

Deklaracja.
Specyfika i zawartość merytoryczna czasopisma nie ulega zmianie.
Zgodnie z informacją MNIŚW z dnia 2 czerwca 2014 r., że w roku 2014 nie będzie przeprowadzana ocena czasopism naukowych; czasopismo o zmienionym tytule otrzymuje tyle samo punktów co na wykazie czasopism naukowych z dnia 31 grudnia 2014 r.
The journal has had 5 points in Ministry of Science and Higher Education of Poland parametric evaluation. Part B item 1089. (31.12.2014).
© The Author (s) 2015;
This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland and Radom University in Radom, Poland
Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.
This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.
The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.
Received: 10.11.2015. Revised 15.12.2015. Accepted: 17.12.2015.

УДК 37.037

Методика модульного навчання фізичної культури студентської молоді

The methodology of module teaching of physical culture of students

Metody nauczania modułowego wychowania fizycznego studentów

Volodymyr Fajdevych

Володимир Файдевич

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Lesya Ukrainka Eastern European National University (Lutsk)

Анотації

Однією із ключових проблем є зміна пояснювально-ілюстративного та репродуктивного видів навчання на інтенсивні технології. Така ситуація спонукає до пошуку нових, особистісно-зорієнтованих методик навчання фізичної культури студентів. Серед них центральне місце займає модульна система навчання. Основними положеннями, на яких побудована методика роботи за новою моделлю, є індивідуалізація засобів і методів навчання, підвищення обсягів та інтенсивності навчальних занять, акцентований розвиток рухових якостей і на їх основі – рухових умінь, навичок, інтересу до занять та, як наслідок, підвищення результативності педагогічного процесу. Методика модульного навчання передбачає мету, завдання, принципи, засоби навчання (фізичні вправи, ігри, гігієнічні фактори, оздоровчі сили природи) навчання, методи навчання (чітко-регламентований, частково-регламентований, ігровий, змагальний, методи слова, наочні методи), форми навчання (навчальні заняття, ранкова гігієнічна гімнастика, самостійні заняття), результати навчальної діяльності, педагогічний контроль і корекцію навчального процесу.

Ключові слова: студенти, модульне навчання, фізичне виховання, індивідуалізація.

One of the key problems is change of explanatory-illustrative and reproductive kinds of studying with the intensive technologies. Such situation leads to searching of new, personally oriented methodologies of teaching of physical culture to students. The main principles, on which the methodology of work is built according to the new model, is individualization of means and methods of studying, increasing the amount and intensity of educational classes aimed at development of motor qualities and on their basis increasing of motor abilities, skills, interest to classes and, as a result, increasing of the effectiveness of the pedagogical process. Methodology of the module teaching foresees aim, objectives, principles, means of teaching (physical exercises, games, hygienic factors, recreational power of nature), teaching methods (precisely regulated, partially regulated, playing, competitive, verbal methods, visual methods), forms of studying (educational classes, morning hygienic gymnastics, individual trainings), results of educational activity, pedagogical control and correction of educational process.

Key words: students, module teaching, physical education, individualization.

Jednym z głównych problemów jest zmiana objaśniającego-ilustracyjnego i reprodukcyjnego typów edukacji na technologie intensywne. Sytuacja ta prowadzi do wyszukiwania nowych, indywidualnie zorientowanych metodyk nauczania kultury fizycznej studentów. Wśród nich centralne znaczenie ma modułowy system nauczania. Podstawowe zasady, na które opiera się metoda roboty według nowego modelu, jest indywidualizacja instrumentów i metod szkoleniowych, podniesienie objętości a intensywności zajęć, zaakcentowany rozwój zdolności motorycznych i na ich podstawie — zdolności, umiejętności motorycznych, zainteresowania do nauczania, i jako rezultat, zwiększenie skuteczności procesu edukacyjnego. Metodyka nauczania modułowego przewiduje cele, zadania, zasady, narzędzia edukacyjne (ćwiczenia fizyczne, gry, czynniki higieniczne, zdrowotne siły przyrody), metody nauczania (wyraźnie uregulowany, częściowo regulowany, zabawowy, rywalizujący, metody werbalne, metody wizualne), formy nauczania (sesje szkoleniowe, poranna gimnastyka higieniczna, zajęcia indywidualne), wyniki działalności edukacyjnej, kontrolę pedagogiczną a korygowanie procesu edukacyjnego.

Слова ключове: студенти, навчання модульове, виховання фізичне, індивідуалізація.

Вступ. Сучасні умови суспільного життя в Україні вимагають реформування всіх сторін життєдіяльності людини, зміни її світогляду, свідомості, ставлення до явищ суспільного життя. Попередній державний устрій формував людину нездатну до активного творчого способу життя, самостійного прийняття рішень, пошуку нових підходів до змісту, форм і методів практичної діяльності. Все це стосувалося і фізичної культури.

Окрім цього, за численними науковими даними [7; 11; 13], останнім часом простежується стійке погіршення стану здоров'я населення й, зокрема, студентської молоді. На цьому фоні у суспільстві різко знизився інтерес до занять фізичними вправами і одночасно продовжує зростати рівень захворювань опорно-рухового апарату, серцево-судинної системи молоді. Іншими словами система фізичного виховання молоді, вступивши в протиріччя з реальними потребами оновленого суспільства, породила кризові явища.

Зважаючи на обов'язковість занять фізичною культурою у всіх вищих навчальних закладах (Закон України “Про фізичну культуру і спорт” (стаття 12) та неабиякі проблеми щодо збереження здоров'я молоді у загальноукраїнському масштабі [1; 4; 8; 13], однією із ключових проблем є зміна пояснювально-ілюстративного та репродуктивного видів навчання на інтенсивні технології. Серед них центральне місце займає модульна система навчання.

Завдання дослідження – теоретично обґрунтувати методику модульного навчання фізичної культури студентів вищих навчальних закладів.

Результати дослідження. Основними положеннями, на яких побудована методика роботи за новою моделлю, є індивідуалізація засобів і методів навчання, підвищення обсягів та інтенсивності навчальних занять, акцентований розвиток рухових якостей і на їх основі – рухових умінь, навичок, інтересу до занять та, як наслідок, підвищення результативності педагогічного процесу [6; 12] (рис. 1).

У нашій моделі усунута зайва деталізація, що розкриває простір для творчості викладача.

У ході експерименту значно зросла роль комплексного підходу до розв'язання основних завдань. Мається на увазі, що в кожному моменті заняття викладач зобов'язаний у комплексі навчати, розвивати й виховувати студентів.

Для комплексного розвитку рухових якостей і підвищення функціональних можливостей організму нами ефективно використовувався метод “колового тренування”. Як правило, він застосовувався тоді, коли студенти опановували рухи, включені в число визначених для виконання.

У розв'язанні завдань щодо посилення фізичної підготовленості студентів найважливіше значення має постійний розвиток їхніх фізичних якостей на основі сенситивних періодів [2; 10; 13].

Ні одне заняття не повинно проходити без укріплення в нього спеціальних вправ, що сприяють розвитку швидкості, сили, витривалості, координації, гнучкості та ін.

Застосування в повсякденній роботі доступних вправ має стати обов'язковою умовою як у прямому призначенні, так і в напрямі сприяння кращому оволодінню студентами руховими вміннями та навичками.

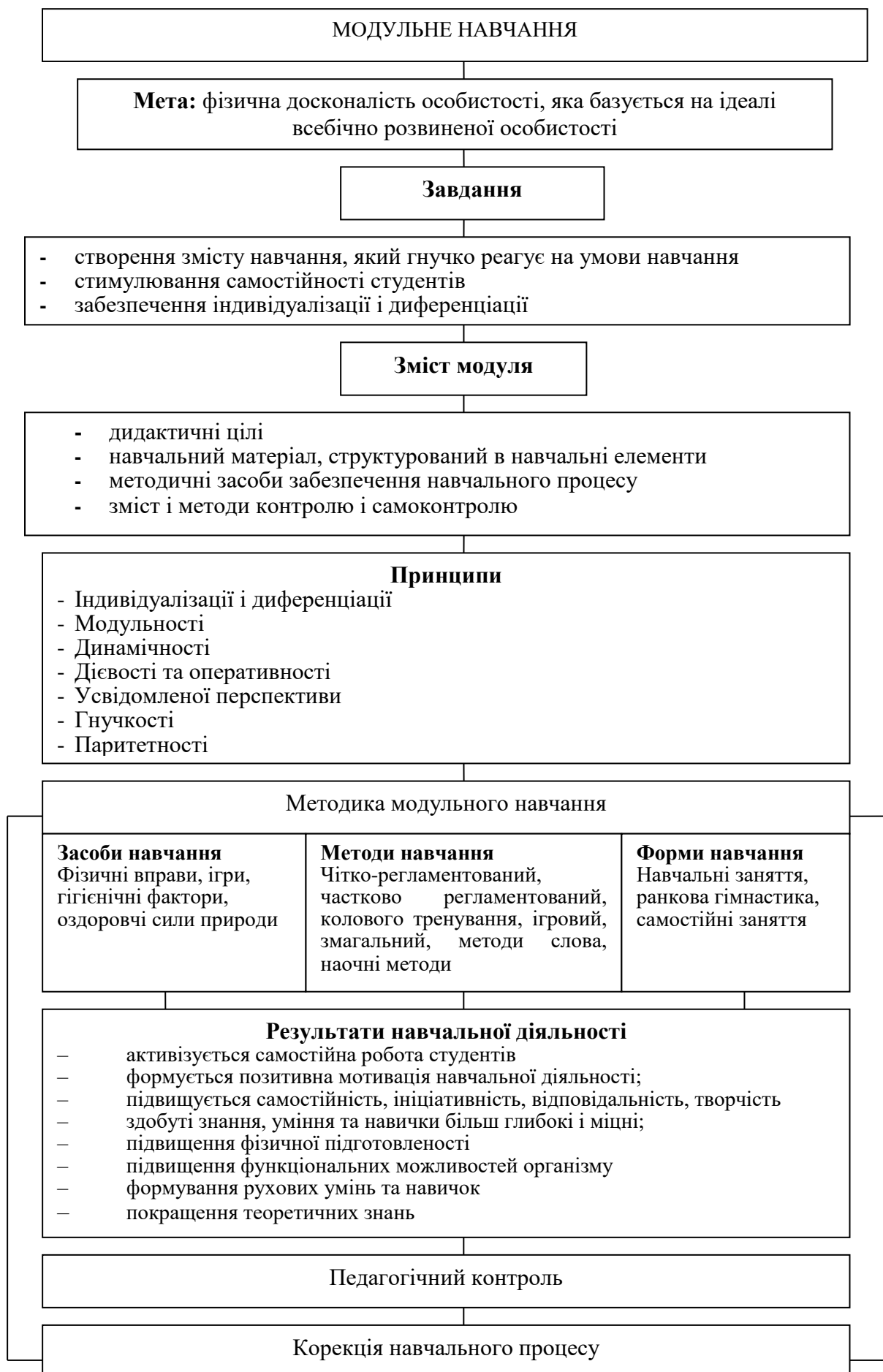


Рис. 1. Структурна схема модульного навчання фізичної культури студентів вищих навчальних закладів

Висока ефективність заняття досягається правильним вибором методичних прийомів. Організацію навчальної діяльності студентів на занятті треба починати з постановки мети, яка повинна бути гранично зрозумілою, чіткою й захоплюючою [3; 6].

Розуміння змісту та значення рухів, що вивчаються, викликає творчу активність студентів, сприяє формуванню в них прагнення до систематичних занять фізичними вправами. Тому викладачу треба частіше використовувати на занятті завдання, які стимулюють самостійність і творчу ініціативу [9; 13]. Наприклад, запропонувати студентам самим вибрати спосіб подолання перешкод, вправи для розвитку сили, рухливості суглобів і т. д. При цьому викладач повинен уважно спостерігати за правильністю виконання студентами окремих вправ і завдань у цілому і тут же виправляти допущені помилки, вносити необхідні корективи.

Однією з найважливіших вимог сучасного заняття фізкультури є комплексний підхід, насамперед, до розвитку рухових (фізичних) якостей. Мається на увазі, що в кожний момент заняття викладач повинен у комплексі навчати, розвивати й виховувати студентів. Наприклад, організовуючи на занятті навчання гри у футбол, волейбол та ін., треба не тільки правильно підібрати вправи, що сприяють засвоєнню техніки й тактичних дій, але й передбачити таку щільність занять, яка б неодмінно сприяла розвитку рухових якостей: сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості та ін. При цьому необхідно так побудувати навчальну діяльність на кожному занятті, щоб вона сприяла формуванню взаємодопомоги й взаємовиручки студентів, привчала їх до колективних дій, розвивала наполегливість, силу волі, тобто сприяла вихованню особистості студента в цілому. Природно, що це повинно здійснюватися за умови дотримання вікових норм навантаження, санітарно-гігієнічних вимог до приміщень, де проходять заняття, тобто щоб кожне заняття було

підпорядковане основній меті фізичного виховання, зміцненню здоров'я студентів. Усе це є неодмінною умовою і в тих випадках, коли постійно на заняттях вирішуються завдання, спрямовані на розвиток конкретних рухових якостей, як єдиної й реальної основи для навчання рухових умінь і навичок та формування мотивації у кожного студента [5; 9; 12].

Отже, на практиці, повинно усе більше утверджуватися принцип випереджаючого розвитку рухових якостей під час розробки змісту навчальної діяльності. При цьому, приділяючи увагу розвитку однієї якості, необхідно постійно пам'ятати про їх комплексний розвиток. Конкретне співвідношення часу на навчання й розвиток рухових якостей має визначатися викладачем з урахуванням змісту досліджуваного матеріалу та рухової підготовленості студентів. Виховання рухових якостей слід планувати систематично, оскільки зниження їх рівня відбувається дуже швидко.

Дискусія. Розглядаючи методика й організацію навчального процесу з фізичної культури слід зазначити можливість оперативності зміни керування навчальною групою протягом одного заняття або циклу (тижневого, місячного, семестру) в цілому, можливість контролювати міри впливу фізичних навантажень на студентів усієї навчальної групи, відповідним чином організовуючи, комплекси фізичних вправ, інтенсивність виконання цих вправ й інтервали відпочинку між ними [6; 9; 12].

Така ситуація спонукає до пошуку нових, особистісно-зорієнтованих методик навчання фізичної культури студентів, у яких були б враховані їх інтереси. Методика модульного навчання є такою, що враховує вище наведені вимоги.

Висновки. Методика модульного навчання повинна передбачати мету, завдання, принципи, засоби навчання (фізичні вправи, ігри, гігієнічні фактори, оздоровчі сили природи) навчання, методи навчання (чітко-

регламентований, частково-регламентований, ігровий, змагальний, методи слова, наочні методи), форми навчання (навчальні заняття, ранкова гігієнічна гімнастика, самостійні заняття), результати навчальної діяльності, педагогічний контроль і корекцію навчального процесу. Також вона повинна будуватися на таких основних положеннях: індивідуалізація засобів і методів навчання, підвищення обсягів та інтенсивності навчальних занять, акцентований розвиток рухових якостей і на їх основі рухових умінь і навичок та інтересу до занять фізичною культурою. У методиці усувається зайва деталізація, що розкриває простір для творчості викладача, зростає роль комплексного розв'язання завдань.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження вбачаємо в удосконаленні модульного навчання фізичної культури студентів вищих навчальних закладів.

Література

1. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я. – К.: Здоров'я, 1990. – 168 с.
2. Бубка С.Н. Формування індивідуальних здібностей у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.07 / Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова. – К., 2001. – 15 с.
3. Виленский М.Я. Педагогические отношения в теории и практике физического воспитания студентов // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 8. – С. 9.
4. Вовк В.М. Социально-педагогические проблемы преемственности средней и высшей школы в условиях непрерывного физического воспитания // Теория и практика физического воспитания. – 1993. – № 9–10. – С. 13–15.
5. Григус И.М. Улучшение физической работоспособности студенток 16–17 лет // Физическое воспитание студентов: научный журнал. – Харьков: ХООНОКУ-ХГАДИ, 2011. – № 1. – С. 51–55.
6. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології: навчальний посібник. – К.: Академвидав, 2004. – 352 с.

7. Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства. – К.: ІЗМН, 1999. – 70 с.
8. Козіброцький С.П. Програмно-нормативні основи фізичного виховання студентів (історико-методологічний аналіз): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. – Л., 2002. – 16 с.
9. Подласый И.П. Педагогика: учебник для студентов высших учебных заведений. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – Кн. 1. – 576 с.
10. Прусик К. Теоретико-методичні аспекти організації фізичного виховання студентів: навчально-методичний посібник / К. Прусик, Н.Є. Михайлова, І.М. Григус. – Рівне: НУВГП, 2013. – 106 с.
11. Савчук С.А. Корекція фізичного стану студентів технічних спеціальностей в процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. і спорту: 24.00.02. – Рівне, 2002. – 18 с.
12. Смолюк В. Конструювання процесу фізичного виховання / Смолюк В., Павленко Я. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк: РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С 245–249.
13. Цьось А.В. Програма самостійних занять фізичними вправами студентів вищих закладів освіти // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк: РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 2. – С. 271-275.
14. Tsos A. The state of physical and psychological components of health in the quality of life of the university students / A. Tsos, A. Homych, O. Sabirov // Człowiek i Zdrowie, Tom VII., Nr. 2. – Państwowa Szkoła Wyższa, Biała Podlaska, 2013. – S. 8–12.