

УДОСКОНАЛЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО УЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ЗАНЯТТЯХ ЗІ СПОРТИВНИХ ІГОР

У статті представлено і обґрунтовано авторську програму підготовки майбутнього учителя фізичної культури, яка включає перелік тематик за технологічним процесом послідовного набуття знань і формування навичок, враховуючи норми фізичного навантаження з акцентуванням на фізіологічні, біодинамічні і психологічні показники.

Значна увага приділяється використанню аксіологічного, особистісно-діяльнісного, диференційованого підходів до навчання. Надано способи, прийоми заохочування та розвитку інтересу до занять спортивними іграми.

Ключові слова: програма, учитель фізичної культури, спортивні ігри, рухові навички.

Постановка проблеми. Глибокі структурні зміни в українському суспільстві, зокрема, реформування усіх ланок освіти, зумовили необхідність переосмислення системи підготовки кадрів, зокрема в галузі фізичної культури. Тим більше у системі педагогічної освіти останнім часом відчувається загострення проблеми готовності учителів фізичної культури до здійснення професійної діяльності, яку вони отримують на факультетах фізичного виховання.

Оскільки діяльність учителя фізкультури є універсальною та багатогранною, то він повинен володіти широким спектром знань з різних дисциплін освітньої навчальної програми, загальною методикою проведення занять, особисто кваліфіковано демонструвати рухові дії й цим завойовувати авторитет серед учнів, приваблювати й заохочувати їх займатись спортивними іграми. Між тим, спеціальність учителя фізичної культури потребує вузькоспеціалізованих знань, умінь і навичок в різних видах спорту, що складає труднощі з технологією їх підготовки, методичним забезпеченням технологічного процесу навчання за освітньою програмою. Розробка технологій навчання зі спортивних ігор, які складають основу навчальної програми, може стати базовим джерелом для навчання з інших видів дисциплін у межах навчальної програми з фізичної культури. На жаль, нинішній шкільній освіті не вистачає такого учителя, який за допомогою надбаних знань і досвіду, реалізованих у певній послідовності, здатен навчати учнів умінням і навичкам з багатьох видів спорту, формувати у них інтерес до навчання, спонукати дотримуватись здорового способу життя.

Важливим завданням у підготовці майбутнього учителя є оволодіння ним руховими навичками у спортивних іграх, оскільки саме цей вид рухової активності займає половину обсягу шкільної навчальної програми, залучає до занять більшу частину школярів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз розвитку педагогічної теорії та практики показує, що на всіх етапах становлення професійної освіти вчені здійснювали пошук нових підходів і критеріїв до підготовки майбутнього вчителя фізичної культури, адекватних існуючим соціокультурним вимогам. Проблема підготовки вчителя до професійної діяльності була предметом уваги таких видатних педагогів минулого – П. Лєсгафт, К. Ушинський [4;7] і сучасності – Е. Вільчковський, С. Єрмаков, Б. Шиян [1;2;8] та ін.

Сучасний вчитель фізичної культури насамперед має бути добре розвиненим фізично та мати міцне здоров'я, тобто візуально мати переконливо здоровий вигляд; особисто кваліфіковано демонструвати елементи рухових дій, уміло використовувати особистісно-орієнтований та диференційований підходи до учнів, володіти знаннями щодо параметрів виконання основних дій тощо (А. Лапутін, М. Носко, В. Пліско [3;5;6] та ін.). З усього вищенаведеного й формується обов'язковий беззаперечний авторитет та здібності до переконання для результативного впливу на учнів і розвитку в них стійкого інтересу до занять спортивними іграми, тим більше, що останніми роками уроки фізкультури катастрофічно втрачають привабливість для учнів.

Останнім часом з'явилися наукові розробки дослідників з різних видів спорту для підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Стає зрозумілим, що професійна діяльність учителя фізкультури є найбільш універсальною педагогічною діяльністю. Навантаження на вчителя фізкультури згідно освітньої програми включає різні види спорту, їх освоєння однією людиною не завжди реально. Необхідна така технологія підготовки учителя фізкультури, яка б за своїм інноваційним підходом гармонійно включалась у загальні принципи розвитку рухових навичок не

лише зі спортивних ігор, а й при навчанні інших видів спорту.

Виділення невіршених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується означена стаття. Незважаючи на значну увагу науковців у даній проблемі, проте методичного забезпечення, яке б значною мірою враховувало весь перелік вимог до учителя до сьогодні немає. Це орієнтує на впорядкований перегляд низки ключових позицій системи підготовки вчителів фізичної культури, яка б базувалась на принципово нових засадах.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета нашої роботи полягає у представленні вдосконаленої навчальної програми для підготовки майбутніх учителів фізичної культури на основі елементів спортивних ігор. Приділяється увага розвитку комплексу рухових навичок у майбутніх учителів фізичної культури для проведення навчальних занять.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Результати досліджень підготовки майбутніх учителів фізичної культури на заняттях зі спортивних ігор дали можливість розробити авторську програму підготовки учителя, до складу якої входять три блоки за тематикою занять (табл.1):

Перший блок – формування і засвоєння знань і вмінь використовувати інструментальні методи реєстрації та зняття показників; розмежування рухових дій за біомеханічними, біодинамічними, психологічними, фізіологічними характеристиками; функціональні особливості організму; запобігання травматизму; здоров'язбережувальна спрямованість; формування інтересу і заохочення до занять спортивними іграми.

Другий блок містить способи і прийоми формування рухових навичок; підбір вправ з розвитку спеціальних фізичних якостей.

Третій блок включає вміння організаційно і методично систематизувати проведення практичних занять.

Для кожної тематики занять рекомендовано дозування навантажень з акцентуванням на тій чи іншій задачі (спосіб, метод, показник, який використовується, прийоми заохочування); формування знань, умінь, розвиток інтересу до занять спортивними іграми.

Теоретична та практична підготовка включає в себе наступні теми:

– формування знань про мотиваційну сферу розвитку інтересу до занять спортивними іграми, де студент повинен оволодіти знаннями: емоційної позитивної складової сфери розвитку інтересу до занять; власною майстерністю учителя фізичної культури; стимулюючими складовими до занять спортивними іграми; свободою творчості та ін.

– розвиток знань про біомеханічні та біодинамічні характеристики рухових дій в спортивних іграх. Опановуючи цю тему, студент повинен знати про оперативне зняття біомеханічних показників, зв'язок антропометрії з траєкторією польоту м'яча та координаційні здібності у поштовхових ударно-кидкових елементах спортивних ігор.

– формування навичок виконання основних технічних елементів у спортивних іграх. Дана тема передбачає практичне ознайомлення студентів з технікою виконання прямого нападаючого удару та кидків, навчання техніці розбігу і опорному кроці, навчання техніці стрибка, техніці виконання нападаючого удару і кидків та навчання правильному приземленню.

Дана програма допомагає систематизувати знання і з'ясувати оптимальний механізм виконання рухової дії, формувати вміння правильно підбирати фізичні вправи та визначати їх вплив на організм, розвивати фізичні якості та здійснювати контроль, коригувати обсяг навантажень, запобігати травматизму.

Висновки за результатами дослідження. У навчально-педагогічний процес було впроваджено авторську програму з розвитку рухових навичок у процесі занять спортивними іграми. Дана програма передбачала: з'ясувати оптимальний механізм виконання рухової дії, сформувати вміння вірно підбирати фізичні вправи та визначати їх вплив на організм, правильно розвивати фізичні якості та здійснювати контроль, коригувати навантаження, акцентуючи увагу на фізіологічних, біомеханічних і психологічних показниках. Це дозволило оперативно корегувати процес навчання та розвиток рухових навичок, скоротити затрати праці і часу викладача і студентів.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку: вдосконалити структуру і зміст навчальної програми з фізичної культури із суттєвим збільшенням частки елементів спортивних ігор.

Методичні рекомендації до програми розвитку рухових навичок на заняттях зі спортивних ігор

	Тематика занять	Методи і засоби	Навантаження	Контроль
	<p>Формування знань про мотиваційну сферу розвитку інтересу до занять спортивними іграми</p> <ol style="list-style-type: none"> Емоційна позитивна складова Зовнішній вигляд, власна майстерність майбутнього учителя Стимулювання до занять спортивними іграми Свобода творчості Зворотній зв'язок між учителем і учнем 	<p>Методи навчання: метод вправи, метод цікавих аналогій, метод орієнтацій на зону найбільшого розвитку, метод створення ситуацій успіху, метод діалогу і співпраці. При цьому застосовується індивідуальний підхід</p> <p>Засоби навчання: посібники, схеми, фотокартки, звукозаписи, відеозаписи</p>	Під час навчальних занять	<ol style="list-style-type: none"> Управління психічним станом, емоціями та настроєм. Створення емоційної обстановки (атмосфера довіри, добра, людяності, взаєморозуміння та психологічної взаємопідтримки). Створення позитивних емоцій (зміна методів роботи, емоційність, активність, цікаві приклади, дотепні зауваження, естетика залу, спортивного одягу)
	<p>Розвиток знань про біомеханічні та біодинамічні характеристики рухових дій в спортивних іграх</p> <ol style="list-style-type: none"> Оперативний зйом біомеханічних показників. Зв'язок антропометрії з траєкторією польоту м'яча. Координаційні здібності у поштовхових ударно-кидкових елементах спортивних ігор 	<p>Методи навчання: метод слова: розповідь, опис, пояснення, супроводжуюче пояснення, бесіда, метод діалогу і співпраці.</p> <p>Наочні методи: метод демонстрацій, екскурсія, метод ілюстрацій.</p> <p>Індуктивно-дедуктивні: думка студента, сприймання матеріалу, порівняння, узагальнення, оцінка фактів, встановлення причинно-наслідкових зв'язків.</p> <p>Засоби навчання: посібники, схеми, фотокартки, відеозаписи.</p>	Під час навчальних занять	<ol style="list-style-type: none"> Біомеханічні та біодинамічні характеристики руху (просторові, часові, просторово-часові інерційні, силові, енергетичні). Методи вимірювань і реєстрації в біомеханіці (антропометрія, стабілографія, тензодинамографія, міометрія).
	<p>Формування навичок виконання основних технічних елементів у спортивних іграх</p> <ol style="list-style-type: none"> Ознайомлення студентів з технікою виконання прямого нападаючого удару та 	<p>Методи навчання: метод навчання технічному прийому вцілому; метод навчання технічному прийому по частинах; метод слова: інструкції, вказівки, розбір, словесні</p>		<p>Fz max: Баскетбол – 2303,60 Н; Волейбол – 2507,60 Н; Гандбол – 2224,15 Н.</p>

	<p>кидків. 2. Навчання техніці розбігу і опорному кроці. 3. Навчання техніці стрибка. 4. Навчання техніці виконання нападаючого удару та кидків. 5. Навчання правильному приземленню.</p>	<p>оцінки. Розбіг і опорний крок. Виконують у 2,5-3 кроки. Перший крок повинен бути коротким і визначати загальний напрямок. Завданням другого кроку – додати розбігу необхідну швидкість і зкорегувати напрямок. На третьому кроці виконується настрибування на обидві ноги (тільки при твердій постановці ноги на опору виникає ефект, що стопорить) і відбувається відштовхування. Засоби навчання: посібники, схеми, фотокартки, відеозаписи</p>	<p>Під час навчальних занять</p>	<p>GRAD: Баскетбол – 5409,33 Н/с; Волейбол – 5567,52 Н/с; Гандбол – 4936,10 Н/с. I: Баскетбол – 236,57 Нс; Волейбол – 254,30 Нс; Гандбол – 201,08 Нс. Педагогічний контроль техніки виконання ігрового елемента/</p>
	<p>Проведення практичних занять майбутніми учителями фізичної культури на основі спортивних ігор 1. Наявність у студентів багажу знань з теретичних тем, викладених вище і застосування їх на практиці. 2. Демонстрація студентами основних технічних елементів в спортивних іграх.</p>	<p>Методи навчання: метод демонстрації руху, інструкції, вказівки, розбір, словесні оцінки. Важливою умовою є досягнення певного рівня автоматизму рухів, спрямованих на розширення варіативності дій і їхніх сполучень. Засоби навчання: відеозаписи</p>	<p>Під час навчальних занять</p>	<p>Уміння організаційно і методично систематизувати проведення практичних занять Педагогічний контроль техніки виконання ігрового елемента</p>

Примітка: Дана програма спрямована на вдосконалення існуючої програми зі спортивних ігор на факультетах фізичного виховання та є її додатком.

Список використаної літератури

1. Вильчковский Э. С. Физическое воспитание дошкольников в семье / Э. С. Вильчковский. – К.: Радянська школа, 1987. – 128 с.
2. Ермаков С. С. Обучение технике ударных движений в спортивных играх на основе их компьютерных моделей и новых тренажерных устройств: дис. ...доктора пед. наук: спец. 24.00.01. / Ермаков Сергей Сидорович. – Харьков, 1997. – 401 с.
3. Лапутин А. Н. Биомеханика физических упражнений / А. Н. Лапутин, В. Е. Хапко. – К.: Радянська школа, 1986. – 133 с.
4. Лесгафт П. Ф. Вибрані педагогічні твори / сост. І. М. Решетень. - М., 1990.
5. Носко М. О. Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом: дис. ... д-ра пед. наук: спец. 13.00.09 / Носко Микола Олексійович. – К., 2003. – 430 с.
6. Пліско В. І. Удосконалення спеціальної фізичної підготовки на основі раціонального розподілу дидактичних принципів навчання / В. І. Пліско // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2008. – Вип. 54. – С. 194–198.
7. Ушинський К. Д. Педагогічні статті: твори: в 6 т. / К. Д. Ушинський. – К.: Радянська школа, 1954. – Т. 1. – 1954. - 520 с.
8. Шиян Б. М. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: навч. посіб. / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша. – Харків: ОВС, 2005. – 208 с.

Стаття надійшла до редакції 31.03.2013

О. О. Бойко. Совершенствование учебной программы подготовки будущего учителя физической культуры на занятиях по спортивным играм.

В статье представлена и обоснована авторская программа подготовки будущего учителя физической культуры, которая включает перечень тематик за технологическим процессом последовательного приобретения знаний и формирования навыков, учитывая нормы физической нагрузки с акцентированием на физиологические, биодинамические и психологические показатели. Значительное внимание уделяется использованию аксиологического, личностно-деятельного, дифференцированного подходов к обучению. Предоставлены способы, приемы поощрения и развития интереса к занятиям спортивными играми.

Ключевые слова: программа, учитель физической культуры, спортивные игры, двигательные навыки.

O. Boyko. Improving the Sporting Games Vocational Course of Future Physical Education Teachers.

Efficient motion activity which can be organized for children and teenagers at Physical Education classes is vital for health care and health improvement. This activity is aimed at proper movement skills formation, mastering of the basic principles of physical abilities improvement, and educating the need for their implementation not only at PE classes, but in everyday life as well.

To reach the aim mentioned above, PE classes should not only teach children certain exercises and sports movement techniques, but should also intend to improve children's functional state, their physical training, and thus, should have health improving character.

The leading role and main responsibility to make PE classes meet these demands belong to PE teacher. Specifically, they depend on the quality of PE teacher's vocational training. The principal attention is paid to obtaining of sports games movement skills, as sports games take up the half of the curriculum and attract most of students to the PE classes.

However, methodological support, which would take into consideration all the mentioned demands, is yet to be provided.

This article substantiates and presents the author's programme of future PE teacher training, which includes the topical list for technological process of consequent knowledge obtaining and skills formation, taking into the account the physical exercise requirements with the emphasis on physiological, biodynamical and psychological indices. The author focuses considerable attention on the use of axiological, learner-oriented, differentiated approaches. The methods and techniques of encouraging and developing of the interest to sports games classes are provided.

Keywords: curriculum, PE teachers, sports games, movement skills.