

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет
імені Василя Стефаника»
Інститут модернізації змісту освіти МОН України
Харківська гуманітарно-педагогічна академія
Університет Миколи Коперника
Харківська державна академія фізичної культури
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
London Metropolitan University (Університет Лондон Метрополітен)

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю

01 грудня 2022 року

CURRENT ISSUES OF PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION

Collection of materials of the III All-Ukrainian Scientific and Practical conferences with international participation

December 01, 2022

Полтава, 2022

ОРГАНІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ (НА ПРИКЛАДІ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ)

Одним із найважливіших завдань фізичного виховання у вищих навчальних закладах є формування в студентів стійкого інтересу й потреби до фізичного самовдосконалення як до основного фактора їхньої якісної життєдіяльності. Проведений соціологічний аналіз ставлення студентів більшості навчальних закладів до навчальної дисципліни «Фізичне виховання» продемонстрував індиферентне їхнє ставлення до організованих занять. Хоча 79,5 % студентів стверджують, що їм подобається дисципліна «Фізичне виховання», регулярно відвідує її лише третина студентів. Основною причиною, що лімітує участь студентів у заняттях фізичним вихованням, є те, що заняття не враховують їхніх інтересів та вподобань у видах рухової активності. 60,3 % стверджують, що навчальні заняття проводяться за програмою кафедри фізичного виховання й лише в окремих закладах вищої освіти – за вибором студентів. Так, у результаті дослідження встановлено, що 34,9 % студентів узагалі не влаштовує зміст занять, 65,1 % – частково влаштовує. Не можна не погодитися з думкою багатьох фахівців, що самостійний вибір студентами форм занять із фізичного виховання підвищує їхню мотивацію до рухової діяльності та сприяє фізичному вдосконаленню.

На впровадженні спортивно-орієнтованих технологій у практику організації фізичного виховання у вищому навчальному закладі наголошують багато науковців. Ігрові види спорту є невід'ємною складовою частиною спортивно-орієнтованого фізичного виховання студентів. Це підтверджується й результатами анкетування студентів, які стверджують, що найбільш затребуваними видами рухової активності є заняття спортивними іграми (40,0 %), зокрема настільним тенісом.

Настільний теніс відносять до найпопулярніших спортивних ігор. Це масовий, видовищний вид спорту, який розвиває в гравця не лише фізичні, але й розумові здібності, має заспокійливий ефект і покращує настрій. Можливість різноманітного підходу до занять настільним тенісом – важливий аспект його популярності. Для нього характерна низка ігрових елементів, виконання яких вимагає високого рівня фізичної підготовленості. На відміну від більшості інших ігрових видів спорту, настільний теніс не потребує складної організації й матеріально-технічного оснащення: грати в настільний теніс можна як у закритих приміщеннях, так і на відкритому повітрі, інвентар доступний, основні правила гри теж.

Проведений нами аналіз результатів анкетування молоді різних навчальних закладів м. Полтави дав підставу встановити, що більшість студентів мають досвід гри в настільний теніс. На це ствердно відповіли понад 58,57 % опитаних студентів. Практичний досвід вони набули під час навчання в

школі, відпочинку в літніх оздоровчих таборах, у позашкільних закладах освіти тощо. 62,9 % студентів позитивно ставляться до організації секційних занять настільним тенісом. Опитування студентів виявило основні підстави для відвідування занять із фізичного виховання з використанням засобів настільного тенісу: зміцнення здоров'я, підвищення фізичної підготовленості; бажання відпочити від навчальних занять і розважитися; отримати емоційне задоволення від гри й спілкування. Цей факт свідчить про потребу розробки та впровадження в практику програм занять, що мають виражений оздоровчорозвивальний ефект й формують позитивний емоційний стан студентів.

У більшості закладів вищої освіти культивуються заняття настільним тенісом у якості секційної моделі організації фізичного виховання. Оцінка умов впровадження секційної моделі занять (на основі використання засобів настільного тенісу) дала змогу визначити, що у всіх задіяних в експерименті закладах вищої освіти наявні необхідні умови для забезпечення якісного проведення секційної роботи з фізичного виховання. Аналіз засвідчив, що стан будівель вищих навчальних закладів й устаткування відповідає гігієнічно-санітарним вимогам. Спортивні зали, спортмайданчики оснащені необхідним інвентарем й обладнанням. Кадрове забезпечення закладів вищої освіти уможливорює організацію та проведення факультативних занять із фізичного виховання. Наявний необхідний кваліфікований склад фахівців, який забезпечує роботу зі студентами за цим спортивним напрямом. Стаж роботи науково-педагогічних працівників кафедр фізичного виховання у середньому складає понад 10 років. У повному обсязі представлено програмно-методичні документи, що регламентують секційну роботу з фізичного виховання. Аналіз наявних програм із настільного тенісу в закладах вищої освіти дав змогу встановити, що в більшості програмних документів навчальний матеріал розраховано на послідовне й поступове розширення теоретичних занять і практичних умінь та навичок. Заняття в секціях ґрунтуються на загальній фізичній підготовці студентів, їхніх спортивно-технічних показниках і технічній підготовленості.

Велику увагу в підготовці гравців у настільний теніс приділяють вихованню їхніх вольових якостей і досконалості психологічних показників, необхідних для успішної гри. Водночас аналіз змістовної частини програм виявив і низку недоліків, зокрема це недостатня кількість годин, що відводяться на фізичну підготовку студентів, яка в середньому становить 15 % від загального обсягу годин; у розділ фізичної підготовки в основному входять вправи на розвиток сили або силової витривалості окремих груп м'язів (сили ніг, рук, черевного преса); практично відсутні комплекси вправ для розвитку загальної координації та швидкості; основний час відведено на тренування технічної підготовленості гравців, однак методи й засоби, що застосовуються, одноманітні; у розділі тактичної підготовки вправи зводяться до використання комбінацій «трикутник» накатами та з різками; у програмах відсутня методика навчання складних подач; незначну частку становлять вправи зі спеціальної фізичної підготовки тенісистів (розвиток почуття м'яча, швидкості реакції, швидкості переміщень і швидкості ударних рухів), які складають у середньому

лише 10 % від загального обсягу годин; під час побудови тренувального заняття не враховується енергетична вартість вправ. У більшості програм спостерігаємо недоцільне планування основної частини занять (до 50 % часу відведено на ігрову підготовку, тобто гру на рахунок), практично не розглядається психологічна підготовка, не передбачена диференціація навантажень залежно від рівня фізичної й технічної підготовленості студентів тощо.

Отже, можна констатувати, що на сьогодні існує проблема розробки програм занять настільним тенісом для студентів вищих навчальних закладів, оскільки до секцій приходять молодь із різним рівнем фізичної й технічної підготовленості, що негативно впливає на ефективність тренувального процесу, на мотивацію студентів. Висновки та перспективи подальших досліджень. В умовах модернізації навчального процесу в закладах вищої освіти основним критерієм для збереження навчальної дисципліни «Фізичне виховання» стає залученість студентів до регулярних занять фізичною культурою й спортом.

Системний аналіз досліджень, здійснених науковцями в останні роки, практичного досвіду свідчить, що на сьогодні все ширше використовують спортивно-орієнтоване фізичне виховання студентів, яке ґрунтується на принципах конверсії спортивного тренування, вільного вибору виду спорту, що сприяє формуванню особистісної фізичної культури студента. Одним з основних напрямів за такої організації занять із фізичного виховання є використання спортивних ігор. Різноманітність ігрових дій, їхній змагальний характер забезпечують повноцінний фізичний розвиток і сприяють досягненню різнобічної фізичної підготовленості студентів. Високою популярністю серед студентів багатьох навчальних закладів користується настільний теніс як вид рухової активності, що не потребує складної організації й матеріально-технічного оснащення. Аналіз можливості впровадження настільного тенісу в секційну роботу студентів дав підставу встановити, що в закладах вищої освіти наявні належні умови (організаційні, матеріально-технічні, кадрові) для організації подібних занять, водночас додаткової уваги потребує програмно-методичне забезпечення цієї діяльності (розробка програми занять настільним тенісом) через недостатнє теоретичне обґрунтування й неналежну ефективність наявних розробок.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на теоретичне обґрунтування, розробку та впровадження програми секційних занять із використанням засобів настільного тенісу для студентів із різним рівнем підготовленості та оцінку її ефективності.

Література

1. Андреева О. Оцінка відношення студентів до організації процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах / Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк, 2014. № 15. С. 31–35.

2. Андрєєва О. Концептуальні та прикладні аспекти технологізації проєктувальної діяльності в сфері фізичної рекреації / Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2013. № 1. С. 35–39
3. Катерина У. Соціально-педагогічні передумови впровадження навчально-оздоровчих комплексів в процес фізичного виховання студентів / Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки, 2014. Вип. 14. С. 18–22.