

РОЗДІЛ 2. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ (З ГАЛУЗЕЙ ЗНАНЬ)

ПРОЦЕС ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ЗНАНЬ, УМІНЬ, НАВИЧОК І МОТИВАЦІЇ У ХОДІ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ І СПОРТОМ СТУДЕНТІВ ВИШУ

THE PROCESS OF FORMATION OF PROFESSIONAL KNOWLEDGE, SKILLS, ABILITIES AND MOTIVATION IN THE COURSE OF SELF-STUDIES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS OF UNIVERSITY STUDENTS

Однією із проблем сучасної системи вищої освіти в Україні є пошук новітніх шляхів підготовки висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичного виховання і спорту. У зв'язку з цим адаптація фахівців до нових умов праці вимагає від них глибоких професійних знань, умінь, навичок до співпраці, стійкої мотивації, працездатності, здоров'я, якості при формуванні й оволодінні навчальними програмами.

Заняття з фізичного виховання і спорту у виші є однією з основних форм організації студентів. Самостійна робота студентів – важлива складова частина навчального процесу, в ході якої здійснюється формування знань, умінь і навичок і забезпечується засвоєння студентом прийомів пізнавальної діяльності, інтерес до творчої роботи та здатність вирішувати технічні наукові завдання.

Важливою умовою формування позитивної мотивації є визначення ціннісних орієнтирів студента, вибір на цій основі особистісно-значимого, конкретного, цікавого для студентів навчального матеріалу, який сприяє виробленню в них моральної впевненості у ході самостійних занять фізичним вихованням і спортом.

У процесі експериментальної роботи було доведено, що формуванню професійних знань, умінь, навичок і мотивації до самостійних занять сприяє дотримання таких педагогічних умов, як: формування навчального і позитивного ставлення до занять фізичними вправами; використання спеціальних технічних (тренажерних) засобів у процесі самостійних занять; оволодіння засобом спеціально-оздоровчої направленості; прищеплення знань, умінь і навичок оволодіння методиками та системами оздоровлення.

Отримані результати дають підставу вважати, що теоретичне обґрунтування і практичне втілення в життя основних положень цієї роботи сприятиме удосконаленню фізичного виховання студентів вишу і формуванню в них навичок здорового способу життя.

Ключові слова: професійні знання, мотивація, практична діяльність, самостійні заняття, анкета-інтерв'ю.

One of the problems of the current system of higher education in Ukraine is the development of highly-qualified specialists in the field of physical education and sports. Consequently the adaptation of specialists to new working conditions requires deep professional knowledge, skills and abilities to the cooperation, strong motivation, efficiency, health, and quality in the formation and mastering of educational programs. An important condition for the formation of positive motivation is the determination of student's helpful guidance, the choice of personally significant things on this basis, interesting educational material for students that promotes and deepens the development of moral confidence during self-studies of physical education and sports.

Classes in physical education and sports at the university are one of the main forms of student organization. Independent work of students is one of the most important components of the educational process, during which the formation of knowledge, skills and abilities and further ensures the student's mastery of cognitive techniques, interest in creative work and finally the ability to solve technical scientific problems.

In the process of experimental work it is proved that the formation of professional knowledge, skills, abilities and motivation for self-education contributes to the observance of such pedagogical conditions as: the formation of an active and positive attitude to physical exercises; use of special technical (training) tools in the process of self-study; mastering the means of special health-improving orientation; instilling knowledge, skills and abilities to master the techniques and systems of rehabilitation.

The obtained results give grounds to believe that the theoretical substantiation and practical implementation of the main provisions of this work will contribute to the improvement of physical education of university students and the formation of their healthy lifestyle skills.

Key words: professional studies, motivation, practical activities, self-studies, questionnaire-interview.

УДК 378.016:796.011.3

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/27.11>

Борщов С.М.,

доцент кафедри теоретичних, методичних основ фізичного виховання і реабілітації
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

Іванченко Л.П.,

доцент кафедри теоретичних, методичних основ фізичного виховання і реабілітації
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

Мельник І.М.,

старший викладач кафедри фізичної терапії, фізичного виховання і біології
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Заняття з фізичного виховання і спорту у виші є однією з основних форм організації студентів. Самостійна робота студентів – важлива складова частина навчального процесу, в ході якої здійснюється формування знань, умінь і навичок і забезпечується засвоєння студентом при-

йомів пізнавальної діяльності, інтерес до творчої роботи та здатність вирішувати технічні наукові завдання, про що свідчать науково-методичні роботи В.І. Філінкова, В.Г. Григоренка, Б.М. Шияна, В.І. Мудрик, В.С. Язловецького [7].

Під час виконання самостійної роботи студент повинен вчитися мислити, аналізувати, врахову-

вати умови, ставити завдання, вирішувати проблеми, тобто сам «процес» поступово повинен перетворюватися у творчий. Фахівець, який відтворює цей процес, логічно ставить такі завдання:

- формування розуміння ролі фізичного виховання і спорту в розвитку особистості та підготовки її до професійної діяльності;

- мотиваційного ставлення до фізичного виховання і спорту й установка на здоровий спосіб життя;

- фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами та спортивною діяльністю;

- формування системи знань, умінь і навичок із фізичного виховання та здорового способу життя;

- зміцнення здоров'я, сприяння правильному та всебічному розвитку організму, профілактики захворювань і забезпечення високого рівня фізичного стану та працездатності протягом всього періоду навчання;

- отримання досвіду творчого використання фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності для досягнення особистих і професійних цілей.

У цьому процесі можуть допомогти новітні інформаційні технології. Студент із великим інтересом вирішує поставлені завдання, коли використовує сучасний підхід чи сам програмує рішення.

При теоретичному обґрунтуванні було визначено, що процес формування професійних знань, умінь і навичок у ході самостійних занять фізичними вправами, розвиток позитивної мотивації студентів буде успішним за дотримання сукупності педагогічних умов: формування позитивного ставлення до занять фізичним вихованням і спортом, цілеспрямованого мотивування та стимулювання фізкультурної активності, формування у студентів фізкультурного інтересу, оволодіння знаннями про фізичне виховання та спорт і формування умінь і навичок до самостійних занять фізичними вправами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Теоретичне обґрунтування літературних джерел, засоби, характеристики, аналіз, структура і технологія формування професійних знань, умінь, навичок і мотивації до самостійних занять фізичним вихованням і спортом студентів вишу важливі у процесі навчання та здобуття майбутньої професії. На цьому наголошують дослідження Т.Ю. Круцевич, П.Д. Плахтій, Д.В. Бойко, В.Г. Талайзан, В.Г. Ареф'єва, Є. Кошелева, С.В. Чередниченко, П.Ф. Рибалко, С.В. Гвоздецької (зі співавторами) [1; 4–6; 8].

У формуванні у студентів стійкої мотивації до занять фізичним вихованням і спортом важливу роль відіграє озброєння їх знаннями, на основі яких формується свідоме ставлення до фізичної культури.

Вивчення досвіду вишу показує, що лише деякі викладачі фізичного виховання прагнуть формувати у студентів стійкі мотиви до занять фізичною культурою. З цією метою окремі педагоги виховують у студентів самостійність, використовуючи при виконанні фізичних вправ такі методичні прийоми, як оцінювання студентами один одного, самостійне проведення підготовчої та основної частини, використання карток із записами техніки та методики виконання вправ для навчання, правильного підбору вправ при виконанні того чи іншого технічного прийому, створення змагальної ситуації при проведенні структури заняття, періодичне проведення спортивних інформаційних бесід на заняттях у вступній частині, використання інших студентів як «демонстрантів» і помічників, здійснення контролю за виконанням рухових дій [3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Новітні зміни у сфері освіти вимагають пошуку нових шляхів розвитку особистості студентів, найбільш повного розкриття їхнього творчого потенціалу.

Нами встановлено, що на активність студентів великий вплив має психологічний клімат, громадська думка та стиль педагогічного керівництва навчальної діяльності.

Таким чином, високий рівень знань у фізичному вихованні в ході проведення самостійних занять є емоційне задоволення, отримане у зв'язку з цими знаннями і практичною діяльністю, яка вказує на те, що у студентів формується інтерес до занять фізичними вправами та накопичуються професійні знання, уміння і навички.

Формування професійних знань, умінь і навичок та розвиток позитивної мотивації відбувається лише тоді, коли на заняттях викладач не «передає» студентам знання, а формує у них уміння та потребу вчитися, навчає планувати й організувати самостійну діяльність, прогнозувати результати цієї діяльності й оцінювати її об'єктивно згідно з вимогами та критеріями. Проблеми полягали в пошуку у процесі фізичного виховання студентів одних із пріоритетних напрямів професійних знань, умінь, навичок і стійкої мотивації до самостійних занять майбутніх фахівців із фізичного виховання та спорту.

Мета статті – з'ясувати процес формування професійних знань, умінь і навичок під час самостійних занять фізичним вихованням і спортом студентів вишу. З вирішенням цих питань ми пов'язуємо подальше вдосконалення навального процесу, діяльності з активізації навчання студентів за умов демократизації суспільства.

Виклад основного матеріалу. Наше дослідження проведено з тридцятьма студентами (юнаками та дівчатами) ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» факультету фізичного

виховання, які відвідували заняття зі спортивно-педагогічних дисциплін 2–3 рази на тиждень (гімнастику з методикою навчання, спортивні ігри з методикою навчання) віком 19–20 років. Була започаткована шкала при анкетуванні (2 – у більшості, 1 – у половини, 0 – у невеликої частини).

На початку дослідження було проведено спостереження за ходом занять із додержанням структури занять, де було вирішено основні питання освітніх, виховних і оздоровчих завдань та інтересу до занять. З метою визначення функціонального стану студентів до занять фізичним вихованням і спортом було проведено анкетування за тридцятьма питаннями, що стосувалися формування професійних знань, умінь, навиків і мотивації до самостійних занять фізичним вихованням і спортом.

Вивчення спеціальної та методичної літератури та власні педагогічні спостереження свідчать про те, що теоретичні відомості про фізичне виховання і спорт, гігієну і фізіологію людини у виші повідомляються регулярно, але багато студентів не на високому рівні володіють спортивною термінологією, знаннями про руховий режим, індивідуальний підхід у розробці комплексів ЗРВ, особливості самостійних занять фізичними вправами та їхнє значення у формуванні життєво важливих рухових навичок. Недостатність у студентів знань, вмінь і навиків професійного характеру є одним із найбільш слабких місць у підготовці майбутнього фахівця.

У роботі щодо формування у студентів стійкої мотивації до занять фізичним вихованням і спорту важливу роль відіграє озброєння їх знаннями, на основі яких формується свідоме ставлення до фізичної культури.

Студенти у загальних рисах знають про позитивний вплив занять фізичним вихованням і спортом на організм, але мотивація до занять фізичним вихованням сформована лише в невеликій кількості студентів. Так, за результатами анкетних даних, систематично фізичним вихованням вдома займаються лише 23,3% юнаків і 20% дівчат, щоденно виконують ранкову гігієнічну гімнастику лише 15% юнаків і 25% дівчат.

У дослідженнях встановлено причини, що заважають займатися фізичним вихованням вдома. На брак часу посилаються 25% юнаків і 28% дівчат, відсутність інтересу визначили 6,6% юнаків і 13,3% дівчат, не знають, як займатися і потребують допомоги в організації та проведення самостійних занять вдома 20% юнаків і 17% дівчат. З'ясовано, що на брак часу вказують переважно ті студенти, які не вміють правильно спланувати свій день, не мають навичок складання і не дотримуються правильно спланованого режиму дня.

На питання «Чи подобається тобі твоя фігура?» 43% юнаків і 40% дівчат відповіли ствердно. «Не подобається» – 50% юнаків і 55% дівчат. Не відпо-

віли на питання 7% юнаків і 5% дівчат. Поліпшити фігуру за допомогою фізичних вправ хотіли 50% студентів. Таким чином, можна побачити суперечності у відповідях студентів. Недостатньо займаються фізичним вихованням майже 60% юнаків цього віку та 56% дівчат, котрі хотіли б поліпшити фігуру за допомогою фізичної діяльності.

Дослідження показало, що велика кількість студентської молоді має слабкий імунітет до застудних захворювань. Так, жодного разу в минулому навчальному році не хворіли лише 10–12% студентів, 1–2 рази – 50–60%, 3–4 рази – 6%, 5 і більше разів – 40–50%.

Під час навчання у виші педагогічний процес із фізичного виховання і спорту викладачі повинні спрямувати так, щоб студенти сприймали заняття як засіб підготовки до майбутньої професійної діяльності. На питання «Як Ви вважаєте, чи потрібні заняття фізичним вихованням для вашої майбутньої професії?» 80% юнаків і 75% дівчат відповіли позитивно.

У ході дослідження встановлено причини негативного ставлення деяких студентів до занять фізичним вихованням і спортом.

На недостатнє матеріально-технічне забезпечення занять посилаються 16,6% юнаків і 20% дівчат. На недостатню вимогливість до відвідування занять – 6,6% юнаків і 23,3% дівчат. Брак часу відзначили 6,6% юнаків і 20% дівчат. Відсутність інтересу до занять – 10% юнаків, 13,3% дівчат. На особисту недисциплінованість вказують 20% юнаків і 26% дівчат.

Для визначення взаємозв'язку фізкультурно-спортивної та інших видів діяльності були запропоновані групи запитань:

а) про перевагу виду діяльності в години дозвілля;

б) про вибір однієї із форм проведення дозвілля із запропонованих;

в) про вибір одного виду діяльності із двох, одним із яких є фізкультурно-спортивне.

Аналіз відповідей респондентів у першій групі питань показав, що у вільний час студенти віддають перевагу культурним розвагам (60% юнаків і 46% дівчат), фізкультурно-спортивній діяльності – 23,3% юнаків і 6,6% дівчат, навчальній діяльності – 50% юнаків і 63,3% дівчат.

Відповіді із другої групи питань загалом збігаються із попередніми даними.

Культурним розвагам надають перевагу 60% юнаків і 46,6% дівчат, домашнім формам проведення дозвілля – 20% юнаків і 13,3% дівчат, заняттям фізичною культурою і спортом – 30% юнаків і 23% дівчат, відновлювальним засобам у процесі спортивних занять – 33,3% юнаків і 26,6% дівчат.

На питання: «Чи присутня мотивація в процесі занять фізичним вихованням і спортом?» ствердно відповіли 60% юнаків і 40% дівчат.

На питання «Що є поштовхом для занять фізичним вихованням і спортом?» студенти вибрали один із компонентів «зміцнення здоров'я», «зниження маси тіла», «поліпшення фізичної готовності», «виклик самому собі», «покращення самопочуття» – 50% юнаків, 30% дівчат.

Визначаючи засоби спеціально-оздоровчої направленості, респонденти віддають перевагу «оздоровчому бігу», «оздоровчій ходьбі», «плаванню», «ходьбі на лижах», «їзді на велосипеді», «стрибкам зі скакалкою», «гімнастиці», «туризму», «іграм» – 46,6% юнаків і 30% дівчат.

На питання «Якими методиками чи системами оздоровчої направленості» обрали самостійні заняття 16% юнаків, 20% дівчат. Внаслідок опитування сформувалася стійка потреба до самостійних занять у 33,3% юнаків і 43,4% дівчат. У ході проведення опитування респонденти обирали більш прийнятний підхід до самостійних занять (структуру занять, комплексний підхід, систему занять, форму занять, індивідуальні заняття, заняття у групі). Відповіді такі: 43,3% юнаків і 53,3% дівчат. На питання: «Чи контролюєте ви хід самостійних занять?» відповіли ствердно 50% юнаків, 50% дівчат. Одним із головних компонентів занять є «навантаження» в ході самостійних занять, це питання юнаки оцінили 60% дівчата – 53,3%.

Потреба до самостійних занять фізичним вихованням і спортом може бути сформована лише за комплексного, системного підходу до вирішення цього питання, цілеспрямованого і диференційованого використання всіх об'єктивних і суб'єктивних факторів впливу на особистість.

Висновки. Проведений аналіз і узагальнення науково-методичної літератури виявив у процесі фізичного виховання і спорту студентів одним із головних напрямів формування професійних знань, умінь і навиків та стійкої мотивації до самостійних занять.

Процес формування позитивної мотивації є вирішенням і вивченням ціннісних орієнтирів кожного студента і вибір на цій основі особисто-значимого і цікавого для студентів навчального матеріалу.

Формування позитивного ставлення до фізичних вправ у ході навчальних занять підвищується при засвоєнні не окремих розрізнених знань про значення фізичних вправ, а цілісної системи в тісній єдності з особисто значимими знаннями фізичного виховання і спорту.

Використання спеціальних тренувальних засобів, оздоровчих систем і методик у процесі

самостійних занять стало важливою умовою у процесі проведення регулярного комплексного контролю з метою визначення позитивних зрушень в організмі.

Проведення анкетування свідчить, що 50% респондентів (юнаки і дівчата) вважають необхідними та потрібними заняття з фізичного виховання і спорту для підготовки до майбутньої професії. Слід зазначити, що при дослідженні мотиваційної сфери студентів у процесі занять фізичним вихованням і спортом, у ході проведення експерименту в них сталися певні зміни (юнаки 60%, дівчата – 40%).

Студенти вважають, що існує чітка потреба до самостійних занять у процесі проходження спортивно-педагогічних дисциплін.

У перспективі доречно продовжити дослідження процесу формування професійних знань, умінь і навиків та мотивації у ході самостійних занять. Потребує подальшого вивчення питання характеру реальних взаємин між студентами, між студентами і викладачами в різних формах «фізкультурної» діяльності.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Ареф'єв В.Г. Самостійна робота студентів під час педагогічної практики. Київ : Центр навчальної літератури, 2015. 120 с.
2. Бакіко І. Місце фізичної культури та спорту в дозвіллі молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура, здоров'я у сучасному суспільстві*. № 3 (11). 2016. С. 25–28.
3. Бойко Д.В. Удосконалення фізичного виховання зі спортивної спрямованістю студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту. Львів, 2013. 19 с.
4. Гвоздецька С.В., Чередниченко С.В., Рибалко П.Ф. Професійно-прикладна фізична підготовка : начальний посібник. Суми : ФОП Цьома С.П., 2017. 110 с.
5. Кошелева Е., Турчанников Н. Организационно-методические условия совершенствования системы физического воспитания студентов. *Спортивный вестник. Придніпров'я*. № 3. 2016. С. 98–103.
6. Круцевич Т.Ю. Методика фізичного виховання різних груп населення. Т. 2 Київ : Олімп. література, 2008. С. 167–171.
7. Організаційно-методичні основи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів / за ред. В.І. Мудріка. Київ : Педагогічна думка, 2010. 192 с.
8. Плахтій П.Д., Коваль О.Г., Рябцев С.П., Марчук В.М. Основи фізичного виховання студентської молоді. Кам'янець-Подольський, 2013. 312 с.