

ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

Узагальнення наукових розвідок (О. Іванова, Л. Лубишева, А. Магльований та ін.) указує на те, що систематичні заняття фізичними вправами зміцнюють здоров'я студентської молоді, підвищують їх стресостійкість, а також підтримують фізичну й розумову працездатність [1]. Усе це значною мірою сприяє підвищенню успішності студентів. Водночас, у наукових висновках Б. Буліч, О. Дубогай, О. Дрозд та ін. знаходимо підтвердження того, що наразі спостерігається стійке погіршення стану здоров'я студентської молоді. Виявляється загальна закономірність збільшення захворювань серцево-судинної і дихальної систем, погіршення функціональних резервів організму, зниження рівня фізичної підготовки [4].

Це підтверджує доцільність застосування диференційованого підходу в процесі фізичного виховання студентів технічних спеціальностей. Переваги диференційованого підходу до навчання в своїх працях охарактеризували видатні учені й педагоги, а саме: К. Ушинський, В. Єднак, І. Мурахов, Ю. Новицький, Ж. Холодов та ін. В наукових дослідженнях В. Ареф'єва, Л. Дворецького, Т. Круцевич, Т. Петровської, А. Фурмана та ін.

Цей підхід розглядається як компонент управління навчанням, в якому під час розподілу студентів на групи пропонується враховувати не лише рівень фізичного розвитку, а й психологічні особливості, функціональні можливості, вид спортивної спеціалізації тощо [2, 3]. Основна мета при цьому полягає в оптимізації навчального процесу, обґрунтуванні методики занять для розвитку провідних або відстаючих фізичних якостей. З огляду на це виникає об'єктивна потреба в реалізації диференційованого підходу до організації навчання студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з дисципліни «Фізичне виховання».

Мета дослідження – обґрунтувати доцільність реалізації диференційованого підходу у навчанні студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з дисципліни «Фізичне виховання».

Диференційований підхід у фізичному вихованні – це реалізація тренером або педагогом виховних завдань відповідно до віку, статі, стану здоров'я, рівня навченості, рухової активності студентів. Цей підхід полягає спочатку в вивченні рівня соматичного здоров'я і фізичного розвитку тих, хто займається, а потім у підборі найбільш сприятливих умов розвитку через пропонувані фізичні вправи (Б. Леко, О. Малімон та ін.). Це дасть змогу кожному студентові працювати в оптимальному режимі й досягати оздоровчого ефекту внаслідок занять фізичними вправами.

У процесі формуального експерименту заняття із фізичного виховання в контрольній групі проводились за традиційними методиками, а в експериментальній групі зміст занять формувався з урахуванням

індивідуальних, вікових і статевих особливостей студентів під час зміни комплексу вправ, рівня навантаженості тощо. Унаслідок проведених досліджень встановлено, що використання диференційованого підходу до фізичного виховання студентів позитивно впливає на стан здоров'я, самопочуття, про що свідчать показники фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентів (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняльна оцінка морфофункціональних показників студентів технічних спеціальностей до і після експерименту

Тести	Етапи дослідження	ЕГ (n=30)	КГ (n=32)	Достовірність різниці
Маса тіла (кг)	До експерименту	69,8	70,1	<0,05
	Після експерименту	68,5	72,7	>0,05
ЖЄЛ (мл)	До експерименту	3640,31	3721,80	<0,05
	Після експерименту	3943,54	3708,36	>0,05
ЧСС в стані спокою (уд/хв)	До експерименту	80	81	<0,05
	Після експерименту	76	82	>0,05
Біг на 100 м (с)	До експерименту	14,3	13,8	<0,05
	Після експерименту	13,67	13,94	>0,05
Підтігування на перекладині (разів)	До експерименту	9	10	<0,05
	Після експерименту	11	9	>0,05
Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см)	До експерименту	40,9	41,6	<0,05
	Після експерименту	48,3	41,5	>0,05

Підсумовуючи вищевикладене, маємо підстави вважати, що реалізація диференційованого підходу в навчання студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» з дисципліни «Фізичне виховання» сприяє збереженню і зміцненню здоров'я студентів технічних спеціальностей та підвищенню рівня їх фізичної підготовленості.

Література

1. Лєко Б. А. Диференціація фізичного виховання у ВНЗ – шлях до спорту для всіх / Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць. Х.: ХАДМ, 2003. №2. С. 101–112.
2. Круцевич Т. Ю. Научные подходы к определению нормативов физической подготовленности школьников и студентов / Современный Олимпийский и Паралимпийский спорт и спорт для всех: материалы XII Междунар. науч. конгресса. М., 2008. Т. 3 С. 129–130.

3. Романенко В. В. Вплив різних режимів рухової активності на фізичний стан студенток вищих навчальних закладів гуманітарного профілю: автореф. Дис.. канд. наук з фіз. вих. і спорту. Львів. 2003. 26 с.
4. Турчина Н. І. Сучасні особливості педагогічного процесу фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів технічного профілю і рекомендації щодо його вдосконалення / Здоровий спосіб життя: зб. наук. ст. Львів: ЛДУФК, 2007. № 22. С. 45–53.

Кулик М., студент групи 101-ФС
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Науковий керівник:
к.фіз.вих., доцент кафедри фізичної культури та спорту Гета А. В.
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Сучасний етап науково-технічного прогресу вимагає інтенсифікації розумової праці студентської молоді, висуває високі вимоги до спеціальної професійно-педагогічної підготовки учителя загальноосвітньої школи та фізичного виховання в тому числі.

Педагогічна діяльність учителя фізичної культури є творчою, конструктивною, організаторською, діагностичною, важливою для відтворення суспільного потенціалу. Вона забезпечує навчально-виховний вплив не лише розумового, а й фізіологічного характеру. В зв'язку з цим його соціально-педагогічні функції (вихователя, організатора, дослідника) постійно розширюються й ускладнюються. До професійних здібностей учителя фізичного виховання належать: наявність педагогічного хисту; прагнення працювати в галузі ФКіС; типологічні риси нервової системи, що характеризують силу, рухливість і врівноваженість основних психічних процесів; добрий фізичний стан; висока загальна, інтелектуальна й естетична культура; морально-правова свідомість тощо.

Аналіз вимог до підготовленості вчителя фізичного виховання дає підстави стверджувати, що вони будуються на сукупності взаємопов'язаних фізкультурно-виховних і психолого-педагогічних знань і вмінь, котрі становлять основу професійно-педагогічної компетентності вчителя фізичного виховання. Це інтегроване, багаторівневе та багатокомпонентне утворення, що об'єднує: світоглядні позиції також діагностико-прогностичних, навчально-розвивальних, оздоровчо-профілактичних, навчально-методичних, виховних, комунікативних, здоров'язберезувальних, моніторингових, фізкультурно-просвітницьких аспектів його діяльності та є важливою характеристикою творчої педагогічної діяльності в галузі фізичної культури і спорту, прагнення до соціально-педагогічної активності, духовного та фізичного