

УДК 796.011.3

Голубева О.Т., старший викладач
Стахів М.М., старший викладач
Василів О.В., старший викладач

*Львівський національний університет ветеринарної медицини
та біотехнологій імені С.З.Гжицького*

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ УДОСКОНАЛЕННЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ

Побудова нової концепції повинна спиратися на об'єктивні тенденції розвитку ФК і спорту. В умовах переходу до ринкових відносин допоможе органам управління у формуванні активної державної політики в цій галузі, розробці комплексу антикризових заходів, що сприятимуть реконструкції, адаптації та життєздатності системи ФК і спорту в новій соціально-економічній ситуації. Важливим фактором оптимізації навчального процесу є запровадження в вузах модульно-рейтингової системи контролю рівня фізичної підготовки студентів.

Ключові слова: *концепція, тенденції, оптимізація, модульно-рейтингова система, навчально-виховний процес, державні тести, нормативні вимоги.*

Вступ. Перед нами поставлено надзвичайно складне завдання – викласти напрямки фізичного виховання у ВНЗ. Складність завдання полягає у відсутності як загальнодержавної концепції ФК і спорту, так і концепції фізичного виховання студентів. Адже в сучасних умовах розбудови держави ФК покликана відігравати важливу роль, оскільки визнана складовою частиною загальнонародської культури як один із важливих факторів національного прогресу, як життєвий ресурс держави, поліпшення якого повинно стати головним напрямком соціальної політики України. На сучасному етапі ФК і спорт опинилися в надзвичайно складних умовах, обумовлених розпадом адміністративно-командної системи управління необхідністю формування ринкового суспільства.

Матеріал і методи.

Педагогічно-порівняльний експеримент.

Побудова нової концепції повинна спиратися на об'єктивні тенденції розвитку ФК і спорту. В умовах переходу до ринкових відносин допоможе органам управління у формуванні активної державної політики в цій галузі, розробці комплексу антикризових заходів, що сприятимуть реконструкції, адаптації та життєздатності системи ФК і спорту в новій соціально-економічній ситуації.

В сутності нової концепції державної фізкультурно-спортивної політики має бути перехід:

- від формальної погоні за масовістю до рекреаційно-оздоровчого і профілактичного ефекту, утвердженню здорового способу життя;

від командно-адміністративної до демократичної системи управління ФК і спортом, побудованої на природних потребах людей у фізичному загартуванні;

- від жорстко впроваджуваних фізкультурно-спортивних нормативів і комплексів до активної і диференційованої оцінки впливу ФК і спорту на працю, освіту та виховання людей, їх морально-етичний і світоглядний рівень розвитку;

- від ідеологізації та політизації ФК і спорту до нормальних спортивних стосунків і зв'язків, що побудовані на розумінні загальнолюдського характеру фізкультурно-спортивних цінностей.

Тільки в такий спосіб можна виховувати у населення України спортивний менталітет, соціальну орієнтацію на оздоровлення та гідний спосіб життя за допомогою фізкультурно-спортивних вправ і занять.

В фізичному вихованні в вузах традиційно увага приділяється підвищенню рівня загально-фізичної та спортивно-технічної підготовки студентів. Виховання потреби в фізичному самовдосконаленні, самозбагаченні особистості при допомозі фізкультурно-спортивної діяльності на практиці найчастіше здійснюється стихійно або зовсім ігнорується.

Навчальні заняття з фізичного виховання повинні вирішувати формування фізкультурної освіти і виховання особистості студента. Зрозуміло, що це вимагає збільшення об'єму занять з теорії і методики фізичної культури з обов'язковою задачею заліку.

Традиційно процес фізичного виховання в вузах починається з психолого-педагогічного вивчення студентів, які поступили до навчального закладу. Визначається рівень їх здоров'я і фізичної підготовленості, виявляються їх фізкультурно-спортивні інтереси, відношення до фізичного виховання та інші. Але в навчально-виховному процесі виникають бар'єри. Головним чином це не обґрунтовані залікові вимоги, непосильні фізичні навантаження та інші. Підвищенню ефективності навчальних занять сприяють нескладні тести, що характеризують фізичні якості (силу, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність). Одержані результати необхідно пов'язувати зі специфікою навчального матеріалу, активністю студентів під час занять та інші.

Контрольні і залікові нормативи в кожній навчальній програмі розраховані на середньо підготовленого студента. Тому слабо підготовленому студенту не під силу виконати нормативи. Яскравим прикладом подібного явища є і нормативні вимоги з державних тестів. Деякі з них настільки завищені, що навіть кваліфікованим спортсменам не вдається виконати їх на «відмінно». Це означає, що вони не пройшли необхідної експертизи і науково-практичного обґрунтування.

Виходячи із згаданого, найкращим варіантом залишається здійснення індивідуального підходу до кожного студента, що повністю узгоджується з його станом здоров'я, рівнем фізичної підготовки та інше.

Контрольні нормативи, передбачені вимогами навчальної програми, слід вважати тільки як вихідний показник, а в подальшому планувати яких

результатів студент повинен досягти на кожному курсі навчання з врахуванням стану і рівня його фізичної підготовки, тобто за основу брати не передбачені таблицею нормативних вимог показників викладених в навчальній програмі, а враховувати дійсний стан підготовленості кожного студента. Поступ, досягнутий у виконанні контрольних і залікових нормативів і вимог брати за дійсну оцінку. Але все це слід обумовити обов'язковим виконанням студентом одержаних на заняттях завдань, спрямованих на підвищення рівня розвитку основних рухових якостей. При організації занять з фізичного виховання розвитку фізичних якостей студентів завжди приділялася значна увага. Щоб успішно реалізувати навчальні програми по розвитку фізичних якостей, краще формувати навчальні групи за принципом, в основу якого покладені вихідні показники фізичної підготовленості. Для цього визначаються характеристики фізичного розвитку студентів з оптимальним співвідношенням визначальних рівнів основних фізичних якостей. Вони і мають стати основою для формування навчальних груп. Навчальний процес розподіляється на етапи, в кожному із яких і приводиться робота по одній із відстаючих якостей на протязі 6-8 тижнів.

При використанні індивідуально-диференційованого методу навчальні групи комплектуються так, що під час виконання загальних завдань вони паралельно одержують завдання і для виконання допоміжних вправ, тобто студентів розподіляють на відділення в залежності від рівня розвитку фізичних якостей. Методика організації та комплектування груп за рівнем вихідного фізичного розвитку дозволяє враховувати індивідуальні особливості студентів, дає можливість здійснити диференційований підхід, допомагає визначити послідовність впливу вправ на розвиток відстаючих якостей, скоротити час підготовки до здачі контрольних, залікових нормативів та державних тестів. Крім того, підвищується інтенсивність і щільність занять, що позитивно впливає на показники фізичної підготовленості.

Важливим фактором оптимізації навчального процесу є запровадження в вузах модульно-рейтингової системи контролю рівня фізичної підготовки студентів. Перевагою цього методу є об'єктивізація контролю навчальних досягнень студентів, оскільки тут існують єдині принципи систем оцінок, відкритість самого процесу оцінювання рівня фізичної підготовки студентів.

В порівнянні з традиційним оцінюванням, яке студентів поділяє на «відмінників», «хорошистів», тих, що здають на «задовільно» і не встигаючих, рейтинг розставляє за місцями студентів в кожній навчальній групі, на курсі, факультеті і т.д., тобто тут можливо загалом визначати місця всіх від першого до останнього.

Система рейтингового контролю стимулює студента на систематичну самостійну роботу, активізує його фізичні здібності. Підвищується зацікавленість в результатах своєї праці на заняттях існує здорова конкуренція між студентами у навчанні.

Широкі можливості в підвищенні ефективності навчального процесу з фізичного виховання заложені в використанні комп'ютерної техніки. Такий підхід здатний вирішувати питання індивідуалізації фізичних навантажень за

допомогою розробки відповідних програм спрямованих на розвиток основних рухових якостей студентів.

За допомогою відповідних комп'ютерних програм спеціальними вправами можна ефективно впливати на зміцнення м'язів глобально, регіонально і навіть локально.

Навчальні програми для вузів передбачають і проведення на старших курсах професійно-прикладної фізичної підготовки студентів. Зараз на більшості кафедр цей навчальний процес викладачі проводять недостатньо якісно. Оскільки викладачі ґрунтовно не обізнані з особливостями рухових дій представників професій для яких готує спеціалістів вуз, інтенсивність, тривалість виконання рухів і дій, поз і положення, в яких на протязі робочого дня знаходиться спеціаліст (хірург, дантист, програміст, ветеринарний лікар, технолог та інші). Тільки при наявності таких даних можна правильно скласти комплекси вправ і планувати в динаміці їх вплив на організм спеціалістів.

Висновки. Вважаємо, що згадані напрямки є найбільш перспективними в роботі по вдосконаленню фізичного виховання студентів в вузах.

Література

1. Коник Г.А., Темченко В.А., Усова Т.Е. Учебные занятия по видам спорта как средство формирования мотивации к здоровому образу жизни у студентов в учебном заведении. /Физическое воспитание студентов творческих специальностей – 2006. №4. с.108-114.
2. Закон України про ФКиС.
3. Базова навчальна програма з фізичного виховання для вищих закладів освіти III-IV рівня акредитації підготовлена ініціативною групою вчених на замовлення Міністерства освіти України.

Summary

The construction of new conception should be based on the objective tendency of the development of physical culture and sport. This conception will help the management organs in the formation of active state policy in this branch in the difficult circumstances of entering of the market relations. It help in the working out of complex of activities concerning reconstruction, adaptation and living strength of the system of physical culture and sport in new social-economical situation. New module-rating system is a very important factor of optimization of the educational process as the contrail system of the level of physical training of students.

Стаття надійшла до редакції 20.03.2010