

Наталя КОРОЛЬОВА,

старший викладач кафедри фізичного виховання
Української інженерно-педагогічної академії

**ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ
САМОМОНІТОРИНГУ ПРИ НАВЧАННІ СТУДЕНТІВ ДИСЦИПЛІНИ
«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»**

У статті висвітлено причини недостатньої фізичної підготовленості молоді в Україні, виявлено фактори підвищення ролі фізичного виховання та спорту у сучасному житті. Надано характеристику методики та особливостей використання «портфель-технології» при навчанні студентів дисципліни «Фізичне виховання». Представлено результати дослідження навчання студентів фізичної культури у вищому навчальному закладі з використанням «портфель-технології».

Ключові слова: навчання студентів, педагогічні технології, само моніторинг, «портфель-технології», фізичне виховання.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Проблема вдосконалення фізичної підготовленості, здоров'я студентської молоді залишається найважливішою державною проблемою в Україні. Кожен освітній заклад покликаний сприяти нормальному розвитку учнів та студентів і охороні їх здоров'я, про що чітко заявлено в Законі України «Про освіту» [2].

У сучасному навчальному закладі фізичне виховання дозволяє різнобічно впливати на особистість. Разом з тим, соціально значущі результати фізичного виховання досягаються в даний час лише частково. Все це свідчить про проблему фізичної підготовленості студентів сучасного суспільства.

Недостатня освіченість пов'язана з недостатньо сформованою культурою особистості в області фізичного виховання, внаслідок відсутності цілісної системи фізичного виховання особистості починаючи з народження й закінчуючи ВНЗ, й виробництвом. Відсутність інтересу у значній частині студентів до фізичної культури у школі обумовлене також невисоким професіоналізмом викладачів, що ведуть предмет «Фізична культура» [1]. Усе це вимагає зміни підходів до навчання з предметів фізичної культури й спорту,

пошуку нових технологій, що зацікавлять в першу чергу самих студентів, задіють механізми самоаналізу та самоконтролю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останніми роками проведено такі дослідження: з проблем підтримки професійної працездатності і збереження здоров'я майбутніх авіаційних фахівців, методик навчання курсантів цивільної авіації (Р. Макаров) з теоретико-методичного забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах (В. Білокур), з визначення організаційно-педагогічних засад системи фізичного виховання студентської молоді (А. Домашенко), з професійно-прикладних основ формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів (Н. Завидівська).

На основі аналізу сучасної науково-методичної літератури встановлено, що значна частина досліджень присвячена вивченню фізичного стану студентів як однієї з умов їх фахової підготовки (О. Дубогай, Р. Поташнюк, О. Дрозд, О. Малімон), запобіганню негативного впливу екологічних і економічних умов на здоров'я та фізичний стан студентів (Т. Круцевич, М. Курочкіна), формуванню потреби в студентській молоді до систематичних занять фізичними вправами протягом усього життя (М. Віленський, Г. Іванова).

Водночас, незважаючи на наявність досліджень науковців аспектів фізичного виховання студентської молоді, відсутні комплексні дослідження з врахуванням сучасних вимог щодо напрямків теоретико-методичного забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Першочергового розв'язання, на нашу думку, вимагають такі суперечності фізичної підготовки майбутніх фахівців: між вимогами професії до підготовленості майбутнього фахівця та реальним рівнем його підготовленості до виконання професійних завдань; між вимогами до фізичних якостей, що необхідні майбутньому фахівцю, та ефективністю їх формування у процесі підготовки у ВНЗ; між досягненнями науки й ступенем їх застосування у навчальному процесі ВНЗ; між необхідністю підтримання високої працездатності майбутнього фахівця протягом усієї кар'єри та відносною застарілістю форм і методів навчання у ВНЗ.

Метою статті є визначення причин недостатньої фізичної підготовленості молоді в Україні, виявлення факторів підвищення ролі фізичного виховання та спорту у сучасному житті, характеристика мети, методики та особливостей використання «портфель-технології» при навчанні студентів дисципліні «Фізичне виховання».

Виклад основного матеріалу дослідження. Роль фізичного виховання та спорту сьогодні дуже важлива для майбутніх фахівців. Це обумовлено такими факторами: поєднання якісних характеристик праці, мистецтва, культури, фаху; величезний запас документальних життєвих ситуацій та біографії конкретних людей, котрі являють собою приклади переможного протиставлення сили духа спільної могутності суперників роковому збігу обставин, трагічним подіям; відповідає глибинним потребам людини в різноманітних формах психологічної ідентифікації (від героїчної до національної) [1].

Фізична підготовленість молоді в Україні сьогодні далека від досконалості, що зумовлено низкою причин [3]:

недостатня інформаційно-просвітницька робота для залучення дітей та підлітків до спортивних секцій, коштовність їх відвідування;

низька увага соціальних інститутів та держави до створення сучасних програм підтримки молоді та молодих сімей, формування звичок здорового способу життя;

обмежений обсяг занять з фізичного виховання за навчальним планом у школах та ВНЗ;

низька можливість використання сучасних спортивних тренажерів під час навчальних занять через низьку платоспроможність українських родин;

недостатня увага суспільства до впровадження нових технологій оздоровлення населення.

При традиційній освіті роль педагога при передачі знань носить класичний, предметно-технократичний характер. Інноваційна освіта ж є особистісно- і суспільно орієнтованим напрямком, що забезпечує творчий, продуктивний характер навчальної діяльності. Зміст такого навчання

забезпечує гуманізований характер з інтегруванням нових і традиційних навчальних предметів. Педагог виконує функцію не тільки організатора, керівника, але й співучасника навчального процесу, коли навчання побудовано як діалог студентів з реальністю. Тому, у процесі навчання студентів, на нашу думку, особливого значення набуває формування в них знань та набуття досвіду самомоніторингу.

Мета само моніторингу – виявлення й контроль, оцінювання власних успіхів у фізичному вихованні та спорті, вироблення навичок та звичок використання фізичних вправ у професійній діяльності [4].

Студентський вік – це час активного суспільного буття людини. Тому ми пропонуємо таку форму самомоніторингу, як «портфель-технологія», що враховує: основні психічні новоутворення, що властиві віку студентів; фізіологічні особливості студентів; наявність стійких періодів формування фізичних якостей.

«Портфель-технологія» – це організований та зібраний масив інформації про фізичну активність студента, що показує його прогрес в досягненні поставленої мети. Студент за власним вибором відбирає в свій «портфель» роботи, виконані ним на заняттях з фізичної культури, дома або на позакласних заняттях (кількість виконаних вправ, читання спортивної літератури, відвідування оздоровчих заходів і спортивних секцій тощо.).

«Портфель-технологія» враховує також індивідуально-особистісні особливості студентів, звертаючись до особистісно-орієнтованого підходу, який передбачає гуманістичний погляд на особистість. Ставлення до студента тут носить гуманний і демократичний характер.

Гуманне ставлення до студентів включає: педагогічну любов і віру, терпимість до недоліків, відсутність прямого примусу, пріоритет позитивного стимулювання. Демократизація відносин визначає стиль взаємин педагога та студента: не забороняти, а переконувати; не командувати, а направляти; не обмежувати, а надавати свободу вибору. Основним змістом нових відносин повинні стати: захопленість і бажання студентів займатися фізичною

культурою і спортом, які досягаються цікавим викладанням і постійними, нехай навіть незначними успіхами; ставка педагога на самостійність студента, формування і розвиток його активності під його керівництвом; формування позитивної Я-концепції.

Мета особистісно-орієнтованого підходу – знайти, підтримати, розвинути людину в людині, закласти в ньому механізми самореалізації, саморозвитку, самоаналізу. Особливість такого підходу – визнання самого студента як цінності, як носія суб'єктивного досвіду, через призму якого він сприймає будь-які педагогічні впливи. Студент може брати участь у визначенні своїх цілей в такій мірі, в якій передбачається становлення його особистості.

«Портфель-технологія» – це приписи алгоритмічного типу, виконання яких свідчить про успішність педагогічного впливу викладача.

Основними принципами побудови «портфель-технології» є:

- 1) самооцінка результатів (проміжних, підсумкових);
- 2) систематичність і регулярність самомоніторингу;
- 3) структуризація матеріалів «портфель-технології», логічність письмових пояснень;
- 4) акуратність і естетичність оформлення;
- 5) цілісність і тематична завершеність представлених дитиною матеріалів «портфель-технології»;
- 6) наочність і обґрунтованість презентації «портфель-технології» студента.

«Портфель-технологія» включає в себе навчальний матеріал, що складається з обов'язкової і варіативної частин. При цьому варіативна частина формується виходячи з інтересів у ході спільного обговорення з викладачем. Наприклад, «портфель-технологія» може включати в себе:

1. «Лист бажань», тобто сформульовані побажання самозмін. «Лист бажання» складається з розділів: «Який я є», «Яким я повинен бути», «Яким я хочу бути», «Яким я став».

2. Перелік фізкультурної діяльності.

3. Аналіз роботи за певний період часу.

4. Результати тестів на визначення рівня фізичної підготовленості, володіння руховими вміннями та навичками, теоретичних знань з предмета «Фізична культура».

5. Кращі результати студента.

Форми оцінки успішності реалізації «портфель-технології» кожен студент визначає для себе сам. Це може бути: публічна презентація, зібрання, кураторська година; виставка «портфелів» на стенді кафедри.

Застосування «портфель-технології» у фізичному вихованні студентів дозволяє визначити рівень фізичної підготовленості студента; оцінити рівень володіння руховими вміннями, навичками, теоретичних знань з предмета; визначити переважну мотивацію і рівень рефлексії; виявити проблеми у формуванні самооцінки.

Цілі складання «портфеля» для студента: вироблення позитивної мотивації до предмета «Фізична культура»; розвиток самоаналізу і самооцінки досягнень, формування звичок занять фізичною культурою.

Для оцінки ефективності застосування «портфель-технології» у фізичному вихованні студентів проводився педагогічний експеримент з другим курсом УПА. У ньому взяли участь 84 студента другого курсу двох факультетів. Були визначені дві групи: контрольна та експериментальна. Навчання експериментальної групи (ЕГ) здійснювалося з використанням «портфель-технології»; студенти контрольної групи (КГ) займалися за програмою, передбаченою освітніми стандартами.

Обробка вихідних даних експерименту не виявила видимих відмінностей в рівні фізичної підготовленості студентів двох груп. Також результати теоретичної підготовки такі: 33% студентів ЕГ і 32% КГ не впоралися із запропонованими їм питаннями.

Перед проведенням експерименту в ЕГ, зі студентами було проведено анкетування з метою виявлення їх ставлення до самостійних занять фізичною культурою, оскільки застосування «портфель-технології» передбачає великий обсяг самостійної роботи. Результати анкетування показали, що в цілому студенти позитивно ставляться до предмету, але мотивація до самостійних

занять виявилася невисокою. Тому на протязі двох місяців з студентами ЕГ були проведений курс з оволодіння методикою застосування «портфель-технології», що був проведений у позанавчальний час та складався з 10 годин теоретичних занять та одного практичного заняття (2 години) з ведення журналу самоспостережень. Окрім того, під час викладання дисципліни «Фізичне виховання» в ЕГ акцентувалася увага студентів на необхідності самоспостереження, самоаналізу своїх досягнень, самомоніторингу успішності занять фізичною культурою.

За підсумками такої роботи 78% студентів відповіли на питання анкети, які дозволили зробити висновок, що вони стали більше цікавитися й розбиратися в особливостях впливу фізичних вправ на організм, в позитивній ролі пізнання своїх можливостей (72%), успішно будувати власну траєкторію фізичного розвитку (70%), усвідомлювати свої успіхи та корегувати самостійні заняття (68%), у подальшому планувати саморозвиток (66%).

Висновки та перспективи подальших досліджень. У результаті проведеного дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Фізичне виховання та спорт сьогодні відіграють важливу роль в становленні особистості студентів при навчанні у ВНЗ.

2. Метод самомоніторингу має ряд переваг з рефлексії успішності, самоаналізу, які необхідно використовувати у підготовці студентів ВНЗ інженерно-педагогічного профілю.

3. Розглянуто педагогічні особливості використання самомоніторингу під час викладання дисципліни «Фізичне виховання».

В подальшому планується провести аналіз та корегування програм самомоніторингу фізичного розвитку студентів.

Список використаної літератури

1. Доровских Т. В. Направления совершенствования физического воспитания студентов / Доровских Т.В. // Проблемы фізичного виховання студентів: Матеріали Всеукр. наук.-метод. конф., що присвячена 85-річчю заснування Дніпропетровського національного університету. – Дніпропетровськ, 2003. – С. 115–116.

2. Закон України «Про освіту». Режим доступу з екрану: https://urist-ua.net/закони/про_освіту/

3. Захаріна Є. А. Організація процесу фізичного виховання у вищому навчальному закладі / Захаріна Є. А. // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2009. – Вип. 7. – Т. 2. – С. 431–434.

4. Харитоновна Ю. Самомониторинг учащихся как средство совершенствования физического воспитания школьников / Харитоновна Ю. // Спорт и школа. – М. – №14 (369) 2015. – 44 с.

Королёва Н. Педагогические особенности применения самомониторинга при обучении студентов дисциплине «Физическое воспитание»

В статье освещены причины недостаточной физической подготовленности молодежи в Украине, выявлены факторы повышения роли физического воспитания и спорта в современной жизни. Охарактеризованы методики и особенности использования «портфель-технологии» при обучении студентов дисциплине «Физическое воспитание». Представлены результаты исследования обучения студентов физической культуры в высшем учебном заведении с использованием «портфель-технологии».

Ключевые слова: обучение студентов, самомониторинг, педагогические технологии, «портфель-технологии», физическое воспитание.

Korolova N. Application pedagogical features self-monitoring in teaching students discipline «Physical education»

The article outlines the reasons for the lack of physical fitness of young people in Ukraine, found ways to increase the role of physical education and sport in modern life. The characteristic objectives, methods, principles and features of the use of «portfolio of technologies» in teaching students discipline «Physical Education».

Self-monitoring purpose of identification and monitoring, evaluating their progress in physical education and sport, to develop skills and habits using exercise professional activities.

«The portfolio of technology» is organized and assembled array of information about physical activity student showing its progress in achieving this goal. The student selects their choice in their «portfolio» of work performed by them in the classroom for physical education, home or extracurricular classes (number of completed exercises, reading sports literature, visits to recreational activities and sports clubs, etc.).

«The portfolio of technology» takes into account individual personal characteristics of students turning to person-centered approach, which provides a humanistic view of the individual.

The purpose-centered approach to find, maintain, develop human in man lay there mechanisms of self, self-introspection. The peculiarity of this approach is the recognition of the student as a value, as a carrier of subjective experience, in the light of what he perceives any educational impact. Students can participate in defining their goals to an extent which stipulates the formation of his personality.

«The portfolio of technology» is a prescription algorithmic type, the implementation of which indicates the success of pedagogical influence teacher.

«The portfolio of technology» includes educational material consists of obligatory and variable parts. This Variable portion formed in the interests of a joint discussion with the teacher.

The use of «portfolio of technologies» in physical education students to determine the student's level of physical fitness; assess the level of motor abilities, skills, theoretical knowledge on the subject; determine the predominant motivation and level of reflection; identify problems in the formation of self-esteem.

Objectives assembly «portfolio» for students: develop positive motivation to the subject «physical culture»; development of self-awareness and self-achievement, the formation of habits of physical training.

To assess the effectiveness of the «The portfolio of technology» in physical education teaching students conducted an experiment with a second course.

Keywords: *student learning, educational technology, self monitoring, «the portfolio of technology», physical education.*