

Розділ 3. Педагогічні технології навчання фізичної культури

УДК 37.037

Валентин Голуб

Анализ инновационных технологий, используемых в физическом воспитании студенческой молодёжи

*Киевский государственный институт декоративно-прикладного искусства и дизайна
имени Михаила Бойчука (г. Киев)*

Постановка научной проблемы и её значение. Сегодняшние студенты будут составлять большую часть интеллектуального потенциала украинского общества первой половины XXI в. Именно им придется решать сложные социально-экономические и морально-этические проблемы, которые уже сегодня волнуют общество [7].

В сфере физической культуры и спорта формируется многообразная группа ценностей: духовные (знание, самоутверждение, эстетические и нравственные ценности, идеалы и т. п.), физические (здоровье, физическое состояние, телосложение и т. д.), социальные (средство воспитания и социализации, национального самопознания, традиции, навыки поведения в коллективе и т. п.), психические (широкий диапазон эмоциональных переживаний, быстрота мышления, воображения, творческие задатки, волевые качества и т. д.). В центре этих ценностей находится человек в его психосоматическом и социокультурном единстве, являющийся главнейшим элементом системы ценностей современного общества [1; 5; 7].

Физическое воспитание студентов – неразрывная составная часть высшего гуманитарного образования, результат комплексного педагогического воздействия на личность будущего специалиста в процессе формирования его профессиональной компетенции [3].

На фоне интенсификации учебного процесса в вузах в последние годы в Украине отмечается тенденция снижения объёма двигательной активности студентов, что отрицательно сказывается на физическом развитии, физической подготовленности и функциональном состоянии, в связи с чем особую социальную значимость приобретают вопросы сохранения и укрепления здоровья учащейся молодёжи [1; 7].

Работа выполнена согласно Сводного плана НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011–2015 гг. по теме 3.7. «Усовершенствование биомеханических технологий в физическом воспитании и реабилитации с учётом индивидуальных особенностей моторики человека», номер государственной регистрации – 0111U001734.

Цель работы – систематизировать научные данные, касающиеся использования инновационных технологий в процессе физического воспитания студенческой молодёжи.

Методы исследования – анализ специальной научно-методической литературы, педагогические наблюдения.

Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследования. Ряд специалистов [9; 10] под инновационной образовательной технологией понимают воспроизводимую в массовой педагогической практике целенаправленную систему действий по разработке иерархии диагностируемых учебных целей и задач по определению рациональных способов их достижения в виде конкретных результатов обучения.

Ниже остановимся на ряде инновационных подходов, технологий, моделей, используемых в практике физического воспитания студенческой молодёжи.

Структура занятий аэробикой со студентками технических вузов, основанная на сочетании фронтального выполнения комплексов физических упражнений различной направленности и «индивидуальных заданий по интересам студенток» разработана С. В. Добровольской [4]. Автором экспериментально апробирована эффективность методики нормирования нагрузок различной направленности и организации занятий аэробики, основанной на учёте личных физкультурных интересов и индивидуального физического состояния студенток в годичном цикле занятий.

Л. А. Асмолова [2] предложила педагогическую модель управления физическим воспитанием студентов на основе современных информационных технологий. Управление физическим воспитанием студентов рассматривается как сложная система, состоящая из определённых взаимосвязанных компонентов. Такими являются цель, задачи, содержание, средства и методы, субъект и объект управления, принципы, функции и факторы, определяющие деятельность субъекта.

Комплекс организационно-педагогических условий физического воспитания студенток с использованием средств акваэробики в учебном процессе высших учебных заведений обоснован О. Ю. Фаныгиной [12]. Организационно-педагогические условия включают мотивационные факторы, средства и методы контроля, нормативы физической подготовленности, соответствующие «стабильному» уровню здоровья, алгоритмы разработки программ занятий.

В исследовании К. Ю. Акуловой [1] обосновывается положение о том, что необходимость формирования готовности к самопознанию студента как субъекта собственной физической культуры детерминирована растущими требованиями общества к уровню развития физической культуры личности будущего специалиста. Содержательный аспект феномена самопознания студентов, по мнению автора, представляет комплексное, многогранное явление, предусматривающее совершенствование образовательного процесса в направлении гармонизации духовных и телесных способностей студентов; воспитание инициативы и личной ответственности в природной и социальной сферах жизнедеятельности; обеспечение возможностей для личного роста, самоопределения, самореализации, создание условий для саморазвития и самосовершенствования [1]. Разработанная автором структурно-функциональная модель формирования готовности студентов к самопознанию включает цель самопознания, методические подходы, функции самопознания, компоненты, критерии, уровни овладения готовностью к самопознанию, объекты самопознания, способы самопознания, факторы самопознания, педагогические условия [1].

Методика управления процессом физического воспитания студентов с использованием информационных технологий (электронный учебник, информационные ресурсы сети Интернет и развивающие компьютерные игры спортивного содержания), которая позволяет построить учебный процесс на основе организации самостоятельной работы студентов, обоснована О. А. Немовой [8]. Структура управления процессом физического воспитания с использованием информационных технологий представлена *контрольным блоком*, задача которого заключается в выявление исходного уровня знаний и физической подготовленности; *блоком целеполагания и мотивирования деятельности*, в котором формируются цели, задачи для самостоятельной работы по изучению конкретной темы модуля, обозначаются знания, необходимые для усвоения; уровень сформированности умений; чётко поставленная преподавателем и принятая студентом цель стимулирует мотивацию в начале работы, а в дальнейшем является важным регулятором самостоятельной деятельности; *блок управляющих воздействий* содержит последовательность заданий на уяснение и отработку методико-практических знаний и умений; рекомендации по составлению комплексов общеразвивающих упражнений, физкультпауз, физкультминуток, утренней гигиенической гимнастики, индивидуальных программ физического самовоспитания и их реализацию в собственно физкультурно-спортивной деятельности [8].

В работе Е. А. Захариной [5] определена специфика взаимосвязи мотивации студентов с уровнем их двигательной активности и показателями физического здоровья; определён комплекс организационно-педагогических мероприятий, основанный на учёте внешних и внутренних факторов формирования мотивации к двигательной деятельности студентов, направленный на совершенствование процесса физического воспитания. Автором разработана и экспериментально апробирована модель поэтапного формирования мотивации студентов к двигательной активности и определены основные направления её реализации в высших учебных заведениях.

Н. И. Турчиной [11] разработаны и апробированы модели физического воспитания студентов вузов на I–IV курсах обучения, которые основываются на дифференциации целей и задач структурных подразделений кафедры физического воспитания, рационального подбора физических упражнений и видов спорта. Принципиальными положениями этих моделей физического воспитания являются:

– организация физического воспитания в условиях жесткой регламентации (I курс) и частичной регламентации (II курс и старше);

– взаимообусловленность и взаимодействие ценностно-ориентированного, познавательного преобразующего и коммуникативного видов спортивно-массовой деятельности; на I этапе преобладают преобразовательные и познавательные виды, а на II – ценностно-ориентированные;

- на I етапі цілеспрямовано преобладання суб'єкт-об'єктних відносин при паралельному педагогічному взаємодії «преподаватель–студент», а на II етапі – суб'єкт-суб'єктних;
- узгодження на I етапі змісту навчальних занять і занять спортом;
- впровадження моделі формування у студентів потреби занять фізичними вправами, яка передбачає реалізацію в процесі навчання когнітивного і мотиваційного компонентів;
- індивідуалізація процесу і диференціацію змісту, форм і методів педагогічного впливу.

Модульна технологія розвитку силових здібностей у студенток в процесі фізичного виховання розроблена А.С. Хорьковой [13]. Структура технології включає концептуальний, зберігаючий, процесуальний і результативно-оцінювальні компоненти. Засобом цілеспрямованих впливів технології є розвиваючі модулі. Розвиваючі модулі, засновані на активному використанні поточного способу виконання рухових дій, які реалізуються в основній частині навчальних занять і включають в себе спеціально підібрані комплекси фізичних вправ силового характеру, спрямовані на вплив на різні групи м'язів [13].

Науково-теоретичне обґрунтування проектування концепції професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) студенток дозволило Л. П. Пилипею [9] визначити ознаки змін, функцій програми, проблеми, на рішення якої вона орієнтована, мета нововведення, стратегічне визначення проблеми, проект майбутньої програми, кадрові ресурсні забезпечення, план дій. Спеціалістом розроблена спеціальна концепція проектування і технологія її реалізації в вузах. Автором здійснено систематизацію напрямків підготовки спеціалістів в вузах відповідно до вимогам до психофізіологічних особливостей професійної діяльності, на основі яких виділено шість відповідних груп: інформаційно-логічна, екстремальна, творчо-образна, технічна, природно-аграрна, комунікативна [9]. Представлена автором інноваційно-педагогічна технологія спрямована на формування мотивації до занять ППФП, підвищення рівня знань по фізичному вихованню, оновлення змісту освіти в вузі, вдосконалення навчального процесу, нових підходів до проведення занять в режимі навчального дня в вузі, системи самостійних занять фізичними вправами [9].

А. А. Томеко [10] виділено функції неспеціального фізкультурного освіти учасниць молоді (навчальна, виховна, інформаційна і функція розвитку), умови і форми її реалізації; обґрунтовано специфічні принципи неспеціального фізкультурного освіти учасниць молоді (принципи пріоритету ціннісного відношення молоді до фізичної культури, продовженого впливу рухової активності в процесі освітньої діяльності молоді); виявлено продовженого впливу малоподвижного образу життя в підлітковому віці на режим рухової активності в студентські роки (18–20 років) на основі зв'язів між сидячим, середнім і високим рівнями рухової активності молоді в різні періоди життя; розроблено і обґрунтовано алгоритм кількісної оцінки неспеціального фізкультурного освіти учасниць молоді в вигляді індексу, що враховує вагові коефіцієнти його складових на основі методу аналізу ієрархій.

В процесі досліджень Н. Н. Зинченко [6] визначено енергетична вартість комплексів класичної і степ-аеробіки в залежності від застосованого способу регуляції навантаження (зміна темпу музичного супроводу, включення в роботу рухів руками, використання вантажів, зміна висоти степ-платформи). Використання цього показника як енергетичного еквівалента інтенсивності лягло в основу розробки способу моделювання навантаження для студенток на заняттях по аеробіці.

Висновки. Сучасна система освіти в вузі характеризується високою інтенсивністю освітнього процесу, інформаційною насиченістю. Студенти багато часу проводять в аудиторіях, бібліотеках, комп'ютерних класах, значительне час займає підготовка до навчальних занять вдома. Все це не може не впливати негативно на стан різних систем організму.

Дані спеціальної літератури свідчать про те, що найбільш гострою проблемою, що стоїть сьогодні перед вищою школою, є серйозне погіршення здоров'я студентської молоді. Незважаючи на те, що здоров'я більшістю людей визнається важливою цінністю, свідоме і мотивоване ведення стилю життя з метою його зміцнення і збереження веде далеко не кожен. Це пов'язано з двома обставинами. По-перше, – диссонанс між вербально декла-

рируемой, осознаваемой ценностью здоровья и реальным поведением, направленным на его сохранение и укрепление. Во-вторых, признание здоровья в качестве важнейшей жизненной ценности или необходимого условия полноценной жизнедеятельности означает, что оно служит средством достижения различных жизненно важных целей. Разрешение этого противоречия между стремлением достичь жизненно значимых целей и объективной необходимостью быть здоровым возможно только путём кардинального совершенствования объективных условий жизнедеятельности.

Перспективы дальнейших исследований. Наметившиеся негативные тенденции снижения здоровья студенческой молодёжи актуализируют разработку и внедрение современных здоровьесберегающих технологий в процесс физического воспитания.

Источники и литература

1. Акулова К. Ю. Педагогические условия формирования у студентов готовности к самопознанию в процессе физического воспитания : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04. «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / К. Ю. Акулова. – М., 2006. – 17 с.
2. Асмолова Л. А. Управление физическим воспитанием студентов на основе современных информационных технологий : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / Л. А. Асмолова. – Алматы, 2003. – 28 с.
3. Григорьев В. И. Фитнес-культура студентов: теория и практика : учеб. пособие / В. И. Григорьев, Д. Н. Давиденко, С. В. Малинина. – СПб. : СПбГУЭФ, 2010. – 228 с.
4. Добровольская С. В. Аэробика – форма физического воспитания и оздоровления студентов / С. В. Добровольская // Традиционная физическая культура белорусов: история, теория, практика : материалы 4 Республ. конф. по пробл. физ. культуры белорусов, 20 нояб. 2002 г. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка. – Минск, 2002. – С. 28–35.
5. Захарина Е. А. Формирование мотивации к двигательной активности в процессе физического воспитания студентов высших учебных заведений : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. наук по физическому воспитанию и спорту : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / Е. А. Захарина. – Киев, 2007. – 22 с.
6. Зинченко Н. Н. Моделирование физических нагрузок в оздоровительных занятиях аэробикой со студентками : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. наук по физическому воспитанию и спорту : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / Н. Н. Зинченко. – Киев, 2013. – 19 с.
7. Ивчатова Т. В. Здоровье и двигательная активность человека / Т. В. Ивчатова. – Киев : Науч. мир, 2011. – 260 с.
8. Немова О. А. Повышение эффективности физической культуры и спорта : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04. «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / О. А. Немова. – Хабаровск, 2006. – 24 с.
9. Пилипей Л. П. Теоретико-методические основы профессионально-прикладной физической подготовки студентов высших учебных заведений : автореф. дис. на соискание учёной степени д-ра наук по физическому воспитанию и спорту : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / Л. П. Пилипей. – Киев, 2011. – 41 с.
10. Томенко О. А. Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: теорія і методологія : [монографія] / О. А. Томенко. – Суми : МакДен, 2012. – 276 с.
11. Турчина Н. І. Педагогічні особливості моделей фізичного виховання студентів вузів на різних курсах навчання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. І. Турчина. – К., 2009. – 24 с.
12. Фаныгина О. Ю. Коррекция физической подготовленности студенток вуза в процессе занятий оздоровительными видами плавания : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О. Ю. Фаныгина. – Киев, 2004. – 282 с.
13. Хорькова А. С. Модульная технология развития силовых способностей у студенток в процессе физического воспитания : автореф. дис. на соискание учёной степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / А. С. Хорькова. – М., 2009. – 22 с.

Аннотации

Сегодня система обучения в вузе характеризуется высокой интенсивностью образовательного процесса, информационной насыщенностью. Установлено, что на фоне интенсификации учебного процесса в вузах, отмечается тенденция снижения объёма двигательной активности студентов, что отрицательно сказывается на гармоничном физическом развитии, физической подготовленности и функциональном состоянии

занимающихся. В настоящее время перед системой физического воспитания в вузе на первый план выходит поиск эффективных инновационных технологий оздоровления студенческой молодежи. Определено, что под инновационной технологией понимают воспроизводимую в массовой педагогической практике целенаправленную систему действий по разработке иерархии диагностируемых учебных целей и задач по определению рациональных способов их достижения в виде конкретных результатов. Систематизированы научные данные, касающиеся использования современных оздоровительных технологий в процессе физического воспитания студентов.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты, инновации, технологии.

Валентин Голуб. Аналіз інноваційних технологій, що використовуються у фізичному вихованні студентської молоді. Сьогодні система навчання у ВНЗ характеризується високою інтенсивністю освітнього процесу та інформаційною насиченістю. Установлено, що на тлі інтенсифікації навчального процесу у ВНЗ відзначається тенденція зниження обсягу рухової активності студентів, що негативно позначається на їхньому гармонійному фізичному розвитку, фізичній підготовленості й функціональному стані. Нині перед системою фізичного виховання у ВНЗ на перший план виходить пошук ефективних інноваційних технологій оздоровлення студентської молоді. Визначено, що під інноваційною технологією розуміють відтворену в масовій педагогічній практиці цілеспрямовану систему дій із розробки ієрархії діагностованих навчальних цілей і завдань із визначення раціональних способів їх досягнення у вигляді конкретних результатів. Систематизовано наукові дані, котрі стосуються використання сучасних оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів.

Ключові слова: фізичне виховання, студенти, інновації, технології

Valentin Golub. Analysis of Innovative Technologies Which are Used in Physical Education of Students. Today the system of education in high school is characterized by high intensity of the educational process, information saturation. It was found that there was a tendency to reduce the volume of student's physical activity because of the intensification of the educational process in higher school, which affected negatively on the harmonious physical development, physical fitness and functional status of the students. At present, the first problem of the system of physical education in high school is to search effective and innovative technology for improvement of student's health. It was determined that target directed system of actions for the development of the hierarchy of diagnosing educational goals and objectives for identification of the rational ways of achieving them in the form of concrete results was understood as the innovative technology which was realized reproducibly in mass teaching practice. Scientific data on the use of modern health technologies in physical education of students have been systematized.

Key words: physical education, student, innovation, technology.