

6. Теория и методика физического воспитания : Учебник для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта / Под ред. Т. Ю. Крещевич. (В 2 томах). Т. 2. Методика физического воспитания различных групп населения. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 424 с.

Аннотация. Березовський А. П., Возний С. С. *Планирование студентами специально-подготовительных упражнений в конспектах уроков физической культуры в период производственной практики в школе.*

В статье приведены результаты анализа практического использования специально-подготовительных упражнений в конспектах уроков физической культуры студентами-практикантами IV курса в период прохождения производственной практики в общеобразовательной школе. Сделан вывод об уровне овладения студентами специальными знаниями, умениями и навыками в подборе специально-подготовительных упражнений для эффективного решения основных задач урока. Выявлено, что студенты не всегда могут решить главные задачи планирования – четко определить и конкретно сформулировать задачи урока и на их основе подобрать к основным упражнениям, задачам, специальные и подготовительные упражнения. Даны рекомендации к устранению выявленных недостатков

Ключевые слова: студенты, планирование, конспект урока, физические упражнения: соревновательные (основные), специально-подготовительные, общей физической подготовки.

Annotation. Berezovskyi A.P., Voznyi S.S. *Planning by the students of specially-preparatory exercises in the compendia of lessons of physical culture in the period of productive practice at school.*

The results of the practical use of the preparatory exercises in the lesson notes of the 4 course students, who take work practice at the educational schools, are shown in the article. The conclusion about their special professional skills was made, their ability to choose the effective preparatory exercises that tackle the tasks of the lessons was tested. It was stated that the students cannot complete the task of lessons planning all the time; it is hard for them to set the lesson's goals and to choose the preparatory exercises that correspond the goals and the main exercises. The recommendations on how to avoid these problems were done.

Key words: students, planning, compendium of lesson, physical exercises: competition (basic), specially prepared, body-conditioning.

Білецька В.В. *, Давиденко О.В., Семененко В.П.
*Національний авіаційний інститут
Національний університет фізичного
виховання і спорту України

ПРОГРАМНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ

У статті визначено особливості програмно-методичного забезпечення навчального процесу з фізичного виховання для студентів Національного авіаційного університету. Представлено структуру та зміст навчальної програми з фізичного виховання для студентів першого та другого курсів навчання. Розкрито зміст загального (обов'язкового) та варіативного модулів, надано перелік вмінь та навичок, якими має оволодіти студент в процесі вивчення дисципліни «Фізичне виховання».

Ключові слова: фізичне виховання, студенти, програмні матеріали.

Якісна підготовка молодих фахівців припускає, перш за все, підвищення якості та ефективності всього процесу навчання у вищому навчальному закладі. Важливою умовою, що визначає ефективність навчального процесу, є високий рівень розумової та фізичної працездатності студентів, а також навчально-трудова активність студентів. Високий рівень розумової та фізичної працездатності у процесі навчальної діяльності студентів обумовлюється багатьма зовнішніми і внутрішніми факторами. Серед них велику роль відіграє правильна організація навчальної праці студентів, що включає в себе, як обов'язковий елемент, заняття фізичною культурою і спортом. За даними багатьох авторів майже 90 % студентів мають відхилення в стані здоров'я та 50% студентів мають незадовільний рівень фізичної підготовленості [1, 4, 6].

Фізичне виховання у вищому навчальному закладі, будучи базовою його формою, покликане сприяти, насамперед, усуненню відхилень у стані здоров'я та його зміцненню, всебічному фізичному розвитку, вихованню професійно значущих якостей та здібностей, усуненню можливих шкідливих впливів об'єктивних умов освітнього процесу на студента [3, 9]. Спроби більшості дослідників підвищити ефективність процесу фізичного виховання



студентів характеризуються односторонніми підходами. Як правило, питання раціонального планування бюджету часу, підвищення успішності, фізичної та технічної підготовленості, поліпшення стану здоров'я та інші вивчаються окремо [1, 2, 8].

Швидше за все, фахівцями явно недооцінюється значимість грамотності майбутніх фахівців особливо в питаннях використання засобів фізичного виховання для зміцнення свого здоров'я, підтримання високого рівня працездатності, профілактики професійних та інших захворювань [5, 7]. Вдосконалення структури та змісту програм з фізичного виховання для студентів сприятиме досягненню і підтриманню високої фізичної та розумової працездатності студентів, що є однією з актуальних проблем теорії та практики фізичної культури.

Мета досліджень – вивчити особливості програмно-методичного забезпечення навчального процесу з фізичного виховання для студентів Національного авіаційного університету.

Методи, організація досліджень. Для досягнення мети були використані такі методи дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програм з фізичної культури для вищих навчальних закладів, узагальнення досвіду передової педагогічної практики.

Результати досліджень та їх обговорення. Згідно рішення Міністерства освіти і науки України, *Міністерства охорони здоров'я, Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту від 11 листопада 2008 р. №13/1-21011/1 «Про реформування фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України»* необхідно привести зміст навчальних програм з фізичної культури, контрольні нормативи до них у відповідність до вікових, індивідуальних закономірностей формування та розвитку людини з урахуванням позитивного світового досвіду.

Однією з необхідних умов організації навчального процесу за кредитно-модульною системою є наявність робочої навчальної програми з кожної дисципліни, виконаної за модульно-рейтинговими засадами і доведеної до відома викладачів та студентів. Рейтингова система оцінювання (РСО) є невід'ємною складовою робочої навчальної програми і передбачає визначення якості виконаної студентом усіх видів аудиторної та самостійної навчальної роботи та рівня набутих ним знань, вмінь та навичок шляхом оцінювання в балах результатів цієї роботи під час поточного, модульного та семестрового контролю, з наступним переведенням оцінки в балах у оцінки за традиційною національною шкалою та шкалою ECTS (European Credit Transfer System).

Робоча навчальна програма з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів Національного авіаційного університету складена на основі робочих навчальних планів усіх напрямів, введених у дію з 2010 р., навчальної програми дисципліни «Фізичне виховання», «Тимчасового Положення про організацію навчального процесу за кредитно-модульною системою (в умовах педагогічного експерименту)», «Тимчасового Положення про рейтингову систему оцінювання», затверджених наказом ректора від 15.06.2004р. №122/од та наказу ректора від 29.04.2010 р. №92/од.

Зміст програми складають: вступ, пояснювальна записка, зміст навчальної дисципліни, навчально-методичні матеріали з дисципліни, рейтингова система оцінювання набутих студентом знань та вмінь.

Пояснювальна записка розкриває мету викладання навчальної дисципліни, завдання вивчення навчальної дисципліни, місце навчальної дисципліни в системі професійної підготовки фахівця, інтегровані вимоги до знань і умінь з навчальної дисципліни, інтегровані вимоги до знань і умінь з навчальних модулів, міждисциплінарні зв'язки навчальної дисципліни.

У розділі «Зміст навчальної дисципліни» представлено тематичний план навчальної дисципліни, проектування дидактичного процесу з видів навчальних занять, практичні заняття, їх тематика і обсяг, самостійна робота студента і контрольні заходи.

Зміст навчальної дисципліни представлено у вигляді модулів. Модуль №1 «Фізкультурна освіта, загальна та спеціальна фізична підготовка студентів» надає знання щодо загальних основ фізичного виховання; вимог до особистої та загальної гігієни при заняттях фізичним вихованням; вимог до техніки безпеки при заняттях фізичною культурою; природничих засобів відновлення після фізичних навантажень. Модуль №2 «Підвищення рівня фізичного стану в режимі життєдіяльності студентів» знайомить із закономірностями формування навичок; характеристикою основних рухових якостей людини; термінологією та основами методики розвитку загальної витривалості. Модуль №3 «Фізична підготовка студентів засобами обраного виду спорту» допомагає вивчити основи здорового способу життя; вимоги до особистої та загальної гігієни при заняттях в спортивних приміщеннях та обраним видом спорту; вимоги до техніки безпеки при заняттях фізичною культурою та спортом; правила змагань обраного виду спорту. Модуль 4 «Удосконалення рухових якостей засобами обраного виду спорту» допомагає вивчити закономірності формування навичок; характеристику основних рухових якостей людини; термінологію, правила змагань та основи методики підготовки з обраного виду спорту; засоби відновлення після фізичних навантажень.

студентів характеризуються односторонніми підходами. Як правило, питання раціонального планування бюджету часу, підвищення успішності, фізичної та технічної підготовленості, поліпшення стану здоров'я та інші вивчаються окремо [1, 2, 8].

Швидше за все, фахівцями явно недооцінюється значимість грамотності майбутніх фахівців особливо в питаннях використання засобів фізичного виховання для зміцнення свого здоров'я, підтримання високого рівня працездатності, профілактики професійних та інших захворювань [5, 7]. Вдосконалення структури та змісту програм з фізичного виховання для студентів сприятиме досягненню і підтриманню високої фізичної та розумової працездатності студентів, що є однією з актуальних проблем теорії та практики фізичної культури.

Мета досліджень – вивчити особливості програмно-методичного забезпечення навчального процесу з фізичного виховання для студентів Національного авіаційного університету.

Методи, організація досліджень. Для досягнення мети були використані такі методи дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програм з фізичної культури для вищих навчальних закладів, узагальнення досвіду передової педагогічної практики.

Результати досліджень та їх обговорення. Згідно рішення Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я, Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту від 11 листопада 2008 р. №13/1-21011/1 «Про реформування фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України» необхідно привести зміст навчальних програм з фізичної культури, контрольні нормативи до них у відповідність до вікових, індивідуальних закономірностей формування та розвитку людини з урахуванням позитивного світового досвіду.

Однією з необхідних умов організації навчального процесу за кредитно-модульною системою є наявність робочої навчальної програми з кожної дисципліни, виконаної за модульно-рейтинговими засадами і доведеної до відома викладачів та студентів. Рейтингова система оцінювання (РСО) є невід'ємною складовою робочої навчальної програми і передбачає визначення якості виконаної студентом усіх видів аудиторної та самостійної навчальної роботи та рівня набутих ним знань, вмінь та навичок шляхом оцінювання в балах результатів цієї роботи під час поточного, модульного та семестрового контролю, з наступним переведенням оцінки в балах у оцінки за традиційною національною шкалою та шкалою ECTS (European Credit Transfer System).

Робоча навчальна програма з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів Національного авіаційного університету складена на основі робочих навчальних планів усіх напрямів, введених у дію з 2010 р., навчальної програми дисципліни «Фізичне виховання», «Тимчасового Положення про організацію навчального процесу за кредитно-модульною системою (в умовах педагогічного експерименту)», «Тимчасового Положення про рейтингову систему оцінювання», затверджених наказом ректора від 15.06.2004р. №122/од та наказу ректора від 29.04.2010 р. №92/од.

Зміст програми складають: вступ, пояснювальна записка, зміст навчальної дисципліни, навчально-методичні матеріали з дисципліни, рейтингова система оцінювання набутих студентом знань та вмінь.

Пояснювальна записка розкриває мету викладання навчальної дисципліни, завдання вивчення навчальної дисципліни, місце навчальної дисципліни в системі професійної підготовки фахівця, інтегровані вимоги до знань і умінь з навчальної дисципліни, інтегровані вимоги до знань і умінь з навчальних модулів, міждисциплінарні зв'язки навчальної дисципліни.

У розділі «Зміст навчальної дисципліни» представлено тематичний план навчальної дисципліни, проектування дидактичного процесу з видів навчальних занять, практичні заняття, їх тематика і обсяг, самостійна робота студента і контрольні заходи.

Зміст навчальної дисципліни представлено у вигляді модулів. Модуль №1 «Фізкультурна освіта, загальна та спеціальна фізична підготовка студентів» надає знання щодо загальних основ фізичного виховання; вимог до особистої та загальної гігієни при заняттях фізичним вихованням; вимог до техніки безпеки при заняттях фізичною культурою; природничих засобів відновлення після фізичних навантажень. Модуль №2 «Підвищення рівня фізичного стану в режимі життєдіяльності студентів» знайомить із закономірностями формування навичок; характеристикою основних рухових якостей людини; термінологією та основами методики розвитку загальної витривалості. Модуль №3 «Фізична підготовка студентів засобами обраного виду спорту» допомагає вивчити основи здорового способу життя; вимоги до особистої та загальної гігієни при заняттях в спортивних приміщеннях та обраним видом спорту; вимоги до техніки безпеки при заняттях фізичною культурою та спортом; правила змагань обраного виду спорту. Модуль 4 «Удосконалення рухових якостей засобами обраного виду спорту» допомагає вивчити закономірності формування навичок; характеристику основних рухових якостей людини; термінологію, правила змагань та основи методики підготовки з обраного виду спорту; засоби відновлення після фізичних навантажень.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати вимоги до особистої та загальної гігієни при заняттях фізичною культурою та спортом, основи здорового способу життя; закономірності формування навичок та характеристики рухових якостей людини; засоби та методи здійснення самоконтролю за особистим фізичним станом; правила змагань та основи методики підготовки з обраного виду спорту. Після оволодіння основними руховими навичками студенти можуть організувати та провести самостійне заняття з фізичної підготовки; оцінити особистий стан фізичної підготовленості та рівень розвитку рухових якостей; застосовувати на практиці методи самоконтролю; застосовувати на практиці різні методи та засоби розвитку рухових якостей; здійснювати навчання основним руховим навичкам технічної підготовки в обраному виді спорту. Програмний матеріал для вивчення у першому семестрі представлено у табл. 1.

Таблиця 1

Тематичний план навчальної дисципліни «Фізичне виховання» на 1 семестр

№	Назва теми	Обсяг навчальних занять (год.)			
		Усього	Лекції	Практичні	СРС
1 семестр					
Модуль №1 „Фізкультурна освіта, загальна та спеціальна фізична підготовка студентів”					
1.1	Загальний (обов'язковий) розділ Техніка безпеки під час занять на відкритому повітрі. Методи самоконтролю фізичного стану. Розподіл студентів за методичними об'єднаннями.	4		2	2
1.2	Природньо-наукові основи фізичного виховання. Фактори здорового способу життя. Зміст занять у відділенні фізичної реабілітації Розвиток фізичних якостей і рухових навичок при заняттях фізичним вихованням вибіркової спрямованості. Інноваційні фітнес-технології для корекції фізичного стану студентів.	26		18	8
1.3	Варіативний розділ Формування навчально-тренувальних груп зі спортивних ігор, фітнесу і туризму з метою підвищення загальної та спеціальної фізичної підготовленості студентів. Зміст навчально-тренувальних занять різними видами масового спорту у групах підвищення спортивної майстерності. Теоретико-методичні аспекти побудовання тренувальних занять обраними видами спорту, правила змагань, профілактика травматизму, гігієна місць занять та змагань.	18		12	6
1.4	Виконання модульної контрольної роботи.	5		2	3
Усього за модулем №1		53		34	19
Усього за 1 семестр		53		34	19

Фізичне виховання – складова частина вищої гуманітарної освіти, що сприяє формуванню особистості майбутнього фахівця у процесі становлення його професійної компетентності. Це спеціалізований педагогічний процес цілеспрямованої систематичної дії на людину фізичними вправами, силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних спроможностей, формування і покращення основних життєво-важливих рухових навичок, умінь, та пов'язаних з ними знань, забезпечення готовності людини до активної участі у суспільному, виробничому і культурному житті. Важливою часткою навчальної дисципліни є підтримання працездатності та адаптація організму студентів до навантажень у процесі навчання.

Висновки. Формування соціально-активної особистості в гармонії з фізичним розвитком є важливою умовою підготовки випускника ВУЗу до професійної діяльності в суспільстві, що розвивається за законами ринкової економіки. Це актуалізує проблему вдосконалення процесу фізичного виховання і підвищення його

престижу шляхом вдосконалення програмно-методичної бази навчальної дисципліни, яка має в достатній кількості містити матеріал як для практичного вивчення, так і для теоретичного.

Однією з умов підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентської молоді є наявність варіативних модулів з різних видів рухової активності, що забезпечує підвищення мотивації до фізкультурно-оздоровчих занять та занять спортивної спрямованості.

Перспективи подальших розвідок з даного напрямку. Планується розробити методичні рекомендації студентам Національного авіаційного університету різних напрямків підготовки щодо дотримання рухової активності в обсязі 8-12 годин на тиждень.

Література

1. Бондаренко І.Г. Засоби професійно-прикладної фізичної підготовки у фізичному вихованні студентів-екологів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Ірина Григорівна Бондаренко; Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2009. – 20 с.
2. Бриллиантова О.О. Нормирование объемов нагрузок на академических занятиях по физической культуре для студентов ВУЗов в различные сезоны года: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.О. Бриллиантова; Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. - Краснодар, 2009. - 24 с.
3. Гостіщев В.М. Рівень фізичної підготовленості як чинник мотивації студентів до фізичної активності в умовах навчального процесу та у вільний час / В.М. Гостіщев // Слобожанський науково-спортивний вісник. - № 1. – 2010. – С. 15-17.
4. Григорьев В.И. Фитнес - культура студентов: теория и практика: Учебное пособие / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, С.В. Малинина.- СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2010.- 228 с.
5. Илюхин А.А. Новые формы и методы организации физкультурно-спортивной жизни студентов / А.А. Илюхин // Слобожанський науково-спортивний вісник. - № 1. – 2010. – С. 7-8.
6. Канішевський С.М. Педагогічне керівництво процесом фізичного самовдосконалення студентів / С.М. Канішевський, С.В. Пех, Ю.В. Човнюк // Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: здобутки, проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонської декларації: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Київ: Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2007. – С. 155-158.
7. Круцевич Т. Формування фізичної культури студентів у системі вищої - освіти / Т.Круцевич, О. Марченко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. - №2. – 2009. – С. 78-81.
8. Подлесний О.І. Самоконтроль у фізичному вихованні як засіб підвищення мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів-судноводіїв: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / О.І. Подлесний; НУФВСУ; Київська державна академія водного транспорту ім. гетьмана П.Конашевича-Сагайдачного. – К., 2008. - 232 с.
9. Турчина Н. І. Педагогічні особливості моделей фізичного виховання студентів ВУЗів на різних курсах навчання: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Наталія Ігорівна Турчина; Національний авіаційний університет. – К., 2008. – 228 с.

Аннотация. Білецька В.В., Давиденко О.В., Семененко В.П. Программно-методическое обеспечение процесса физического воспитания студентов.

В статье определены особенности программно - методического обеспечения учебного процесса по физическому воспитанию для студентов Национального авиационного университета. Представлена структура и содержание учебной программы по физическому воспитанию для студентов первого и второго курсов обучения. Раскрыто содержание общего (обязательного) и вариативного модулей, предоставлен перечень умений и навыков, которыми должен овладеть студент в процессе изучения дисциплины «Физическое воспитание».

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты, программные материалы.

Annotation. Bilecka V.V., Davudenko O.V., Semenenko V.P. Programmatic-methodical providing of process of physical education of students.

In the article features are certain programmatic - methodical providing of educational process on physical education for the students of the National aviation university. A structure and maintenance of on-line tutorial is presented on physical education for the students of the first and second years. Maintenance of the general (obligatory) and variant modules is exposed, the list of abilities and skills which a student must seize in the process of study of discipline «Physical education».

Key words: physical education, students, programmatic materials.