

Оптимізація процесу викладання курсу «Фізичне виховання» у

Вищих Навчальних Закладах

Борисова Олена Костянтинівна

Полтавський Державний Педагогічний Університет ім. В.Г.Короленка

Процес сучасної вищої освіти проходить корінні зміни у зв'язку з переходом на нову систему навчання. Аспекти прилучення до Болонського процесу викликають ускладнення не тільки у студентів, але й у викладачів. Про важливість цієї проблеми свідчать публікації, наукові дискусії останніх років з питань формування фізичної культури студентської молоді у вузах. Запальна думка фахівців полягає у визнанні необхідності перебудови системи фізичного виховання. Існуюча система обов'язкових занять у вузах з тенденцією на зменшення кількості годин у тиждень, збільшує проблему фізичного виховання. Недостатня психологічна і фізична тренуваність, низька адаптація до складних життєвих ситуацій, ставить перед викладачами задачу- «озброїти» студентів методичними знаннями в області фізичної культури і навчати застосовувати їх на практиці.

Покращення процесу фізичного виховання ми бачимо у прагненні до самовдосконалення викладачів фізичної культури й у вихованні цієї якості в студентській молоді. Цей процес починається з усвідомлення власної особистості, з уміння оцінити свої сили і здібності, достоїнства і недоліки, визначити своє місце і роль у навчальному і робочому колективі, у суспільстві, намітити цілі життєвого шляху. Розвиток самосвідомості визначає позицію особистості у відносинах з іншими людьми, прагнення керувати своєю поведінкою у різних життєвих ситуаціях. Воно є провідним чинником роботи над собою. Самосвідомість динамічна, вона безупинно розвивається і веде за собою процес самовиховання. Разом з тим, самосвідомість заснована на знанні. Удосконалюючи їх не тільки в області фізичної культури, але й у педагогіці, психології, фізіології, викладач фізичного виховання зможе не тільки сформувати стійку мотивацію до фізичного самовдосконалення. Він може навчити студентів складати індивідуальні програми оздоровлення, вносити в них корекції відповідно до мінливого життєвим ситуаціям, зробити все, щоб фізична культура у вузі, стала усвідомленою необхідністю.

Тенденції розвитку фізичного виховання у вузі, пов'язані, насамперед, із подоланням протиріч між потребою у застосуванні здоров'я, зберігаючи технології навчання та виховання з недостатньою розробленістю цих галузей знань у методиках викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

Що маємо на сьогоднішній день у сфері фізичного виховання студентів у вузах? Програмою передбачене вивчення окремих розділів із загальнофізичної підготовки та різних видів спорту, адаптованих до спортивної, матеріально-технічної бази вузів.

Для студентів різних курсів пропонується проходження навчального матеріалу за модульними блоками програми. Загальнофізична підготовка передбачає проходження базисних розділів із використанням видів спорту: легка атлетика, плавання, спортивні ігри, види боротьби - самбо, дзюдо й ін. Розподіл студентів за рівнем фізичного розвитку припускає індивідуальний підхід їх координаційних здібностей. Тут комплектація груп проводиться з урахуванням технічної підготовленості і заняття проводиться вибірково у кожному виді спорту. Студенти, що не визначилися з напрямками спорту, займаються у групах загальнофізичної підготовки.

Використовувані варіативні підходи дозволяють спрямовано формувати пізнавально і мотиваційно - ціннісне ставлення студентів до здорового способу життя та досягненню спортивних результатів.

Що стосується психічного розвитку, то, безперечно, головне місце тут займають змагання. На кафедрі розроблена шкала змагань, що дозволяє студентам свідомо і самостійно керувати своїми діями в екстремальних умовах. Спочатку навчитися змагатися «сам із собою», тут ставляться задачі викладачем чи студентом. Контроль з боку викладача і самоконтроль студентів, дозволяє оцінювати власні досягнення у вигляді оцінки якості виконуваних рухів і їхньої результативності.

Далі умови змагання ускладнюються:

- а) боротьба з відомим і рівним під силу суперником;*
- б) теж з рівним під силу, але невідомим суперником;*
- в) боротьба з більш сильним, на початку відомим, а потім з незнайомим суперником.*

Така послідовність дозволяє студентам здобувати впевненість у своїх силах, свідомо контролювати власну поведінку, керувати своїм станом і рухами в екстремальних умовах змагальної діяльності. Навчитися умінню змагатися - значить навчитися умінню володіти собою в умовах конкуренції.

У якості критеріїв оцінки очікуваних результатів, можна використовувати:

- вивчення карти фізичного розвитку студентів за морфо функціональними показниками;
- порівняльний аналіз стану здоров'я студентів;
- самооцінку студентами самопочуття за найпростішими функціональними методиками та педагогічними тестами;
- оцінку рівня розвитку спеціальних фізичних якостей в обраному виді спорту.

Паралельний розвиток фізичних і психічних якостей студентів дозволяє ефективно трансформувати процес фізичного виховання студентів за послідовними етапами - від «моє здоров'я - у моїх руках» до уміння використовувати його як дієвий засіб керування пізнанням, навчанням, способом життя.

Оптимізацією викладання курсу «Фізичне виховання» є науково-методичне забезпечення процесу фізичного виховання студентів. На першому етапі, основну увагу необхідно зосередити на розробці, експериментальній перевірці альтернативних і позаурочних планів з урахуванням віку, статі студентів, індивідуальних особливостей та інтересів. Також важливу роль відіграє рівень особистих та професійних якостей викладача фізичного виховання ВНЗ, уміння творчо застосовувати педагогічні технології, які спираються на навчальне співробітництво, яке забезпечує взаємодію «викладач - студент». До них можна віднести такі концепції:

- *педагогіку співробітництва*
- *гуманістичну педагогіку*
- *виховуючи навчання*
- *особисто-орієнтоване навчання тощо.*

А також вивчення комплексного впливу на здоров'я студентів та інших психолога - педагогічних чинників, які зумовлені умовами проведення занять з фізичного виховання студентів ВНЗ.

Список використано) літератури:

1. Гігієнічні основи фізичного виховання студентів / Р.Р.Сіренко, А.Г.Киселевич, В.М.Стельникович, М.О.Сапронов: Навч. посіб.- Л.: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2005. - 144с.
2. Інноваційний зміст фізичного виховання в умовах реформування вищих навчальних закладів України III - IV рівнів акредитації: Матеріали Міжнародної наукової практичної конференції. - Полтава, 2006. - 176с.
3. 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. - 240с.