

ДО ПИТАННЯ ОПТИМІЗАЦІЇ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Романа СІРЕНКО, Юлія СТЕЛЬНИКОВИЧ

Львівський національний університет імені Івана Франка

Актуальність. В умовах сучасного українського суспільства значну роль відіграють фізична культура і спорт, як складові загальнолюдської культури. Це в першу чергу, відноситься до зміни соціально-економічних перебудов суспільства, зміни духовних цінностей та впровадження ринкової економіки [2, 5].

У системі фізичного виховання виділяють історично складену структуру підготовки різної спрямованості, у тому числі й такий вид підготовки, як теоретичну.

Навчальні програми для вищих навчальних закладів охоплюють всі види підготовки, а кількість годин розподіляють в залежності від їхньої спрямованості диференційовано. Тому, складається враження, що окремі види підготовки мають більш важливе значення, ніж інші, зокрема – теоретична. Однак, у програмному матеріалі поставлено ряд педагогічних завдань, які стосуються не лише практичних вмінь та навичок, але й теоретичних знань.

Теоретичний розділ програми визначає той мінімум знань, яким повинні оволодіти студенти, а практичний розділ – матеріал з фізичної, технічної, тактичної та психічної підготовки, інструкторської та суддівської практики і ін.

Отож, згідно класифікації знань та умінь студентів за С. Козіброцьким. Г. Івановою (2002) [1], студент повинен:

1. Володіти певним рівнем знань з історії фізичного виховання та спорту, знати зміст їх національного спрямування.
2. Знати основи спортивної та фізичної підготовки спортсмена.
3. Знати загальні положення методики підготовки в обраному виді спорту.
4. Володіти навичками здійснення профілактики нервово-психічних та фізичних перенапружень.
5. Уміти провести ранкову та виробничу гімнастику.
6. Уміти провести підготовчу, основну та заключну частину заняття.
7. Уміти провести тренування та суддівство з обраного виду спорту.
8. Мати добру фізичну підготовленість.
9. Застосовувати отримані психологічні, фізіологічні, медичні, соціальні знання, уміння та навички практичної роботи (у тому числі – з конкретного виду спорту) у відповідних сферах діяльності (освіта, спорт, соціальні служби, медичні та правоохоронні заклади).
10. Надавати першу медичну допомогу в екстремальних ситуаціях та при ушкодженнях під час занять з фізичного виховання і тренувань.

Сьогодні успіхів досягає та молодь, яка вміє оптимально поєднувати високий рівень фізичної підготовленості та теоретичних знань [3].

Інтелектуальний розвиток та надбані теоретичні знання дозволяють студенту вірно оцінювати соціальну значущість фізичної культури і спорту, розуміти об'єктивні

регулярності фізичного виховання, як педагогічного явища, свідомо ставитись до завдань викладача, з більшим бажанням проявляти самостійність та активність на заняттях і змаганнях.

Під теоретичною підготовкою студентів слід розуміти систему знань, сфокусованих у спеціальних наукових дисциплінах, які є основою ідей у галузі фізичного виховання і спорту, систему гуманітарних знань, природознавчих дисциплін, пов'язаних з пізнанням і науковим забезпеченням фізичного виховання, а також інтелектуальних вмінь та навичок, що формують впевненість і розвивають пізнавальні здібності [4].

Теоретична підготовка студентів на заняттях з фізичного виховання повинна розглядатися як своєрідна база для підвищення технічної, тактичної та психічної підготовленості. Тому до викладання теоретичного матеріалу не повинно бути формального відношення як зі сторони викладача, так і зі сторони студента.

Теоретичні заняття повинні мати певну мету: виробляти у студентів вміння використовувати отримані теоретичні знання на практиці. Окрім того, розширення теоретичних знань студентів дає можливість самостійно мислити, сприяє розвитку самоконтролю та самоаналізу, що, в свою чергу, є запорукою майбутніх успіхів.

Теоретична підготовка студентів на заняттях з фізичного виховання проводиться в основному у формах притаманних для розумового навчання та самонавчання (лекції, семінари, самостійне опрацювання літератури, заліки і ін.) [1].

Недостатність науково-методичної літератури та розробок, додаткових засобів інформативного змісту та відсутність чіткої методики їхнього використання у навчальному процесі з фізичного виховання не дозволяє забезпечити всебічний розвиток особистості студентів під час занять і поза ними.

Тому вважаємо, що вивчення структури та змісту теоретичної підготовки студентів у вищих навчальних закладах є актуальним і соціально важливим.

Мета роботи – вдосконалення методики теоретичної підготовки студентів вищих навчальних закладів на заняттях з фізичного виховання.

У роботі передбачено вирішення наступних завдань:

1. Визначити місце та роль теоретичної підготовки в фізичному вихованні студентів ВНЗ.
2. Виявити та проаналізувати організаційну структуру теоретичної підготовки студентів.
3. Дослідити ефективність форм, засобів і методів теоретичної підготовки студентів у процесі фізичного виховання.
4. Узагальнити набутий досвід та розробити ефективну методику теоретичної підготовки студентів.

Результати дослідження.

Вивчення думки студентів дало нам можливість визначити актуальні напрямки теоретичної підготовки, які необхідно втілювати в практику фізичного виховання і застосовувати різні форми втілення передачі знань студентам.

До таких тем можна віднести:

- співвідношення біологічних та соціальних вимог,
- вибір індивідуального стилю рухової активності,
- національні та авторські школи фізичного виховання,
- засоби загартування організму,
- основи психофізичного тренування,

- пропаганда здорового способу життя,
- методики самостійних занять та методів самоконтролю.

Аналіз теоретичного розділу з фізичного виховання (10 годин лекційного курсу на I курсі та 8 годин – на другому) не дозволяє ефективно формувати знання студентів у галузі фізичної культури і спорту.

Запровадження змін у навчальну програму може дозволити творчо співпрацювати зі студентською молоддю, підвищити зацікавленість та мотивацію до занять фізичними вправами.

У залікових вимогах програми з фізичного виховання доцільно розділити теоретичний курс на наступні 3 блоки:

1. Гігієнічні та природно-наукові основи фізичного виховання:

- значення і вимоги лікарського контролю та самоконтролю в процесі фізичного виховання та спортивного тренування;
- знання та навички, необхідні для використання засобів фізичної культури в повсякденному житті для зміцнення здоров'я;
- засоби і способи підтримання розумової та фізичної працездатності.

2. Роль і місце фізичної культури в науковій організації праці:

- форми і засоби професійно-прикладної фізичної підготовки;
- профілактика професійних захворювань.

3. Основи здорового способу життя:

- засоби і методи його впровадження в повсякденну життєдіяльність;
- профілактика та запобігання негативним звичкам (палінню, алкоголізму, наркоманії тощо).

Висновки: Поглиблене теоретичне підґрунття курсу “Фізичне виховання” дасть змогу зацікавити студента даною дисципліною, поглибити його знання, свідомо відноситись до занять та до змін власної фізичної кондиції, зміцнить прагнення кожної особистості до самовдосконалення та допоможе у майбутній професійній діяльності.

Література

1. Козіброцький С.П., Іванова Г.Є. Програмно-методичні засади фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів III – IV рівнів акредитації: Теорія, методика, практика: Методичні рекомендації для завідувачів та викладачів кафедр фізичного виховання ВНЗ України. – Луцьк: ЛДТУ, 2002. – 122 с.
2. Платонов В.М. і ін. Про нову концепцію фізичної культури і спорту // Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури та спорту в Україні: Матер. I республ. конф. – Луцьк: Надстир'я, 1994. – С. 3 – 4.
3. Теоретическая подготовка юных спортсменов: Пособие для тренеров ДЮСШ / Под ред. Ю.Ф. Буйлина, Ю.Ф. Курамшина. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 192 с.
4. Теория и методики физического воспитания: Учеб. для пед. ин-тов. / Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 287 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – Ч. I. – 272 с.

IN TERMS OF OPTIMIZATION OF THEORETICAL STUDENTS PREPARATION AT PHYSICAL TRAINING CLASSES IN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

Romana SIRENKO, Julia STEL'NYKOVYCH

Ivan Franko Lviv national university

Abstract. Attempt was made in the paper to dwell upon the problem of optimization of the theoretical students knowledge at physical training classes.

Key words: theoretical preparation, schedule materials, the process of physical education.

СТРУКТУРА КОМПЛЕКСНОЇ СПЕЦІАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ВИЩОГО ТЕХНІЧНОГО ВУЗУ

Олена ЦЕРКОВНА

Харківський національний університет радіоелектроніки

Актуальність. Двадцять перше століття називають століттям інформатики. І розвиток науково-технічного прогресу зробив великий стрибок у модернізації всіх галузей життя. Це призводить до постійного збільшення обсягів пов'язаних з розумовою працею, до підвищення розумово-психічних навантажень і часу, проведеного за комп'ютером студентами. Однак, такий зсув такого характеру діяльності не може не відбитися на особливостях адаптаційних процесів і, відповідно, стану здоров'я людей, що займаються переважно розумовою працею й проводять велику кількість часу за комп'ютером. Вплив комп'ютерної праці на організм користувача вивчено недостатньо, однак зрозуміло, що воно не проходить без наслідків. [3,4,5]

При розгляді майбутньої професійної діяльності студента обов'язковою є необхідність врахування стану його здоров'я. Перші кроки до майбутнього професіоналізму починаються з навчання професії. Підкреслюючи зв'язок здоров'я і майбутньої професійної діяльності, Б. Г. Акчурин [1] відзначає, що фізичне здоров'я забезпечує такий ступінь фізичного розвитку студента, його рухових навичок і умінь, що дозволяє найбільш повно реалізовувати свої творчі можливості. Фізичне здоров'я є не просто бажаною якістю майбутнього фахівця, а необхідним елементом його особистісної структури. Класичне і досить громістке визначення здоров'я як фізичного, психічного і соціального благополуччя має потребу в корекції, коли мова йде про професійне здоров'я [6]. Першочерговими у трактуванні здоров'я у цьому випадку є показники (елементи) психофізичного сполучення, що забезпечують взаємодію біологічної складової і соціально-технічного середовища.

Аналіз наукової літератури, присвячений проблемі здоров'я студентської молоді, показує, що за останні роки зросла її актуальність.