

УДК 378.016.046-021.64:796

ІННА ШАПАРЕНКО

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ ТА ОРІЄНТАЦІЇ» В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ БАКАЛАВРІВ ІЗ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»

У статті розкрито теоретико-методичні основи викладання вибіркової навчальної дисципліни «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» у процесі підготовки тренерів освітньо-кваліфікаційного рівня «Бакалавр» на факультеті фізичного виховання Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. Визначено мету, завдання вивчення дисципліни, перелік професійних компетентностей та результатів навчання, якими повинні володіти студенти під час вивчення курсу. Наведено та подано детальну характеристику складників навчально-методичного комплексу дисципліни.

Ключові слова: навчально-методичний комплекс, спортивний відбір, спортивна орієнтація, фізична культура, спорт

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями. На сучасному етапі розвитку національної системи вищої освіти, нагальною стає проблема такої організації навчально-виховного процесу, ключовою домінантою якої є зорієнтованість на якісну професійну підготовку майбутніх фахівців, яка спрямована на задоволення потреб держави у кваліфікованих кадрах (Отраченко, 2018, с. 282). Не є винятком і спортивно-педагогічна освіта, де актуалізується проблема підготовки висококваліфікованих фахівців у галузі фізичної культури і спорту з високим рівнем професійної компетентності.

Професійна підготовка майбутніх тренерів є цілісною багатокомпонентною системою, що спрямована на формування всебічно розвиненого фахівця, який повинен володіти педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для науково обґрунтованого забезпечення навчально-тренувального процесу.

Система професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури і спорту педагогічних ЗВО передбачає вивчення комплексу медико-біологічних дисциплін, серед яких вагоме місце займають предмети, що розкривають методологію відбору та орієнтації, прогнозування здібностей до занять спортом та виявлення перспективних спортсменів.

Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації – це навчальна дисципліна, яка вивчає особливості застосування медичних і біологічних критеріїв та показників в системі спортивного відбору перспективної молоді на основі врахування вікових особливостей розвитку (Шапаренко, 2017).

Цей курс передбачає поглиблене вивчення морфологічних, фізіологічних, біохімічних і генетичних критеріїв відбору та орієнтації, які необхідні студентам для науково-обґрунтованого здійснення навчального та тренувального процесів, змагальної і спортивно-прикладної діяльності у фізичному вихованні, спорті й масовій фізичній культурі.

Отже, зважаючи на вищевикладене, питання розробки методичного забезпечення викладання дисципліни «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» при підготовці тренерів у навчальному процесі факультету фізичного виховання Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка є актуальним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз літературних джерел з проблеми дослідження засвідчив, що теоретико-методологічні й методичні аспекти спортивного відбору були висвітлені в роботах низки науковців: М.С. Бриля, С. Ганчева, І. Попова, В.М. Волкова, В.П. Філіна, В.Б. Шварца, С.В. Хрущова, В.М. Платонова, Н.Ж. Булгакової, Л.П. Сергієнка та ін. Теоретико-методичні аспекти вивчення вибіркового циклу природничонаукового циклу в системі підготовки фахівця із фізичної культури наводить у своїй праці П.В. Хоменко (Хоменко, 2012). Проте питання щодо розробки навчально-методичного забезпечення та особливостей викладання даної дисципліни при підготовці тренерів в педагогічних ЗВО залишається не достатньо висвітленим.

Це і визначило **мету** дослідження – розкрити теоретико-методичні основи викладання навчальної дисципліни «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» в системі підготовки бакалаврів факультету фізичного виховання Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт».

Виклад основного матеріалу дослідження. Для забезпечення фундаментальної теоретичної та практичної підготовки висококваліфікованих кадрів, формування їх професійних компетентностей нами розроблено навчально-методичний комплекс дисципліни, який має такі структурні елементи:

Програма навчальної дисципліни.

Робоча програма навчальної дисципліни.

Опорні конспекти лекцій з питаннями для самоконтролю.
Методичні рекомендації до проведення практичних занять.
Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи.
Тестові завдання для поточного контролю знань студентів.
Тестові завдання для модульного контролю знань студентів.
Тестові завдання для семестрового контролю знань студентів.
Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів.
Пакет комплексних контрольних робіт.

Програма вибіркової дисципліни «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» є авторською (Шапаренко, 2017), укладена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», затверджена кафедрою медико-біологічних дисциплін та фізичного виховання і вченою радою факультету фізичного виховання Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка.

Мета викладання навчальної дисципліни – сформувати у студентів систему знань про особливості застосування медико-біологічних критеріїв і показників у процесі спортивного відбору та орієнтації перспективних дітей та підлітків.

Завданнями навчальної дисципліни є:

- забезпечити студентів знаннями щодо особливостей процесу пошуку обдарованих дітей, здатних досягти високих спортивних результатів;
- поглибити знання про рухові здібності, обдарованість, задатки та спортивний талант;
- вивчити організаційно-методичні основи спортивного відбору;
- опанувати практичними вміннями та навичками діагностики розвитку рухових здібностей та морфофункціональних показників людини;
- сформувати у майбутніх фахівців активне творче ставлення до самостійного підвищення професійного рівня, до розширення науково-теоретичних знань, удосконалення практичних навичок у вирішенні завдань спортивного відбору та орієнтації у професійній діяльності.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні набути таких компетентностей:

- загальних:

1. Здатності діяти етично, соціально відповідально та свідомо.
2. Здатності працювати в команді та автономно.
3. Здатності до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання.
4. Здатності застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.
5. Здатності використовувати інформаційно-комунікаційні технології.
6. Здатності до самовдосконалення та саморозвитку.

- фахових:

1. Здатності використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про будову тіла людини та механізми життєдіяльності її організму, фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.

2. Здатності самостійно реалізовувати систему відбору та спортивної орієнтації, проводити навчально-тренувальні заняття і спортивні заходи для різних груп населення.

3. Здатності до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатності до розробки методики та технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.

4. Здатності здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.

5. Здатності оцінювати фізичні здібності та функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні:

Встановлювати особливості здійснення процесу спортивного відбору та орієнтації.

Розкривати організаційно-методичні основи спортивного відбору.

Знати пріоритетні напрямки діагностики рухових здібностей людини.

Застосовувати медико-біологічні методи оцінки та діагностики морфофункціональних показників людини.

Використовувати теоретичні знання про основи відбору в системі побудови ефективного процесу пошуку обдарованих дітей для обраного виду спорту.

Прогнозувати майбутні результати навчально-тренувального процесу на основі аналізу показників медико-педагогічних досліджень спортсмена.

Здійснювати антропометричні вимірювання для оцінки морфологічних показників людини.

Обґрунтовувати та розробляти пропозиції щодо заходів спортивного відбору та орієнтації в обраному виді спорту.

Курс «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» є дисципліною за вибором студентів. На її вивчення відводиться 120 годин / 4 кредити ECTS. Підсумковий контроль передбачає складання студентами заліку.

Структуру навчальної дисципліни з переліком тем і розподілом годин наведено в табл.1.

Таблиця 1

Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	Денна форма				Заочна форма			
	Лекції	Практ. заняття	Самост. робота	робота	Лекції	Практ. заняття	Самост. робота	робота
Змістовий модуль № 1 Теоретичні основи спортивного відбору та орієнтації								
Тема 1. Теоретичні основи спортивного відбору та орієнтації		2	8			2		1
Тема 2. Методика спортивного відбору та орієнтації на основі морфологічних критеріїв		4	6			2		1
Тема 3. Функціональні критерії відбору та спортивної орієнтації		2	6			0		1
Тема 4. Генетичні та вікові аспекти спортивного відбору та орієнтації		4	8			0		1
Тема 5. Модельні характеристики спортсменів високого класу		-	8			0		1
Змістовий модуль № 2 Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації у різні види спорту								
Тема 6. Біологічні критерії спортивного відбору до легкоатлетичних та силових видів спорту		4	8			2		1
Тема 7. Біологічні критерії спортивного відбору у складно координаційні види спорту		2	8			2		1
Тема 8. Біологічні критерії спортивного відбору в ігрові види спорту		2	8			2		1
Тема 9. Біологічні критерії спортивного відбору до циклічних видів спорту		2	6			2		1
Тема 10. Біологічні критерії спортивного відбору та орієнтації до спортивних єдиноборств		2	6			0		1
Усього годин	4	24	72			12		11

Процес навчання у вищій школі реалізують у межах різноманітної цілісної системи організаційних форм і методів навчання. Кожна форма розв'язує своє спеціальне завдання, але сукупність форм і методів навчання створює єдиний дидактичний комплекс, функціонування якого підпорядковано об'єктивним психолого-педагогічним закономірностям навчального процесу (Ортинський, 2009, с. 197).

Обґрунтовуючи основні методичні аспекти викладання дисципліни «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» наводимо специфічні особливості різних форм аудиторної (лекційної та практичні заняття) та самостійної роботи студентів, а також організаційні засади здійснення усіх видів контролю.

Провідну роль в навчальному процесі вищої школи займає лекція. За своєю дидактичною сутністю лекція постає і як організаційна форма навчання – специфічний спосіб взаємодії викладача і студента, у межах якого реалізують різноманітний зміст і різні методи викладання, і як метод – викладання навчального матеріалу в систематичній та послідовній формі (Ортинський, 2009, с. 198).

Для активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів нами використовуються інформаційні лекції, лекції-діалоги та лекції-візуалізації із мультимедійними презентаціями з таких тем: «Методика спортивного відбору та орієнтації на основі морфологічних критеріїв», «Модельні характеристики

спортсменів високого класу», «Біологічні критерії спортивного відбору до легкоатлетичних та силових видів спорту», «Біологічні критерії спортивного відбору у складно-координаційні та ігрові види спорту», «Біологічні критерії спортивного відбору до циклічних видів спорту», «Біологічні критерії спортивного відбору та орієнтації до спортивних єдиноборств».

Для оптимальної візуалізації теоретичного матеріалу ми використовуємо наступні мультимедійні компоненти: відео, анімацію, фото, схеми, таблиці. Зазначимо, що процес розробки мультимедійної лекції кропіткий, із значними затратами часу, оскільки вимагає від викладача ретельного підбору змісту, ілюстративного матеріалу та його структурування. Проте, згідно наших спостережень, представлення інформації з використанням аудіовізуальних засобів є найбільш ефективною формою навчання.

Важливим компонентом навчально-виховного процесу у ВНЗ є практичні роботи. Практичні заняття з курсу «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» сприяють організації самостійної роботи, дають можливість інтегрувати теоретичні знання із практичними вміннями і навичками, активізувати пізнавальну діяльність студентів. Для забезпечення ефективного засвоєння навчального матеріалу, його поглиблення, закріплення, конкретизації знань та з метою практичного підтвердження теоретичних положень даної навчальної дисципліни нами розроблено методичні вказівки до виконання практичних робіт.

Методика проведення практичних занять із дисципліни охоплює декілька етапів:

I. Попередня підготовка полягає в актуалізації теоретичних знань студентів, яка проводиться у формі вирішення тестових завдань та фронтального опитування.

II. Інструктаж щодо методики виконання завдань.

III. Виконання практичної роботи.

IV. Узагальнення отриманих результатів, формулювання висновків та оформлення індивідуального звіту.

Що стосується організаційно-методичних засад проведення практичних робіт, то нами застосовуються фронтальні, групові та індивідуальні форми. Фронтальну форму організації заняття використовуємо на більшості практичних робіт. Їх специфіка полягає у тому, що студенти виконують однотипні завдання із використанням однакового обладнання. Для опанування тем «Теоретичні основи спортивного відбору та орієнтації» та «Методика спортивного відбору та орієнтації на основі морфологічних критеріїв» нами розроблені завдання для роботи студентів у мікрогрупах, де вони виконують антропометричні та соматоскопічні дослідження. При вивченні усіх тем із змістового модуля «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації у різні види спорту» широко застосовуємо індивідуальну форму організації практичного заняття, де студенти працюють за розробленими нами картками з індивідуальними ситуаційними задачами. У цих завданнях акцентуємо увагу на опануванні майбутніми тренерами методик спортивного відбору та орієнтації на основі морфо-функціональних показників та ваго-зростових індексів. Алгоритм записів практичної роботи є таким: тема і мета заняття, обладнання та інструментарій, хід роботи з детальним описом методики виконання завдань та висновки.

Характерною особливістю навчання у сучасній вищій школі є великий обсяг самостійної роботи студентів, яка є дуже важливою і необхідною складовою частиною їх професійної підготовки. Працюючи самостійно (за консультативної допомоги викладача), студенти закріплюють знання, набувають навичок самоорганізації, самоконтролю, розвивають пізнавальні інтереси та здібності. При вивченні дисципліни «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» на цей вид діяльності відведено 2/3 (72 години) усього навчального часу.

Для оптимізації самостійної роботи студентів нами розроблені методичні рекомендації до її виконання. Самостійна робота передбачає: опрацювання додаткових питань із тем, підбір та опрацювання спеціальної літератури, написання рефератів та реферативних повідомлень, робота в мережі Internet. Важливим складником цього виду роботи є створення презентації на тему: «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації в обраному виді спорту». Для успішного вирішення даного завдання, студентам запропоновано наступний алгоритм його виконання:

Загальна характеристика обраного виду спорту.

Фактори, що визначають високі спортивні досягнення в обраному виді спорту.

Модельні характеристики спортсменів.

Вікові показники до занять обраним видом спорту.

Морфологічні особливості кваліфікованих спортсменів.

Функціональні показники спортсменів високої кваліфікації.

Психологічні особливості кваліфікованих спортсменів.

Методи оцінки розвитку морфологічних показників в обраному виді спорту.

Методи оцінки розвитку рухових здібностей в обраному виді спорту.

Висновки.

Самостійна робота виконується індивідуально й оформляється у вигляді звіту, який студенти повинні здати викладачу для перевірки не пізніше як за два тижні до заліку.

Оцінювання навчальних досягнень студентів здійснюється нами за всіма видами робіт (аудиторної та самостійної) і передбачає такі форми педагогічного контролю: поточний, модульний та підсумковий.

Поточний контроль знань студентів нами проводиться у формі фронтального й бліц-опитування та вирішення тестових завдань. Проте, в більшості випадків використовуємо тестову методику з

альтернативним вибором відповідей. Перевага цієї форми обумовлена об'єктивністю оцінювання знань студентів та економізацією часу, який викладач використовує для перевірки робіт.

Модульний контроль передбачає написання контрольної роботи, яка має 10 варіантів, кожен із яких містить: 6 тестових питань із альтернативними відповідями, 2 відкритих питання, на які студенти повинні дати відповідь і одне завдання практичного характеру. Вирішення останнього, вимагає від майбутніх тренерів знання основних теоретичних положень та практичних методик, що застосовуються при спортивному відборі та орієнтації.

Підсумковий (семестровий) контроль є узагальненою оцінкою, яка складається з усіх балів, отриманих студентом під час поточного та модульного видів контролю, а також за виконання самостійної та практичних робіт.

Оцінка успішності студента з дисципліни виставляється за 100-бальною та національною шкалами. Об'єктивне оцінювання навчальних досягнень студентів нами здійснюється за такими видами робіт і критеріями (табл.2.).

Таблиця 2

Оцінювання успішності студентів

Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
Поточне тестування/опитування за темами	5	12	60
Виконання практичної роботи	1	12	12
Самостійна робота	3	6	18
Модульна контрольна робота	5	2	10
Всього			100

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях та під час виконання самостійної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- своєчасність виконання навчальних завдань;
- повний обсяг виконання навчальних завдань;
- якість виконання навчальних завдань;
- самостійність виконання;
- творчий підхід у виконанні завдань;
- ініціатива у навчальній діяльності.

Одним із складових компонентів навчально-методичного комплексу викладання дисципліни є пакет комплексних контрольних робіт (ККР), який є контрольним заходом, що здійснюється з метою виявлення рівня залишкових знань студентів та контролю за якістю навчального процесу.

Пакет ККР містить 30 варіантів завдань, які охоплюють зміст усього курсу навчальної дисципліни. Кожен варіант контрольної роботи має чотири рівні: три з них спрямовані на перевірку теоретичних знань і один містить творче завдання для виявлення студентами практичних умінь і навичок.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, навчальна дисципліна «Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації» спрямована на поглиблення у майбутніх тренерів системи знань про особливості застосування медичних і біологічних критеріїв та показників в системі спортивного відбору перспективних дітей та підлітків на основі врахування вікових особливостей розвитку. Ці знання є фундаментом високої методичної підготовки фахівця бакалаврського рівня в галузі «Фізична культура і спорт», що має велике значення для підвищення конкурентоздатності випускників вищих навчальних закладів на ринку праці.

Система підготовки висококваліфікованого фахівця передбачає аудиторну (лекції й практичні заняття) та самостійну роботу. З метою активізації науково-дослідної діяльності студентів на останній вид відводиться 2/3 усього навчального часу.

Перспектива подальших досліджень полягає у вдосконаленні навчально-методичного комплексу дисципліни із впровадженням інноваційних педагогічних підходів до методичного забезпечення навчального процесу.

Список використаних джерел

- Ортинський, В.Л. (2009). *Педагогіка вищої школи : навч. посіб.* Київ: Центр учбової літератури.
- Отравенко, О.В. (2018). Моніторинг якості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в інноваційному освітньо-інформаційному просторі закладів вищої освіти. *Вісник Кам'янець-Подільського нац. ун-ту. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Вип.11., 282-291.
- Хоменко, П.В. (2012). *Природничонаукова підготовка фахівця фізичної культури: монографія*. Полтава: ПНПУ ім. В. Г. Короленка.
- Шапаренко, І. Є. (2017). *Медико-біологічні аспекти спортивного відбору та орієнтації: [навч. програма]*. Полтава: ПНПУ ім. В. Г. Короленка, 2017. – 7 с.

References

- Ortynskiy, V.L. (2009). *Pedahohika vyshchoi shkoly: navch. posibn.* Kyiv: Centr uchbovoyi literatury. [in Ukrainian].
- Otravenko, O.V. (2018). Monitorynh yakosti profesiinoi pidhotovky maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury v innovatsiinomu osvitno-informatsiinomu prostori zakladiv vyshchoi osvity. *In Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu. Fizychnе vykhovannia, sport i zdorovialiudyny.* (Vol. 42). [in Ukrainian].
- Khomenko, P.V. (2012). *Pryrodnychonaukova pidhotovka fakhivtsia fizychnoi kultury: monohrafiia.* Poltava: PNPU im. V. H. Korolenka. [in Ukrainian].
- Shaparenko, I.E. (2017). *Medico-biologichni aspekty sportyvnoho vidboru ta oriientatsii:* [navch. programa]. Poltava: PNPU im. V. H. Korolenka. [in Ukrainian]

SHAPARENKO I.

Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University, Ukraine

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL BASES OF TEACHING THE COURSE «MEDICAL AND BIOLOGICAL ASPECTS OF SPORTS SELECTION AND ORIENTATION» IN TRAINING BACHELOR PROGRAM «PHYSICAL CULTURE AND SPORTS»

The article deals with theoretical and methodological bases of teaching optional course «Medical and Biological aspects of sports selection and orientation» for bachelor students of the Faculty of Physical Education of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University. The goal, objectives of the course, the list of professional competencies and skills which are obligatory after the completion of the course are defined.

The components of educational-methodical complex of the subject was determined: training and content syllabus, supporting lecture notes with questions for self-instructional training, materials for practical classes and independent work, tests for current and module control of students knowledge, final tests.

The system of training highly qualified specialists provides classroom (lectures and practical classes) and independent work. In order to promote research activities a master student has 2/3 from all kind of training time.

According to the educational subject syllabus the teacher suggested the following ways of evaluation of educational achievements of bachelor students as current, modular, final control. Current knowledge assessment and control module are performed in the forms of different tests. The final assessment consists of all points earned during the current testing and modul controls, as well as the performance of individual work. Overall evaluation of bachelor students success is rating and is set by 100-scale system and totraditional scale accepted in Ukraine. A range of points that students may get for the topics of content modules were given.

Key words: *teaching and methodological syllabus, sports selection, sports orientation, physical education, sport*

Стаття надійшла до редакції 05.09. 2018 р.