес у молоді. Практика показує, що студенти серед джерел інформації віддають найбільшу перевагу саме Інтернету.

Небачена раніше швидкість представлення результатів у виді тексту, зображення, аудіо- і відеозапису й у інших формах – безперечно, найпривабливіша особливість використання Інтернету. Обробка даних скорочується до кількох хвилин, причому витрати на доставку інформації входять у плату за користування Інтернетом, яка для навчальних закладів, як правило, пільгова.

Ще одна унікальна особливість Інтернету – це можливість спілкування учасників між собою за допомогою електронної пошти, електронних конференцій, цифрового телефонного зв'язку, відеотелефону, незалежно від місцезнаходження учасників. Мережа Internet дозволяє підвищити оперативність і якість зв'язку, знізити витрати на комунікації і відрядження, розширити географію діяльності і коло учасників, а також дає можливість роботи в оперативному режимі 24 години на добу, 365 днів у році, незалежно від часового поясу, знайомитися з величезними масивами інформації, оперативно обновлюваної і представленої відповідно до вимог професійного дизайну – у виді багатобарвної графіки, слайдів, фотографій, відеороліків, найчастіше – з музичним супроводом. Інтернет також наочно демонструє темпи входження спортивної науки до глобальної інформаційної мережі, яка є універсальним комунікаційним, освітнім, інформаційно-аналітичним засобом [4, 14, 17].

Завдяки Інтернету для студентів у галузі фізичної культури і спорту створюються зовсім нові можливості: проведення телеконференцій; обмін інформацією; організація спільніх досліджень студентів з різних навчальних закладів; організація консультативної допомоги студентам, спортсменам і тренерам з науково-методичних і спортивних центрів; організація мережі дистанційного навчання; формування уміння добувати інформацію з різноманітних джерел, банків знань, банків даних, зберігати її, передавати і обробляти. Студенти завдяки доступу до мереж телекомунікацій не лише істотно підвищують свою інформаційну озброєність, але й отримують унікальну можливість спілкування зі своїми колегами практично в усьому світі [9].

На жаль, Інтернет в Україні не отримав значного поширення. Але, прослідковуючи тенденцію останніх років, можна сказати, що незабаром положення зміниться докорінно і доступ до Інтернету буде не екзотикою, а повсякденною необхідністю. В наш час обмеженість доступу до мережі Internet поглиблює нерівність в отриманні інформації. Такий стан обумовлює і неготовність більшості студентів використовувати комп’ютерні технології як ефективне доповнення до традиційних методик навчання. Однією з проблем, що виникає на шляху виконання таких завдань, є потреба у спеціальній підготовці студента.

Система підготовки студентів повинна бути зорієнтована, насамперед, у напрямку формування інформаційної культури майбутніх фахівців. Мова йде не просто про поповнення рівня знань, а про розвиток здатності знаходити потрібну інформацію, осмислювати її, впроваджувати у свою практичну діяльність, оперативно відгукуватися на інноваційний досвід, а також проектувати, створювати, експериментально апробовувати інновації, уміти їх поширювати наполегливо і цілеспрямовано [2, 9, 10, 15, 16].

Говорячи про формування інформаційної культури, слід зазначити, що комп'ютер не стане головним інструментом у діяльності майбутніх фахівців доти, доки студенти фізкультурних вузів і факультетів фізичної культури не будуть досконало володіти цим інструментом. Тому уміння використовувати комп'ютер при навчанні стає однією з необхідних якостей майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту. В основу формування інформаційної культури студента повинна бути покладена ідея використання комп'ютера при вивченні кожного предмету: не можна підмінити це вивченням єдиного курсу інформатики. Поряд з дисципліною «Сучасні інформаційні технології», що стала обов'язковою для всіх спеціальностей відповідно до державних освітніх стандартів нового покоління, у навчальних планах фізкультурних вузів і факультетів фізичної культури може передбачатися ряд курсів і дисциплін, що відіграють значну роль в інформаційній підготовці майбутніх фахівців. Це, насамперед, біомеханіка, спортивна метрологія, основи науково-дослідної роботи тощо. На сьогоднішній день практично кожен студент вузу повинен знати операційну систему Windows і володіти нею, працювати в редакторській системі Word, використовувати електронну таблицю Microsoft Excel, уміти користуватися системою керування базами даних Microsoft Access. У міру нагромадження досвіду з'явиться бажання спробувати свої сили у створенні презентацій, у цьому допоможе програма Microsoft Power Point. Підготувати Web-сторінку можна також, використовуючи Word, де є Майстер Web-сторінок. І, звичайно ж, засвоєння основних прикладних пакетів програм дасть можливість студентам володіти основами знань і умінь з пошуку й обміну інформацією за допомогою Інтернету. Для студентів в Інтернеті є можливість пошуку, нагромадження і наступного використання музичних і відео-файлів. Створення аудіо і відео на комп'ютері вимагає конкретних знань і умінь, але є цілком доступним.

Проаналізувавши Інтернет-сайти Росії та України, ми виявили, що основним путівником по ресурсах Інтернету Росії, пов'язаним з вищою освітою, є сервер центру інформатизації Міністерства освіти РФ «Інформіка» (www.informika.ru). Тут можна знайти багато корисної інформації: адреси всіх вузів Росії з вказівкою спеціальностей, спеціальності з захисту дисертацій, законодавчі документи, навчальні посібники і підручники, представлені до видання з грифами Міністерства освіти РФ, Державні стандарти, примірні навчальні плани зі спеціальностей, перелік наукових заходів тощо [10].

Другим найважливішим для одержання науково-методичної інформації є сервер Російської державної бібліотеки, що має адресу: www.rsl.ru.

Найбільший інтерес для фахівців з фізичної культури і спорту представляє сервер Державного комітету Російської Федерації з фізичної культури, спорту і туризму «Спортивна Росія», розташований за адресою: www.infosport.ru. На цьому сайті багато корисного, у тому числі статті з журналів «Спортивная жизнь России» (szr.infosport.ru/; www.infosport.ru/press/szr/), «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» (fkvot.infosport.ru/), «Теория и практика физической культуры» (tpfk.infosport.ru/), «Академия борьбы», журнал Ради Європи «Спорт для всіх» (sfa.infosport.ru/; www.infosport.ru/press/sfa/), а також «Бокс» (www.bonus.spb.ru/boxing/), «Легкая атлетика» (www.delfin.ru/press/atletika/). Тут же ви можете потрапити у Центральну галузеву бібліотеку з фізичної культури і спорту Російської Федерації (lib.sportedu.ru/), довідатися про новини бібліотеки, новини спорту, коротку історичну довідку, структуру тощо. Також на сервері «Спортивна Росія» можна знайти розділ «Спортивне право» (sportlaws.infosport.ru/), база даних якого містить нормативні акти у галузі фізичної культури і спорту.

Значний інтерес представляють сайти з нових видів спорту, з якими студенти можуть ознайомитися, користуючись наступними адресами: шейпінг (www.shaping.ru); аеробіка (www.aerobic.ru); бодібліндінг (www.bodybuilding.da.ru); єдиноборства (www.infoart.ru/hobby/wrestle/Index.htm, wrestling.ru); пауерліфтинг (www.lifting.newmail.ru); плавання (swimming.ru); сноуборд (snowboard.ru); спортивні бальні танці в Росії і у світі (www.dancelife.ru:8101); айкідо (www.aiki.ru); тхеквондо (www.taekwondo.ru); екстремальний спорт у Росії (www.risk.ru) тощо, а також інформація про різні види спорту на сервері Росії Он-Лайн (www.online.ru/guide/catalog/10907.html). Національна інформаційна мережа «Спортивна Росія» представляє інформацію про російський спорт (автоспорт, баскетбол, бокс, велоспорт, водні види спорту тощо): історія і легенди російського спорту, думки і поради провідних

фахівців, ексклюзивні інтерв'ю і коментарі, офіційна інформація, олімпійська статистика, відповіді на запитання (sports.infosport.ru/; www.infosport.ru/panorama).

Особливою популярністю серед студентів користуються новини спорту, що представлені на наступних сайтах: новини спорту від каталогу «@Rus» (esport.atrus.aport.ru/) та «Лист» (sport.list.ru/); сторінка відомої щоденної газети «Советский спорт» (www.sovietsport.ru/); актуальні інформація про поточні спортивні події «Спорт (Gazeta.ru)» (<http://www.gazeta.ru/sport.shtml>); спортивна щоденна інформаційно-аналітична Інтернет-газета «Спорт сьогодні» (www.sports.ru/); щоденна спортивна газета «Спорт-Експрес» (www.sport-express.ru/); сторінка «SportsLine WorldWide-Russia» (www.sportsline.com/u/worldwide/russia), на якій розміщаються коментарі до спортивній подій, що минули або готовуться, не лише в Росії, але і у багатьох країнах світу.

В Україні найбільш потужним Internet-джерелом отримання інформації для фахівців фізичної культури і спорту стала Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського (найбільша книгозбірня держави і науково-дослідний та інформаційний центр), приєднавшись до Internet, створивши WWW-сервер і виставивши в мережі свою Web-сторінку (www.nbuv.gov.ua), на якій уже розміщено значну кількість різної інформації [3]. Завдяки Internet дана інформація стала набутком не лише для відвідувачів бібліотеки, а й для користувачів Internet усього світу.

Дані аналізу свідчать, що показники відвідування Веб-сайту НБУВ абонентами вийшли на рівень показників відвідування книгозбірні читачами, а кількість наданих файлів перевищує книговидачу бібліотеки загалом. В процесі аналізу виявляються також документи підвищеної попиту. Найбільш рейтинговими є пошукові меню електронних каталогів, реферативних бібліотечних джерел і фонду електронних джерел – абоненти здійснюють щодня 3-4 тисячі пошуків. З повнотекстових документів особливим попитом користуються матеріали з комп’ютерних технологій, а також автореферати дисертацій з усіх наукових спеціальностей.

Серед українських сайтів цікавими для студентів фізкультурних вузів та факультетів фізичного виховання є наступні: видавництва «ОВС» (www.ovc.kharkov.ua); та «Педагогічна преса» (www.ped_pressa.kiev.ua); сайти Академії педагогічних наук (www.apsu.org.ua) і Міністерства освіти і науки України (www.education.gov.ua) тощо.

Висновки.

1. Підсумовуючи, слід зазначити, що Інтернет в Україні ще не одержав значного поширення. Але, прослідковуючи тенденцію останніх років, можна сказати, що незабаром положення докорінно зміниться і доступ до Інтернету буде повсякденною необхідністю. Поширеній доступ до мережі Internet допоможе створити віртуальну мережу, що займається фізкультурою, спортом, здоров'ям.

2. Завдяки перевагам інтернету стає очевидним факт необхідності розробки і розміщення в мережі Internet відповідних програм, за допомогою яких можна надати підтримку молоді у виборі засобів і методів самостійних занять фізичною культурою.

3. Однією з проблем, що виникає на шляху отримання інформації через Інтернет, є потреба у спеціальній підготовці студента. Система підготовки студентів повинна бути зорієнтована насамперед у напрямку формування інформаційної культури майбутніх фахівців. Сучасна система вищої фізкультурної освіти ще не виробила ефективних підходів до формування інформаційної культури майбутнього фахівця.

4. Не заперечуючи важливості інформаційних можливостей Інтернету, також, на наш погляд, не можна ігнорувати і традиційні джерела наукової інформації (підручники, монографії, збірники, наукові і методичні журнали), котрі відіграють важливу роль у підготовці майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бальсевич В.К. От высоких информационных технологий – к спортивным победам // Теория и практика физической культуры. – 2000. – №10. – С. 56.
2. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Информационная культура специалиста как фактор внедрения новых технологий в практику физической культуры и спорта // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №12. – С.18-19.
3. Баркова О.В. Он-лайніві публікації НБУВ // Бібліотека. Наука. Культура. Інформація: Наукові праці НБУВ. – Вип. 1. – 1998. – С.337-340.

ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА

4. Ермаков С.С. Інтернет в системе подготовки подростков к самостоятельным занятиям физической культурой // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2002. – №2. – С.86-91.
5. Истяпина-Елисеева Е.А., Кружков Д.А. Основные направления паблик рилейшнз в международном олимпийском движении // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №7. – С.15-17.
6. Лубышева Л. Журнал «Теория и практика физической культуры» в сети глобальной спортивной научной информации // Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы: Тезисы докладов Международного Конгресса. – М.: РГАФК, 1998. – Т.1. – С.208-209.
7. Медведев Д.А. Спортивное Интернет-пространство: культура строительства и PR-эффективность // Сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. – М., 2000. – С.113-118.
8. Національна система електронних бібліотек / А.О.Чекмар'юв, Л.Й.Костенко, Т.П.Павлуша / Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського. – К.: НБУВ, 1998. – 50 с.
9. Петров П.К. Современные информационные технологии в подготовке специалистов по физической культуре и спорту: (Возможности, проблемы, перспективы) // Теория и практика физической культуры. – 1999. – №10. – С.6-9.
- 10.Петров П.К., Дмитриев О.Б., Ахмедзянов Э.Р. Современные информационные технологии в системе повышения квалификации и непрерывном образовании специалистов по физической культуре и спорту (проблемы и пути решения) // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №12. – С.54-57.
11. Про Національну програму інформатизації: Закон України від 4 лютого 1998 р. № 74/98-ВР.
12. Про концепцію Національної програми інформатизації: Закон України від 4 лютого 1998 р. № 75/98-ВР.
13. Про затвердження завдань Національної програми інформатизації: Закон України від 4 лютого 1998 р. № 96/98-ВР.
14. Свістельник І. Стан спортивного інформаційного простору: Доступність ресурсів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2003. – №3. – С.16-21.
15. Федоров А.И. Методологические аспекты информатизации профессионального образования // Теория и практика физической культуры. – 2000. – №4. – С.11-13.
16. Федоров А.И. Современные информационные технологии в системе высшего физкультурного образования // Теория и практика физической культуры. – 2000. – №12. – С.56-59.
17. Ярыш Е.А. Национальный Банк информации-технологическая основа программы «Президентские состязания» // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998. – №3. – С.24-26, 39-40.

Володимир НАУМЧУК

КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ПРОЦЕСІ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗІ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

Актуальність проблеми. Аналіз науково-методичної літератури показує, що професійна підготовка вчителя фізичної культури пов'язується насамперед з наявністю та рівнем реалізації професійно значущих знань, умінь, навичок, проявом особистісних якостей. Про це свідчить значна кількість публікацій, присвячена даній проблемі (Ємець О.Й., Корецький В.М., Кричфалушій М.В., Ложкін Г.В., Овчаренко Т.Г., Петутін О.В., Цось А.В., Шиян Б.М. та ін.). Результатом цілеспрямованого процесу підготовки є професійна готовність майбутніх фахівців до діяльності вчителя фізичної культури, вагомий внесок у формування якої під час навчання в університеті належить спортивно-педагогічним дисциплінам. Професійну готовність ми розглядаємо як інтегративне стійке утворення, яке проявляється на основі сформованості потреб і здібностей та характеризується соціально-нормативним рівнем перетворення суспільних відносин у систему функцій індивіда, що визначає його ставлення до діяльності та її результативність.

Однією з ефективних і перспективних форм удосконалення підготовки майбутніх учителів є самостійна робота. Вона не зобов'язує студентів до професійного становлення через нормативну побудову їх діяльності, а створює креативні умови, надаючи їм можливість самим визначати траєкторію оволодіння професією. Саме самостійність, готовність до постійного

пошуку сприяють вихованню у майбутнього вчителя потреби і звички до самовдосконалення, становленню його педагогічної майстерності.

Мета статті – охарактеризувати шляхи покращання якості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в процесі самостійної роботи зі спортивно-педагогічних дисциплін, що вимагає визначення критеріїв оцінки їх професійної готовності. Зауважимо, що критерії – це реальні, точно обрані ознаки, величини, які виступають вимірюваними об'єктами оцінювання. Правильно дібрани критерії дають змогу порівняти дієвість і надійність тих чи інших засобів, ретельно вимірювати діапазон їх впливу на майбутнього вчителя фізичної культури, виявляти інтенсивність, величину та силу прояву у професійній підготовці. Важливо, щоб вибрані критерії мали однакову форму чи показник (словесний або цифровий). Оскільки пріоритетними складовими професійної готовності є професійно значущі знання, вміння, навички, особистісні якості, то ці ознаки виступають основними критеріями фахової підготовки.

Результати дослідження. У науковій літературі наводиться багато ознак, які характеризують знання та вміння фахівця. Зокрема серед ознак, що є показниками знань, виділяють такі, як повнота, міцність, обсяг, рівень, узагальненість, систематичність, системність, конкретність, гнучкість, дієвість [1,2,6 та ін.]. Дослідження якості знань за всіма згаданими ознаками робить процедуру їх оцінювання практично нереальною. Тому виникає необхідність виокремлення з даного переліку декількох найсуттєвіших ознак. Виходячи з того, що функціонування системи, у даному випадку – професійних знань, можливе за умови більше 50% відповідності її еталону, ми вважаємо повноту і системність знань достатніми і необхідними показниками їх якості. При визначенні якості знань за цими показниками не втрачається адекватність оцінки.

Для характеристики професійних умінь вчителя фізичної культури важливо враховувати комплексний прояв їх якісних ознак. Реалізація студентами видів самостійної роботи зі спортивно-педагогічних дисциплін, що відповідають змісту професійної діяльності вчителя фізичної культури, дозволяє отримати повну та об'єктивну інформацію про наявність і рівень оволодіння професійно значущими вміннями та навичками, оскільки вони існують і проявляються тільки в процесі такої діяльності, що максимально наближена до майбутньої професійної. Наявні вміння та навички актуалізуються і реалізуються у видах самостійної роботи не окремо, а в їх різноманітних взаємодіях, інтеграції, що вкрай важливо для з'ясування об'єктивного стану цієї сторони професійної готовності. Оптимальним вважається такий обсяг і рівень оволодіння професійно значущими вміннями та навичками, який забезпечує реалізацію педагогічних функцій вчителя фізичної культури. Останні зумовлені особливостями процесу фізичного виховання. Специфічним проявом функцій педагогічної діяльності вчителя фізичної культури є такі функції, як: навчання – формування способів рухової діяльності, розвитку – розвитку рухових якостей, виховання – формування мотиваційної сфери в учнів стосовно предмета фізичної культури.

Важливою ознакою, що характеризує способи досягнення професійної готовності, є оволодіння студентами орієнтовною основою самостійної діяльності. Психологами зазначається, що зв'язок суб'єкта і діяльності, а відповідно студента і його діяльності з реалізацією видів самостійної роботи, виявляється тоді, коли провідно виступає категорія «суб'єкт». Це означає, що за кожною дією стоїть розумова діяльність. Звідси, успішна реалізація видів самостійної роботи зі спортивно-педагогічних дисциплін вимагає від студента дотримання системи орієнтирів у даній діяльності. Орієнтовна основа самостійної діяльності полягає в ознайомленні з предметом діяльності, складанні плану виконання завдання, виконанні завдання, оцінці та аналізі одержаних результатів. В однотакий даний критерій свідчить про самостійність студентів та оволодіння ними досвідом творчої діяльності. Адже підвищення самостійності пов'язано з поступовим осягненням студентом усієї низки дій, необхідних у самостійній діяльності.

Опосередкованими показниками прояву професійної готовності є активна участь студентів у громадському житті, їхнє ставлення до професії вчителя фізичної культури, до спортивно-педагогічних дисциплін. Якісна підготовка майбутнього фахівця неможлива без прояву ним пізнавального інтересу, творчості, ініціативи. Вона передбачає формування особистості педагога з активною життєвою позицією, який сам виступає джерелом позитивних перетворень.

Висновки. Основними критеріями оцінки професійної готовності студентів факультетів фізичного виховання в процесі самостійної роботи зі спортивно-педагогічних дисциплін є якість знань (повнота, системність); обсяг і рівень оволодіння професійно значущими вміннями та навичками; ступінь оволодіння орієнтовною основою самостійної діяльності; рівень сформованості самостійності як риси особистості. Зазначений комплекс критеріїв дає можливість оцінити не тільки результати професійної підготовки, а й механізми їх досягнення, що необхідно для визначення реального стану як окремих складових, так і професійної готовності в цілому.

Перспективи подальшого дослідження проблеми можуть бути пов'язані з розробкою та впровадженням методики вимірювання й оцінювання результатів професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури на основі запропонованих критеріїв і показників.

ЛІТЕРАТУРА

1. Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии. – М.: Педагогика, 1989. – 190 с.
2. Денек К. Изучение и оценка уровня знаний студентов // Современная высшая школа. – 1987. – №3. – С. 91-102.
3. Левина М.М. Технологии профессионального педагогического образования. – М.: Академия, 2001. – 272 с.
4. Наумчук В.І. Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури в процесі самостійної роботи зі спортивних ігор: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. – Тернопіль, 2002. – 20 с.
5. Суходольський Г. В. Основы педагогической теории деятельности. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. – 166 с.
6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – Ч.2. – 248 с.

Володимир ЯЛОВИК,
Володимир СЕРГІЄНКО

ТЕХНОЛОГІЯ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Ефективність навчально-виховного процесу у вузі, в першу чергу, залежить від чіткої і належної системи цілеспрямованого впливу на студентів.

Аналіз ситуацій, що характерні для сучасних умов навчання в системі вищої освіти в цілому і за напрямом «фізичне виховання і спорт», свідчить про певну кризу активності [3]. Зниження пізнавальної активності студентів пов'язано з тим, що робота вчителя фізичної культури, тренера не представляє сьогодні інтересу для багатьох студентів із економічних причин.

Багатьма дослідниками [1, 2, 4] встановлено, що зв'язки між завданнями, змістом, засобами, методами і формами організації навчання носять постійний, закономірний характер. Взаємозв'язок усіх компонентів навчального процесу при відповідних умовах закономірно забезпечує міцні й усвідомлені результати навчання. При порушенні цих зв'язків процес навчання не досягає поставленої мети.

Оцінюючи позитивний вклад спеціалістів в опрацюванні даної проблеми, необхідно відзначити, що розгляд технології формування професійної майстерності на основі творчого засвоєння дисциплін представлено епізодично.

З метою розробки технології формування професійної майстерності у студентів III і IV курсів факультету фізичної культури нами був проведений формуючий експеримент.

Програма експерименту передбачала реалізацію активізації внутрішніх рушійних сил особистості студента; діяльнісного підходу до відбору змісту навчальних занять; широке використання активних методів навчання (вирішення проблемних завдань, дискусій, ігри, групова співдружність).

У процесі формування професійної готовності студентів широко використовувався ситуативно-рольовий підхід, який визначався комплексом багатокомпонентних способів продуктивного навчання і реалізувався через ігрову діяльність студентів (ділові, рольові, ситуативні ігри). Кожна гра проводилася із внесенням елементів творчості, імітації поведінки, зміни сюжету, сюжетної лінії та рольової взаємодії.

Навчальні завдання, професійні ситуації максимально наближалися до реальних умов педагогічної діяльності, що дало можливість не тільки виявити знання предмету, але й

визначити їх реальне ставлення до обраної професії та глибину розуміння її специфіки та виявлення внутрішнього протиріччя. Вони спонукали студентів самостійно працювати, формували інтерес до предмету й об'єктивну самооцінку, стимулювали до активного засвоєння навчального матеріалу. На нашу думку, варіативність завдань забезпечувала індивідуалізацію навчання та об'єктивне оцінювання майбутнього вчителя фізичної культури.

Провідний принцип побудови творчих завдань, професійних ситуацій, ділових та рольових ігор полягав у поступовому зростанні трудності завдань, що забезпечувало послідовну підготовку студентів до вирішення складніших завдань та їх серій.

Велика частина експериментальної технології передбачала теоретичне обґрунтування проблем змісту та структури професійної майстерності вчителя фізичного виховання.

Експериментальна технологія передбачала цілу низку завдань, що були спрямовані на поглиблена вивчення теоретичних та практичних основ професійної готовності вчителя фізичного виховання.

Навчальна робота проходила в мікрогрупах, кожній з яких пропонували окремі дискусійні завдання (виявлення точки зору щодо питання, що розглядається; організація їх розуміння, розробка системи аргументації, культурної критики). Під час виконання завдань студентам дозволялося використовувати методичні матеріали, що відображають потреби особистості (наприклад, потребу в досягненнях, потребу у майстерності та компетентності). Цю інформацію студенти використовували при складанні програм удосконалення майстерності. Обговорення програм підтвердило, що студенти не тільки впорались із завданням практичного застосування методів навчання, але й засвоїли новий матеріал щодо професійної діяльності. Такі заняття формували творче ставлення до професії і підвищували здатність до подолання труднощів у майбутній діяльності.

Слід відзначити, що запропонована технологія формування професійної майстерності студентів доволі гнучка і дозволяє швидко трансформувати зміст навчання залежно від пізнавальних можливостей і рівня підготовленості студентів.

Для оцінки ефективності експериментального навчання ми використовували велике коло об'єктивних і суб'єктивних критеріїв. В основі об'єктивних критеріїв лежали результати математичної обробки оцінок успішності студентів та експертних оцінок. Суб'єктивними критеріями були відповіді студентів на питання анкет.

Середні показники, що характеризують рівень професійної майстерності вчителів фізичного виховання виконувати основні види діяльності в школі експериментальною і контрольною групами, подані у таблиці 1.

Таблиця 1
Рівень професійної майстерності студентів контрольної
та експериментальної груп

№ п/п	Види професійної діяльності	Контрольна група	Експериментальна група	Вірогідність різниці, Р
1	Діяльність студента у ролі вчителя	3,68±0,24	4,37±0,21	<0,05
2	Пояснення рухової дії	3,89±0,27	4,41±0,22	<0,05
3	Показ вправи та її елементів	3,55±0,23	4,18±0,19	<0,05
4	Дозування фізичного навантаження	3,72±0,29	4,59±0,20	<0,05
5	Уміння управляти діяльністю учнів	3,64±0,24	4,35±0,21	<0,05
6	Контроль за виконанням вправи	3,86±0,25	4,26±0,20	<0,05
7	Підсумковий контроль	3,92±0,21	4,17±0,19	<0,05
8	Загальний рівень майстерності	3,75±0,25	4,42±0,20	<0,05

Результати, отримані в процесі педагогічного експерименту, дозволили говорити про позитивні зміни, що відбулися в експериментальній групі. За оцінкою експертів рівень професійної діяльності підвищився за всіма характеристиками, особливо планування уроку фізичної культури – 4,41 балів, організація уроку фізичної культури – 4,59 балів, безпосередній педагогічний вплив на уроках – 4,35 балів.

Це можна пояснити тим, що у процесі навчання студентами експериментальної групи широко використовувався аналіз педагогічних ситуацій, проблем навчання та активні методи навчання.

Загальний рівень професійної майстерності вірогідно вищий у студентів експериментальної групи ($P<0,05$). Таким чином, можна стверджувати, що студенти експериментальної групи мають вищий рівень майстерності, ніж студенти контрольної.

Отримані результати можуть послужити теоретичною базою для подальшого професійного вдосконалення спеціалістів з фізичної культури та спорту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ашмарин Б.А. Профессиональная подготовка учителя физической культуры // Методическая разработка. – Хабаровск, 1991.
2. Беляева В.В., Борисов Ю.В. Индивидуализация профессионального совершенствования специалистов по физической культуре и спорту // Воспитание, образование, тренировка. – 1998. – №4. – С.7-10.
3. Тертычный А.В. Анализ современных целевых установок по вопросу о содержании и наиболее эффективных формах обучения в физкультурных вузах // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №1. – С.5-7.
4. Тюленев С.Ю. Технология преподавания физической культуры в вузах // Теория и практика физической культуры. – 2001. – №5. – С.27-32.

Йосип ФАЛЕС,
Аурел ВАСИЛЬЧУК

НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДО ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФУТБОЛУ

Актуальність. Сучасна ситуація, що складається в галузі фізичної культури, вимагає серйозних реформацій. Необхідно будувати систему фізичного виховання, здатну повною мірою вирішувати завдання оздоровлення нації. Справді, не варто заперечувати, що досвід фізичного виховання населення, накопичений за радянський період, досить цікавий і заслуговує осмислення і розвитку.

У нових соціально-економічних умовах розвитку суспільства створюються ідеологічні передумови для формування української системи фізичного виховання. Підставою для її побудови можуть служити національні ідеї оздоровлення українців – «Фізична культура – здоров'я нації» [1], загартовування іхнього духу і тіла, виховання фізичної культури населення. Орієнтація системи фізичного виховання України на гуманістичні і демократичні ідеали вимагала, в першу чергу, побудови нової мети фізичного виховання дітей і молоді. Уже зараз поставлено завдання формування фізичної культури школяра, розвитку в нього потреби у повсякденних заняттях фізичними вправами і дотримання здорового способу життя.

Постановка проблеми.

Фізичне виховання школяра – складний, багатогранний процес, що включає поряд з фізичною підготовкою засвоєння валеологічних знань, навчання способів організації фізичної активності, а головне, – орієнтацію школярів на свідоме зміцнення здоров'я шляхом повсякденних заняттів фізичними вправами і спортом.

До ефективного вирішення складного завдання повинні бути запущені не тільки фахівці галузі фізичного виховання, але й уся зацікавлена в успіху цієї справи громадськість: лікарі, психологи, батьки. Разом з ними в цьому процесі повинні брати участь учителі-предметники, класні керівники, завучі з виховної роботи, а також запущені до педагогічного процесу нові фахівці соціальної психології і соціальної педагогіки. Тільки у взаємозв'язку з усіма учасниками навчально-виховного процесу в школі (гімназії, ліцеї) можна по-справжньому вирішити проблему запущення школярів до здорового способу життя і ціннісного ставлення до фізичної культури. Прихильників такого підходу як серед учених, так і серед педагогів-практиків стає все більше.

Однак, варто враховувати той факт, що не всі педагоги під час навчання у вузі одержують достатню теоретичну і практичну підготовку для організації і проведення уроків з елементами футболу, фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи зі школярами. Проте, за даними О.А. Аяшева, більш 24% опитаних учителів фізичного виховання та учителів-предметників вважають, що займатися такою роботою не тільки доцільно, але й «просто необхідно».

На думку більшості вчених, низька фізкультурна освіченість педагогічних кадрів обумовлена слабкою професійно-прикладною педагогічною підготовкою (О.А. Аяшев, М.Я. Віленський, Р.С. Сафін та ін.). Так, В.В. Фідельський стверджує, що істотні недоліки індивідуальної участі у заходах з фізичної культури майбутніх учителів призводять до того, що молоді учителі (фізики, хімії і т.д.) нечітко уявляють собі мету, завдання, зміст фізичного виховання. Вирішення проблеми фізкультурної освіти майбутніх учителів В.В. Фідельський бачить у посиленні їхньої професійно-прикладної фізичної підготовки.

Можна лише частково погодитися з такою думкою. На наш погляд, це екстенсивний шлях вирішення проблеми, тривалий і малоекективний. Допускаємо, що не всі учителі фізичного виховання та учителі-предметники хочуть і можуть займатися на уроках фізичного виховання футболом через свої індивідуальні інтереси і здібності, стан здоров'я, фізичної підготовленості і т.ін., але більшість опитуваних не заперечують проти впровадження третього уроку фізичного виховання. Тому інтенсифікувати процес професійно-прикладної педагогічної підготовки, залучаючи (часом насильно) всіх учителів фізичного виховання проводити уроки футболу, нам здається недоцільно. Тим часом екстенсивні підходи, що домінували в радянській системі фізичного виховання, уже довели свою неспроможність, оскільки відомо, що ефективність навчального процесу багато в чому визначається свідомим вибором спортивного спрямування навчальних дисциплін.

Тому ми пропонуємо організувати цілеспрямовану підготовку викладачів фізичного виховання та учителів-предметників до фізкультурного виховання школярів у рамках спецкурсу на вибір «Уроки футболу» – додаткова педагогічна спеціальність». У даному випадку передбачається, що педагоги, які дійсно бажають одержати додаткову спеціальність і мають здібності до організації і проведення уроків футболу та активно працювати в позакласній фізкультурно-оздоровчій та спортивно-масовій діяльності учнів, будуть з інтересом засвоювати цей спецкурс. Це можуть бути учителі фізичного виховання, учителі предметники, випускники ДЮОСШ, студенти-спортсмени, аматори фізичної культури і спорту.

Спецкурс на вибір – «Уроки футболу» – додаткова педагогічна спеціальність» – може бути організований у рамках загального педагогічного процесу вузу, а також функціонувати як курс підготовки фахівців на факультеті додаткових професій. Можливі й інші варіанти його використання з урахуванням умов конкретного педагогічного вузу.

У пропонованій нами науково-технологічній концепції зміст і структура курсу розглядаються стосовно Львівського регіонального центру з підвищення кваліфікації на кафедрі теорії і методики футболу Львівського державного інституту фізичної культури. Курс розрахований на 200 навчальних годин, освоєння яких передбачається протягом останніх двох курсів навчання студентів у вузі, або спеціальних курсів підвищення кваліфікації. Після закінчення спецкурсу учителям фізичного виховання видається сертифікат, що дозволяє учителю-предметнику професійно займатися фізкультурним вихованням учнів (на прикладі уроку футболу). Сертифікат «Викладач футболу» захищений юридичними правами і повинен розглядатися адміністрацією школи як документ, що дає право учителю фізичного виховання і учителю-предметнику вести оплачувану навчальну і позакласну виховну роботу засобами фізичної культури і спорту.

Професійно-освітня програма спецкурсу складається з трьох основних розділів: теоретичного, методичного і практичного, а також має набір примірних контрольних вимог, які дозволяють оцінити якість знань, умінь і навичок, що характеризують педагогічну готовність викладача фізичного виховання та учителя-предметника до організації і проведення уроків футболу, фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи в школі.

Урок футболу як третій урок у шкільному фізичному вихованні розглядається в програмі спецкурсу не тільки як рухові дії, а більшою мірою вони представлені як сфера відновлення після розумових навантажень і перевантажень, спілкування школярів, їхнього співробітництва з педагогами, батьками, іншими дорослими, які також беруть участь в організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи школи. У такий спосіб утвориться повноцінне, збагачене культурою середовище виховання школяра як особистості.

Зміст програми спрямований на можливість оволодіння викладачами фізичного виховання знаннями, уміннями і навичками організації фізкультурно-оздоровчої і спортивної

роботи (на прикладі уроку футболу), а також відчути інтерес, зрозуміти цінність і розвинути здатність до спілкування з дітьми через організацію їхньої фізкультурно-спортивної діяльності.

Таким чином, професійно-освітня програма спецкурсу, яку проводить Львівський регіональний центр з підвищення кваліфікації, надає можливість майбутнім учителям фізичного виховання і вчителям-предметникам одержати поглиблену фізкультурну освіту і додаткову педагогічну спеціальність – «Учитель футболу, учитель-організатор фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі».

Розглянемо змістові і структурні компоненти програми спецкурсу.

Концептуальна основа спецкурсу.

1. Теоретико-пізнавальний зміст (спеціальні фізкультурні знання).
2. Методичний зміст (методика розробки фізкультурно-спортивного проекту).
3. Зміст спортивно-технічної підготовки (організація заняття з видів спорту).
4. Залікові вимоги (підготовка курсового культурно-спортивного проекту).

Основні блоки спецкурсу представлені структурою і змістом теоретико-освітнього компонента педагогічної готовності викладача фізичного виховання, учителя-предметника до організації фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в загальноосвітньому навчальному закладі.

Засвоєння знань з методики уроку складає один із провідних компонентів педагогічної готовності вчителя-організатора.

Теоретичні та практичні знання з фізичного виховання визначають компетентність, професійну ерудицію, служать базою для формування педагогічних умінь і активно виявляються в організаційно-методичних технологіях.

Професійні знання учителя-організатора уроків футболу у фізкультурно-оздоровчій та спортивно-масовій роботі поділяються на психолого-педагогічні, медико-біологічні і спеціальні.

Психолого-педагогічні знання про людину, що одержує майбутній викладач з фізичного виховання і вчитель-предметник у ході всього навчально-виховного процесу, повинні бути поглиблені щодо організації фізкультурно-спортивної діяльності. Щоб зацікавити дітей заняттями фізичною культурою, змаганнями з футболу та іншими спортивними іграми, привітати їм любов до спорту, потрібно вміти проникати у внутрішній світ дитини.

Для успішного формування шкільного спортивного колективу необхідно добре знати закономірності його розвитку. На це дасть відповідь програма «Комплекс психо-фізіологічних тестів, які виконуються на комп’ютері».

Засвоєння медико-біологічних знань дозволяє вчителю-організатору грамотно впливати фізичними вправами на організм дітей, враховувати статі і вікові особливості учнів молодших, середніх і старших класів, стан здоров’я і рівень фізичної підготовленості. Для цього в мультимедійній програмі існує програма «Функціональний рівень школярів».

Спеціальні знання дають учителю-організатору масу конкретних рекомендацій з методики фізичного, спортивного чи відновлювального заняття або тренування, знайомлять з особливостями організації фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі. Ці дані знаходяться у програмі «Програмоване навчання методики гри у футбол на початковому етапі».

Кількість тем, годин і зміст теоретико-освітнього компонента може бути визначено і доповнено керівником спецкурсу, виходячи з конкретних умов організації навчально-виховного процесу у вузі.

Освітня тематика спецкурсу повинна містити:

– необхідний рівень теоретичної підготовки, що дозволить майбутньому викладачеві фізичного виховання, вчителю-предметнику скласти цілісне уявлення про організацію і проведення уроку футболу, фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі, засвоїти основні принципи і методи фізичного виховання і конкретно методику навчання елементів футболу, його природничо-наукові і філософсько-культурологічні основи; розширити кругозір в засвоєнні цінностей фізичної культури і підвищити загальний рівень культури;

– програму семінарських занять, розраховану на засвоєння викладачами методичних знань, пов’язаних з розробкою і реалізацією творчих культурно-спортивних проектів «Футбол – джерело здоров’я»;

— оцінку ефективності підготовки майбутніх викладачів фізичного виховання та учителів-предметників за програмою спецкурсу.

Для оцінки ефективності розробленої нами експериментальної навчальної програми спецкурсу ми використовували систему контрольних завдань, тест-анкету і ділову гру. Основним критерієм педагогічної готовності вчителів до організації й проведення уроку футболу в рамках фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітній школі є оцінка, отримана майбутнім фахівцем при захисті авторського курсового проекту «Футбол – джерело здоров’я». Практичні уміння і навички реалізації культурно-спортивного проекту оцінювалися експертами з числа викладачів під час ділової гри «Спортивна шоу-програма – футбольна година».

Контрольні завдання містили в собі перевірку найбільш значущих педагогічних умінь і навичок, що характеризують професійну готовність майбутніх викладачів фізичного виховання й учителів-предметників до організації й проведення уроків футболу, фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі. Правильна і повна відповідь за пропонованою нами шкалою оцінюється балом «5»; правильна, але неповна відповідь – балом «4»; невеликий ступінь похибки – балом «3»; неправильна і неповна відповідь – балом «2»; відсутність відповіді – балом «1».

Аналіз одержаних результатів свідчить про те, що вчителі, які навчаються за експериментальною навчальною програмою, успішно засвоїли методику організації і проведення уроків футболу, фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі. Найкраще вчителями були засвоєні педагогічні вміння, пов’язані з оволодінням методикою навчання елементів гри у футбол, тестування фізичних якостей і складання розкладу занять спортивних секцій. При виконанні даних контрольних завдань отримана найбільша кількість вищих оцінок.

Найбільші труднощі для педагогів представляли контрольні завдання, пов’язані з підготовкою і фрагментарним проведенням ігрових і сюжетних спортивних програм. Мабуть, навчальною програмою передбачено недостатню кількість годин для педагогічної практики проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів.

Варто особливо підкреслити, що викладачі, що навчалися на спецкурсі, відповідально і творчо поставилися до розробки і захисту авторських курсових культурно-спортивних проектів: 6 з них одержали оцінку «5», 9 – оцінку «4», 3 захистили свої роботи на оцінку «3». Незадовільних оцінок в експериментальній групі не було.

Усі викладачі, що пройшли навчання на спецкурсі, одержали право професійно займатися організацією і проведенням уроків футболу, а також можуть бути завучами з фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі.

Під час ділової гри провідними фахівцями, викладачами Львівського регіонального центру підвищення кваліфікації вчителів фізичного виховання оцінювалися знання, уміння й навички готовності вчителів фізичного виховання до проведення конкретного спортивного заходу. У ході гри педагоги демонстрували уміння в організації спортивних естафет і рухливих ігор, підготовці місць змагань, суддістві, музичному оформленні шоу-програми, проводили церемонію відкриття і закриття шкільних змагань, нагородження переможців. Активна участь вчителів у олімпійській вікторині дозволило експертам оцінити рівень знань в області історії фізичної культури. Значна частина викладачів разом із запрошеними виконували ролі учнів, при цьому експертами фіксувалася їхня фізкультурно-спортивна підготовленість.

Результати проведення ділової гри підтвердили раніше отримані позитивні оцінки педагогічної готовності вчителів фізичного виховання і предметників до проведення уроків футболу і змагань у позакласній фізкультурно-оздоровчій і спортивній роботі школи. Викладачі які пройшли програму спецкурсу правильно відповідали на питання олімпійської вікторини, провели 5 естафет, конкурс на країній спортивний малионок футбольної тематики, урочисто провели церемонії відкриття і закриття шкільних змагань, а музичне оформлення зробило спортивне свято дійсно веселою шоу-програмою. Особливо цікаво були організовані церемонія нагородження і спортивна лотерея.

Теоретичний матеріал викладається у вигляді супровідних пояснень чи повідомлень, бесід, лекцій. Незалежно від форми викладу теоретичного розділу оглядові лекції, як обов’язковий мінімум, повинні включати наступну тематику:

1. Навчання як процес формування рухових умінь і навичок з футболу.
2. Розвиток фізичних якостей, методика лікарсько-педагогічного контролю.
3. Методика заняття, на яких виховують фізичні якості.

4. Принципи і методи спортивної підготовки учнів.
5. Організація змагань з футболу. Вивчення правил гри.
6. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи в школі. Авторські педагогічні проекти.
7. Курсовий проект «Футбол – джерело здоров’я».

Запропонована тематика теоретико-освітнього розділу охоплює зміст фундаментальних теоретичних основ професійної готовності майбутнього учителя-предметника до організації позакласної оздоровчо-фізкультурної та спортивно-масової діяльності учнів.

Щодо структури і змісту педагогічних умінь і навичок, необхідних педагогу для організації фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі слід дотримуватись таких суджень.

Педагогічні уміння найчастіше поділяються на уміння навчати й уміння виховувати. Далі ці групи умінь доповнюються організаторськими, лекторськими і іншими, спеціалізованими уміннями (мається на увазі спрямованість на спеціалізацію футбол).

Визначаючи структуру і зміст педагогічних умінь, ми керувалися тим, що на той час, коли викладачі почнуть навчання на спецкурсі, основна частина педагогічних умінь буде вже сформована протягом навчання у педагогічному вузі. Завдання спецкурсу підвищення кваліфікації – донести до вчителів фізичного виховання специфіку організації і кваліфікованого проведення уроку футболу та фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи в школі та, використовуючи вже сформовані педагогічні уміння, вдосконалити їх.

Комплекс умінь і навичок, необхідних для продуктивного вирішення завдань організації фізкультурно-спортивної роботи в школі, вчителі фізичного виховання здобувають у ході семінарських і практичних занять.

Висновки.

Виходячи з результатів дослідження, вважаємо правомірним говорити про високу ефективність навчального процесу, організованого в рамках Львівського регіонального спецкурсу підвищення кваліфікації вчителів з фізичного виховання «Уроки футболу в школі» - додаткова педагогічна спеціальність».

На думку експертів, усі викладачі фізичного виховання, які приїхали на навчання з сусідніх областей Чернівців, Івано-Франківська, Тернополя, Закарпаття, Волині, Хмельницька і Львівщини – учасники ділової гри, продемонстрували професійну підготовку і бажання займатися уроками футболу та фізкультурно-оздоровчою і спортивно-масовою роботою в школі.

Максимальна кількість балів – 10 – за виконання основних контрольних вимог одержали 3 осіб, 8 учителів – на один бал нижче, 5 заробили по 8 балів і лише двоє – по 6-7 балів.

ЛІТЕРАТУРА.

1. Національна доктрина розвитку освіти в Україні від 17 квітня 2002 року №347/2002. – Фізичне виховання в школі. – К., 2002.
2. Лубышева Л.И., Косихин В.П. Кадровая поддержка развития инновационных процессов в физическом воспитании // Теория и практика физического воспитания. – 1996. – №2.
3. Зеленцов А.М., Лобановский В.В. Моделирование тренировки в футболе. – 2-е вид. перероб. і доп. – К.: Альтерпрес, 1998. – 216 с.
4. Дулібський А.В. Моделювання тактичних дій у процесі підготовки юнацьких команд. – Федерація футболу України. – Київ, 2001. – 130 с.
5. Крейнак Д., Хебрейкен Д. Інтернет. Енциклопедія. – СПБ: Пітер, 2000. – 560 с.
6. Передумови впровадження програмованого навчання фізичного виховання (на прикладі уроку з футболу): Науковий збірник. – Харків, 2003. – 126 с.
7. Васильчук А.Г. Автоматизовані системи комп'ютерного контролю фізичного виховання (на прикладі уроку з футболу): Збірник науково-практичної конференції. – Чернівці, 2003. – 182 с.
8. Зінченко О.О., Васильчук А.Г. Уроки з футболу в школі: Навчальний посібник. – Київ –Чернівці, 2002. – 214 с.
9. Куц О.С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю. – Київ – Вінниця, 1995. – 148 с.
10. Костюкевич В.П. Футбол: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Київ – Вінниця, 1996. – 262 с.
11. Малиновский С.В. Применение систем программированного обучения в спорте //Теория и практика физической культуры. – 1972. – №3.
12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Частина I, П. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 271 с., – 247 с.

ПРОБЛЕМИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Сергій БАБЮК

СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІ ВИМОГИ ТА ЗАВДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ У СІМ'Ї

Актуальність дослідження. В умовах реформування освіти Законом України «Про дошкільну освіту» (2001), Постановою Кабінету Міністрів «Про перехід загальноосвітніх навчальних закладів на новий зміст, структуру і 12-річний термін навчання» передбачено навчання дітей з шести років. Розробка державних стандартів дошкільної (базовий компонент) та початкової освіти зумовлює перегляд способів організації роботи з підготовки дітей старшого дошкільного віку до навчання в школі.

У національній програмі «Освіта» (Україна ХХІ ст.) (1994), Законі України «Про фізичну культуру і спорт», цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації» (1998) підкреслюється необхідність фізичного виховання різних верств населення, а особливо дітей дошкільного та шкільного віку, пропонуються різні підходи до зміщення здоров'я людини як найвищої суспільної цінності.

Проблема фізичного виховання дошкільників була предметом дослідження вчених різних галузей науки, зокрема, психологів (Виготський Л.С., Запорожець О.В., Леонтьєв О.М.), педагогів (Макаренко А.С., Лесгафт П.Ф., Сухомлинський О.В., Ушинський К.Д.), фізіологів та медиків (Аршавський І.А., Апанасенко Г.Л.). Викликають інтерес також роботи сучасних дослідників (Вільчковський Е.С., Лисенко Н.В. та ін.).

Але ще й досі не всі у державі усвідомлюють необхідність ставлення до дошкільного дитинства як до винятково важливого періоду розвитку особистості, коли закладається підґрунтя знань, умінь, ставлення до навколошнього світу. Втрата надбань системи суспільного дошкільного виховання негативно позначається на фізичному розвиткові і морально-етичному становленні молодого покоління.

Теорія і практика переконує, що дошкільний вік – відповідальний етап у забезпеченні належного підґрунтя здорового способу життя. Водночас вчені Дубогай О.Д., Поташнюк Р.З., Куд О.С. визначають необхідність використання всіх дійових чинників системи фізичного виховання, в тому числі і виховного потенціалу сім'ї.

На даний час проблему фізичного виховання дошкільників вирішують лише дитячі заклади, які забезпечені кадрами та матеріальною базою, де є відповідні умови для повноцінного фізичного виховання. Лише за умов взаємодії дитячого закладу, сім'ї та школи можна досягти позитивних результатів як у фізичному вихованні, так і в гармонійному розвитку особистості.

Аналіз діючих в Україні програм з дошкільного виховання («Програма навчання і виховання в дитячому садку», «Дитина», «Перші кроки», «Діти України», «Малютко», «Українське дошкілля») показав, що їх зміст передбачає форми і методи фізичного виховання дошкільників у сім'ї, які на практиці мають низьку ефективність, що не сприяє реалізації визначених програмних вимог та завдань щодо фізичного виховання. Однією з причин незадовільного фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку, як стверджує дослідник Юр'єва Л.О., є недостатня увага сім'ї до проблем фізичного виховання, неосвіченість батьків, їх необізнаність у цій галузі.

Отже, актуальність дослідження визначається, з одного боку, незадовільним станом здоров'я дітей 5-7 років та низьким рівнем їх фізичного розвитку, а з іншого – великими потенційними можливостями сім'ї щодо впливу на фізичний розвиток дошкільнят.

Мета статті – висвітлити особливості фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку та шляхи удосконалення їхньої фізичної підготовки у сім'ї до навчання.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічні спостереження.

Обговорення результатів дослідження. Молодший шкільний вік, зокрема період 5-7 років – найбільш відповідальний етап у формуванні рухових координацій дитини. В цьому віці закладаються основи культури рухів, успішно засвоюються нові, раніше невідомі вправи і рухи. У цей період проходить становлення індивідуальних інтересів і мотивацій до фізичних занять за рахунок анатомо-фізіологічного дозрівання систем, які забезпечують рухову активність дитини. В молодшому шкільному віці проходить розвиток біодинаміки та координації рухів, результат яких безпосередньо залежить від фізичної підготовленості дітей дошкільного віку. [4]

Належний рівень фізичного та психологічного розвитку дошкільника особливо важливий для подальшого успішного навчання в школі. Адже початок систематичного навчання дітей у школі – справа завжди складна і нелегка. Навчальна діяльність, необхідність тривалого збереження вимушеної пози, перебування у шкільному колективі – це нове значне навантаження для дітей, яке вимагає великого напруження їх фізіологічних можливостей. На жаль, сьогодні більшість дітей розпочинають навчання фізично неготовими до нього. Причому ситуація не змінюється на краще, а навіть погіршується. Як показують спеціальні дослідження, зокрема О.Дубогай, рухова активність учнів 1-3 класів нижча, ніж у дошкільнят, у 2-2,5 рази. Співвідношення між динамічним та статичним навантаженням порівняно з попередніми періодами життя першокласників різко змінюється у бік переваги в режимі статичного компоненту [5]. Для дітей шестилітнього віку статичне напруження (вимушена поза за партою) навіть протягом 30 хвилин призводить до порушення рухомості нервових процесів, зниження працездатності, погіршення уваги та пам'яті, порушення взаємодії сигнальних систем. В результаті – затримується загальний фізичний та розумовий розвиток дитини, погіршується стан її здоров'я (порушується постава, псується зір, накопичується зайва вага, ослаблюється серцево-судинна система, виникають психічні та нервові захворювання).

Крім того, на жаль, мусимо констатувати значне погіршення стану довкілля, дедалі помітніше виснаження природних ресурсів, прогресуючу деградацію усіх сфер суспільного життя. Кризовий соціально-економічний стан країни прямо відбивається на становищі сім'ї. Дітей народжується значно менше, та й вони з ослабленим здоров'ям і часто хворіють, а 2,5 відсотка новонароджених мають вроджені вади розвитку або спадкову патологію. На медичному обліку перебуває понад 370 тис. дітей із психоневрологічними захворюваннями, близько 185 тис. – з вродженими хворобами серцево-судинної системи. Дитяча захворюваність, яка часто призводить до інвалідності, зросла майже на 20 відсотків. Дослідник В.Покась відзначає, що вже напередодні вступу до школи у понад 80 відсотків дітей фіксуються різні відхилення у здоров'ї [8].

Такий стан зумовлений сучасним технологізованим стилем життя, хоча ще нашим давнім предкам було добре відомо: гармонійна тілобудова – основа майбутніх високих духовних та інтелектуальних здібностей людини.

Проте у педагогічній практиці ще й досі нечітко осмислено лінію розвитку дитини: **рухова активність – мова – мислення – навчальні навички**. Психологи аналізують, зазвичай, лише частину **мова – мислення**, а педагоги – **мислення – навчальні навички**. Як наслідок, увесь руховий досвід дитини лишається «відсіченим», тобто поза увагою і педагогів, і батьків. Але ж фізичний розвиток і формування здоров'я дитини мають бути і процесом, і результатом **цілеспрямованої взаємодії дорослих у дома та в освітньому закладі** [6].

В Україні існує 6 варіативних програм для дошкільних закладів, серед яких діючими на сьогодні є програми навчання та виховання «Дитина» та «Малятко» [4,7]. Аналіз їх змісту свідчить про те, що у старшому дошкільному віці значна увага приділяється навчальній роботі, а фізичному вихованню, і зокрема, тільки у сім'ї – недостатньо. Причиною цього є, на нашу думку, необізнаність батьків, малоосвіченість членів сім'ї з питань фізичної культури.

Огляд літературних джерел, присвячених фізичному вихованню дітей дошкільного віку, свідчить про те, що у більшості випадків фізичне виховання в сім'ї і фізкультурно-оздоровча робота в дитячих садках розглядається окремо, із більшою перевагою останніх. При цьому в літературі переважають педагогічний, медико-біологічний, психологічний підходи до фізичного

виховання дошкільників. Різноманітні аспекти цієї проблеми розглядаються окремо, не враховуючи умов життя, побуту сім'ї, а також освіченості батьків з питань фізичного виховання.

На ефективність фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у сім'ї мають вплив такі чинники: наявність поблизу місця проживання спортивних майданчиків, різних спортивних обладнань, вільних територій, що необхідні для рухливих ігор, тобто спортивна інфраструктура. У свою чергу дітям необхідна допомога дорослих у підборі інвентарю, обладнання місця для занять [1].

Усе сказане вище приводить до висновку про необхідність системного дослідження впливу сімейного виховання у реалізації завдань фізичного розвитку дитини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Безрукіх М.М. Двигательный режим школьника в семье // Физическая культура в школе. – 1982. – №1.
2. Вільчковський Е.С. Методика фізичного виховання в дитячому садку. – К.: Радянська школа, 1979. – 142 с.
3. Гендін А.М., Майер Р.А., Сергеев М.И. Физическая культура в жизни детей дошкольного возраста (Методология и методика исследования. Часть I). – М., 1985.
4. Дитина: орієнтовний зміст виховання та навчання дітей 3-7 років у дошкільних закладах. – К., 1992. – С.1-15.
5. Дубогай А.Д. Влияние различных двигательных режимов на функциональное состояние школьников младших классов с нарушением осанки / В сб. «Медицинские проблемы физической культуры». – Вып.3. – К., 1973.
6. Дубогай О.Д. Чи готова дитина до навчання? // Дошкільне виховання. – 2002. – №11. – С.7-9.
7. Малятко: програма виховання дітей дошкільного віку. – К., 1991. – 198 с.
8. Покась В. Здорова нація – запорука благополуччя держави // Дошкільне виховання. – 1998. – №9. – С.3-5.
9. Поташнюк Р.З. Соціал-екологічна сутність здоров'я. – Луцьк, 1995. – 92 с.

Валерій ЄДНАК

ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ПЕРЕРВ З ЕЛЕМЕНТАМИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Удосконалення фізичного виховання школярів потребує пошуку і розробки форм та методів, які впливали б на зміцнення здоров'я учнів, підтримання працездатності протягом навчального дня та навчального року, виховання в них навичок самостійно та систематично займатися фізичними вправами [1, 3].

В даний час з різних об'єктивних і суб'єктивних причин рухова активність більшості школярів невисока. Далеко не всі школярі займаються фізичної працею, спортом, виконують необхідний руховий режим.

Науковим дослідженням встановлено, що урок фізичної культури не може повністю компенсувати потребу в руховій активності. Навіть при щоденних уроках фізкультури не можна ліквідувати «руховий голод», який сьогодні відчувають молодші школярі [3]. Тому урок фізичної культури повинен носити конструктивний характер і давати учням навички та зміння формувати потребу самостійно займатися фізичними вправами, іграми, спортивними розвагами.

Однією із дієвих форм фізичного виховання в школі, що дає можливість збільшити рухову активність школяра, є рухливі перерви. Регулярне проведення рухливих перерв відновлює працездатність, підвищує рухову активність, значно покращує показники фізичного розвитку, допомагає успішному оволодінню навичками самостійних занять, підвищує інтерес учнів до регулярних занять фізичними вправами [3]. Дослідженням ефективності проведення таких перерв з елементами легкої атлетики і було присвячене наше дослідження.

Метою статті є висвітлення методики проведення рухливих перерв з елементами легкої атлетики та ефективності їх використання у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Об'єктом дослідження були учні молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження: рівень фізичного стану та пляхи його вдосконалення.

Дослідження проводилося на базі Тернопільської загальноосвітньої школи №23 на протязі навчального року. У ньому брали участь учні двох третіх класів (57 дітей). Один клас

ПРОБЛЕМИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

був експериментальний, а другий контрольний. На початку дослідження було проведено педагогічне тестування з метою визначення рівня фізичної підготовленості та фізичного розвитку учнів. Тестування проводилося на початку навчального року. Отримані результати не виявили відмінностей у фізичному розвитку та фізичній підготовленості між учнями цих класів, що засвідчило про однорідність сформованих груп.

Для проведення експерименту нами були підібрані рухливі ігри з елементами легкої атлетики і розроблена програма їх застосування. Програма включала ряд ігор та естафет, які були спрямовані на розвиток спритності, швидкості, сили, рівноваги, витривалості дітей. На кожний місяць складалась нова програма. Ігри підбирались з таким розрахунком, щоб їх складність поступово зростала. Зростала також інтенсивність навантаження. Якщо на початку експерименту використовувались ігри, прості за своєю складністю та невисокою інтенсивністю, то на заключному етапі ці показники значно зростали. Можливість використання різноманітних ігор та естафет з різною інтенсивністю дала можливість сприяти розвитку фізичних якостей школярів. У ході ігор особлива увага зверталась на техніку виконання легкоатлетичних вправ (різноманітні стрибки, метання, бігові вправи тощо). Правильне виконання таких вправ заохочувалось. Учні контрольного класу займалися за звичним графіком і з ними не проводилось додаткових занять з фізичного виховання [2].

Для перевірки ефективності запропонованих програм в кінці експерименту було проведено повторне тестування школярів в обох класах. Порівнявши отримані результати з вихідними даними на початку навчального року, ми виявили, що в учнів контрольного класу відбулись лише незначні зрушения в показниках фізичної підготовленості (Табл.1).

Таблиця 1

Середні показники фізичної підготовленості учнів контрольної групи (M_x), $n = 28$

Тести	До експерименту	Після експерименту	P
Біг 100 м, с	$5,19 \pm 0,45$	$5,14 \pm 0,65$	$P > 0,05$
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази	$24,37 \pm 2,56$	$25,41 \pm 5,6$	$P > 0,05$
Підйом в сід, рази	$33,17 \pm 12,32$	$34,41 \pm 11,3$	$P > 0,05$
Стрибок в довжину, см	$151,37 \pm 15,54$	$152,55 \pm 10,2$	$P > 0,05$
Біг 30 м, с	$5,67 \pm 0,23$	$5,67 \pm 0,65$	$P > 0,05$
Човниковий біг 4×9 м, с	$11,34 \pm 1,2$	$11,34 \pm 0,9$	$P > 0,05$
Нахил вперед, см	$9,41 \pm 2,3$	$10,41 \pm 3,02$	$P > 0,05$
Сума балів (за методикою Державних тестів)	$25,75 \pm 5,6$	$25,96 \pm 6,2$	$P > 0,05$

Порівняння отриманих показників у школярів експериментальної групи з вихідними даними продемонструвало, що зрушения відбулись практично у кожному результаті (Табл.2).

Таблиця 2

Середні показники фізичної підготовленості учнів експериментальної групи (M_x), $n = 29$

Тести	До експерименту	Після експерименту	P
Біг 100 м, с	$6,24 \pm 0,23$	$5,51 \pm 0,18$	$P < 0,001$
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази	$14,89 \pm 0,24$	$17,1 \pm 0,18$	$P < 0,05$
Підйом в сід, рази	$28,71 \pm 1,3$	$33,53 \pm 1,17$	$P < 0,01$
Стрибок в довжину, см	$155 \pm 8,14$	$159,5 \pm 8,02$	$P < 0,05$
Біг 30 м, с	$5,84 \pm 0,25$	$5,5 \pm 0,24$	$P < 0,05$
Човниковий біг 4×9 м, с	$11,76 \pm 1,12$	$11,23 \pm 1,27$	$P < 0,05$
Нахил вперед, см	$15,11 \pm 2,05$	$18,96 \pm 2,04$	$P < 0,05$
Сума балів (за методикою Державних тестів)	$23,76 \pm 1,95$	$29,89 \pm 2,03$	$P < 0,05$

Найбільш зрушенні спостерігаються у тестах на виявлення швидкісно-силових якостей. Про загальне підвищення рівня фізичної підготовленості свідчить і загальна сума балів, яка зросла майже на 20%. Крім того, проаналізувавши відвідування школярами уроків, з'ясувалось, що кількість пропущених занять через хворобу в експериментальній групі на 64% менша, ніж у контрольній. Уроки дітьми відвідувались систематично. Також зросла кількість позитивних оцінок з фізкультури в учнів експериментального класу. Правильна техніка виконання вправи, яку вони вдосконалювали під час рухливих перерв, дозволяла їм краще складати контрольні нормативи з видів, що вивчались на уроци фізкультури.

Підсумовуючи вище викладене, можна зробити висновок про те, що систематичне використання рухливих перерв у процесі фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку буде сприяти як фізичному, так і розумовому розвитку дітей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бендель В.П., Ковалчук К.М., Завацький В.І. Цілеспрямовані дії фізичних вправ на розумову працездатність людини: Навчальний посібник. – Луцьк: Надстір'я, 1996. – 104 с.
2. Макаров А.Н. и др. Легкая атлетика: Учебник для учащихся педагогических училищ. – 2-е изд. доработ. – М.: Просвещение, 1990. – 208 с.
3. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч.2. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 248 с.

Лідія ЗАЄЦЬ

ОСОБЛИВОСТІ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ, ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ І РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ДІТЕЙ 6-7 РІЧНОГО ВІКУ

Актуальність теми. Знання морфо-фізіологічних аспектів дитячого організму лежать в основі розробки сучасних методик впливу на розвиток фізичної підготовленості (ФП) і формування психофізіологічних реакцій засобами фізичної культури [2, 3, 7]. В літературі є достатньо широкий спектр повідомлень, які стосуються наукового обґрунтування багатьох засобів впливу на окремі сторони фізичного і психічного розвитку в людей різних вікових груп [4, 8, 10].

Разом з тим, проблема пошуку ефективних механізмів керування процесом розвитку дитячого організму засобами фізичної культури, які спрямовані на підвищення розумової працездатності (РП), не розроблені, а наявні дані розрізнені і носять фрагментарний характер [1, 3, 5]. Актуальність нашого дослідження визначалась тим, що дані порівняльного аналізу впливу рухової активності (РА) на розвиток фізичної підготовленості і розумової працездатності в дошкільнят і в першокласників були отримані за допомогою обмеженої кількості методик, не мають комплексного підходу, несистематизовані і наводяться тільки в окремих роботах [4, 9]. В останні роки значну увагу дослідників привертає використання національних ігор для розвитку фізичних якостей у дітей молодшого шкільного віку.

В зв'язку з цим метою нашої роботи було розробити та експериментально перевірити спеціальні комплекси оптимізації рухової активності дітей 6-7 років на основі використання національних ігор.

Завдання дослідження:

1. Визначити рівень РА, ФП, РП дітей 6-7 річного віку.
2. Розробити та експериментально обґрунтувати методику оптимізації РА засобами національних ігор на уроках фізичної культури для дітей молодшого шкільного віку з метою підвищення фізичної і розумової працездатності.

Методи дослідження. Вивчення рухового режиму проводили за допомогою хронометражу у 130 учнів перших класів ЗОШ і 84 дошкільнят, які відвідують дитячий садок. Рівень ФП визначали за показниками тестування відповідно до Державних тестів.

Дослідження РП здійснювали за допомогою кілець Ландольта [6]. При цьому визначили показники частоти аналізу одного знаку (ЧАОЗ), швидкість обробки зорової інформації (ШОЗІ), коефіцієнти точності (КТ) і продуктивності (КП).

Всі діти були розділені на контрольну (КГ) й експериментальну групи (ЕГ). Діти ЕГ були поділені на підгрупи (1, 2, 3) згідно з показниками соматичного здоров'я (низький, середній і високий).

Результати дослідження та їх обговорення. Як показали дослідження, використання національних ігор сприяло підвищенню РА у дітей молодшого шкільного віку на 15% ($P<0,05$).

При цьому у 93% дітей відбулись статистично значущі зміни у показниках фізичної підготовленості. Найбільш суттєво зросли параметри, які характеризують витривалість, м'язову силу і швидкісно-силові якості. Щодо гнучкості, то вірогідні зміни відбулися тільки у дівчаток (21,83%).

Зростання вищеописаних показників ФП чітко корелює із покращенням РП ($r=0,712$; $P<0,05$). При цьому знайдено збільшення кількості переглянутих знаків у дітей з високим рівнем соматичного здоров'я на 18,6% ($P<0,02$), з середнім – на 16,4% ($P<0,05$) і низьким – на 22,3% ($P<0,001$).

В результаті оптимізації добової рухової активності зменшується також і кількість помилково закреслених знаків. Найвищим показник був у дівчаток першої підгрупи і суттєво не змінився в інших підгрупах, як у хлопчиків так і у дівчаток. Щодо ШОЗІ, то у хлопчиків ЕГ і КГ вони не зазнавали достовірних змін. У дівчаток ШОЗІ покращувались тільки у представниць із середнім рівнем соматичного здоров'я. У дітей ЕГ ЧРЗ був достовірно коротшим, ніж у КГ. КП (кількість помилок) була більшою у хлопчиків КГ. За отриманими нами даними динаміка показників ЧАОЗ, ЧРЗ та коефіцієнта продуктивності (КП) для обох груп є достатньо репрезентативною для проведення порівняльного аналізу, як найбільш валідна характеристика РП. Показник ЧАОЗ дітей ЕПГ поступово зменшується і на кінець експерименту знаходитьться на 34,2% нижче від показників КГ. При цьому він дещо зменшується у період третьої четверті і поступово збільшується до початкових значень на кінець навчального року. В кінці експерименту показники ЧРЗ виявляють поступове зменшення протягом року в обох групах, але діти ЕГ і за цим показником мають кращі результати. За показниками КП діти ЕГ під час навчання мають вищі параметри, особливо в другому півріччі (табл. 1).

Таблиця 1

**Показники розумової працездатності за даними якості переробки
зорової інформації після експерименту**

№ підро- упи	Показники бланку обстеження				Розрахункові індекси			
	N	A	B	C	ЧАОЗ, мс	ШОЗІ, біт/с	КТ, од.	КП, од.
хлопчики								
I	63,1	5,21	0,09	1,01	309,2	2,21	0,87	79,7
II	66,4	6,10	0,09	1,02	326,7	2,19	0,89	79,0
III	67,00	5,49	0,09	1,01	328,2	2,24	0,89	78,4
дівчатка								
I	72,1	6,91	0,07	0,89	260,1	2,87	0,76	85,3
II	73,1	6,78	0,07	0,90	268,6	2,33	0,80	84,1
III	74,2	6,76	0,08	0,90	270,2	2,85	0,81	83,2

Тест на перевірку короткочасної пам'яті та розумових здібностей показав, що до експерименту низькі результати були у першокласників ЕПГ-1 та ЕПГ-2 і у першокласників КГ. В ЕПГ-1 11% дітей були із низьким рівнем, 47% – із середнім рівнем і 42% показали високий рівень даних здібностей. У першокласників ЕПГ-2 9% мали низький рівень, 46% – середній і 48% високий рівень КП і РЗ. Тільки серед першокласників ЕПГ-3 більше половини дітей показали високий рівень розвитку розумових здібностей.

Висновок. Виходячи із вище викладеного, можна зробити висновок, що діти які займались за експериментальною програмою із пріоритетним використанням національних ігор, мають вищий рівень фізичної підготовленості і, відповідно, кращі показники РП. Отримані дані можуть бути використані для створення функціональної моделі готовності дітей до навчання в школі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. – Санкт-Петербург: МГП «Метрополис», 1992. – 123 с.
2. Бальсевич В. К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – К.: Здоров'я, 1987. – 224с.

3. Боделан О.Р. Психологічне забезпечення адаптації дітей шестирічного віку до навчальної діяльності: Автореф. дис...канд. псих. наук / Київ. інститут психології ім. Г.С. Костюшка АПН України. – К., 1998. – 30 с.
4. Василенко С.Г. Зависимость физической работоспособности учащихся первых классов от формы организации обучения. – Здравоохранение. – 1999. – №10. – С.15-17.
5. Власик О. Самостійні заняття фізичними вправами як спосіб покращення здоров'я дітей молодшого шкільного віку // Молода спортивна Україна: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 7. – Л.: Вид. дім «Панорама», 2003. – Т.2. – С.44-46.
6. Горшков С.И., Золина З.М., Мойкин Ю.В. Методика исследований в физиологии труда. – М.: Медицина, 1974. – 311 с.
7. Міщенко О. Підвищення рухової активності молодших школярів як складова частина навчального процесу // Молода спортивна Україна: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 7: – Л.: Вид. дім «Панорама», 2003. – Т.2. – С.32-34.
8. Решетилова В. Особливості формування взаємозв'язку пізнавальних процесів і рухових функцій дітей молодшого шкільного віку // Молода спортивна Україна: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 7. – Л.: Вид. дім «Панорама», 2003. – Т.2. – С.51-52.
9. Тупчий Н.А. Взаимосвязь показателей здоровья и уровня двигательной активности у детей 5-6 лет // III Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт та здоров'я нації». – Вінниця: ВДТУ, 1998. – С.101-102.
10. Шиян Б. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 227 с.

Тетяна КІРДАН

ОЗДОРОВЧА ЕФЕКТИВНІСТЬ ДИХАЛЬНИХ ВПРАВ ПІДЛІТКІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Розбудова національної системи фізичного виховання є ланкою у ланцюзі соціально-економічних реформ в Україні. Потреба суспільства у фізично здорових громадян зростатиме залежно від ефективності перебудових процесів в економіці держави [1, 2, 4]. Водночас протягом останнього десятиріччя в Україні склалася тривожна ситуація – різко погіршилися стан здоров'я і фізична підготовленість дошкільників, учнівської і студентської молоді [3].

Спроба застосувати дихальні вправи у фізичному вихованні дітей зумовлена результатами педагогічних спостережень за ними, які свідчать, що школярі не вміють керувати процесом дихання. У 90% таких дітей спостерігається низькі резервні можливості дихальної системи, надлишкова вентиляція при низькому коефіцієнті засвоєння кисню. Діти невиправдано затримують дихання на початку виконання вправ, що негативно позначається на якості їх виконання та стані здоров'я.

Психолого-педагогічна і методична значущість проблеми навчання дітей оптимальному диханню на уроках фізичної культури зумовила вибір теми дослідження, визначення об'єкту, предмету, мети і завдань наукового пошуку.

Мета статті – висвітлення методики навчання оптимальному диханню та ефективності застосування дихальних вправ на уроках фізичної культури з підлітками.

Об'єкт дослідження – методика навчання оптимальному диханню.

Предмет дослідження – показники фізичного здоров'я, функціональний стан дихальної системи і рівень соматичного здоров'я підлітків.

В процесі дослідження вирішувались такі завдання:

1. Проаналізувати та узагальнити досвід використання різних систем дихальної гімнастики в оздоровчій фізичній культурі.

2. Вивчити досвід програмного забезпечення фізичного виховання дітей середнього шкільного віку.

3. Визначити та оцінити функціональний стан дихальної системи і рівень соматичного здоров'я підлітків.

4. Сформувати методику навчання підлітків оптимальному диханню на уроках фізичної культури та перевірити на практиці її ефективність.

Методика дослідження: до основних параметрів, які характеризують стан дихальної системи людини, належать життєва емність легенів (ЖЄЛ), хвилинний об'єм дихання (ХОД), функціональні проби дихальної системи.

ЖЄЛ визначали за загальноприйнятою методикою. Оцінку фактичної ЖЄЛ (ФЖЄЛ) отримували при порівнянні з належною ЖЄЛ (НЖЄЛ). Вона розраховувалась для кожного школяра з урахуванням його основних індивідуальних особливостей – статі, віку, довжини і маси тіла. Для розрахунку НЖЄЛ, спочатку за спеціальними таблицями Гаріса-Бенедикта визначали показники належного основного обміну (НОО), який обчислювали за формулою:

$$\text{НОО} = A + B,$$

де А – число кілокалорій, що залежить від маси тіла; Б – число кілокалорій, що залежить від віку і довжини тіла. Знаючи НОО, розраховували НЖЄЛ за формулою:

для хлопчиків: НЖЄЛ = НОО × 1,43;

для дівчаток: НЖЄЛ = НОО × 1,39.

В нормі у здорових людей ФЖЄЛ може відхилятися від належної в межах ±15% (оцінюється за співвідношенням ФЖЄЛ / НЖЄЛ 100%). Перевищення ФЖЄЛ НЖЄЛ свідчать про високі функціональні можливості легенів, зниження ФЖЄЛ більше, ніж на 15% - про низькі функціональні можливості легенів.

Найважливішим показником, що характеризує легеневу вентиляцію, є ХОД. При помірному диханні фактична величина ХОД (ФХОД) є добутком дихального об'єму (ДО) на частоту дихальних рухів (ЧДР) за 1 хв.:

$$\text{ФХОД} = \text{ДО} \times \text{ЧДР}$$

Для оцінки ФХОД порівнювали її з належною величиною ХОД (НХОД). Розрахунок НХОД ґрунтуються на тому, що у здорових людей, з кожної літри повітря, яке пройшло через легені, утилізується приблизно 40 мл. кисню (так званий коефіцієнт кисню - КУК). Виходячи з цього, НХОД є часткою від ділення належної величини утилізації кисню на 40 мл.

Належну величину утилізації кисню знаходили за формулою:

$$\text{НХОД} = \text{НОО}(\text{кал}) / 7,07.$$

Нормальним прийнято вважати такий ХОД, який становить від 85% до 115% належно (оцінюється за співвідношенням ФХОД / НХОД 100%). Чим більший ФХОД за НХОД, тим вищі функціональні можливості системи зовнішнього дихання, її тренованість.

Для визначення сили дихання м'язів виконували пробу Розенталя. Обстежуваний 5 разів з інтервалами для відпочинку 15 с визначав ЖЄЛ. При добром функціональному стані дихальної системи величина ЖЄЛ у процесі наступних вимірювань збільшується, при задовільному – лишається без змін, а при незадовільному – зменшується.

Рівень фізичного здоров'я визначався за методикою Г.Л.Апанасенка, для чого у стані спокою вимірювали такі показники: ЖЄЛ (мл), частоту серцевих скорочень (ЧСС, уд/хв.), артеріальний тиск (АТ, мм.рт.ст.), масу тіла (кг), довжину тіла (см), динамометрію кисті (кг). Всі перераховані показники оцінювали у балах, а їх суму порівнювали зі шкалою оцінки результатів тестування і у такий спосіб отримували загальну оцінку рівня фізичного здоров'я підлітків. Вимірювання проводилися на початку і в кінці дослідження загальноприйнятими способами.

До початку педагогічного експерименту показники фізичної підготовленості дітей з експериментальної та контрольної груп суттєво не відрізнялися.

Уроки фізичної культури з учнями експериментальної групи проводилися за розробленою нами методикою.

З учнями контрольної групи уроки фізичної культури проводилися згідно з чинною програмою фізичного виховання школярів.

Ефективність впливу експериментального чинника визначалася шляхом аналізу показників фізичного стану. Результати контрольної та експериментальної груп на початку і в кінці експерименту порівнювалися шляхом визначення достовірності різниць між двома масивами вибірок (визначення і порівняння критерію Стьюдента).

Методика навчання правильному диханню включала в себе:

1. Ознайомлення з теорією та технікою правильного дихання учнів.
2. Навчання правильному диханню в умовах звичайної та прискореної ходьби.
3. Прищеплення стійкої звички правильного дихання під час бігу з поступовим збільшенням дистанції пробігання за умови стійкого носового дихання.
4. Засвоєння правильного дихання при виконанні різних фізичних вправ.

Навчання правильному диханню передбачало:

ПРОБЛЕМИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1. Дихання через ніс. З метою загартування дихальних шляхів пропонували систематичне чергування дихання носом і ротом у спокої та при помірних фізичних навантаженнях.
2. Виконання плавних і безшумних вдихів, тонкою цівкою, без напруження, із збереженням можливості його продовжити.
3. Активні видихи і до кінця.
4. Повне дихання, при якому в дихальному акті беруть участь грудна клітка і діафрагма. Повне дихання приводить в рух весь дихальний апарат. Його техніка передбачає вдихання середньої кількості повітря, а неповне наповнення легень, з його розподілом повітря по всьому їх об'єму.
5. Вільне дихання без зайвого напруження.
6. При виконанні вправ на дихання увагу учнів концентрувати на ділянку живота, грудної клітки, фази вдиху і видиху. Організація самоконтролю за технікою виконання дихальних вправ в такий спосіб дає можливість отримати максимальний ефект від їх застосування.
7. Величину навантаження при виконанні дихальних вправ регулювали такими способами:

- 1) поступово збільшували тривалість вдиху і видиху;
- 2) збільшували кількість повторень заданих режимів дихання;
- 3) збільшували тривалість пауз на вдиху і видиху.
8. Відповідність структури дихання руховому завданню:
 - узгоджувались фази дихання і рухів за анатомічною ознакою;
 - узгоджувались ритм дихання і частота виконання рухів.
9. Створення гігієнічних умов виконання дихальних вправ.

Навчання дітей правильному диханню почали з ознайомлення з основними типами дихання: черевним, грудним і повним (змішаним диханням) та нижнім (черевним), середнім (реберним), ключичним (верхнім) і повним за системою йогів.

Черевне дихання виконували в положенні лежачи чи стоячи. Після повного видиху повільно робили вдих через ніс, випнувши живіт, грудна клітка при цьому залишається нерухомою. При видиху живіт втягували з утворенням впадини.

При виконанні грудного дихання в положеннях лежачи, стоячи, сидячи на вдиху грудна клітка дещо піднімається, а на видиху – опускається з розслабленням дихальних міжреберних м'язів.

Ключичне дихання вентилює верхні відділи легенів. У положенні сидячи чи стоячи після видиху виконували повільний вдих через ніс з підніманням вгору плечей, ключиць і рухом лише верхніх ребер. При видиху плечі опускаються вниз.

Після оволодіння вищезазначеними прийомами вивчали техніку повного дихання, яке об'єднує переваги всіх способів.

Результати дослідження для перевірки ефективності авторської методики формування уміння оптимально дихати на уроках фізичної культури проводився педагогічний експеримент з підлітками.

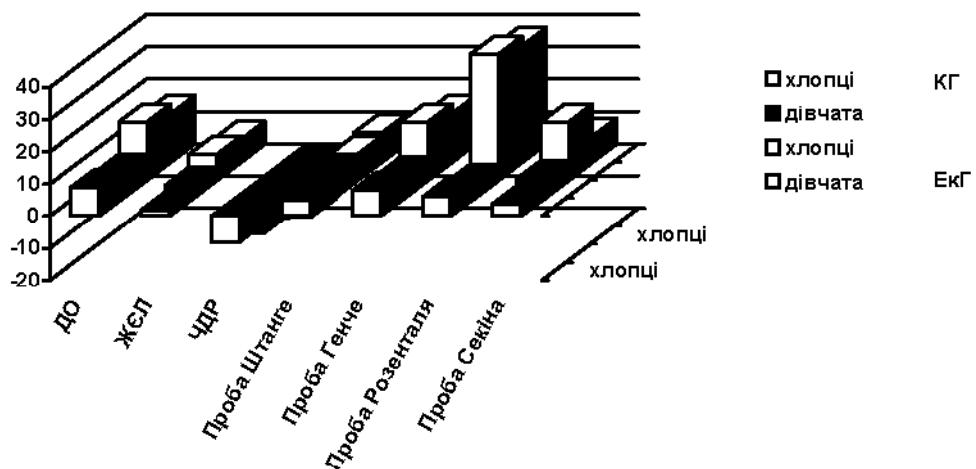


Рис.1. Вплив експериментальної методики на параметри дихальної системи.

Примітка: КГ – контрольна група;

ЕкГ – експериментальна група.

Після його завершення в експериментальній групі збільшилась сила дихальних м'язів, про що свідчить результат проби Розенталя. У хлопчиків величина ЖСЛ в кінці п'ятої спроби становила 94% стану спокою (до експерименту 72%), у дівчаток - 90% (70%) (рис. 1).

В контрольній групі сила дихальних м'язів практично не змінилась. У хлопчиків величина ЖСЛ в кінці п'ятої спроби становила 75% стану спокою (до експерименту – 72%), у дівчаток - 71% (70%).

Висновки:

1. Таким чином, результати тестування показали, що застосування дихальних вправ на уроках фізичної культури сприяє покращенню функціонального стану дихальної системи і забезпечує її ефективну роботу.

2. Запропонована методика навчання оптимальному диханню на уроках фізичної культури може використовуватися тими закладами освіти, які в навчальному процесі надають перевагу оздоровчим завданням фізичного виховання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – ВНТЛ, 1998. – 152 с.
2. Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров'я та рухової підготовленості дітей дошкільного віку. – Віпол, 1998. – 245 с.
3. Кучеров І.С., Шабатура М.Н., Давиденко І.М. Фізіологія людини. – 1998. – 187 с.
4. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів: 1-11 кл. / Підг. Зубалій М.Д. – К.: Початкова школа, 2001. – 112 с.

Катерина ОГНИСТА

ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПЕРШОКЛАСНИКІВ: МЕТОДИЧНИЙ АСПЕКТ

Успішне вирішення завдань соціально-економічного розвитку України потребує від кожної людини не тільки високої професійної підготовки, але й належного рівня культури та, зокрема, фізичної. Важливо, щоб кожний член суспільства правильно ставився до свого здоров'я, своїх фізичних рис і здібностей, розумів їх особисте і соціальне значення, відчував і реалізував внутрішню потребу у фізичній і духовній досконалості. Тому у законах України «Про освіту» [2], «Про фізичну культуру і спорт» [3], Національній доктрині розвитку освіти, Державній національній програмі «ОСВІТА» (Україна ХХІ ст.) [1], національній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації», поставлена мета створити умови, за яких будуть покликані до життя творчі сили молодої особистості, відкриється простір до її активної самореалізації.

Особливої гостроти в цьому контексті набуває проблема набуття учнями фізкультурних знань, культури рухів, формування пріоритету здоров'я, що повинно займати одне з провідних місць у системі найвищих ціннісних орієнтацій людей різних соціальних і вікових груп, і на цій основі покращання фізичного стану.

Розв'язання даної проблеми можливе лише за умови цілеспрямованого, комплексного вирішення завдань з формування фізичної культури кожної особистості, починаючи з раннього віку і впродовж всього життя.

Окремі шляхи досконалення процесу фізичного виховання підростаючих поколінь досліджувались багатьма вченими:

– використанню народних ігор і традицій у фізичному вихованні учнів молодшого шкільного віку присвятили свої дослідження Воробей Г.В. (1995), Воропай О. (1991), Дедюхіна М.В. (1996), Єфімова Л.Г., (1992), Левків В.І. (1997), Приступа Є.Н. (1995), Цьось А.В. (1996);

– методологічні основи фізичного виховання учнів розглядаються у дослідженнях Борисенка А.Ф. (1997), Ведмеденка Б.Ф. (1993), Дубогай О.Д. (1989), Дуркіна П.Ф. (1994), Зубалій М.Д. (1998), Куда О.С. (1995, 1998), Шияна Б.М. (2001, 2002);

– проблему навчання фізичних вправ учнів початкових класів досліджували Ареф'єв В.Г. (1997), Козленко М.А. (1985), Столітенко В.В. (2001, 2002), Борисенко А.Ф. (1997), Цвек С.Ф. (1989);

– психолого-педагогічне обґрунтування процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку розкривається у працях Вільчковського Е.С. (1997, 1998), Волкова Л.В. (1980), Койносова В.В. (1992), Крущевич Т.Ю. (1999), Хоменко Н.Н. (1992).

Водночас проблема формування особистої фізичної культури молодших школярів вивчена недостатньо. Зокрема, недослідженими залишаються компоненти, показники, критерій їх оцінки та педагогічні умови формування фізичної культури учнів молодшого шкільного віку.

Об'єкт дослідження – процес фізичного виховання молодших школярів загальноосвітньої школи.

Предмет дослідження – зміст, форми та методи формування особистої фізичної культури першокласників у процесі їх фізичного виховання.

Мета дослідження – розробити і науково обґрунтувати методику формування особистої фізичної культури першокласників та експериментально перевірити її ефективність.

Відповідно до предмета і мети визначено такі завдання дослідження:

1. Визначити склад і структуру фізичної культури особистості.
2. Розробити критерій оцінки особистої фізичної культури учнів перших класів.
3. Розробити зміст, форми і методи навчально-виховної роботи, спрямовані на формування особистої фізичної культури першокласників.
4. Визначити педагогічні умови формування особистої фізичної культури першокласників та експериментально перевірити їх ефективність.

Методи дослідження – вивчення літературних джерел і документальних матеріалів; теоретичний аналіз і синтез; педагогічні спостереження; опитування (анкетування, бесіди); педагогічний експеримент; тестування; методи математично-статистичної обробки даних.

Для визначення сформованості особистої фізичної культури учнів молодшого шкільного віку нами проведений констатуючий експеримент, в процесі якого проаналізовано результати опитування вчителів фізичної культури та початкових класів, викладачів факультетів фізичного виховання України, студентів випускних курсів факультетів фізичного виховання і підготовки вчителів початкових класів.

Виявлено, що більшість опитаних провідним показником сформованості фізичної культури молодшого школяра визнали стан здоров'я, який повинен стати стрижнем цього процесу.

Немає єдиної думки серед респондентів щодо ролі учасників процесу фізичного виховання у формуванні фізичної культури молодших школярів. Трохи більше половини респондентів висловились за провідну роль у цьому процесі батьків, а 23,6% віддали перевагу педагогам, які повинні скеровувати процес формування фізичної культури молодшого школяра.

Ролі самої дитини опитані відводять третю позицію.

Цінною нам представляється інформація щодо значення різних форм заняття у процесі формування фізичної культури молодшого школяра. Більшість опитаних висловились за те, що найбільш ефективно процес формування фізичної культури молодшого школяра відбувається на уроках. Другу позицію займають позаурочні форми заняття.

Останнім питанням анкети ми намагалися вияснити, чи можливо формувати фізичну культуру молодших школярів в умовах, які склалися у суспільстві на даний час. Більшість респондентів (71,3%) висловились за те, що якісно формувати фізичну культуру молодших школярів в умовах сьогодення є неможливим, оскільки до цього не готові вчителі, які навчалися за інших методичних підходів до фізичного виховання.

На основі аналізу науково-методичної літератури та результатів опитування нами розроблена структура формування особистої фізичної культури, яка включає три компоненти, кожен з яких має відповідні показники і критерій оцінки.

Оцінка рівня сформованості особистої фізичної культури молодшого школяра складається з оцінок окремих показників, які утворюють певні структурні компоненти. Оцінка за показник обраховувалася з урахуванням коефіцієнту його значущості. Коефіцієнти значущості показників особистої фізичної культури визначались нами через аналіз результатів опитування викладачів вищих навчальних закладів України. Такий спосіб обрахунку дав нам

можливість, по-перше, оцінити розвиток кожного показника та компонента; по-друге, визначити значущість різних показників у структурі особистої фізичної культури і, по-третє, дозволив полегшити підрахунки за допомогою обчислювальної техніки.

Загальний рівень сформованості особистої фізичної культури ми визначали на основі перцентильного аналізу відповідно до рекомендацій Leger I., Boucher R. (1980) [4].

Для перевірки ефективності експериментальної програми був сформований експериментальний клас, який працював за розробленою нами програмою формування особистої фізичної культури, яка включала відповідні форми, засоби, методи, методичні прийоми і належні педагогічні умови:

а) формами вдосконалення особистої фізичної культури учнів молодшого шкільного віку виступали – інтегровані заняття фізичною культурою та ознайомлення з довкіллям, розвиток мовлення, ознайомлення з природою, музикою; спостереження батьками уроків фізичної культури в школі; сюжетні заняття; фізкультурні заняття, що складаються з сучасних та народних рухливих ігор; ранкової гімнастики з використанням танцювальних рухів, імітаційних вправ, художнього слова; заняття «Турбуєсь про своє здоров'я»; фізкультурні розваги, спортивні вікторини; дидактичні ігри на спортивну тематику; віршовані фізкультхвилини на предметних уроках; рухова діяльність дітей у позаурочний час; індивідуальна робота з малорухливими та ослабленими дітьми; екскурсії до спортзалів, стадіонів; спостереження тренувань і змагань;

б) засобами формування особистої фізичної культури учнів молодшого шкільного віку виступали – використання художнього слова (віршів, оповідань, казок) та фольклорних матеріалів (загадок, прислів'їв, лічилок, скромовок, пісень) на фізкультурно-спортивну тематику; розгадування спортивних кросвордів з дітьми; збагачення вправ новими руховими завданнями; оформлення альбомів на спортивну тематику та розгляд ілюстрацій, картин, таблиць; використання на заняттях з фізкультури вправ, ігор з психогімнастики; впровадження різноманітних ігор з елементами змагання, естафет; широке використання спортивних вправ та ігор з елементами футболу, баскетболу;

в) методами та методичними прийомами формування особистої фізичної культури учнів молодшого шкільного віку виступали - запитання, нагадування, зауваження, уточнення, переконання, заохочення, оцінка; бесіди; використання ігрового методу (ігрових прийомів та ігрових вправ і завдань); використання пошукових ситуацій, евристичних запитань, логічних завдань; ускладнення правил ігор та введення варіантів; урізноманітнення фізкультурного обладнання та його раціональне використання; використання природного середовища для проведення різних вправ на вдосконалення основних рухів; проведення занять під музичний супровід; створення відповідних умов для самостійної рухової діяльності.

Педагогічними умовами формування особистої фізичної культури учнів перших класів були: творче використання національних традицій фізичного виховання, врахування їх регіональних особливостей; урахування інтересів, потреб і мотивів школярів – основних рушів їх активності; детальна розробка програм покращення рівня сформованості компонентів особистої фізичної культури; активна участь у процесі формування особистої фізичної культури кожного школяра; врахування індивідуальних-типологічних особливостей розвитку учнів і рівнів їх підготовленості; структурна довершеність процесу формування особистої фізичної культури шляхом моделювання його складових фрагментів, що обумовлює доступність їх використання в урочній та позаурочній роботі з фізичного виховання; оцінювання педагогічної ефективності процесу формування особистої фізичної культури учнів молодших класів з метою вдосконалення його змісту та форм.

Все це в системі педагогічного впливу забезпечувало: новизну та високу емоційність заняття; усвідомленість діяльності й активність учнів; належний вплив на фізичну та психоемоційну сферу учня; зацікавленість батьків у формуванні особистої фізичної культури своїх дітей.

З метою перевірки ефективності експериментальної методики нами проведений порівняльний аналіз сформованості особистої фізичної культури та її показників учнів експериментальних і контрольних класів до і після експерименту, який виявив перевагу експериментальної методики над традиційною.

Так, знання з фізичної культури в ЕГ (порівняно з вихідним рівнем) зросли майже утрічі (16-24,6% до експерименту, 58-100% після експерименту). У контрольній групі ці ж показники зросли лише до 28-55%. Сформованість умінь першокласників з фізичної культури в експериментальній групі коливається в межах 44,4-66,7% проти 6,7-34,1% у контрольній. До експерименту самостійно фізичними вправами займалися максимум 36,1% школярів, після експерименту цей показник зріс до 66,7%. Після експерименту кількість дітей, залучених до роботи секцій, збільшилася майже на третину (0-53,4% до експерименту, 55,6-100% по його закінченні).

Аналіз показників фізичної підготовленості виявив позитивні зрушения в експериментальній групі. Достовірні зрушения порівняно з вихідним рівнем спостерігаються у всіх показниках фізичної підготовленості. Найсуттєвіші зрушения пройшли у виконанні тесту на витривалість (біг 1000 м). Так як загальна витривалість є одним з критеріїв оцінки рівня здоров'я то отримані нами зрушения свідчать про ефективність запропонованої нами експериментальної методики.

У контрольній групі ці зрушения не носять яскраво вираженого характеру і їх можна характеризувати як природний розвиток дітей.

Під впливом експериментальної методики досягнуто достовірних зрушень і у морфо-функціональних показниках. Найбільші зрушения спостерігаються у таких показниках, як частота серцевих скорочень, де порівняно з вихідним рівнем відбулося зменшення частоти серцевих скорочень за хвилину і збільшення в середньому на 100 м^{-3} показнику життєвої ємності легень. Зменшення ЧСС говорить про економічність роботи серцево-судинної системи, а збільшення ЖЕЛ – про покращення роботи дихальної системи, що загалом свідчить про ефективність запропонованої нами експериментальної методики формування особистої фізичної культури першокласників.

Загальний стан особистої фізичної культури після експерименту в експериментальній групі відповідав високому рівню (73-78 балів). На початок експерименту він складав 53-56 балів. У контрольній групі, як на початку, так і після закінчення експерименту, він відповідав нижче-середньому рівню (53-61 балів).

Отже, аналіз загального рівня особистої фізичної культури виявив перевагу експериментальної методики над традиційною.

Таким чином, у ході нашого дослідження:

- розкрито сутність і структуру поняття «фізична культура особистості»;
- вперше розроблено методику визначення, показники, критерії оцінки та рівні сформованості особистої фізичної культури учнів перших класів;
- визначено педагогічні умови організації навчально-виховного процесу, спрямованого на формування особистої фізичної культури першокласників, які включають: творче використання національних традицій фізичного виховання, урахування іхніх регіональних особливостей; урахування індивідуальних інтересів, потреб, мотивів та рівня підготовленості школярів – основних рушіїв їх активності; структурну довершеність процесу формування особистої фізичної культури; систематичне оцінювання педагогічної ефективності процесу формування особистої фізичної культури учнів молодших класів з метою вдосконалення його змісту та форм;
- розроблено спосіб обчислення рівнів особистої фізичної культури;
- обґрунтовано використання коефіцієнта значимості при оцінці особистої фізичної культури.

ЛІТЕРАТУРА

1. Державна національна програма «Освіта» («Україна ХХІ століття») // Освіта. – 1993. – грудень (N44-45-46).
2. Закон України «Про освіту» // Рад. шк. – 1991. – N9. – С. 5-19.
3. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – Київ, 1993. – 21 с.
4. Leger L., Boucher R. An indirect continuous running multistage field test. The University de Montreal Track test. Can. F. Appl. , 1980. – N5. – P.77-84.

**НОВІ ПІДХОДИ ДО КОНТРОЛЮ ЕФЕКТИВНОСТІ
ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗАНЯТЬ
З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ**

Постановка проблеми. Одним із визначальних постулатів трансформації освітянської галузі, проголошених у Державній національній програмі «Освіта: Україна ХХІ століття», є гуманізація освіти, яка передбачає утвердження людини як найвищої соціальної цінності, найповніше розкриття її здібностей та задоволення різноманітних освітніх потреб [1]. Нова парадигма освіти вимагає радикальної зміни освітніх пріоритетів у напрямку гуманізації та демократизації навчання й виховання молоді.

Виходячи з гуманістичної сутності фізичного виховання студентів, цілком правомірно, на наш погляд, вважати його оздоровчу спрямованість пріоритетною функцією всього навчального процесу з цієї дисципліни.

У зв'язку з цим, пошук та наукове обґрунтування нових технологій індивідуалізації навчального процесу, в яких оздоровча функція виступає як системоутворюючий фактор, – є актуальною проблемою сучасної педагогіки вищої школи [2].

Мета статті висвітлити дані про розробку та обґрунтування алгоритму використання методики експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я (за Г.Л.Апанасенко, 1988) в умовах проведення практичних занять з фізичного виховання як засобу об'єктивного контролю ефективності навчального процесу.

Методи та організація досліджень. До участі у педагогічному експерименті було запущено 360 студентів 1-2 років навчання Національного університету «Києво-Могилянська академія» (НаУКМА). На підставі медичних довідок Ф-86-У та висновку фахівців студентської поліклініки м. Києва ці студенти за станом здоров'я були віднесені до академічного (основного) навчального відділення кафедри фізичного виховання.

Рухова підготовленість студентів визначалася на підставі результатів складання Державних нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України (1996 р.).

Оцінка стану соматичного здоров'я студентів проводилася за експрес-методикою Г.Л. Апанасенко (1988), яка дозволяє визначити зони «безпечної рівня здоров'я», дати кількісну характеристику конкретних показників здоров'я та визначити їх зміну під впливом регулярних занять фізичними вправами [3].

Результати досліджень та їх обговорення. Вихідне тестування стану здоров'я першокурсників показало, що до складу основного (академічного) навчального відділення були зараховані практично здорові студенти, але об'єктивно рівень їх соматичного (фізичного) здоров'я мав широку ступінь градації – від низького (32%), нижче середнього (41%), середнього (20%) до вище середнього (5%) і високого (2%). Це дає підставу зробити важливий висновок про те, що студенти основного (академічного) навчального відділення за рівнем соматичного здоров'я не є однорідною групою і мають суттєві розбіжності у функціональному стані, який у більшості студентів знаходиться на низькому рівні. Результати наших досліджень підтверджують висновки фахівців про загальний низький стан здоров'я студентської молоді у різних регіонах України [4, 5].

Поряд із проведенням вихідного тестування рівня соматичного здоров'я студентів у завдання дослідження входило також визначення вихідного рівня розвитку їх рухових якостей.

Вихідне тестування рухової підготовленості проводилося після 2-тижневих занять загальною фізичною підготовкою, що дозволило у реальних умовах ознайомитися з фізичним станом кожного студента.

До програми вихідного тестування входило шість випробувань (біг 100 м, біг 3000 (2000) м, стрибок у довжину з місця, піднімання в сід за 1хв, підтягування на перекладині (згинання-розгинання рук в упорі лежачи), човниковий біг 4×9 м), - комплексна оцінка результатів яких визначала ступінь розвитку основних рухових якостей.

Аналіз сукупної вибірки результатів виконання цих тестів свідчив про те, що їх середні величини становили $2,54 \pm 0,1$ бала за вимогами Державних тестів. Особливо низькими були

результати з бігу на 100 м ($2,8 \pm 0,14$ (чол.) / $2,1 \pm 0,16$ (жін.)), згинання-розгинання рук в упорі лежачи у жінок ($1,9 \pm 0,21$) та підтягування на перекладині у чоловіків ($1,2 \pm 0,13$).

За період досліджень була проведена серія тестувань соматичного здоров'я та рухової підготовленості студентів, яка дозволила визначити динаміку змін у стані здоров'я та рухової підготовленості під впливом дворічних занять фізичним вихованням.

Порівняльний аналіз результатів вихідного та заключного тестування соматичного здоров'я дозволив встановити позитивні зрушения у більшості показників, що обумовило статистично достовірну зміну підсумкової бальної оцінки (з 6 до 11 у чоловіків і з 5 до 11 у жінок), тобто середній показник загальної суми балів збільшився майже на 100%.

На тлі несуттєвих змін індексу маси тіла (ІМТ), яке відображає оптимальне співвідношення маси тіла та зросту, у студентів виявлені позитивні зрушения показників функціонального стану серцево-судинної та дихальної системи (ЖЄЛ, індекс Робінсона, час відновлення пульсу після 20-ти присідів).

Особливо показовим свідченням позитивної динаміки стану здоров'я студентів слід вважати їх перерозподіл за рахунок переходу до вищого рівня здоров'я. Так, за результатами вихідного тестування, 32% студентів мали I-й (низький) рівень здоров'я, тоді, як у заключному тестуванні їх кількість зменшилася до 17%. При цьому слід підкреслити, що студенти, які не перейшли до вищого рівня здоров'я, все ж покращили показники функціонального стану організму, свідченням чого було зростання величини загальної суми балів з $3,1 \pm 0,2$ до $5,6$ при $p < 0,05$.

Під впливом дворічних занять фізичним вихованням суттєві зміни сталися у перерозподілі студентів, які мали II-й і III-й рівні здоров'я (зменшення з 41% до 24% і збільшення з 20% до 42% відповідно). Це, на нашу думку, було пов'язане з формуванням стійкої мотивації до фізичного самовдосконалення, яка базувалася на отриманні об'єктивної інформації про стан власного здоров'я, що робило студента активним учасником педагогічного процесу та сприяло особистій зацікавленості у подальшому поліпшенні здоров'я.

З метою забезпечення оздоровчого впливу занять фізичною культурою і спортом та приймаючи до уваги загальний низький вихідний рівень рухової підготовленості й стану здоров'я студентів НаУКМА, – нами була розроблена стимулююча система оцінювання рухових якостей, яка спрямована на забезпечення належного (нормативного) рівня їх фізичної підготовленості та рівня здоров'я.

Ця диференційна стимулююча система ставила студентів із різним ступенем здоров'я в рівні умови щодо вимог Державних тестів. Адже студенти із низьким рівнем здоров'я априорі не можуть без шкоди для здоров'я досягнути відмінних показників у виконання залікових нормативів з рухової підготовленості. Існуюча практика нівелювання оцінки результатів виконання Державних тестів без урахування рівня здоров'я студентів не тільки порушує оздоровчий принцип, але й суперечить гуманістичній сутності фізичного виховання.

Ця обставина обумовила доцільність застосування диференційного підходу до оцінювання результатів складання контрольних нормативів із фізичної підготовленості, який враховує саме рівень соматичного здоров'я студента.

Динаміка показників рухової підготовленості студентів під впливом дворічних занять фізичним вихованням, з урахуванням стимулюючої системи оцінювання рухових якостей, свідчила про збільшення середньої сукупної бальної оцінки результатів складання контрольних нормативів до «задовільної» ($3,14 \pm 0,1$ – чоловіки та $3,02 \pm 0,2$ бали - жінки).

Отже, встановлена позитивна дворічна динаміка результатів складання Державних тестів свідчила про те, що запропонована нами диференційна система оцінки успішності, яка базується на врахуванні рівня здоров'я студентів, обумовила покращання показників виконання залікових нормативів, і це дає підставу вважати її дієвим засобом підвищення ефективності навчального процесу з дисципліни «Фізичне виховання».

Висновки.

1. Ефективне функціонування навчальної дисципліни «Фізичне виховання» як педагогічно-виховної системи, можливе лише за умови визначення системоутворюючого компоненту, якому повинні підпорядковуватися усі складові навчального процесу, спрямованого на формування у студентів потреби до фізичного самовдосконалення та залучення до здорового способу життя.

2. Таким компонентом, на нашу думку, повинно стати здоров'я студентів. Саме стан соматичного здоров'я є тією системоформуючою категорією, яка визначає гуманістичну спрямованість навчального процесу фізичного виховання студентів, його організаційно-методичне забезпечення та вибір критеріїв оцінювання успішності з цієї навчальної дисципліни.

3. Покращання рівня соматичного здоров'я під впливом занять фізичною культурою і спортом ми вважаємо головним критерієм ефективності зусиль студента щодо оволодіння вимогами навчальної програми з фізичного виховання.

4. Оцінювання рівня індивідуального соматичного здоров'я є новим підходом до керування ступенем рухової підготовленості та засобом комплексного об'єктивного оцінювання успішності студентів з навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

ЛІТЕРАТУРА

1. Державна національна програма «Освіта»: Україна ХХІ століття. – К., 1994.
2. Венглярський Г., Попов М., Сухарев О. Шляхи оптимізації навчального процесу з фізичного виховання у вищій школі // Вісник Технологічного університету Поділля. – Хмельницький, 2002. – № 5. – Ч.3 (48). – С.16-19.
3. Апанасенко Г.Л. О безпосадном уровне здоровья человека //Асклепийон. – 1996. – №1-4. – С.14–16с.
4. Дрозд О.В. Фізичний стан студентської молоді західного регіону України та його корекція засобами фізичного виховання: Автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 /Волинський державний університет ім. Лесі Українки. – 1998.
5. Гребняк В.П., Атаманов В.Д., Кочетков М.Ю., Каглип В.Н. Состояние здоровья студентов и перспективы оздоровления // Материалы конференции: «Физическое воспитание – здоровье студентов». – Донецк: ДонНПИ, 1999. – С.33-34.

Тетяна СЕЛЕЗНЬОВА

КОНТРОЛЬ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

У сучасних соціально-економічних умовах зростає необхідність повного використання можливостей, якими володіє система фізкультурної освіти дітей і молоді, з метою їх ефективної підготовки до самостійного життя. Процес перегляду та ревізії шкільних програм з предмету «Фізична культура» у структурі сучасної середньої освіти вимагає випереджуючої розробки прогресивних і методично виправданих концепцій, педагогічних технологій і швидкого оволодіння ними учителями фізичної культури [1].

Створення системи інформаційного забезпечення процесу фізичного виховання дітей і молоді стало важливою передумовою розвитку інноваційних процесів у цій сфері освіти і культури [1]. Для оцінки ефективності діючих навчальних програм з предмету «Фізична культура» та наукового обґрунтування нових програм визначальним є отримання об'єктивної інформації щодо рівня рухової підготовленості школярів на різних ступенях освіти.

Значна увага вчених і практиків приділяється розробці і використанню оптимальних методів оцінки рухових здібностей дітей шкільного віку [4, 6, 9].

Тестування рухової підготовленості дітей шкільного віку досить широко поширене в практиці роботи для вирішення цілого комплексу завдань:

- оцінки індивідуального рівня рухової підготовленості учня;
- аналізу динаміки розвитку рухових якостей у ході навчального процесу;
- визначення відповідності рухової підготовленості учнів визначенім вимогам;
- проведення масових обстежень учнів з метою аналізу рівня їхньої рухової підготовленості;
- виявлення ефективності застосування діючих програм фізичного виховання;
- вивчення результатів діяльності вчителів фізичної культури;
- здійснення спортивного відбору.

Для оцінки фактичного рівня рухової підготовленості, як одного з найважливіших компонентів сформованості фізичної культури учнів, звичайно використовуються показники,

що характеризують розвиток рухових здібностей [6]. Відомо, що основні рухові здібності можуть оцінюватися різним набором контрольних вправ, які відповідають основним вимогам стандартизації вимірів[6].

Важливість об'єктивності та інформативності тестів для оцінки рівня розвитку швидкісних здібностей спонукала нас до аналізу таких тестів та спроби розробки власних тестових технологій, адекватних до вимог сучасної школи, що й стало метою даної статті.

У комплексній програмі фізичного виховання учнів I-XI класів загальноосвітньої школи [2] рекомендуються наступні контрольні вправи і тести: швидкісні здібності (біг 30, 60 і 100 м); координаційні (човниковий біг 4x9 м, метання м'яча в ціль); швидкісно-силові (стрибок у довжину з місця, стрибок угору); витривалість (біг 1000, 1500, 2000 м); гнучкість (нахил вперед з положення сидячи); силові (підтягування на перекладині, згинання і розгинання рук в упорі лежачи).

В освітній програмі для учнів середньої загальноосвітньої школи «Фізична культура» [2] містяться нормативи фізичної підготовленості, аналогічні комплексній програмі фізичного виховання, а також додані види тестувань, що характеризують рівень розвитку основних рухових умінь і навичок. Сучасні програми фізичного виховання школярів, розроблені для реалізації базового і варіативного компонентів, також містять набір контрольних вправ, за допомогою яких оцінюється загальна і спеціальна фізична підготовленість у різних вікових групах учнів [6, 8]. Комітетом з розвитку спорту при Раді Європи розроблена батарея тестів рухової підготовленості «Єврофіт», що містить у собі наступні показники: кардіо-респіраторну витривалість (6-хвилинний біг); силу (динамометрія, стрибок у довжину з місця); м'язову витривалість (вис на перекладині, підйом тулуба з положення лежачи на спині); швидкість (човниковий біг 10x5 м; «Плейт-тептінг»); гнучкість (нахил вперед з положення сидячи); координацію (поза «Фламінго»). «Єврофіт» передбачає вимір довжини, ваги, а також складу тіла за п'ятьма жировими складками.

Останнім часом з'явився цілий ряд методик оцінки рухової підготовленості учнів, що містять у собі сполучення загальновідомих контрольних вправ у різних варіантах [6, 9].

Розробка і впровадження нових педагогічних технологій у навчальний процес – найважливіші стратегічні завдання, спрямовані на вдосконалення системи фізичного виховання. Перспективними є проекти з розробки забезпечення комплексного контролю з можливістю керування навчальним процесом учнів; пошуку і розробки як окремих тестів, так і комплексних тестових програм, що відповідають окремим і загальним вимогам тестології, зокрема щодо інформативності (валідності), надійності та об'єктивності; розробки нормативних вимог, норм, способів статистичної і педагогічної оцінки результатів тестування, контрольних іспитів, тощо.

При розробці нового комплексу тестів контролю рухових здібностей дітей та підлітків ми поставили такі завдання:

1) розробка нових тестових технологій розвитку рухових здібностей дітей і підлітків, доступних для проведення в умовах школи;

2) визначення вікових порівняльних норм для кожного тесту у балах.

При вирішенні цих завдань нами було проведено тестування 2200 учнів I-XI класів шкіл № 30, № 57 і № 14 м.Херсона за чотирима тестами, які дають змогу визначити рівень розвитку швидкісних здібностей:

Тест № 1. Стрибки з ноги на ногу.

Тест № 2. Стрибки на двох ногах.

Тест № 3. Стрибки на двох ногах, руки за спину.

Тест № 4. Стрибки через бар'єри.

Для впровадження цих тестів у шкільний курс фізичного виховання була запропонована п'ятибальна система оцінювання (табл. 1., на прикладі тесту №3).

Оцінка модельних характеристик розвитку швидкісних здібностей проводилась за спеціальною шкалою:

- низький (1 бал) – від $X-1,51\sigma$ і менше;
- нижче середнього (2 бали) – від $X-0,51\sigma$ до $X-1,5\sigma$;
- середній рівень (3 бали) – від $X+0,5\sigma$ до $X-0,5\sigma$;
- вище середнього (4 бали) – від $X+0,51\sigma$ до $X+1,5\sigma$;

— високий (5 балів) – від Х+1,51σ і більше.

Оцінку надійності тесту здійснювали за допомогою коефіцієнтів кореляції. Розраховується коефіцієнт надійності (r_{tt}) за допомогою внутрішньокласового коефіцієнта кореляції між двома рядами результатів, отриманих під час першого і другого тестування групи школярів [4]:

Таблиця 1

**Нормативні оцінки тесту «Стрибки на двох ногах руки за спиною»
для дітей і підлітків 7-17 років**

Вік	Дистанція	Стать	Результати (сек.), бали				
			1 низький	2 нижче середнього	3 середній	4 вище середнього	5 високий
7	10 м	Х	< 6,8	6,7 – 6,2	6,1 – 5,4	5,3 – 4,8	4,7 >
		Д	< 6,5	6,4 – 6,0	5,9 – 5,5	5,4 – 5,0	4,9 >
		Х	< 6,4	6,3 – 5,9	5,8 – 5,3	5,2 – 4,8	4,7 >
		Д	< 6,1	6,2 – 5,9	5,8 – 5,4	5,3 – 5,0	4,9 >
		Х	< 6,6	6,5 – 6,0	5,9 – 5,4	5,3 – 4,8	4,7 >
		Д	< 6,2	6,1 – 5,8	5,7 – 5,3	5,2 – 4,9	4,8 >
10	15 м	Х	< 6,7	6,6 – 6,2	6,1 – 5,7	5,6 – 5,2	5,1 >
		Д	< 7,1	7,0 – 6,4	6,3 – 5,8	5,7 – 5,3	5,2 >
		Х	< 6,4	6,3 – 6,0	5,9 – 5,5	5,4 – 5,1	5,0 >
		Д	< 6,6	6,5 – 6,1	6,0 – 5,6	5,5 – 5,1	5,0 >
		Х	< 6,2	6,1 – 5,9	5,8 – 5,4	5,3 – 5,1	5,0 >
		Д	< 6,3	6,2 – 6,0	5,9 – 5,5	5,4 – 5,2	5,1 >
13	20 м	Х	< 6,3	6,2 – 5,9	5,8 – 5,4	5,3 – 5,0	4,9 >
		Д	< 6,4	6,3 – 6,0	5,9 – 5,5	5,4 – 5,1	5,0 >
		Х	< 6,7	6,6 – 6,1	6,0 – 5,5	5,4 – 4,9	4,8 >
		Д	< 7,5	7,4 – 7,0	6,9 – 6,5	6,4 – 6,0	5,9 >
		Х	< 6,6	6,5 – 6,0	5,9 – 5,4	5,3 – 4,8	4,7 >
		Д	< 7,3	7,2 – 6,7	6,6 – 6,3	6,2 – 5,7	5,6 >
16	20 м	Х	< 6,6	6,5 – 6,0	5,9 – 5,4	5,3 – 4,8	4,7 >
		Д	< 7,2	7,1 – 6,7	6,6 – 6,2	6,1 – 5,7	5,6 >
		Х	< 6,5	6,4 – 6,0	5,9 – 5,3	5,2 – 4,7	4,7 >
		Д	< 7,2	7,1 – 6,7	6,6 – 6,1	6,0 – 5,6	5,5 >

$$r_{tt} = \frac{2r}{1+r}$$

Надійність вважається:

- високою, якщо коефіцієнт надійності більший або дорівнює 0,95;
- доброю, коли r_{tt} знаходиться у межах 0,90-0,94;
- припустимою при $r_{tt} = 0,80-0,89$;
- поганою, коли $r_{tt} = 0,70-0,79$;
- при $r_{tt} = 0,60-0,69$ використання тесту для індивідуальних оцінок сумнівне, він придатний лише для характеристики рухових здібностей групи школярів.

Надійність в тесті №1 дорівнювала 0,89, тесті №2 – 0,94, тесті №3 та №4 по 0,97.

Надійність тестів можна підвищити. Для цього існують такі шляхи:

Стандартизація вимірювальних процедур при виконанні тестів. Розминка, що передує виконанню тесту, послідовність виконання тесту, сурова регламентація відпочинку.

Виконання оптимальної кількості спроб. В експериментальному дослідженні для деяких тестів визначено оптимальну кількість спроб, необхідну для досягнення кращого результату, а також визначено їх надійність [6].

Констатуючий експеримент за участю дітей шкільного віку для визначення розвитку рухових здібностей триває. На даний час вже розроблено контрольні тести для оцінки координаційних здібностей дітей 10-15 років та визначені критерії їх оцінювання [3].

Висновки:

1. У результаті експерименту було визначено надійність запропонованих тестів для оцінки рівня розвитку швидкісних здібностей учнів. Зокрема було визначено, що:
 - коефіцієнт надійності у тесті №1 (стрибики з ноги на ногу) дорівнював 0,89 (припустимий рівень надійності);
 - у тесті №2 (стрибики на двох ногах) коефіцієнт надійності складав 0,94 (добра надійність);
 - у тесті №3 (стрибики на двох ногах, руки за спину) та у тесті №4 (стрибики через бар'єри) коефіцієнт дорівнював 0,97 (висока надійність).
2. Внаслідок аналізу літературних джерел та власних спостережень ми дійшли висновку, що під час тестування та при підборі рухових завдань слід надавати перевагу простим, доступним, надійним та інформативним тестам, що не потребують попереднього навчання, та які спроможні виконати навіть фізично непідготовлені учні.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – №1.
2. Програми для загальноосвітніх навчальних закладів. «Фізична культура 1-11 класі». – К.: Перун, 1998.
3. Селезньова Т.В. Визначення рівня розвитку координаційних здібностей дітей підліткового віку за допомогою нестандартних тестів // Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей в галузі фізичної культури та спорту. – Львів: ЛДФК, 2002. – Випуск 6. – Том 1. – С.384-388.
4. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів: Навчальний посібник. – Київ: Олімпійська література, 2001. – 440 с.
5. Сергієнко Л.П., Фальков О.П., Овчарек О.М. Комплексна програма з фізичної культури для учнів загальноосвітніх шкіл південного регіону України. – Херсон: Наддніпрянська правда. – 1997. – 116с.
6. Сергієнко Л.П., Крик Ю.Г. Метрологічне забезпечення комплексу ГПО //Фізичне виховання дітей і молоді. – К.: Здоров'я, 1986. – Вип. 11. – С.34-35.
7. Столяров В.И. с соавт. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) //Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 5.
8. EUROFIT: European Test of Physical Fitness. Council of Europe. Committee for the development of Sport.-Rome, 1988.
9. Mekota K. Spolehlivost a validita telovychovných testů // Teor. a praxe telesné výchovy. – 1996. - № 6-7.

ОБГОВОРЮЄМО ПРОБЛЕМУ

Леонід СЕРГІЕНКО

ЗДІБНІСТЬ ДО МОТОРНОГО НАВЧАННЯ ДІТЕЙ: СПАДКОВІСТЬ ТА КОНТРОЛЬ РОЗВИТКУ

Здібність до навчання є одним із видів координаційних здібностей (КЗ) людини. Її частіше називають здібністю до координованості рухів. У розвитку вона визначається:

- здібністю до перебудови рухової діяльності (якісна характеристика КЗ, яка обумовлена швидкістю переключення від одних рухових здібностей до інших відповідно до умов, що змінюються);
- здібністю до погодження рухових дій (об'єднання і підпорядкування окремих рухів і дій цілісним моторним комбінаціям);
- здібністю до навчання дій (визначається можливостями рухової пом'яті і характеризує людину, як таку, що може або не може швидко засвоїти складнокоординаційні вправи, а також їх комбінації);
- здібність до реагування (дозволяє точно і швидко виконувати цілісний, короткочасний рух на відомий або невідомий заздалегідь сигнал відповідними частинами або всім тілом).

Генетичні особливості розвитку здібності до навчання та її контроль ще недостатньо вивчені. Тому це і стало завданням цього дослідження.

Генетика розвитку здібностей до навчання. В наших дослідженнях (L. Serhiyenko, 1998a) вивчено 24 пари монозиготних (МЗ) і 26 пар дизиготних (ДЗ) близнюків у віці 12-17 років. Близнюкам пропонувалось засвоїти 9 вправ: перші три складнокоординаційні вправи складались із різнонаправлених рухів рук і ніг; у четвертій вправі, знаходячись в упорі лежачи, близнюки проносили ноги між руками, закінчуячи вправу положенням упора сидячи ззаду; в п'ятій – близнюки перестрибували через гімнастичну палку; в шостій – досліджувані навчались жонглювання легкоатлетичним ядром; сьома і восьма вправи виконувались із тенісним м'ячем; у дев'ятій – близнюкам пропонувалось із вихідного положення лежачи на спині кинути баскетбольний (хлопці) або волейбольний (дівчата) м'яч вгору, після цього встати і піймати м'яч.

У результаті дослідження виявилось, що МЗ близнюки більш конкордантні відносно тривалості закінчення навчання, ніж ДЗ близнюки. Коєфіцієнти спадковості були знайдені в межах $H^2 = 0,374 - 0,950$ і вказували на значний вплив спадкових факторів. Оволодіння більш простими в координаційному відношенні руховими діями знаходяться під більшим контролем генотипу порівняно зі складними. Спадковий вплив більш суттєвий у відношенні навчання домінантної руки.

Вплив спадкових факторів на розвиток здібності до навчання рухів вивчав у Польщі Склад (N/ Sklad, 1973). На протязі двох тижнів 50 пар МЗ і ДЗ близнюків у віці 9 – 13 років навчались трьох рухових дій: кидків м'яча в баскетбольний кошик правою і лівою рукою, проходженю шупом лабіринту (реєструвався загальний час проходження і кількість зроблених помилок) і тепінг-тесту. Знайдені коефіцієнти кореляції для процесу навчання у МЗ близнюків коливались навколо величини 0,60 для кидків м'яча в кошик, наближались до величини 0,75 для проходження лабіринту і досягали максимальної величини 0,80 для тепінг-тесту. У ДЗ близнюків Склад визначив значно менші величини коефіцієнтів кореляції, які інколи наблизялися до нуля. Та ж закономірність була виявлена і для темпу процесу навчання. Узагальнюючи ці дані, польський учений робить висновок, що здібність людини до навчання багато в чому обумовлена генетично.

В практиці фізичного виховання і спорту спостерігається різна динаміка реалізації здібності до навчання. Її в психофізіології розуміють як швидкість формування умовних рефлексів, навичок (Е.Б. Сологуб, В.А. Таймазов, 2000). Складнощі в навчанні бувають на етапі початкового, чи поглибленого вивчення вправ. Для деяких труднощі виникають при закріпленні і подальшому вдосконалені засвоєніх вправ. В зв'язку з цим виникає питання: яка динаміка генетичних впливів у процесі навчання фізичних вправ людини? На дане питання ми (L. Serhiyenko, 1998б) намагалися відповісти в процесі дослідження 24 пар МЗ і 26 пар ДЗ близнюків.

Виявлено різне співвідношення впливу спадковості і середовища в процесі навчання. Так, при засвоєнні першої складнокоординатної вправи спостерігається S - подібна змінюваність коефіцієнтів спадковості. Тобто на початку навчання коефіцієнти збільшуються, потім знижуються, а в кінці процесу навчання їх значення знову стає більшим. При навчанні другої складнокоординатної вправи спадкові впливи посилюються від однієї вдалої спроби до іншої. Подібна тенденція спостерігається в процесі навчання третьої вправи. При засвоєнні четвертої вправи співвідношення спадковості і середовища лише трохи змінюється. Для процесу навчання п'ятої вправи тенденція зміни коефіцієнтів спадковості відрізняється від закономірностей, знайдених для попередніх вправ. Спочатку коефіцієнти спадковості знижуються, а в кінці навчання збільшуються. Подібні зміни впливу спадкових факторів знайдено в процесі навчання близнюків восьмої вправи. Закономірність впливу спадковості на процес навчання шостої, сьомої і дев'ятої вправи багато в чому подібна: спочатку коефіцієнти спадковості збільшуються, а відповідно збільшується генетичний контроль за освоєнням рухів, в кінці навчання вони знижуються.

Приймаючи до уваги те, що на розвиток координатних здібностей спортсменів більше впливають спадкові фактори, ніж середовищні, ми вважаємо, що в процесі навчання генетичний вплив змінюється. Більш жорсткий спадковий контроль може бути на етапі поглибленого розучування або вдосконалення, ніж на етапі початкового засвоєння.

Педагогічний контроль розвитку здібності до навчання. Визначити розвиток здібності до навчання юних спортсменів можливо в процесі педагогічного спостереження (табл. 1) або, використовуючи спеціальні тести.

Серед спеціальних тестів можна рекомендувати наступні (Л. Сергієнко, Т. Селезньова, Л. Кметь, С. Нам, 2002).

Таблиця 1

Критерії здібності юних спортсменів до навчання

Критерії	
Позитивні	Негативні
Швидко засвоює пояснення тренера	Не завжди розуміє пояснення тренера, не може зразу виконати конкретні вказівки
У порівняно короткий строк засвоює ази технічної підготовки	Неважаючи на інтенсивну підготовку, технічні елементи засвоює важко
Швидко і правильно виправляє допущені помилки після зауваження тренера	Не враховує вказівки тренера, припускається одних і тих самих помилок
Невдало виконана вправа усвідомлюється і несе навчальний ефект	Невдало виконана вправа не усвідомлюється і гальмує процес навчання
Сам бачить помилки і намагається їх самостійно виправити	Не бачить власних помилок
Спирається на власний досвід, здатен самостійно виконувати завдання	Не може зробити висновків за результатами виконаної роботи
Добре диференціює часові інтервали, просторові і динамічні параметри рухів	Погано диференціює різні параметри власних дій
Має добру рухову пам'ять	Запам'ятовує складнокоординатні вправи погано, швидко їх забуває
Формуються спеціалізовані відчуття: відчуття води у плавців, снігу у лижників, льоду у ковзанярів	Не формуються спеціалізовані відчуття

Стрибки з місця вперед і назад

Обладнання: легкоатлетична яма, рулетка.

Проведення тесту. Після попередньої розминки досліджуваний виконує стрибок уперед з місця, а потім стрибок спиною назад з місця.

Результатом тестування є різниця (в см) між стрибком уперед і назад.

Загальні еказівки та зауваження.

1. Дітям пропонують дві серії стрибків, в кожній серії по три стрибки; для розрахунку беруться кращі результати (найменша різниця між двома видами стрибків).

2. Фіксується результат з точністю до 1 см.

Нормативні оцінки результатів у тесті «стрибок з місця вперед і назад» для дітей 7-10 років наведено в таблиці 2.

Таблиця 2

Нормативні оцінки розвитку КЗ (тест: стрибок з місця вперед і назад)
для дітей у віці 7-10 років, м

Рівень розвитку КЗ	Бали	Вік, років			
		7	8	9	10
Хлопці					
Низький	1	Більше 2,30	Більше 2,43	Більше 1,71	Більше 1,19
Нижче середнього	2	2,29-1,98	2,42-1,98	1,70-1,44	1,18-0,93
Середній	3	1,97-1,66	1,97-1,53	1,43-1,17	0,92-0,67
Вище середнього	4	1,65-1,34	1,52-1,08	1,16-0,90	0,66-0,41
Високий	5	1,33 і менше	1,07 і менше	0,89 і менше	1,40 і менше
Дівчата					
Низький	1	Більше 2,47	Більше 2,22	Більше 1,98	Більше 1,35
Нижче середнього	2	2,46-2,18	2,21-2,00	1,97-1,70	1,34-1,08
Середній	3	2,17-1,89	1,99-1,78	1,69-1,42	1,07-0,81
Вище середнього	4	1,88-1,60	1,77-1,56	1,41-1,14	0,80-0,54
Високий	5	1,59 і менше	1,55 і менше	1,13 і менше	0,53 і менше

Ведення баскетбольного м'яча правою і лівою рукою

Обладнання: дистанція довжиною 30 м, 7 медичних м'ячів, баскетбольний м'яч, секундомір, свисток; обладнання дистанції: на старті і через кожні 5 м покладено 7 баскетбольних м'ячів.

Проведення тесту. Досліджуваний стає на стартову лінію з правого боку медичного м'яча. За командою “Марш!” починає ведення правою рукою баскетбольного м'яча. Обводить перший м'яч з лівого боку, другий – з правого і т.п. Після обведення останнього м'яча біжить у зворотньому напрямку до фінішу. Після цього подібним способом здійснює обводку медичних м'ячів на дистанції 2 х 30 м лівою рукою.

Результатом тестування є різниця (в секундах) виконання тесту правою і лівою рукою.

Загальні еказівки та зауваження.

1. Для кожної руки дается дві спроби, фіксуються кращі показники.

2. Спроби не зараховуються, якщо дитина при веденні втрачає м'яч або наступає на лежачий м'яч у такому випадку дается повторна спроба).

3. При проведенні тесту в умовах спортивного майданчика погодні умови на повинні заважати проведенню тесту, дистанція повинна бути рівного і не слизькою.

Нормативні оцінки результатів у тесті «стрибок з місця вперед і назад» для дітей 7-10 років наведено в таблиці 3.

Таблиця 3

**Нормативна оцінка розвитку КЗ (тест: ведення м'яча правою і лівою рукою)
для дітей у віці 15-17 років, с**

Рівень розвитку КЗ	Бали	Вік, років		
		15	16	17
Юнаки				
Низький	1	Більше 2,45	Більше 2,07	Більше 1,96
Нижче середнього	2	2,44 – 1,69	2,06 – 1,40	1,95 – 1,41
Середній	3	1,68 – 0,93	1,39 – 0,73	1,40 – 0,86
Вище середнього	4	0,92 – 0,17	0,72 – 0,06	0,85 – 0,31
Високий	5	0,16 і менше	0,05 і менше	0,30 і менше
Дівчата				
Низький	1	Більше 2,71	Більше 2,46	Більше 3,92
Нижче середнього	2	2,70 – 1,85	2,45 – 1,72	3,91 – 2,87
Середній	3	1,84 – 0,99	1,71 – 0,98	2,86 – 1,82
Вище середнього	4	0,98 – 0,13	0,97 – 0,24	1,81 – 0,77
Високий	5	0,12 і менше	0,23 і менше	0,76 і менше

З іншими тестами, які дозволяють визначити здібність до координованості рухів дітей різного віку, можна ознайомитись у нашій книзі (Л.П. Сергієнко, 2001).

Висновки:

1. Здібність людини до координованості рухів знаходиться в розвитку під контролем спадкових факторів.
2. Навчання простих рухів перебуває під більшим впливом спадкових факторів, ніж складних. Спадковий вплив більш суттєвий у відношенні здібності до навчання домінантної руки.
3. Наведено деякі технології педагогічного контролю розвитку здібності до навчання дітей і підлітків (юних спортсменів).

ЛІТЕРАТУРА

1. Сологуб Е.Б., Таймазов В.А. Спортивная генетика. – М.: Терра – Спорт, 2000. – 127 с.
2. Сергиенко Л.П., Селезнева Т., Кметь Л., Нам С. Педагогический контроль развития координационных способностей у детей и подростков // Наука в олимпийском спорте. – 2002. – №1. – С.47-53.
3. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів . – К.: Олімпійська література, 2001. – 440 с.
4. Serhiyenko L. Genetic Peculiarities of Development of Sportsmen's Coordinative Abilities / Blaser P. (Ed.) Sport Kinetics'97. Theories of Human Motor Performance and their Reflections in Practice. – Germany, Magdeburg (September 3-6, 1997). – Vol. 2. Postes. – Czwalina Verlag, Hamburg, 1998 a – P. 74-79.
5. Serhiyenko L. Ratio of influence of hereditary and environmental factors in the process of training sportsmen in complex coordinative exercises // International Scientific Conference "Movement Coordination in Team Sport, Games and Martial Arts" (24-26 September, 1998). – Biala Podlaska, Poland, 1998 b. – P. 151-155.
6. Sklad M. Z badan nad dziedziczeniem uzdolnien ruchowych // Wych. Fiz. i Sport. – 1973. – Nr. 4. – S.11-37.

Дмитро ЛЕВКОВСЬКИЙ,
Степан КІЧУК

**ДЕЯКІ ПИТАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
У ПЕДАГОГІЧНОМУ ВУЗІ**

Постановка проблеми. Сучасна суспільно-політична ситуація в Україні загострила проблему стану здоров'я населення. Про жалогідний стан справ у цьому питанні свідчать дані Міністерства охорони здоров'я: лише 10 % школярів можуть бути віднесені до групи здорових людей, 50 % мають хронічні захворювання. Зазначимо, що мова йде про молоде покоління, природно, з віком це положення не поліпшується [2]. Okрім того, погіршуються умови медичного обслуговування більшої частини населення. Висока вартість платних медичних

послуг і медикаментів часто стають причиною відмови від ефективного лікування. У цих умовах на перше місце висуваються вже не питання лікування, а питання профілактики захворювань. Тут доречно згадати досвід США. Там у 60-ті роки минулого століття було помічено, що збільшення фінансування системи охорони здоров'я не приводить до поліпшення здоров'я населення. Був зроблений парадоксальний, на перший погляд, висновок – скоротити фінансування охорони здоров'я і збільшити фінансування масової фізкультури і спорту. Протягом двох наступних десятиліть було досягнуто скорочення захворювань серцево-судинної системи на 25 % (за даними ВООЗ, ця група захворювань і в даний час лідує за кількістю летальних випадків) [3, 4, 5].

У нашій країні традиційно масова фізкультура асоціювалася з комплексом ГПО, покликаним підготувати майбутніх воїнів (це відразу ж видно з набору нормативів: біг, плавання, стрільба, метання гранати, пересування на лижах тощо). Справедливості заради слід зазначити, що існували і групи здоров'я, і клуби аматорів бігу, але основну масу контингенту в них складали люди старшого покоління. Ці групи і клуби були порівняно нечисленні і не могли вирішувати питань, що стоять перед масовою фізичною культурою. А часто вживана цифра – більш як 15 млн. фізкультурників у країні з населенням у 50 млн. – швидше викликала сумніви, ніж задоволення.. Якби ми мали на той час стільки фізкультурників, сьогодні не доводилося б говорити про серйозні проблеми зі здоров'ям населення. Однак і в минулому були гідні приклади. Досвід роботи груп здоров'я і різних клубів прекрасно демонстрував позитивний вплив регулярних занять фізичними вправами на стан здоров'я.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У нашій країні існує історично створена система фізичного виховання, яка охоплює практично всі верстви населення, соціальні групи, вікові категорії. Фізичне виховання студентів вищих закладів освіти є невід'ємною складовою частиною цієї системи та однією з умов підготовки висококваліфікованих фахівців.

У наш час здійснюється активний пошук нових форм і методів, які сприятимуть підвищенню якості підготовки майбутніх фахівців. Проте аналіз спеціальної літератури (О.Л. Вербицький, 1988; О.В. Дрозд, 1999; Ю.І. Євтушок, 1997 та ін.) показує, що існуючі методи організації фізичного виховання не сприяють підвищенню рівня фізичної підготовленості значичної кількості студентів. Водночас, фізична підготовленість студентів протягом навчання у вищому закладі освіти різко погіршується (О.Д. Дубогай, 1995; Є.А. Ясінський, 1996; Р.З. Поташнюк, 1996; О.В. Дрозд, 1998; Г.С. Іванова, 2000; А.І. Драчук, 2001; А.В. Огністий, 1999, 2003; Т.Б. Кутек, 2001; С.А. Савчук, 2002; С.П. Козібродський, 2002; А.В. Домашенко, 2002, 2003). Беручи це до уваги, виникає потреба якомога глибше дослідити питання, що розглядається.

Дослідження проводилось відповідно до теми 2.1.5. Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2001-2005 р.р., Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України «Динаміка стану здоров'я студентів в процесі навчання у вищих навчальних закладах».

Метою статті було висвітлити динаміку виконання контрольних нормативів фізичної підготовленості і на цій основі показати ефективність поєднання академічних занять з фізичного виховання і самостійних фізичних вправ, заняті в спортивних групах у позааудиторний час.

Результати дослідження. Перші кроки в уdosконаленні фізкультурної освіти населення вже зроблені. Так, зараз на уроках фізкультури в школі ставляться освітні завдання, а не лише виховання фізичних якостей. Для педагогічного вузу ця проблема є ще більш гострою, ніж для школи, за наступними причинами:

- основна маса студентів має різні захворювання, і чи не всі вони – хронічні;
- навчальна діяльність студента висуває високі вимоги до його розумової працездатності, що, у свою чергу, пов'язана і зі станом здоров'я, і з режимом рухової активності;
- педагог, що працює з дітьми, є одним з головних джерел знань дитини про здоров'я людини.

Що ж являє собою система підготовки вчителя-предметника в галузі фізичної культури? За програмою навчання [1], що рекомендується, основна частка часу виділяється на вдосконалювання рухових якостей – 280 годин з 406, передбачених програмою на весь курс

ОБГОВОРЮЄМО ПРОБЛЕМУ

навчання протягом 3 років. Яка ефективність затраченого часу? Очевидно, на це питання можна відповісти, простеживши динаміку виконання контрольних нормативів протягом навчання предмету «Фізичне виховання». Однак аналіз результатів протягом п'яти семестрів говорить про низьку ефективність одноразових занять на тиждень, та ще включеніх у навчальний режим (тут ми не будемо зупинятися на обмеженнях в обсязі й інтенсивності використовуваних навантажень, що накладає навчальний процес). За даними тестів на витривалість і прояв швидкісно-силових якостей не відзначено статистично достовірних змін протягом зазначеного терміну (таблиця 1).

Таблиця 1
Динаміка результатів у кросі і стрибках у довжину з місця ($M \pm m$)

Семестр	1	2	3	4	5
Юнаки					
Крос 3000 м, хв	12.43±1.93	12.6±0.69	13.0±1.08	13.17±1.51	13.49±2.3
Стрибок у довжину з місця, см	221±21	236±8.2	229±11.5	234±11.6	—
Дівчата					
Крос 2000 м, хв	10.43±1.84	10.17±0.66	10.48±0.87	10.46±0.8	10.55±0.83
Стрибок у довжину з місця, см	169±16	174±11	173±11	173±10	—

У кращому випадку відзначається незначне поліпшення окремих якостей протягом навчального року, що втрачається за час канікул. При цьому слід зазначити, що погіршення результатів у кросі в четвертому семестрі має зв'язок із двотижневою перервою в заняттях (вихід на комп'ютерну практику), тобто втрати функціональних змін, набутих у процесі занять, відбувається дуже швидко. Домогтися ж будь-яких морфологічних змін при одноразових заняттях не вдається, і одна з причин цього – обмеження застосуваних навантажень, внаслідок включення занять у навчальний процес. Підвищення навантажень призведе до зниження розумової працездатності в наступні години. Підвищення моторної щільності занять без застосування високоінтенсивних вправ не дало помітного підвищення тренованості. Спостереження було проведено у двох ідентичних групах юнаків першого курсу. Одна група була контрольною, інша – експериментальною – займалася за зміненим планом. Основу занять експериментальної групи складав біг з інтенсивністю за ЧСС – 150-160 уд/хв (до 80 % часу основної частини заняття). Обсяг бігового навантаження на одному занятті складав від 4 км на початку навчального року до 7 км наприкінці першого семестру. Після сесії і відпочинку навантаження довелося знизити знову до 4-5 км. Результати контрольних тестів наведені в таблиці 2.

Таблиця 2
Динаміка результатів контрольних нормативів у експериментальній і контрольній групах ($M \pm m$)

Норматив	100 м, с	3000 м, хв, с	Стрибок у довжину з місця, см	Підтягування, разів
початок навчального року				
Контрольна група	14.26±0.98	12.44±50	225±15	9.73±3,7
Експериментальна група	14.43±0.86	12.43±45	228±16	8.56±5
кінець навчального року				
Контрольна група	14.02±0.85	13.00±35	218±17	8.80±3.4
Експериментальна група	13.96±0.76	12.55±41	235±13	8.52±4.7

Незважаючи на застосування більш тривалих, оптимізованих за інтенсивністю навантажень, експериментальна група, як і контрольна, наприкінці навчального року в кросі на 3000 м показала результат гірший, ніж на початку, однак у експериментальній групі швидкісно-силові якості мали достовірну позитивну динаміку. Показники розвитку сили рук не мали позитивних зрушень.

Сучасний підхід припускає осмислення сутності фізичної культури. Поряд із традиційним використанням фізичної культури як системи виховання фізичних якостей щораз більший інтерес представляють можливості використання засобів фізичної культури у

профілактиці і лікуванні захворювань. Усвідомлення соціальної значущості занять фізичними вправами тісно пов'язано з формуванням системи теоретичних знань і методичних навичок. З одного боку, це засвоєння знань з предмету «фізичне виховання», з іншого боку, – набуття особистого досвіду із застосування цих знань. Лише на основі знань, засвоєних людиною, діяльність з використання фізичних вправ може бути по-справжньому творчою, враховуючи інтереси і можливості конкретної людини.

Однак у програмі навчання у вузі на теоретичну підготовку виділяється всього 24 години. При цьому розглядаються питання від історії виникнення і розвитку фізичної культури до вузько спеціальних розділів, таких, як професійно-прикладна фізична підготовка. Відсутність підручників і навчальних посібників з предмету значно обмежує можливості вивчення теоретичних основ фізичної культури майбутніми учителями-предметниками.

Результати письмового опитування студентів першого і другого курсів показали дуже слабку їхню теоретичну підготовленість в галузі фізичної культури. Однією з причин такого положення є практично відсутність теоретичної підготовки з фізичної культури в більшості шкіл. В результаті значна частина студентів виявляється не готовою до швидкого засвоєння навіть поверхневих знань з предмету «фізичне виховання».

Відомо, що міцність засвоєння знань виражається в стійкій фіксації і тривалості збереження в пам'яті того, кого навчають, знань і способів їхнього застосування. Стійкість знань підвищується в міру зростання усвідомленості і розширення сфери їхнього застосування у вигляді не лише декларативного проголошення, але і реального використання на практиці. Виходячи з цього, можна з упевненістю говорити, що чим вищий рівень фізкультурної освіченості, тим у більшій мірі гарантується успішність фізичного самовиховання студентів.

Висновок. У вищій школі основним завданням предмету «Фізичне виховання» є одержання студентами знань і навичок їхнього застосування на практиці; доцільне перенесення акцентів у роботі кафедри фізичного виховання на ці види навчальної роботи. Спроби виховання фізичних якостей на аудиторних заняттях виявляються низько ефективними через малу тривалість занять, великі перерви між заняттями, їхню несистематичність. Студентів доцільно залучати до самостійних занять фізичними вправами в спортивних групах у позааудиторний час. Мінімальна кількість таких занять 3-4 рази на тиждень.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базова навчальна програма з фізичного виховання для вищих закладів освіти III і IV рівнів акредитації (Проект). – Київ: ІЗМН, 1998. – 24 с.
2. Драчук А.І. Динаміка стану здоров'я студентів гуманітарних вищих закладах освіти // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. – Харків: ХДАДМ (ХХІІ), 2002. – №22. – С. 23-28.
3. Раевский Р.Т., Канишевский С.М., Домашенко А.В. Физическое воспитание как составная часть образования учащейся молодежи // Теория і практика фізичного виховання: Науково-метод. журнал ДНУ. – № 1. – 2002. – С.31-37.
4. Свечкарев В.Г. Некоторые аспекты организации процесса физического воспитания в вузе (методические рекомендации). – Майкоп: МГТИ, 2000. – 14 с.
5. Физическое воспитание и спорт в США: Обзорная информация. – М.: ЦООНТИ-Фізкультура и спорт, 1991. – 85 с.

Геннадій ЛОЖКІН,
Олександр СОЛТИК

ВИЗНАЧЕННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ДІЯЛЬНОСТІ ВИКЛАДАЧА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ОСНОВІ АДЕКАВТАНОСТІ ЙОГО КОНЦЕПТУАЛЬНОЇ МОДЕЛІ

Дослідження будь-якої професійної діяльності – це складний процес її пізнання, виявлення системоутворюючих чинників, визначення складових компонентів, найрізноманітніших зв'язків та відношень у ній тощо. Практичною реалізацією теоретичних уявлень про діяльність стає розробка вимог, характеристик професії, модельних схем, її

професійних норм та стандартів. Ефективне їх використання дозволяє здійснювати як кваліфіковану підготовку до певної професії, так і визначати готовність до неї.

Розглядаючи проблему побудови різноманітних модельних характеристик, та їх застосування при визначенні готовності до діяльності в галузі фізичної культури та спорту, зокрема викладача фізичного виховання, відзначаємо значний інтерес до неї з боку науковців.

Так, О.В. Петунін [3], характеризуючи готовність спеціаліста з фізичного виховання до трудової діяльності, в описовій формі передає його професійно важливі якості: специфічну спостережливість і уважність, широку уяву, певні якості розуму та мови, швидке орієнтування і реагування, добра координація рухів тощо.

В.Т. Яловик [6] до вказаних професійно важливих якостей додав перцептивні і психомоторні здібності та виділив у даній професії цілий ряд умінь, котрими повинен володіти фахівець.

Б.М. Шиян [5], розглядаючи проблему формування готовності до професійної діяльності, особливу увагу приділяє забезпеченням якісної підготовки майбутнього фахівця фізичної культури як активної особистості, здатної творити і забезпечувати ефективне функціонування системи фізичного виховання.

Також розроблені професійно-кваліфікаційні характеристики викладача фізичного виховання, в основі яких лежать вимоги до того, що повинен уміти і знати викладач [4]. На цій основі готовність пропонується перевіряти за такими видами підготовленості: соціально-теоретичною, медико-біологічною, соціально-економічною, нормативно-правовою, спортивно-прикладною та інших.

У той же час, аналізуючи розглянуті вище та багато інших компонентів готовності до професійної діяльності викладача фізичного виховання, відзначаємо недостатнє врахування у них психологічного (внутрішнього) її аспекту. А роботи, в яких би оцінювалась готовність викладача до зазначененої діяльності на рівні психологічних регуляторів, взагалі відсутні.

Разом з тим, внутрішня сторона діяльності є невід'ємною її складовою. Будь-які зовнішні професійні дії опосередковані процесами, що протікають усередині суб'єкта, а внутрішній процес так чи інакше проявляється зовні [2].

Аналізуючи способи та методи оцінки готовності, які існують у галузі фізичної культури, зокрема викладача фізичного виховання, відзначаємо те, що вони переважно зорієнтовані на зовнішню (видиму) сторону професійної діяльності. Тому, визначення готовності на основі психологічних (внутрішніх) аспектів діяльності викладача фізичного виховання стає не лише важливим напрямком у пізнанні зазначененої професії, але й необхідним компонентом його ефективної професійної підготовки та вдосконалення.

У цьому зв'язку значного інтересу набуває вивчення та побудова концептуальної моделі, оскільки вона є головним психічним регулятором будь-якої професійної діяльності [2]. Саме тому, **метою нашої статті** стало визначення концептуальної моделі діяльності викладача фізичного виховання та використання отриманих даних при розробці прийомів оцінки готовності до даної професії.

Основними **методами дослідження** були: теоретичний аналіз літератури, спрямований асоціативний експеримент у модифікації відкритих запитань, контент-аналіз, за допомогою яких була визначена концептуальна модель діяльності викладача фізичного виховання, її компонентний склад та головні емпіричні характеристики [1].

Передумовою розробки прийомів оцінки готовності до діяльності викладача фізичного виховання стало виявлення наступних положень:

- концептуальна модель є головним психічним регулятором, що забезпечує ефективність протікання діяльності викладача фізичного виховання;
- концептуальна модель не є статичним утворенням, у ній відбуваються певні зміни в процесі професіоналізації. Встановлено, що у викладача фізичного виховання ці зміни найбільш значущі у процесі професійної діяльності.

Загалом отримані емпіричні дані, що характеризують концептуальну модель, склали підґрунтя для розробки прийомів готовності до зазначененої професії. В основу прийомів оцінки готовності до діяльності викладача фізичного виховання були покладені головні змістовні та структурні характеристики концептуальної моделі найуспішніших викладачів (референтна група). Механізм оцінки полягав у співвідношенні ступеня відповідності психічних образів, що

утворюють концептуальну модель референтної групи, зі ступенем їх представленості (адекватності) в окремого респондента.

Перевіряючи рівень готовності до професії викладача фізичного виховання, обстежуваним необхідно було оцінити за десятибалльною шкалою запропоновані ім психічні образи, що утворюють концептуальну модель. Результати такого оцінювання можуть вказувати на змістовну характеристику. Стосовно структури концептуальної моделі, обстежуваним необхідно було оцінити ті ж образи, але відповідно до основних складових діяльності: мети, предмету, засобів, результату. Іншими словами, провести декомпозицію цілісного образу на складові: образ-мета, образ-предмет, образ-засіб, образ-результат; та визначити їх рівень представленості у даній діяльності. Так, запропоновано три рівні: переважаючий (ті психічні образи, які частіше представлені у діяльності); ситуативний (ті образи, які інколи беруть участь у регуляції діяльності або актуалізуються у свідомості від випадку до випадку); не представлені (ті образи, що взагалі не беруть участі у регуляції зазначеної діяльності).

Далі отримані результати порівнювались з даними референтної групи. Оцінка щодо змістової відповідності концептуальній моделі вираховувалась за допомогою кореляційного аналізу. Більший коефіцієнт вказує на вищий рівень готовності за цим показником. Структурну оцінку складала кількість правильно вказаних рівнів представленості складових психічних образів.

Зазначені прийоми оцінки готовності були використані при діагностиці готовності до діяльності викладача фізичного виховання студентів–випускників Національного університету фізичного виховання і спорту України та Кам'янець-Подільського державного університету. Загальні результати перевірки свідчать про те, що лише у 15,8 % обстежуваних у достатній мірі сформована концептуальна модель діяльності викладача фізичного виховання. В той же час констатуємо, що переважна більшість обстежуваних не мають чіткого уявлення про дану діяльність і в них не сформовані в достатній мірі відповідні психічні образи, які є регуляторами зазначеної професії.

Таким чином, проведені дослідження дозволяють зробити **висновок**, що важливим і необхідним завданням у професійній підготовці викладачів фізичного виховання на сьогоднішній день, є пошук шляхів у напрямку підвищення адекватності сформованості психічних образів концептуальної моделі професії. Успішне вирішення цього завдання повинно сприяти у кінцевому рахунку підвищенню ефективності реалізації даної викладацької діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ложкін Г.В., Свіргунець Є.М., Солник О.О. Динаміка концептуальної моделі викладача з фізичного виховання у процесі професіоналізації // Науковий журнал «Вісник» Технологічного університету Поділля. – Хмельницький – 2002. Ч. 2. – С. 144-146.
2. Ломов Б.Ф. К проблеме деятельности в психологии // Психологический журнал. – 1981. – Т. 2. – № 5. – С. 3-22.
3. Петунин О.В. Теоретические основы подготовки студентов к профессиональной деятельности учителя физической культуры. – Автореф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.04 / ГЦОЛИФК. – М., 1993. – 36 с.
4. Профессионально – квалификационные характеристики специалистов по физическому воспитанию, физической культуре и спорту / Состав. Н.В. Жмарев. – К., 1989. – 54 с.
5. Шиян Б.М. Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних навчальних закладах: Автореф. дис... д-ра. пед. наук / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. – К., 1997. – 50 с.
6. Яловик В.Т. Професійні здібності вчителя фізичної культури і їх особливості // Матеріали першої республіканської конференції «Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні». – Луцьк: Надтир'я, 1994. – С. 244-246.

ФОРМУВАННЯ ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ПЕДАГОГИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Постановка проблеми. Проблема вдосконалення професійної підготовки майбутніх учителів, як відмічають дослідники М.Б. Євтух, К.М. Дурай-Новакова, Н.В. Кузьмина, К.К. Платонов, В.А. Сластенін та інші є достатньо гострою у сучасних умовах розвитку національної освіти. Загальновідомо, що більшість випускників факультету фізичної культури зазнають труднощів у власному професійному становленні через недостатню професійну підготовку під час навчання у вузі. Тому, одним з головних завдань вищого педагогічного закладу є озброєння студентів знаннями основ педагогічної теорії і шкільної практики, розвиток професійного мислення, формування педагогічних умінь і навичок, виховання майбутнього вчителя як активної творчої особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останній час проблему формування готовності майбутніх учителів фізичної культури розглядали науковці: Я. Бельський, Е. Вільчковський, М. Данилко, Н. Зубанова, О. Куц, О. Федик, А. Цьось, Б. Шиян та інші. Вони доводять, що професійна підготовка студентів до майбутньої педагогічної діяльності це цілісне явище, яке включає низку компонентів: позитивне ставлення до праці вчителя; адекватні вимогам діяльності риси характеру, здібності, темперамент, мотивацію; необхідні знання, уміння, навички; стійкі, професійно-важливі особливості сприймання, уваги, мислення, емоційно-вольових процесів.

З точки зору М.Б. Євтуха [2], поняття підготовленості студентів у вищому навчальному закладі до професійно-педагогічної діяльності включає такі критерії: глибокі наукові, спеціальні і педагогічні знання, відповідний рівень вихованості, загальнолюдську культуру та інтелігентність, педагогічну спрямованість, компетентність і діловитість, гуманістичну духовність, широку ерудицію і соціальну активність.

К.М. Дурай-Новакова [1] до структури професійної готовності студентів відносить такі компоненти: мотиваційний, орієнтаційно-пізнавальний, емоційно-вольовий, операційно-діяльнісний, установчо-оцінювальний.

О. Федик [5] обґрунтувала психологічні особливості професійної готовності студентів до спортивно-педагогічної діяльності, як показник психолого-педагогічної культури, загальної соціальної орієнтації, професійної зрілості і компетентності людини.

Як вважають вчені [1, 2], «педагогічна система» – це цілісний, взаємопов’язаний процес підготовки спеціаліста, усі елементи якого працюють на кінцеву мету – формування професійно спрямованої особистості. При впливі на особистість студента формуються не окремі компоненти і якості, а досягається готовність до професійної діяльності у вигляді цілісної системи взаємопов’язаних елементів, які з часом утворюють основу педагогічної майстерності.

Завдання статті – висвітлити основні компоненти професійної готовності майбутніх учителів фізичної культури;

- дати оцінку рівня розвитку основних компонентів готовності до педагогічної діяльності випускників факультету фізичного виховання.

Для подальшого дослідження та визначення рівня розвитку компонентів професійної готовності майбутніх учителів фізичної культури, була розроблена комплексна програма, в якій були використані такі методи дослідження: теоретичний аналіз, спостереження, анкетування, тестування, методи математичної статистики.

До основних компонентів готовності випускника до професійної діяльності вчителя фізичної культури було віднесено:

- науково-теоретична і практична готовність – характеризується певним обсягом психолого-педагогічних і спеціальних знань, умінь і навичок, рівнем сформованості професійно-важливих здібностей і норм поведінки;
- психологічна готовність – включає позитивне ставлення до професії вчителя, мотиваційну сферу, емоційно-вольові якості особистості;
- фізична готовність – визначається відповідністю стану здоров’я, фізичного розвитку і готовності майбутнього вчителя вимогам професійної діяльності і працездатності.

Результати дослідження. З метою об'єктивного оцінювання рівня розвитку основних компонентів професійно-педагогічної готовності було проведено опитування 69 випускників факультету фізичного виховання. При заповненні анкети студенти давали самооцінку власної готовності до обраної професії і вказували фактори, що вплинули на рівень її сформованості.

Науково-теоретична і практична підготовка вчителя фізичної культури потребує певного профілювання змісту фізкультурної освіти відповідно до особливостей і специфіки його майбутньої діяльності. Тому професійна підготовка студентів факультету фізичного виховання забезпечується цілим комплексом дисциплін навчального плану, але пріоритетна роль належить теорії і методиці фізичного виховання, фізкультурно-спортивним дисциплінам.

Аналіз анкетування студентів показав, що на питання «Чим Ви керуєтесь, відвідуючи лекції і практичні заняття?», відповіді розподілися за такими ранговими позиціями.

Провідним чинником відвідування занять більшість випускників (76%) вважає можливість отримання якісних знань і практичних навичок. На нашу думку, у студентів, які мають таку мотивацію, досить високий професійний інтерес до майбутньої професії.

Друге рангове місце займає фактор, який безперечно впливає на емоційно-ціннісне ставлення студентів до навчання (прагнення уникати неприємностей, що пов'язані з пропусками занять), але для формування професійної спрямованості таких студентів, як вважає Н. Зубанова [3], потрібно спеціально орієнтувати їх на педагогічну діяльність.

Інтерес студентів до навчального предмета, як стверджує М.Б. Євтух [2], прямо залежить від особи викладача. Приклади його повсякденної роботи дають змогу донести до студента важливість і необхідність учительської праці, значною мірою сприяють вихованню у студентів любові до іхньої майбутньої професії. Не випадково, що у 33% опитуваних випускників на позитивне ставлення до навчання впливає інтерес до особистості викладача і теоретичних проблем курсу.

Лише 15% респондентів, при отриманні психолого-педагогічних і спеціальних знань, керуються прагненням мати гарні оцінки і виконувати усі необхідні вимоги і обов'язки студента. Певна річ, що у таких випускників при відсутності мотиваційної спрямованості і творчого відношення до майбутньої діяльності, сформувати стійкий інтерес до професії вчителя дуже складно.

Навчання в університеті – це тільки перший етап у професійному становленні, важливу роль у формуванні педагогічних здібностей і індивідуально-психологічних якостей вчителя відіграє педагогічна практика. В процесі шкільної практики не тільки проходить перевірка теоретичної і практичної підготовки студента до самостійної роботи, але і створюються широкі можливості для озброєння майбутнього вчителя професійними вміннями та навичками.

У період проходження практики, що підтверджують і проведені нами дослідження [4], також успішно розвиваються професійно важливі здібності і особистісні риси: комунікативні, організаційні, моральні, емоційно-вольові, сугестивні, конструктивні та інші. При умові активної участі студентів в усіх видах педагогічної практики, у тому числі і літньої, швидше інших формуються комунікативні, рухові, емоційно-вольові і сугестивні якості, низьку динаміку розвитку мають конструктивні і організаційні здібності.

Одержані результати дали можливість визначити основні чинники, що вплинули на якість професійної підготовки випускників до педагогічної діяльності: нестача літератури з дисциплін, що вивчаються (39%), нестача вільного часу (33%), великий обсяг навчальної роботи (15%), погані умови для самостійної роботи (9%), відсутність інтересу до професії (9%), слабка довузівська підготовка (6%), відсутність навичок самостійної роботи (3%).

Безперечно, що ці фактори вплинули на зниження мотиваційного інтересу у 18 % випускників, які мають працювати в непедагогічній сфері. Лише 82% опитуваних після закінчення факультету фізичної культури прагнуть зв'язати місце подальшого працевлаштування з фізичним вихованням дітей (вчитель загальноосвітньої школи, викладач ПТУ, тренер).

Висновки.

– професійна готовність до педагогічної діяльності – це складна цілісна система взаємопов'язаних елементів, основою якої є позитивні настанови, мотиви і засвоєні цінності професії вчителя;

– готовністю до професійної діяльності вважається стан особистості студента, який активізує його діяльність, дає можливість приймати самостійні рішення і виявляється в здібності до продуктивної реалізації дій, що ґрунтуються на накопичених знаннях, уміннях, досвіду;

– мотиваційна сфера особистості є основою формування основних компонентів професійної готовності до педагогічної діяльності.

Перспективними є такі напрямки дослідження даної: розробити комплекс діагностичних методик для оцінки рівнів професійної готовності студентів до педагогічної діяльності; виявлення шляхів удосконалення підготовки майбутніх учителів фізичної культури.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дурай-Новакова К.М. Формирование профессиональной готовности студентов к педагогической деятельности: Автореф. дис... докт. пед. наук. – М., 1983. – 32 с.
2. Євтух М.Б. Пріоритети професійної підготовки вчителя в системі університетської освіти //Зб. наук. праць «Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992-2002». – Харків: ОВС, 2002. – С. 66-76.
3. Зубанова Н. Мотиваційний компонент професійно-педагогічної спрямованості особистості майбутніх вчителів фізичної культури //Зб. наук. праць «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві». – Луцьк, 1999. – С. 172-176.
4. Карченкова М.В. О профессиональной подготовленности выпускников факультета физического воспитания. Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. научных трудов под. ред. Ермакова С.С. – Харьков: ХГДАИ (ХХПИ), 2003. – № 3 – С. 103-110.
5. Федик О. Психологічні детермінанти професійної підготовки студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності //Зб. наук. праць «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві». – Луцьк, 1999. – С. 226-231.

ВИВЧАЕМО ДОСВІД

Галина ГЕНСЕРУК

ДОСВІД ВИКЛАДАЧІВ ВІЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-АНАЛІТИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

Особливістю сучасного етапу розвитку суспільства є його інформатизація. Процес інформатизації, що розпочався в 70-х роках минулого століття, впродовж останнього часу став глобальним. Під впливом інформатизації кардинально змінюються всі сфери людської діяльності: наукова, освітня, економічна, культурна, побутова. Ці зміни настільки масштабні і глибокі, а іх вплив на життєдіяльність суспільства такий великий, що можна стверджувати тенденцію до формування на нашій планеті нового інформаційного середовища [1].

Інформатизація освіти дозволяє підвищити ефективність навчання, створює передумови для широкого втілення в педагогічну практику нових методичних розробок, спрямованих на реалізацію інноваційних ідей в освітньому процесі.

Указ президента України “Про додаткові заходи щодо забезпечення розвитку освіти в Україні” спрямовує фахівців на розробку комп’ютерних технологій, які повинні забезпечити інтенсифікацію технологічних процесів освіти; диференціацію навчально-виховного процесу з метою створення умов для повного розвитку здібностей дітей; поліпшення стану науково-методичного забезпечення діяльності навчальних закладів [2].

Стрімкий розвиток інформаційних технологій протягом останніх років не міг не торкнутися галузі фізичного виховання і спорту. Їх використання дозволить покращити навчальний процес, сприятиме якісному засвоєнню матеріалу, підвищить загальний рівень розвитку галузі.

На сьогодні вже є дослідження, присвячені використанню комп’ютерних технологій у галузі фізичного виховання і спорту (Раєвський Р.Т.; 1994, Шаповалова В.А., 1999; Огірко І.В., 2000; Шандригось В.І, 2002; Скалій О.В., 2002). Дослідники пропонують комп’ютерні програми для багатьох напрямків фізичного виховання. Проте однією з невирішених проблем, пов’язаних із запровадженням інформаційно-аналітичних технологій у сферу фізичного виховання, є підготовка майбутніх учителів фізичної культури до їх використання.

Мета статті – висвітлити стан підготовки майбутніх учителів фізичної культури до використання інформаційно-аналітичних технологій у педагогічній діяльності.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз науково-методичної літератури, анкетування, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Нами опитано 124 викладачі 14 вузів України (3 вищі навчальні заклади фізичної культури і спорту та 11 факультетів фізичної культури педагогічних університетів). Для цього ми розробили анкету, яка складалася із дванадцяти запитань.

Результати анкетування. На думку 89% опитаних, інформаційно-аналітичні технології доцільно використовувати у фізичному вихованні і спорті, і тільки 2% дали негативну відповідь. Вони вважають, що використання таких технологій сприятиме оптимізації навчально-виховного процесу, раціоналізації роботи вчителя, прискоренню обробки різних даних у сфері фізичного виховання, дасть можливість розробляти програми навчально-тренувального процесу. 60% опитаних уміє працювати з комп’ютером.

На запитання: «Чи використовуєте Ви у підготовці майбутніх учителів інформаційні технології?» 43% респондентів дали відповідь «так». Викладачі Харківської державної академії фізичної культури використовують такі технології, як пакет MICROSOFT OFFICE (Word, Exel), INTERNET, електронні посібники, комп’ютерні програми, розроблені у галузі фізичної культури. Щодо використання таких технологій викладачами факультетів фізичної культури

педагогічних університетів, то вони теж називають пакет MICROSOFT OFFICE (Word, Excel), INTERNET, електронні посібники, а також комп’ютерні програми для перевірки рівня знань студентів. Водночас 38% респондентів не використовують інформаційних технологій у підготовці майбутніх фахівців. Серед основних причин вони називають такі, як мала кількість комп’ютерної техніки, відсутність програмного забезпечення, брак коштів, а також недостатня базова підготовка.

Щодо аналітичних технологій, то 60% опитаних використовують при написанні курсових, дипломних та магістерських робіт наступні технології: обробка експертних даних в Excel, метод Стьюдента, кореляційний аналіз.

На запитання: «Чи знаєте Ви комп’ютерні програми, які використовуються у процесі фізичної культури?» тільки 22% опитаних дали позитивну відповідь. Серед таких програм вони називають «Школьяр», «Акватренер», «Statistic», «Здоров’я дитини». 52% опитаних не назвали жодної програми. Основними причинами вони вважають недостатню поінформованість, а також брак таких програм.

Результати відповідей на даний блок питань подано на рис.1.

Примітка:

1 – доцільність використання інформаційно-аналітичних технологій у галузі фізичної культури і спорту;

2 – зміння працювати з комп’ютером;

3 – використання інформаційних технологій у підготовці майбутніх учителів;

4 – використання аналітичних технологій у підготовці майбутніх учителів;

5 – знання комп’ютерних програм, які використовуються у процесі фізичного виховання.

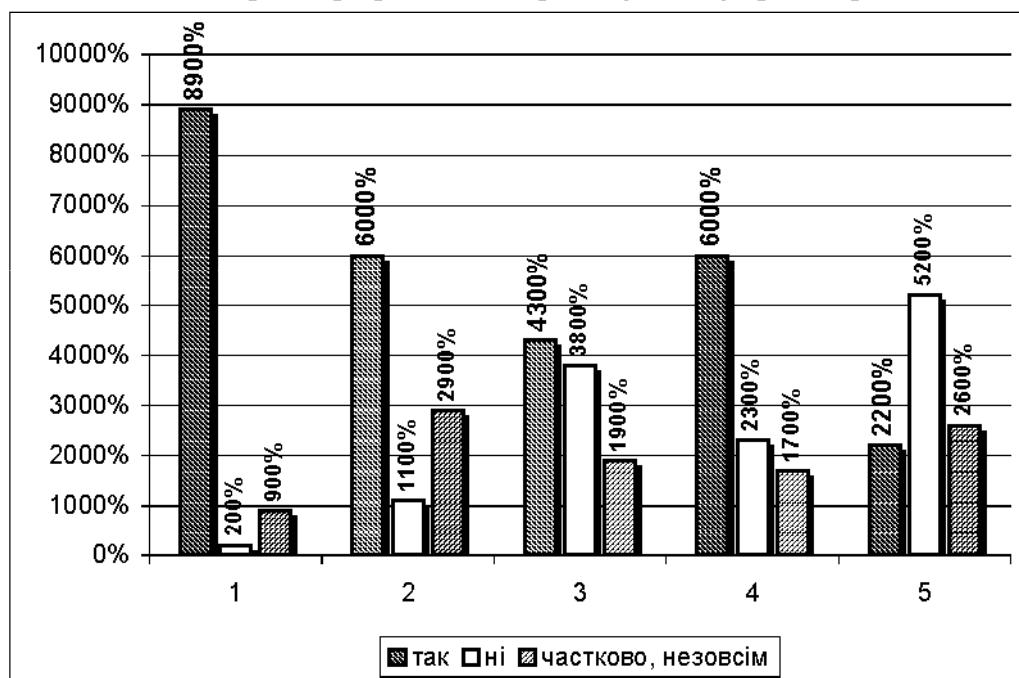


Рис. 1. Використання інформаційно-аналітичних технологій у підготовці майбутніх учителів фізичної культури (у % від загальної кількості опитаних)

На запитання: «Чи передбачені в навчальному плані вашого факультету курси з підготовки майбутніх учителів до використання інформаційних технологій» 46% опитаних дали позитивну відповідь. Серед них вони називають такі як: «Нові інформаційні технології», «Комп’ютерна техніка», «Основи інформатики та обчислювальної техніки», «Комп’ютерні технології у фізичному вихованні», проте переважно всі ці курси студентам читають на першому році підготовки.

Щодо курсів з підготовки майбутніх учителів до використання аналітичних технологій, то тільки 10% респондентів дали позитивну відповідь, назвавши курси «Спортивна метрологія» (Львівський державний інститут фізичної культури, факультет фізичної культури

Кіровоградського державного педагогічного університету ім. В.Винниченка) і «Математична статистика» (факультет фізичної культури Прикарпатського університету ім. В.Стефаника). 90% опитаних не вказали жодного курсу через те, що вони не передбачені навчальним планом вузу.

35% респондентів готують своїх випускників до використання інформаційних технологій у майбутній педагогічній діяльності, однак таку підготовку вони здійснюють за допомогою зазначених курсів. Проте 44% викладачів не проводять такої роботи через відсутність належної матеріально-технічної бази і компетентних фахівців.

Щодо підготовки випускників до використання аналітичних технологій у майбутній педагогічній діяльності, то 17% опитаних дали позитивну відповідь, така підготовка відбувається при написанні курсових, магістерських та дипломних робіт.

На запитання: «Чи розробляєте Ви комп’ютерні або мультимедійні програми для забезпечення навчального процесу?» 21% респондентів дали позитивну відповідь. Серед таких програм є: «Біомеханіка», електронні посібники (Харків), програми для підсумкового контролю знань (Вінниця), курс «Дистанційне навчання», розділ «Футбол», електронний посібник «Реабілітаційна справа» (Луганськ), тести «Біомеханічний відеоаналіз спортивних вправ» (Івано-Франківськ), електронні та інтерактивні курси і підручники, програми «Акватренер» і «Здоров’я дитини» (Тернопіль). 79% опитаних не розробляють таких програм через недостатню підготовленість, відсутність матеріально-технічної бази.

Тільки 5% респондентів знають викладачів на факультеті, які розробляють комп’ютерні або мультимедійні програми для забезпечення навчального процесу. Серед них Ашанін В.С. (Харків), Мицкан Б.М. (Івано-Франківськ), Грицай О. (Луцьк), Прокопова Л.І. (Суми), Шиян Б.М., Омельяненко В.Г. (Тернопіль).

Результати відповідей на даний блок питань подано на рис.2.

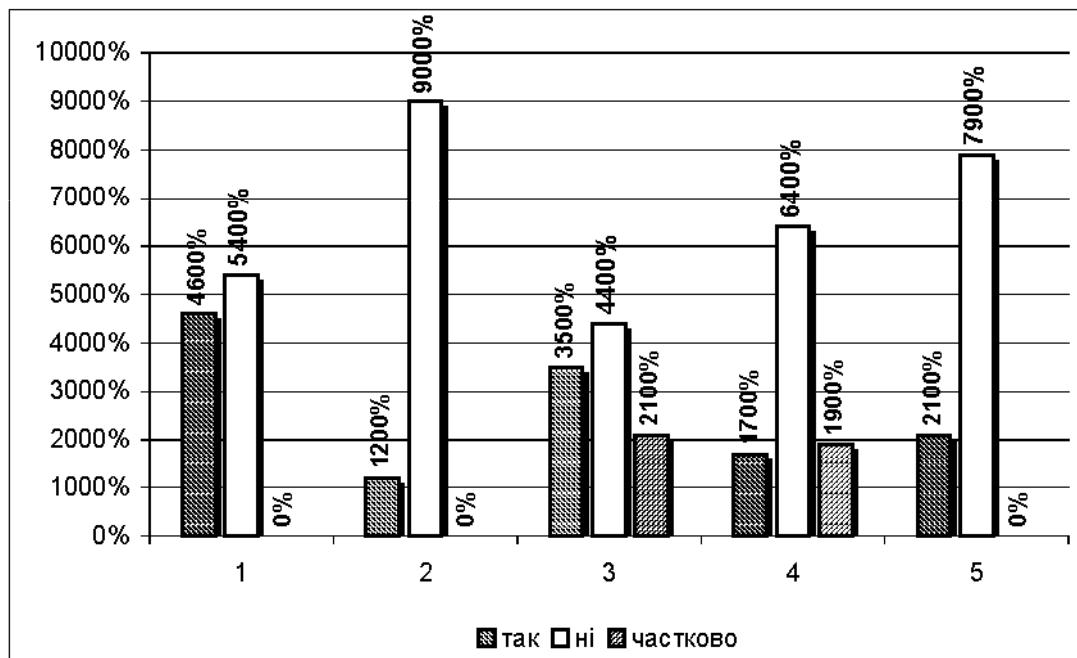


Рис. 2. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до використанням інформаційно-аналітичних технологій у майбутній педагогічній діяльності
(у % від загальної кількості опитаних)

Примітка:

1 – включення в навчальний план факультету курсів з підготовки майбутніх учителів до використання інформаційних технологій;

2 – включення в навчальний план факультету курсів з підготовки майбутніх учителів до використання аналітичних технологій;

3 – стан підготовки випускників до використання інформаційних технологій у майбутній педагогічній діяльності;

4 – стан підготовки випускників до використання аналітичних технологій у майбутній педагогічній діяльності;

5 – розробка комп’ютерних або мультимедійних програм для забезпечення навчального процесу.

Проаналізувавши стан підготовки студентів у вузах України до використання інформаційно-аналітичних технологій у майбутній педагогічній діяльності, можемо зробити наступні висновки:

У вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту спостерігається незначне використання інформаційно-аналітичних технологій у підготовці майбутніх фахівців.

У зазначеніх закладах підготовка майбутніх учителів до використання інформаційно-аналітичних технологій у майбутній педагогічній діяльності проводиться недостатньо.

В навчальних планах факультетів відсутні курси з підготовки майбутніх учителів до використання інформаційно-аналітичних технологій у майбутній педагогічній діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Колін К.К. Соціальна інформатика. - М.: -198 с.
2. Указ Президента України „Про додаткові заходи щодо забезпечення розвитку освіти в Україні». – №941/2001 від 09.10.2002.

Сергій КОРНІЄНКО

ШЛЯХИ ЗБАГАЧЕННЯ ПОЗИТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Як складова, органічна частина загальної системи національного виховання сучасної вітчизняної школи, фізичне виховання ставить за мету забезпечення повноцінного фізичного і психічного розвитку дітей, охорони та зміцнення їх фізичного і духовного здоров’я.

У наукових працях [4, 5, 6, 7], які присвячені дослідженню шляхів удосконалення фізичного виховання, наголошується на актуалізації проблеми виховання у дітей і молоді активного ставлення до фізичної культури і спорту. Так, відзначають, що соціально значуща особистісна потреба зміцнення здоров’я людини трансформується в одну із культурних її потреб, визначаючи її прагнення до фізичного вдосконалення. Аналізуючи проблему фізичної активності дітей молодшого шкільного віку, дослідники обґрунтують положення про те, що найважливішим моментом у фізичному вихованні молодшого школяра є формування його особистісного ставлення до фізичного тренування, виховання активної позиції щодо свого здоров’я.

Слід додати, що в проведених дослідженнях піднімається проблема біологічної потреби в руках у дітей молодшого шкільного віку з огляду на важливість врахування цього фактора при розробці педагогічних засобів формування потреби у фізичному вдосконаленні молодшого школяра. Про те, за цілком слушним зауваженням окремих дослідників, зокрема М. Козленка, біологічна потреба не є єдиним збудником для дітей систематично займатися фізичними вправами і не визначає повною мірою спонукання до таких занять. Отже (а це доводить і шкільна практика), необхідно вивчати інші спонуки дітей до таких занять і удосконалювати технологію педагогічного впливу на молодших школярів з метою формування у них стійкої потреби у фізичному вдосконаленні, що передбачає вивчення відповідних мотивів, які свідчать про актуальність даного дослідження.

Мета статі – визначити основні шляхи стимулювання інтересу, потреб, склонностей, попереднього досвіду фізкультурно-оздоровчої діяльності учнів, довести ефективність таких її форм організації як: «Старти здоров’я», фізкультурхвилини, динамічні паузи, рухливі «Веселі перерви», домашній фізкультурний майданчик, гра-змагання «Долаємо кілометри шляхами козацької слави наших земляків». Для цього нами була проведена дослідно-пошукова робота із запушенням учнів молодших класів Тернопільської області.

Специфічною особливістю розробленої нашої програми «Стартів здоров’я» стало включення в систему традиційних учнівських змагань серії естафет «Моя спортивна родина». Їх суть полягала в тому, що, змагаючись родинами, діти отримували велике емоційне задоволення від спів участі у змаганнях дорослих, і, що особливо важливо, найавторитетніших і

душевно близьких їм людей, а члени родини – активно залучались до шкільної фізкультурно-оздоровчої роботи, бачили фізичний стан своєї дитини порівняно з однолітками, та робили для себе необхідні висновки.

Як засвідчила практика, це сприяло залученню членів родини учня до участі в організації і проведенні спортивно-оздоровчої роботи з дітьми в школі, підвищенню емоційного тла проведення такого роду змагань, що, в свою чергу, ініціювало активну участь у «Стартах здоров'я» дітей з різними рівнями усвідомленого ставлення до зміцнення свого здоров'я.

Важливим аспектом запропонованої експериментальної технології виступало емоційне збагачення виховних ситуацій. Результативною в цьому плані видалась така форма, як гра-змагання «Долаємо кілометри шляхами козацької слави наших земляків». У нашому дослідженні вона стала найефективнішим засобом організації рухової активності молодших школярів. Її суть полягала в проходженні певної кількості кілометрів уздовж маршрутів козацьких походів, а саме: у 1-му класі учні долали кілометри від «Вишнівця до Запоріжжя». Це шлях нашого земляка Байди Вишневецького – засновника Запорізької Січі; у 2-му — крокували шляхами битв козаків з турками під проводом Северина Наливайка, також вихідця з теренів Тернопільської області, за маршрутом: «Гусятин — Біла Церква», у 3 і 4-му класах — дорогою війни запорізьких козаків з турками на чолі з прославленим гетьманом Петром Сагайдачним, за маршрутом: «Запоріжжя — Крим (Кафа)».

На макеті карти України були позначені всі маршрути і їх довжину в умовному кілометражі, який, у свою чергу, для зручності проведення підсумків поділявся на кожний навчальний семестр. Стартували класи щорічно в День фізичної культури і спорту України – свята всіх, хто розуміє, що здоров'я людини — всьому голова, і що здорові люди – це здорова держава. Фінішували в День незалежності України, а козацька доба для нашого народу є символом волі, свободи, сміливості, витривалості, гордості.

Щоденно тренуючись, тобто додаючи умовні кілометри шляхами козацької слави, учням доводилося добре працювати над фізичним самовдосконаленням, щоб, по-перше, добитися особистісного «місцеперебування» на маршруті, яке досягалось унаслідок покращення рівня фізичної підготовленості, а, по-друге, тим самим набрати якомога більше додаткових балів для перемоги свого класу серед класів — паралелей на фініші.

З цією метою школярам був запропонований добовий руховий режим, розрахований на 3-4 годинну рухову активність, де певна тривалість заняття дорівнює одному умовному кілометру.

Для обліку виконаної роботи діти вели «Щоденник фізичного самовдосконалення». Це був учнівський зошит із яскравими обкладинками, власноруч оформленій самим школярем. До його змісту входили:

1. Таблиця показників фізичного розвитку.
2. Таблиця нормативів, за якими визначається рівень сформованості свідомого ставлення до свого здоров'я.
3. Контури маршруту «Шляхами козацької слави наших земляків» на карті України, намальовані самими учнями, і їх «місцевонаходження» на даному маршруті.
4. Таблиця можливих фрагментів рухового режиму молодшого школяра.
5. Щоденний облік виконаної роботи, що визначався в кількості умовних кілометрів. «Мої тижневі фізкультурно-оздоровчі успіхи».
6. Рекомендовані вчителем фізичної культури домашні завдання.
7. Наше дослідження переконує в тому, що саме ігровий метод організації рухової активності молодших школярів, його аналіз і контроль через ведення «Щоденника фізичного самовдосконалення» дає можливість спонукати учнів початкових класів до активної праці над самовдосконаленням і тим самим привчати їх до дотримання здорового способу життя. Разом з тим сім'я-родина має систематичну, чітку й об'єктивну інформацію про результати та рівень фізичного розвитку дитини і може брати в цьому процесі активну участь.

Окрім того, запропонована гра сприяє формуванню національної свідомості і самосвідомості молодших школярів, їх патріотичному вихованню, що стає можливим лише за умови, коли дитина якнайчастіше стикається з національними цінностями і залучається до процесу їх творення.

Запропоновані шляхи особистісно-зорієнтованого родинно-шкільного виховання у дітей звички дотримуватись здорового способу життя передбачали: наступність і послідовність планування різноманітних активних форм роботи для забезпечення рухової активності дітей у режимі дня диференційований підхід до фізичного виховання хлопчиків і дівчаток, оснований на врахуванні особливостей фізичного розвитку і власному вирівнюванні недостатнього розвитку рухових якостей у домашніх умовах, керуючись рівневими нормативами фізичного розвитку.

Зауважимо, що система позаурочних самостійних занять оздоровчо-спортивного характеру розглядалась, як логічне продовження уроків. У зв'язку з цим ускладнювалась робота вчителя на уроці, головною метою якого було організувати заняття так, щоб учні навчилися самостійно виконувати різноманітні фізичні вправи, рухливі ігри, контролювати свій стан, вміли використати отримані на уроці знання в самостійній практичній діяльності. Практика підтвердила, що виконання домашніх завдань активізує рухову активність школярів, підвищує розумову працездатність, допомагає заповнити вільний час активними заняттями.

При підборі вправ для домашніх завдань і їх перевірці використовувались різноманітні методи і засоби, які сприяли забезпечення взаємозв'язку навчального матеріалу із самостійними завданнями і врахуванню рівня фізичної підготовленості учнів. При цьому засоби рекомендувались із врахуванням функціонального стану і рухової підготовленості дитини – забезпечували випереджуючий розвиток фізичних якостей для засвоєння запланованого навчального матеріалу з фізичної культури. Перспективне планування сприяло регулярному повторенню і закріпленню попередньо вивченого матеріалу, вдосконаленню умінь і навичок, планомірному підвищенню фізичної підготовленості учнів відповідно до рівня їх фізичного стану і рухового потенціалу.

Відомо, що при визначені домашніх завдань з фізичної культури надзвичайно важливим питанням є нормування фізичного навантаження. Тому в шкільній практиці сьогодення слід нормувати фізичні навантаження, враховуючи не паспортний, а біологічний вік. Такий підхід дає можливість врахувати рівень розвитку фізичних якостей не той, що досягнутий на конкретному етапі, але й впливати на «зону наближеного розвитку».

Тепер вже не викликає сумніву, що успіхи фізичного виховання і його вплив на стан здоров'я значною мірою залежать від того, наскільки адекватна біологічним можливостям організму програма тренувальних впливів, що пропонується і наскільки зацікавлено вона реалізується учнями. Розв'язання цієї проблеми лежить у площині педагогічних експериментів. Тому для стимулювання дітей займатись фізичними вправами в домашніх умовах ми використовували систему нарахування балів. Наприклад, кожний школяр, долаючи кілометри «Шляхами козацької слави», повинен намагатись не менше двох годин на день виділяти на різноманітні оздоровчі заняття. Це може бути виконання загальнорозвиваючих вправ, біг, лижні прогулянки, ходьба, плавання, катання на велосипеді, скейті, санках, ковзанах, рухливі ігри та ін. (кожна хвилина заняття – бал, а 60 балів = 1 км/на «Шляху козацької слави»). При цьому тут важливий сумарний тижневий результат, тому що в реальному житті не кожний день школяр може виконувати однаковий обсяг навантаження. Було з'ясовано, що причиною цього можуть стати дні хвороби, поганий настрій або інші обставини, тому «недопрацьоване» можна частково компенсувати в наступні дні. Особливостями зазначененої форми роботи було те, що в бальну систему оцінки входили лише ті заняття, які виконувались школярем у домашніх умовах в позаурочний час. Наприклад, ранкова гімнастика, вправи на розслаблення й оздоровче тренування ввечері разом з членами родини, заняття на «домашньому стадіоні», ходьба (в темпі 120 кроків за хвилину) до школи і зі школи зараховується в тому випадку, якщо на це витрачається не менше 10 хвилин. Це додаткові очки. Тут необхідно уточнити, що енергетична вартість перерахованих навантажень не однозначна, але в даному випадку оцінюється не тільки фізіологічна ступінь впливу фізичного навантаження на організм, а й психічна. Головне – щоденне вольове зусилля і систематичність занять, що сприятиме зміцненню здоров'я дитини і формуванню звички дотримуватися здорового способу життя.

Результати дослідження дозволяють зробити такі висновки:

1. Система оцінки дозволяє кожній дитині не тільки оцінити ступінь своїх зусиль, але й позмагатися як з самим собою, так і з членами родини, друзями.

2. Система самоконтролю і самооцінювання дає можливість ефективно впливати на свідоме ставлення школяра до зміцнення свого здоров'я, вже на етапі початкового навчання.

3. Період молодшого шкільного віку є сенситивним у формуванні численних особистісних новоутворень, у тому числі й потреб у фізичному вдосконаленні, інтересу до фізичних вправ, схильності до занять фізичною культурою і спортом. Підґрунтам останнього є природна й елементарна потреба дитини цього вікового періоду у руховій діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Концепція національної системи фізичного виховання //Початкова школа. – 1994. – №8. – С. 50–61.
2. Азбука здоров'я: (цикл бесед «Знаєш ли ты свой организм и умеешь ли беречь здоровье») /Сост. Т. Д. Кузнецова, П. А. Пласкунова, В. И. Шахненко, М. С. Шушукова. Под. ред. Т. Д. Кузнецовой. – М.: Издательство АПН СССР, 1986. – 58 с.
3. Вільчковський Е. С., Козленко М. П., Цвек С. Ф. Система фізичного виховання молодших школярів для викладачів та студентів вищих навчальних закладів освіти I-II рівнів акредитації: Навчально-методичний посібник. – К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.
4. Дробний П. Д. Паспортізація фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку на базі антропометричних критеріїв оцінки: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 /Харк. держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди. – Х., 1994. – 16 с.
5. Дубогай А. Д. Психологопедагогические основы формирования здорового образа жизни школьников младших классов: Дис... д-ра пед. наук: 13.00.01 /КГПИ им. А. М. Горького. – К., 1991. – 374 с.
6. Козленко О. Н. Повышение эффективности физического воспитания младших школьников на основе формирования у них стремления к физическому совершенствованию: Дис... канд. пед. наук: 13.00.04 /Киев. ин-т физич. культуры. – К., 1992. – 210 с.
7. Койносов В. В. Формирование потребности в физической культуре у учащихся младшего школьного возраста: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 /Омс. ин-т физической культуры. – Омск, 1992. – 21 с.
8. Корнієнко С. М. Корекція фізичного розвитку молодших школярів у системі школа-родина //Початкова школа. – 2000. – № 5. – С. 36–38.

Анатолій РЕБРИНА

ДОСЛДЖЕННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ ТА ОСВІТНІЙ ПРАКТИЦІ

Актуальність. Основною проблемою сучасної системи вищої освіти є пошук шляхів оптимізації підготовки висококваліфікованих фахівців з високим рівнем конкурентоспроможності в умовах ринкової економіки. Це вимагає створення умов для інтенсивної та напруженої творчої навчальної праці в поєднанні з активним відпочинком і фізичним удосконаленням. Для реалізації таких вимог слід використовувати засоби фізичного виховання, які сприяють підтриманню достатньо високої і стійкої навчально-трудової активності і працездатності студентів.

Важливою умовою вирішення цієї проблеми є залучення студентської молоді до систематичних занять фізичною культурою. Таке залучення стає можливим при наявності у них позитивного ставлення до фізичного виховання.

Основна мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтuvанні змісту, форм і методів виховання у студентів позитивного ставлення до фізичного виховання.

Вивчення психолого-педагогічної літератури з проблем виховання позитивного ставлення особистості до навчальної та трудової діяльності виявило її різні підходи до розв'язання. Поняття «ставлення» В.М. Мясіщев (1995) використовував як базову категорію в теорії ставлень, обґрунтuvавши теоретичні положення щодо сутності психологічних ставлень. Н.П. Зубалій (1986) розглядає ставлення як своєрідне психічне утворення у структурі особистості. Справжньою причиною негативного ставлення до навчання нерідко є відсутність знань (А.К. Маркова, 1990; М.І. Алексеєва, 1974 та інші). У дослідженнях А.К. Маркової (1990) та інших розглядаються питання емоційного клімату, необхідного для створення і підтримування позитивного ставлення до навчання. В.С. Мерлін (1971); О.М. Леонтьєв (1972);

М.І. Алексєєва (1974); Л.І. Божович (1951); А.К. Маркова (1990) та інші розглядають ставлення як систему мотивів, які спонукають до діяльності. Ставлення впливає на виникнення якісно нової психічної форми потреб, коли людину стимулює до дії не безпосередня потреба у чомусь, а прагнення до нового переживання, до оволодіння новими рухами, до досягнення успіху (О.М. Леонт'єв, 1972; В.М. Мясіщев, 1995 та інші). На формування ставлення позитивно впливають емоційні переживання (О.В. Ільїн, 1964; Л.В. Лихачов, 1982 та інші). Л.В.Лихачов (1982) розглядав задоволеність заняттями фізичною культурою і спортом як складне багатокомпонентне емоційне утворення, що включає окремі види задоволеності основними сторонами фізкультурно-спортивної діяльності.

Роль інтересу у вихованні позитивного ставлення до занять фізичною культурою розкрита у дослідженнях П.К.Дуркіна (1994). Взаємоз'язок позитивного ставлення до занять фізичною культурою з потребою у фізичному вдосконаленні встановили М.І.Жаворонкова (1972), І.І.Петренко (1990) та інші. М.Г.Андрух та інші (1966) досліджували вплив активності на виховання позитивного ставлення до занять з фізичної культури. Проблему формування ставлення підлітка до спортивної діяльності як до форми вираження своєї суспільної сутності та як діяльності, потрібної суспільству, розробляла Б.І.Сарсенбаева (1981). Основи виховання і формування в учнів середньої ланки позитивного ставлення до занять фізичної культури розроблені в дослідженнях Є.В.Столітенко (2002). Особливості та динаміку ставлення молоді до занять фізичною культурою і спортом досліджував В.О.Попов (1979).

Загально теоретичні питання формування мотивів, потреб і ставлення студентів до занять фізичними вправами розкриті в роботах В.А.Бауера (1988), М.Я.Віленського (1981,1988), А.П.Внукова (1981), Н.І.Пономарьова (1991), В.М.Рейзіна (1991) та ін. Загально-педагогічні основи виховання мотивів потреб і ставлення в тих, що навчаються, розроблені А.С.Макаренком (1991), В.О.Сухомлинським (1990) та іншими. Процес самовиховання, на думку Віленського (1988), повинен починатися із формування у студентів переконаності в необхідності збереження і підтримання здоров'я, усвідомлення позитивних якостей, виховання самоконтролю і т. п. Пропонуючи розширене трактування проблеми, що розглядається, М.Я.Віленський (1988) виділив також зовнішні (особистість викладача фізичного виховання, методику викладання, зміст матеріалу, умови і ситуацію заняття, вплив середовища) і внутрішні (мотиви, інтереси, ціннісні орієнтації, установка ставлення) фактори, які визначають ставлення студентів до процесу фізичного виховання.

О.П.Петров (1989) узагальнив методи і прийоми формування мотивів до занять студентів фізичними вправами, визначив найбільш ефективні, з точки зору впливу на результативність, володіння студентами як окремими зміннями, так і на формування активного ставлення до занять фізичною культурою.

Формуванню позитивного самоставлення студентів у процесі фізичного виховання присвячена робота Є.В.Боченкова [2]. Okремі аспекти ставлення студентства до фізичної культури розглянуті в роботах Л.М.Платонової [6].

Аналіз стану фізичного виховання у вищому технічному закладі освіти [9] свідчить про окремі недоліки в роботі з виховання у студентів позитивного ставлення до фізичної культури. На заняттях фізичного виховання вирішуються переважно навчально-тренувальні завдання, спрямовані на формування рухових умінь і навичок, та розвитку основних фізичних якостей. Okремі викладачіроблять спробу формування у студентів позитивного ставлення до фізичного виховання, але спеціальних досліджень проблеми виховання у студентів виших технічних закладів освіти позитивного ставлення до фізичного виховання не проводилось.

Висновки:

1. На основі аналізу стану психолого-педагогічної літератури вивчені теоретичні засади та стан проблеми позитивного ставлення студентів вищих навчальних закладів до фізичного виховання.

2. Рівень теоретичної і практичної розробки проблеми виховання у студентів позитивного ставлення до фізичного виховання на сьогоднішній день є недостатнім, і дана проблема не була предметом спеціального вивчення.

3. Аналіз стану дослідження у студентів вищих технічних закладів освіти позитивного ставлення до фізичного виховання свідчить про необхідність вивчення в перспективі динаміки

та особливостей розвитку ставлення студентської молоді; впливу позитивного ставлення на здоровий спосіб життя і фізичну підготовленість різних верств населення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бауэр В.Г., Виленский М.Я. Взаимосвязь целей и форм участия студентов в физкультурно-спортивной деятельности // Теория и практика физической культуры. – 1988. №12. – С.14-16, 28.
2. Боченкова Е.В. Формирование позитивного самоотношения студентов в процессе физического воспитания. Автoref. на соиск. уч. степени кадн. пед. наук. – Краснодар, 2000. – 25 с.
3. Виленский М.Я., Внуков А.П. Формирование потребности в физическом совершенствовании как психолого-педагогическая проблема // Физическая культура в научной организации учебного труда студентов. – М., 1981. – С.109-124.
4. Виленский М.Я., Зайцев А.И., Ильинич В.И., Коваленко В.А., Щербаков В.Г. Физическая культура студента. – М., 1999. – С.144-150.
5. Мерлин В.Н. Лекции по психологии мотивов. – Пермь, 1971.
6. Платонова Л.М. Отношение студенства к физической культуре и спорту в связи с духовными интересами и потребностями личности. // Методические рекомендации по совершенствованию учебного процесса по физическому воспитанию в вузах. – Минск, 1985. – С.50-52.
7. Пономарев Н.И., Рейзин В.М. О формировании потребности человека в физкультурно-спортивной деятельности. // Теория и практика физической культуры. – 1991. - №4. – С.2-4.
8. Попов В.А. Формирование активного отношения в учащихся высших и средних учебных заведений к физическому воспитанию и спорту / Метод. указания. – Кривой Рог, 1980.
9. Ребрина А.А. Проблема виховання у студентів вищого технічного закладу освіти позитивного ставлення до фізичного виховання // Молода спорт. наука України: зб. наук. пр. – Львів: ЛДФК, 2003 – №7 (2) – С.205-207.
10. Столітенко Є.В. Виховання в учнів 5-7 класів позитивного ставлення до занять фізичною культурою: Дис. на здоб. наук. ступеня канд. пед. наук. – Київ, 2002. – 190 с.
11. Сухомлинский В.А. Как воспитать настоящего человека / сост. О.В. Сухомлинская. – М.: Педагогика, 1990. – 288 с.

АВТОРИ НОМЕРА

БАБ'ЮК Сергій Миколайович	викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання Кам'янець-Подільського державного університету
ВАСИЛЬЧУК Аурел Григорович	старший викладач кафедри гуманітарних наук Чернівецького торгово-економічного інституту
ГЕНСЕРУК Галина Романівна	аспірантка кафедри теоретичних основ і методики фізичного виховання Тернопільського державного педагогічного університету (ТДПУ) імені Володимира Гнатюка
ЄДНАК Валерій Дмитрович	кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри легкої атлетики ТДПУ імені Володимира Гнатюка
ЗАЄЦЬ Лідія Валеріївна	аспірантка кафедри теорії і методики фізичного виховання Прикарпатського університету імені Василя Стефаника
ЗЕЛЕНЮК Оксана Володимирівна	викладач кафедри фізичного виховання Національного університету «Києво-Могилянська академія»
КАРЧЕНКОВА Марина Володимирівна	доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди
КІРДАН Тетяна Вікторівна	асистент кафедри фізичного виховання Хмельницького технологічного університету Поділля (ХТУП)
КІЧУК Степан Федорович	кандидат педагогічних наук, доцент кафедри гімнастики і спортивних ігор, декан факультету фізичного виховання ТДПУ імені Володимира Гнатюка
КОРНІЄНКО Сергій Миколайович	кандидат педагогічних наук, асистент кафедри фізичного виховання ТДПУ імені Володимира Гнатюка
КРИЧФАЛУШІЙ Михайло Васильович	кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри спортивних ігор Волинського державного університету (ВДУ) імені Лесі Українки
ЛЕВКОВСЬКИЙ Дмитро Михайлович	асистент кафедри фізичного виховання ТДПУ імені Володимира Гнатюка
ЛОЖКІН Геннадій Володимирович	доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології і педагогіки Національного університету фізичного виховання і спорту України
НАУМЧУК Володимир Іванович	кандидат педагогічних наук, асистент кафедри гімнастики і спортивних ігор ТДПУ імені Володимира Гнатюка

АВТОРИ НОМЕРА

ОГНИСТА Катерина Миколаївна	кандидат наук з фізичного виховання і спорту, асистент кафедри фізичного виховання ТДПУ імені Володимира Гнатюка
ОМЕЛЬЯНЕНКО Володимир Григорович	кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теоретичних основ і методики фізичного виховання ТДПУ імені Володимира Гнатюка
РЕБРИНА Анатолій Арсенович	асистент кафедри фізичного виховання ХТУП
СЕЛЕЗНЬОВА Тетяна Валеріївна	асистент кафедри спортивної майстерності Херсонського державного університету
СЕРГІЄНКО Володимир Миколайович	аспірант Сумського державного педагогічного університету ім. А.С. Макаренка
СЕРГІЄНКО Леонід Прокопович	доктор педагогічних наук, професор Миколаївського гуманітарного інституту
СОЛТИК Олександр Олександрович	Українського державного морського технічного університету імені адмірала Макарова
ФАЛЕС Йосип Григорович	аспірант кафедри психології і педагогіки Національного університету фізичного виховання і спорту України
ШАНДРИГОСЬ Віктор Іванович	кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри футболу Львівського державного інституту фізичної культури
ШАНДРИГОСЬ Галина	кандидат наук з фізичного виховання і спорту, асистент кафедри фізичного виховання ТДПУ імені Володимира Гнатюка
ЯЛОВИК Володимир Трохимович	асистент кафедри гімнастики і спортивних ігор ТДПУ імені Володимира Гнатюка
	кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання ВДУ імені Лесі Українки

ЗМІСТ

ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА.....	3
<i>Омельяненко Володимир.</i> Формування навчально-програмної бази факультетів фізичного виховання: штрихи, концепції.....	3
<i>Кричфалущий Михаїло.</i> Роль професійних переконань у формуванні особистості майбутніх вчителів фізичної культури.....	8
<i>Шандригось Віктор, Шандригось Галина.</i> Проблеми використання мережі Internet студентами у галузі фізичного виховання і спорту	10
<i>Наумчук Володимир.</i> Критерій оцінки професійної готовності студентів факультетів фізичного виховання в процесі самостійної роботи зі спортивно-педагогічних дисциплін.	14
<i>Яловик Володимир, Сергієнко Володимир.</i> Технологія вдосконалення професійної майстерності майбутніх учителів фізичного виховання	16
<i>Фалес Йосип, Васильчук Аурел.</i> Науково-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання до проведення уроків футболу	18
ПРОБЛЕМИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	23
<i>Бабюк Сергій.</i> Соціально-педагогічні вимоги та завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку у сім'ї.....	23
<i>Єднак Валерій.</i> Використання рухливих перерв з елементами легкої атлетики у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку	25
<i>Заєць Лідія.</i> Особливості рухової активності, фізичної підготовленості і розумової працездатності дітей 6-7 річного віку	27
<i>Кірдан Тетяна.</i> Оздоровча ефективність дихальних вправ підлітків на уроках фізичної культури.....	29
<i>Огніста Катерина.</i> Формування фізичної культури першокласників: методичний аспект	32
<i>Зеленюк Оксана.</i> Нові підходи до контролю ефективності організаційно-методичного забезпечення занять з фізичного виховання студентів.....	36
<i>Селезньова Тетяна.</i> Контроль рухових здібностей дітей і підлітків у фізичному вихованні	38
ОБГОВОРЮЄМО ПРОБЛЕМУ.....	42
<i>Сергієнко Леонід.</i> Здібність до моторного навчання дітей: спадковість та контроль розвитку.....	42
<i>Левковський Дмитро, Кічук Степан.</i> Деякі питання організації занять з фізичного виховання у педагогічному вузі.....	45
<i>Ложкін Геннадій, Солтик Олександр.</i> Вивчення готовності до діяльності викладача фізичного виховання на основі адекватності його концептуальної моделі	48
<i>Карченкоа Марина.</i> Формування основних компонентів професійної готовності студентів до педагогічної діяльності вчителя фізичної культури.....	51
ВИВЧАЄМО ДОСВІД	54
<i>Генсерук Галина.</i> Досвід викладачів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту щодо використання інформаційно-аналітичних технологій в підготовці майбутніх фахівців	54
<i>Корнієнко Сергій.</i> Шляхи збагачення позитивної мотивації фізкультурно-оздоровчої діяльності молодших школярів	57
<i>Ребрина Анатолій.</i> Дослідження позитивного ставлення студентів до фізичного виховання в психолого-педагогічній літературі та освітній практиці	60
АВТОРИ НОМЕРА	63
ЗМІСТ	65



Здано до складання 25.09. 2003. Підписано до друку 30.10 2003.

Формат 60 x 84/16. Папір друкарський.

Умовних друкованих аркушів — 5,65. Обліково-видавничих аркушів — 8,25. Замовлення №145.

Тираж 300 прим. Видавничий відділ ТДТУ 46027, м. Тернопіль, вул. М. Крилонаса, 2

Свідоцтво про реєстрацію ТР №241, від 18.11.97.