

THE INTERCULTURAL COMMUNICATION AND INTERCULTURAL INTERACTION IN THE PROCESS OF FOREIGN LANGUAGE'S TEACHING OF PUPILS AND STUDENTS: THEORETICAL CONCEPTS AND METHODS OF ORGANIZATION

Knjazyan M., Berlinskaya N.

Abstract. *The study of theoretical sources convinces us that the intercultural communication provides the system of linguistic knowledge and communicative skills, knowledge of rules and restrictions on communication, especially verbal and nonverbal interaction in the context of life of different ethnic groups. Intercultural interaction provides an activity of different cultures based on tolerance, mutual respect, support and help bringing to enrich the knowledge of the moral values of different peoples, their cultural heritage and achievements in the world civilization process.*

To ensure the effectiveness of intercultural communication and intercultural interaction is feasible using the method of projects and problem-based learning.

Our experience shows that it is necessary to introduce a system of tasks of the project activity. The project is determined as the specific activity and as an innovative form of pupils' or students' collaboration. For example, in the classroom of foreign language the system of tasks includes the following steps: orientation, adaptation, creation. It is advisable to propose the problem situations that arise in a multicultural classroom, and propose the different hypotheses for their solution.

Thus, the effectiveness of intercultural communication and intercultural interaction of pupils and students provides the organization of project work and problem-based learning. Prospects study is to highlight the role of research activity in the formation of intercultural competence of youth.

Keywords: *intercultural communication, intercultural interaction.*

ВДОСКОНАЛЕННЯ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТОК НА ЗАНЯТТЯХ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

УДК 37.015.31:796.012.2

У статті наводяться результати експериментально-педагогічного дослідження та викладаються методичні вказівки з вдосконалення розвитку рухових якостей у студенток на заняттях з легкої атлетики. Методичні вказівки адресовані викладачам вузів, шкільним вчителям і студентам.

Ключові слова: *фізичне виховання, легка атлетика, рухові якості.*

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОК НА ЗАНЯТИЯХ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Небож В. Т.

В статье приводятся результаты экспериментально-педагогического исследования и методические указания в совершенствовании развития двигательных качеств у студенток на занятиях по легкой атлетике. Методические указания адресованы преподавателям вузов, школьным учителям и студентам.

Ключевые слова: физическое воспитание, легкая атлетика, двигательные качества.

PERFECTION OF DEVELOPMENT OF IMPELLENT QUALITIES AT STUDENTS ON EMPLOYMENT ON TRACK AND FIELD ATHLETICS

Nebozh V. T.

In article results experimental and pedagogical research and methodical instructions in perfection of development of impellent qualities of students at the classes of track and field athletics are resulted. Methodical instructions are addressed to teachers of high schools, school teachers and students.

Keywords: physical training, track and field athletics, impellent qualities.

Прагнення нашої держави на сучасному етапі її розвитку до покращення змісту і якості підготовки студентів вищих навчальних закладів (ВНЗ) з дисципліни «Теорія та методика викладання легкої атлетики» відображено у Базовій навчальній програмі з цієї дисципліни, «Положенні про організацію фізичного виховання у ВНЗ» та регламентовано іншими урядовими документами і постановами. Базова навчальна програма передбачає наявність навчання з фізичного виховання, тобто можливість студентів займатись обраним видом спорту або системою фізичних вправ.

Легка атлетика — один із найдавніших видів спорту, що включає біг, стрибки, метання, ходьбу та багатоборства. Саме визначення свідчить про її прикладний характер, а підтвердженням цьому є те, що легкоатлетичні вправи — це одна із складових будь-якого іншого виду спорту. Узагальнення історичного досвіду формування техніки сучасних видів легкої атлетики, знання про можливості людини у досягненні максимальних результатів у цьому виді спорту є потужним засобом формування фізичної культури студентів. Крім того, заняття легкоатлетичними вправами — це засіб формування у молоді власного досвіду з фізичного самовдосконалення, оскільки сьогодні цей вид спорту найдоступніший тому, що заняття бігом, стрибками та метаннями можна проводити як на стадіонах, так і на пересіченій місцевості та у будь-яких кліматичних умовах [2,3].

Одним з популярних видів спорту серед студентської молоді вважається легка атлетика. Це підтверджується щорічною численною кількістю студентів, що вибирають цю спортивну спеціалізацію. Внаслідок цього, заняття з легкої атлетики використовується як засіб здорового способу життя, всебічного розвитку студентської молоді. У свою чергу, фізичний розвиток має на увазі виховання основних фізичних якостей є актуальним для теорії й практики фізичного виховання [1].

Масовість і популярність легкої атлетики серед студентства, а також можливості матеріально-технічної бази, дозволили нам використовувати заняття з легкої атлетики, як засіб підвищення зацікавленості студенток у систематичній фізкультурно-спортивній діяльності.

Довгий час основними напрямками педагогічних досліджень був пошук загальних закономірностей підготовки й розробки раціональної методики проведення тренувальних занять легкоатлетів [1,4]. Однак у більшості робіт з

методики тренувального процесу недостатньо розглянуті питання, пов'язані вдосконалюванням рухових якостей у дівчат — легкоатлеток. Аналіз науково-методичної літератури показав, що мало вивчено питання тренувальної роботи підготовки легкоатлетів у підготовчому періоді річного макроциклу [1,5,6]. Тому на основі аналізу науково-методичної літератури й опитування тренерів і спортсменів вважаємо, що наша проблема повинна бути досліджена.

Мета дослідження — обґрунтувати методику використання спеціальних програм, спрямованих на вдосконалення сформованості рухових якостей у дівчат на заняттях з легкої атлетики.

Об'єкт дослідження — дівчата-легкоатлети у процесі занять.

Предмет дослідження — спрямований вплив фізичних вправ на сформованість рухових якостей у дівчат на заняттях з легкої атлетики.

У відповідності з метою дослідження вирішувалися такі **задачі**: за літературними даними та результатами узагальнення практичного досвіду вивчити сучасний стан питань щодо проблеми сформованості рухових якостей у дівчат на заняттях з легкої атлетики; встановити закономірності впливу комплексу спеціальних вправ на рухові якості у дівчат на заняттях з легкої атлетики.

Методи дослідження:

1. Аналіз наукової та науково-методичної літератури.
2. Узагальнення практичного досвіду за результатами бесід з тренерами та інструкторами з легкої атлетики.
3. Педагогічний експеримент із застосуванням педагогічних тестів.
4. Методи математичної статистики.

Під час занять у студенток комплексно виховуються такі рухові якості, як швидкість, сила, гнучкість, витривалість, спритність. Це позитивно позначається на зміцненні їх здоров'я. Поряд із цим у них виробляються такі моральні якості, як працьовитість, уміння долати труднощі, самодисципліна, що сприяє високоефективній навчальній роботі [1,2].

Формування в студенток постійного інтересу до власного фізичного вдосконалювання за допомогою легкої атлетики дозволило добитися гарної відвідуваності занять і їх високої ефективності.

Доповнюючи планові навчальні заняття самостійними, які, як правило, проводилися протягом усього календарного року, нам удалося у відносно короткий термін (протягом 6 місяців) добитися поліпшення результатів загальної фізичної підготовки студенток.

Підвищення складності вправ може здійснюватися й шляхом відповідного дозування, збільшуючи кількість елементів у вправі, числом повторень у серії, темпом виконання вправи підвищується пластичне й координаційне рухове навантаження.

В констатуючому експерименті взяли участь 50 студенток, які займаються легкою атлетикою. Тестами для виявлення розвитку рухових якостей були наступні: біг на 60 м, стрибок з місця, потрібний стрибок з місця, метання м'яча вагою 1 кг двома руками із положення сидячи, човниковий біг (4x9м), нахил вперед зігнувшись з положення стоячи на гімнастичній лаві та біг на 3000 м (Таблиця 1).

Таблиця 1
Результати констатуючого експерименту

групи	якість сили	швидкісно-силові			витрив.	гнуч - кість	сприт - ність
	метання м'яча	біг 60м	стр. з місяця	потрі йн	біг 3000 м.	нахил вперед	човн-вий біг
контрольна	12.40	8.5	1.80	5.70	15.50	6.8	10.8
експер- льна	11.90	8.7	1.70	5.50	16.30	5.4	11.3
зміни (%)	4.1	2.3	5.8	3.6	4.9	25.9	4.5

У метанні м'яча результати були вище в контрольній групі в середньому на 4.1%, ніж в експериментальній. У бігу на 60 м результати були вище на 2.3% у контрольній групі. У стрибках в довжину з місяця та потрійний з місяця результати контрольної групи перевищували на 5.8% та 3.6%. У вправі на гнучкість результати перевищували відповідно на 25.9% у контрольній групі. У бігу на 3000 м результати були вище на 4.9% у контрольній групі. Результати човникового бігу перевищували на 4.5% експериментальну групу.

Контрольна група продовжувала тренування за традиційною методикою занять. До занять експериментальної групи були залучені комплекси спеціальних вправ, направлені на вдосконалення рухливих якостей. До комплексів входили завдання спеціального характеру, які залучали в підготовчу та заключну частину занять, а також до самостійних занять.

Для підвищення рівня рухових якостей були запропоновані наступні вправи.

1. Для розвитку штовхальної сили найбільш результативними є вправи зі штангою. Вправи зі штангою знаходять найширше застосування на всіх періодах й етапах тренування: «повний» присід, коли присідання відбувається як можливо нижче; напівприсідання; вистрибування з вагою.

При виконанні вправ у присіданні зі штангою спочатку повинне зростати зусилля (поступово збільшується вага штанги), потім темп виконання вправ. Для здійснення даного завдання рекомендується наступний варіант. На початку виконуються повні (їх називають ще глибокими) присідання, до 7 підходів по 3-5 повторень у кожному. Після цього виконуються напівприсідання: спочатку з більшою вагою з акцентуванням випрямленням, потім вага штанги різко зменшується (50-60% від кращого результату в повному присіді), і вправа виконується у вигляді вистрибування. На дану вправу доводиться 4-6 підходів по 5-6 повторень. Так само рекомендуються статичні вправи з максимальною напругою м'язів 5-6 підходів по 3-4 рази.

2. Вправи для розвитку швидкісно-силових якостей.

В.п. – стійка на двох ногах, небагато зігнутих у колінах. Стрибки з подоланням по черзі 3-х бар'єрів, розставлених на відстані 90-120 см один від іншого. Відштовхування двома ногами. Вправа виконується по 5-6 разів по 3-4 підходи. Методичні вказівки: доводити збільшення бар'єрів до 5.

В.п. – основна стійка, гантелі 1-2 кг, ослін збоку. Темпові стрибки на ослін і з ослена поштовхом обох ніг із просуванням уперед.

Те ж, але темпові стрибки на ослін і з ослона двома ногами, чергуючи приземлення праворуч, ліворуч і ноги нарізно із просуванням уперед.

Те ж, але темпові стрибки двома ногами змійкою через ослін із просуванням уперед. Методичні вказівки: вправи виконуються 2-3 рази по 3-4 серії.

В.п. – низький присід, руки відведені назад. Стрибки поштовхом двох ніг із просуванням уперед.

В.п. – Те ж, але в руках гантелі. Вага гантелей - 1-2 кг. Методичні вказівки: можна збільшувати кількість стрибків до 10, а також вагу гантелей до 3 кг.

В.п. – низький старт. Біг 30 м.

В.п. – високий старт. Біг 60 м.

В.п. – одна нога спереду, інша позаду на носок. Перегони на одній нозі на відстань 20 м. Фіксувати час.

3. Вправи для розвитку гнучкості.

В.п. – партнери, стоячи спиною одне до одного, з'єднавши руки в ліктьових суглобах. Виконання. Почергові нахили вперед з підняттям партнера на спину. Те ж, але із присіданням.

Те ж, але взявшись руками вгорі.

В.п. – стійка ноги нарізно, стоячи спиною до гімнастичної стінки, руки нагору, узятися за рейку. Прогнутися. Перехоплюючи руками по рейках, опускаючись униз, поступово усе більше прогинаючись.

Результати дослідження, отримані наприкінці навчального експерименту, (через 6 місяців) були зрівняні з даними констатуючого дослідження, математично оброблені й представлені в таблиці 2.

Таблиця 2

Порівняльні результати тестування рухових якостей контрольної та експериментальної групи після проведення педагогічного експерименту

групи	якість сили	швидкісно-силові			витрив.	гнуч - кість	сприт - ність
	метання м'яча	біг 60м	стр. з місця	потрійний	біг 3000 м.	нахил вперед	човн-вий біг
контрольна	12.50	8.4	1.85	5.80	15.60	7.0	10.7
експер- льна	12.70	8.3	1.90	5.85	15.20	7.5	10.6
зміни (%)	1.6	1.2	2.7	0.9	2.6	16.7	0.9

Аналізуючи динаміку розвитку рухових якостей у дівчат контрольної групи за період формуючого експерименту, слід зазначити, що відбулося зростання показників у всіх вправах, але не значно. У експериментальній групі в порівнянні з контрольною показники зросли: у метанні м'яча на 1.6%, з бігу на 60м на 1.2%, у стрибкових вправах на 2.5% і 0.9%, витривалість збільшилась на 2.6%, гнучкість на 16.7% та показники човникового бігу поліпилися на 0.9%.

Аналіз кількості пропущених у навчальному році днів через хворобу виявив, що студентки значно рідше хворіли простудними захворюваннями. Це підтверджує той факт, що заняття на відкритому повітрі дозволяють загартувати організм, підвищити його захисні функції.

Результати проведеного тестування дозволили зробити **висновки**:

1. Пропоновані нами методи з'явилися досить ефективними в сформованості рухливих якостей у дівчат на заняттях з легкої атлетики

2. Право студента вибирати різні види спорту сприяє підвищенню інтересу до занять з фізичного виховання, а де інтерес – там і більша ефективність занять.

3. Підвищене емоційне заняття з легкої атлетики дозволяє добитися високої відвідуваності занять, що, у свою чергу, підсилює мотивацію студенток, прилучаючи їх до систематичних занять спортом. Заняття фізичними вправами, проведені на основі легкої атлетики, впливають, як на розвиток фізичних якостей, так і на розвиток функціональних систем організму й, відповідно, сприяють зміцненню здоров'я студенток. Різноманітні ігри й комплекси вправ, сформовані на основі занять з легкою атлетикою, мають значний і далеко не повністю реалізований потенціал фізкультурно-оздоровчого впливу на студенток.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гогін О. В. Легка атлетика: курс лекцій / О. В. Гогін. – Харк. держ. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. – Харків : ОВС, 2001. – 112 с.

2. Жилкин А. И. Легкая атлетика: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Жилкин А. И., Кузьмин В. С., Сидорчук Е. В. – М. : Изд. центр «Академия», 2008. – 464 с.

3. Коробченко В. В. Легка атлетика / В. В. Коробченко. – К. : Вища школа, 1977. – С. 52.

4. Оганджанов А.Л. Управление подготовкой квалифицированных легкоатлетов-прыгунов / А.Л. Оганджанов. – Монография. – Изд. Физическая культура, 2005. – 200 с.

5. Партнов В. П. Прыжок в высоту / В. П. Партнов. – М. : Издательство физкультура и спорт, 1979. – 59 с.

6. Попов В.Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / В.Б. Попов – изд. Олимпия Пресс. – 2006. – 224 с.

PERFECTION OF DEVELOPMENT OF IMPELLENT QUALITIES AT STUDENTS ON EMPLOYMENT ON TRACK AND FIELD ATHLETICS

Nebozh V. T.

Abstract. One of popular sports among student's youth track and field athletics is considered. It proves to be true annual numerous quantity of students which choose this sports specialisation. There of, employment from track and field athletics is used as means of a healthy way of life, an all-around development of student's youth. Physical development has on attention of education of the basic physical qualities is actual for the theory and physical training practice

During employment at students such impellent qualities, as speed, force, flexibility, endurance, dexterity are in a complex upbringing. It is positively

designated on strengthening of their health. Near to them such moral qualities, as diligence, ability to overcome difficulty, self-discipline which assists highly effective study are developed

Supplementing planned studies independent which, as a rule, were spent throughout all calendar year, it was possible to us in rather short term (throughout 6 months) to achieve improvement of results of the general physical preparation of students.

Increase of complexity of exercises can be carried out and by corresponding dispensing. Increasing quantity of elements in exercise. Number of repetitions in a series, rate of performance of exercise raises plastic and coordination impellent loadings. Results of the spent testing.

ПЕДАГОГІЧНИЙ ПРОФЕСІОНАЛІЗМ ВИХОВАТЕЛЯ ДОШКІЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ В КОНТЕКСТІ ІСТОРІЇ ВІТЧИЗНЯНОЇ ДУМКИ

УДК 373.2.011
Самсонова О.О.

У статті розкриваються особливості педагогічного професіоналізму вихователя дошкільного навчального закладу в контексті історії розвитку вітчизняної думки ХХ століття. Узагальнено підходи до визначення понять «професіоналізм» і «педагогічний професіоналізм» в психолого-педагогічній теорії та практиці; досліджено проблему розвитку професіоналізму й саморозвитку особистості вихователів дошкільних навчальних закладів. Доведено, що основою становлення вихователя-професіонала є саморозвиток, що приводить до вищої форми життєдіяльності особистості – творчої самореалізації.

Ключові слова: професіоналізм, професіонал, саморозвиток, вихователь, дошкільний навчальний заклад.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛИЗМ ВОСПИТАТЕЛЯ ДОШКОЛЬНОГО УЧЕБНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ В КОНТЕКСТЕ ИСТОРИИ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ МЫСЛИ

Самсонова Е.А.

В статье раскрываются особенности педагогического профессионализма воспитателя дошкольного учебного заведения в контексте истории развития отечественной мысли ХХ века. Обобщены подходы к определению понятий «профессионализм» и «педагогический профессионализм» в психолого-педагогической теории и практике; исследована проблема развития профессионализма и саморазвития личности воспитателей дошкольных учебных заведений. Доказано, что основой становления воспитателя-профессионала является саморазвитие, что приводит к высшей форме жизнедеятельности личности – творческой самореализации.

Ключевые слова: профессионализм, профессионал, саморазвитие, воспитатель, дошкольное учебное заведение.