

Сергій Карасевич

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ І ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

***Анотація.** У статті висвітлено інноваційні технології та методи навчання, які є ефективними для учителів фізичної культури. Доведено, що ефективна підготовка майбутніх учителів фізичної культури стає можливою на основі вдосконаленням навчально-виховного процесу за рахунок оновлення змісту фахових дисциплін, узгодження «наскрізних тем» дисциплін базових фізкультурно-спортивних видів, проведення різних форм фізкультурно-спортивних заходів, рухливих ігор, суддівства спортивних змагань, спортивного свята, виконання вправ для розвитку окремих груп м'язів, використання активних методів: діалогу, рольової та організаційно-ділової гри, тестів, бесід, групових психотренінгів, педагогічних ситуацій, дискусій, індивідуально-творчих завдань, рефлексії, педагогічних ситуацій і практичної діяльності в цілому.*

***Ключові слова:** інноваційні технології, фізична культура, методи навчання.*

Природа не знає зупинки у своєму русі...

І. В. Гете.

Останнім часом спостерігаємо значне зменшення рухової активності школярів. Багато часу діти приділяють роботі з комп'ютером, перегляду телевізійних передач, що веде до послаблення фізичного здоров'я. Як наслідок школярам важко виконувати нормативи, вони вдаються до пропусків уроків фізичної культури, мотивуючи, зокрема це поганим самопочуттям, засвідченим медичними довідками, тощо. На жаль, таке явище пояснюється не тільки погіршенням фізичного стану, а й одноманітністю форм уроків фізичної культури.

Процес формування інтересу до занять фізичною культурою і спортом є багатоступеневим від перших занять фізичними вправами і гігієнічних знань до більш глибоких психофізіологічних знань і інтенсивних занять фізичною культурою. Слід зазначити, що на основі високорозвиненого інтересу до занять фізичною культурою і спортом виникає вторинна (духовна) потреба в

збереженні і зміцненні здоров'я, а також у фізичному самовдосконаленні [1, 82].

В процесі занять спортом формуються і розвиваються такі ціннісні орієнтації: уявлення про здоров'я як про цінність; спілкування з однолітками і старшими людьми; спортивні вміння як здатність захистити себе й інших; спортивні знання, вміння і досягнення як основа визначення свого місця в житті.

Від сформованості ціннісних орієнтацій особистості в сфері фізкультурно-спортивної діяльності багато в чому залежить, чи буде учень активним в процесі професійної діяльності [3, 32].

Щоб подолати таку тенденцію вчителям треба шукати цікаві методики проведення занять, урізноманітнювати форми організації та змісту уроків, поступово підвищувати фізичні навантаження. Найкращий шлях - від цікавого до корисного [10, 57].

Серед широкого розмаїття інноваційних засобів фізичного виховання привертає увагу степ-аеробіка, яка доступна різним віковим категоріям і дуже популярна серед учнівської молоді.

Теоретичний аналіз, узагальнення літературних даних та власні дослідження переконливо показали, що впровадження в навчальний процес уроку степ-аеробіки істотно вплинуло на зміну тих чи інших функцій школярів. Слід також зазначити, що за нашими спостереженнями, ці заняття мають у своїй основі механізми впливу на внутрішню сутність школярів, їх духовність, емоційність, виразність [9, 42].

Широкі можливості Інтернет відкриває, наприклад, у таких сферах:

- інформація для вчителів фізичного виховання та учнів;
- організація бібліотечної праці;
- організація участі в міжнародних змаганнях;
- проведення дистанційних курсів, семінарів;
- підвищення кваліфікації вчителів фізичного виховання;

- можливість знаходження та збереження корисних комп'ютерних програм в країні та за кордоном;
- широка дослідницька робота.

Непрості фінансові умови і практично повна відсутність будь-якої підтримки для простих загальноосвітніх навчальних закладів ззовні значно гальмують розвиток можливостей застосування Інтернету в загальноосвітньому середовищі України. Тому вкрай бажаним є формулювання в цьому напрямі чіткої державної політики, здійснення фінансової підтримки досліджень, спільних програм і проектів. Термінове науково обґрунтоване впровадження у систему загальної освіти інформаційних і телекомунікаційних технологій є нині необхідною умовою для прискорення процесу переходу України до інформаційного суспільства та здобуття гідного місця в освітянському просторі світового рівня [12, 34].

З появою мультимедійних комп'ютерів, що можуть представити не тільки текстову інформацію, а й комп'ютерну графіку, анімацію, широкий спектр аудіо і відеоінформації, можна впроваджувати і використовувати комп'ютерну техніку в навчальному процесі з предмета «Основи здоров'я і фізична культура». Мультимедійна програма має поліфункціональне призначення і в процесі навчання може виконувати різноманітні дидактичні функції:

- виступати в ролі одного з основних джерел навчальної інформації;
- сприяти проведенню самостійної роботи учнів;
- використовувати додаткове джерело через відображення, конкретизацію, доповнення навчального матеріалу, подавати його в новій інтерпретації, а також систематизувати здобуті знання, уміння і навички з техніки і тактики виду спорту;
- використовувати на різних етапах навчальної діяльності як спосіб контролю і самоконтролю знань визначення рівня індивідуальної компетенції учня.

Мультимедійна програма надає можливість:

- Ефективно опановувати технікою обраного виду спорту.

- Формувати активну мотивацію для уважного ставлення до власного здоров'я, удосконалювання активної мотивації фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я особистості.

- Засвоювати учням знання, уміння і звички особистої гігієни, профілактики захворювань і травматизму на тренуваннях.

- Ознайомити з впливом рухової активності і загартовуванням організму, раціонального харчування, режиму дня на здоров'я і розвиток учнівської молоді.

- Попереджати порушення постави, зору, плоскостопості, розладу органів почуттів.

- Використання комп'ютерів у процесі навчання з предмета «Основи здоров'я і фізична культура», наприклад, вивчення розділу «Спортивні ігри», збагачують складові уроку і полегшують процес реєстрації індивідуальних результатів учнів з техніки гри й обов'язкових комплексних тестів [9, 31].

Добрим додатком для виконання програми зимових видів спорту, а в разі відсутності морозної зими - альтернативою, може бути використання лижоролерів та роликів ковзанів. Новизна та сучасність такої форми занять підвищує зацікавленість школярів уроками фізичного виховання: бажаючих навчитися кататися на роликів ковзанах завжди вдосталь, а ті, хто володіє ними охоче демонструють свої уміння та майстерність [10, 57].

У рамках роботи з набуття досвіду досліджено та визначено найбільш ефективними такі види навчально-методичної діяльності:

- формування ключових та предметних компетентностей учнів шляхом інтеграції змісту предмета «Фізична культура» в інші освітні галузі (додаток 1);

- план-моніторинг фізкультурно-оздоровчої діяльності;

- план-моніторинг навчально-методичної роботи;

- упровадження здоров'я зберігаючих технологій (додаток 2);

- реалізація орієнтованого підходу до фізичного виховання та створення «ситуації успіху»;

■ упровадження інтерактивних технологій навчання та виховання (додаток 3);

■ побудова освітнього простору за принципом «дитина – батьки - вчителі - соціум»;

■ запровадження портфоліо.

Отже, саме оздоровча спрямованість фізичного виховання у поєднанні з інноваційними технологіями дасть змогу досягти очікуваного результату - сформовану, гармонійно розвинуту, конкурентоспроможну особистість, здатну до самоспеціалізації. [11, 8].

Додаток 1



Отже, серед основних причин переваг щодо впровадження програмованого навчання і використання інноваційних інформаційних мереж — можна виділити такі:

1. Збільшення обсягу досягнень та здобутків (через значне збільшення кругозору, інтересів та наявної інформації).

2. Ознайомлення не тільки з вітчизняною, а й із зарубіжною інформацією про роботу тренерів, викладачів фізичного виховання.

3. Значне вдосконалення педагогічної майстерності.
4. Індивідуалізація навчання (відповідно до рівня та поступового росту учня відбувається самостійний вибір навчальної програми).
5. Наявність багатьох джерел інформації.

Додаток 2



Додаток 3

Упровадження інтерактивних технологій навчання та виховання

ЗА ФОРМОЮ ОРГАНІЗАЦІЇ:

- колове тренування;
- рухливі ігри;
- групова навчальна діяльність;
- робота в малих групах;
- робота в парах;
- елементи аутогенного тренування.



ЗА ІННОВАЦІЙНОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ ВЧИТЕЛЯ:

- створення «ситуації успіху»;
- сюжетно-рольові ігри;
- здійснення міжпредметних зв'язків як засобу реалізації компетентнісного підходу в освіті;
- оцінка діяльності учня не лише за кінцевим результатом, а й за процесом досягнення цього результату;
- здійснення узагальнення і систематизації матеріалів про спортивні досягнення школи;
- власний приклад з метою створення позитивного ставлення до спорту.





Оскільки в загальноосвітній школі в режимі навчального дня дітям пропонується виконання фізичних вправ в різних організаційних формах: гімнастика до занять, фізкультхвилинки (фізкультпаузи), фізичні вправи і рухливі ігри на перервах, то неодмінною умовою для майбутнього вчителя фізичної культури є знання і володіння ними гімнастичною термінологією. У ході формувального експерименту студентам пропонувалося вивчення гімнастичної термінології, розробка комплексів всіх форм фізкультурно-спортивної роботи та їх проведення.

Проведення проблемних семінарів дозволило активізувати засвоєння студентами теоретичних знань, розвиток творчого мислення, формування пізнавального інтересу до змісту навчальної дисципліни. Проблемні та інформаційні питання були подібні за логічною структурою. Однак вони розрізнялися за функціями в управлінні пізнавальною діяльністю, оскільки одне і те ж питання було проблемним для більш підготовленого студента і інформаційним для слабшого. Таке поєднання проблемних і інформаційних питань дозволило враховувати індивідуальні особливості студентів, забезпечуючи особистісно зорієнтований характер процесу навчання.

У зміст практичних занять увійшли як базові фізичні вправи і фізкультурно-спортивні системи, так і спеціально складені комплекси вправ фізкультурно-спортивної та оздоровчої спрямованості (коригуюча гімнастика, дихальна гімнастика, вправи антистресової пластичної гімнастики), що проводяться на навчальних заняттях. На практичних заняттях під час навчання техніці рухових дій основна увага приділялася освоєнню методики навчання фізичним вправам.

Нами розроблено і впроваджено в навчальний процес спецсемінар «Організація і методика проведення фізкультурно-спортивної діяльності в школі», складений з урахуванням варіювання теоретичної, методичної та практичної складових вивчення основ теорії та методики фізичного виховання учнів, яка включала такі питання: система масової позакласної роботи з фізичної культури і спорту, фізіолого-гігієнічне та педагогічне обґрунтування

рухового режиму в умовах школи, організація, зміст та методика позаурочної масової фізкультурно-спортивної роботи, форми фізкультурно-спортивної роботи і методика їх проведення, фізкультурні хвилини, паузи, гігієнічна гімнастика (ранкова, вечірня, до навчальних занять), загартовування, Дні здоров'я і спорту, методика їх організації та проведення, організація, зміст та методика позакласної спортивної роботи, навчальна робота в спортивних гуртках, секціях, командах, шкільні спортивні змагання, вимоги до системи шкільних спортивних змагань, правила змагань з окремих видів спорту [2; 4; 5; 6; 7].

Слід зазначити, що, звичайно, на уроках фізичного виховання не можна використовувати комп'ютер постійно, оскільки є багато інших завдань, вирішити які можна лише при безпосередньому спілкуванні. Проте і недооцінювати роль тих можливостей, що надає комп'ютер, не варто. Саме програмоване навчання несе в собі величезний потенціал та відповідає принципам індивідуалізації навчання.

Провідні країни світу вважають, що саме швидкий перехід від індустріального до інформаційного суспільства є запорукою майбутнього світового лідерства.

Отже, можливості використання інноваційних інформаційних технологій у загальноосвітніх навчальних закладах мають велику перспективу, вони є надзвичайно багатограними та не обмежуються лише вдосконаленням і підвищенням ефективності навчального процесу, зокрема програмного навчання на уроках з фізичного виховання [1, 36].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Валиева В. К. Формирование готовности студентов педвузов к физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе в общеобразовательной школе : дисс. ... кандидата пед. наук : 13.00.08 / Валиева Валентина Кузьминична. – Чебоксары, 2006. – 245 с.

2. Гринченко І. Б. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури в нових умовах / І. Б. Грінченко // Вища освіта України. Теоретичний та науково-методичний часопис. Додаток 3, Т. VII. Тематичний випуск : Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. – К. : Гнозис, 2011. – С. 84–93.
3. Еремеев С. Н. Развитие готовности преподавателя вуза к реализации адаптационного потенциала физкультурно-спортивной деятельности студентов : дисс. ... кандидата пед. наук : 13.00.08 / Еремеев Семен Николаевич. – Магнитогорск, 2011. – 165 с.
4. Куртова Г. Ю. Аналіз сучасної системи професійної підготовки вчителів фізичної культури / Г. Ю. Куртова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. – 2011. – № 83. – С. 123–127.
5. Олефір Г. В. Сутність проблеми професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури [Електронний ресурс] / Г. В. Олефір // Науковий вісник Донбасу. – 2011. – № 1. – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvd_2011_1_18.
6. Панасюк І. В. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до застосування тренінгів у навчальному процесі загальноосвітньої школи : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 /. Панасюк Ірина В'ячеславівна. – Одеса, 2009. – 252 с.
7. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах : автореф. дис. ... докт. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Л. П. Сущенко. – К., 2003. – 46 с.
8. Фізичне виховання в школі // наук. журнал. – К.: Педагогічна преса, 2007. – № 4. – 56 с.
9. Фізичне виховання в школі // наук. журнал. – К.: Педагогічна преса, 2008. – № 1. – 56 с.

10. Фізичне виховання в школі // наук. журнал. – К.: Педагогічна преса, 2008. – № 4/5. – 64 с.

11. Фізичне виховання в школі // наук. журнал. – К.: Педагогічна преса, 2009. – № 1. – 48 с.

12. Фізичне виховання в школі // наук. журнал. – К.: Педагогічна преса, 2008. – № 4. – 56 с.