

ВИЗНАЧЕННЯ МЕТИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ

Цимбалюк Ж.О., Гогіна Т.І.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

DOI: 10.17309/tmfv.2016.3.1166

Анотація:

Мета дослідження — визначити мету фізичного виховання в педагогічному ВНЗ.

Матеріал і методи. В дослідженні застосовані теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури; вивчення інструкцій, документів, що регламентують процес організації і проведення дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ; анкетування. У дослідженні прийняли участь 60 студентів-першокурсників ХНПУ імені Г.С. Сковороди українського мовно-літературного факультету набору 2015—2016 року.

Результати дослідження. Аналіз анкет виявив низькі показники мотиваційних варіантів вибору секції, що пов'язані з майбутньою професією. Конкретизована мета навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у педагогічному ВНЗ. Сформульована здоров'язберігаюча компетентність.

Висновки. Особливості педагогічної професії вимагають оволодіння майбутніми педагогами під час проходження дисципліни «Фізичне виховання» здоров'язберігаючою компетентністю, а саме – здатністю підтримувати загальний рівень фізичного здоров'я для ведення соціальної й професійної діяльності.

Ключові слова: професіограма вчителя; фізичне виховання; здоров'язберігаюча компетентність.

Постановка проблеми. Сьогодні до педагогічного працівника висувається ряд вимог, які дозволяють йому виконувати професійні обов'язки в навчальних закладах середньої освіти. Серед них особливе місце займають вимоги до відповідного рівня педагогічної освіти та професійної підготовки, моральних якостей, фізичного і психічного стану здоров'я, що забезпечують результативність та якість їх роботи [6]. Це потребує від дисципліни «Фізичне виховання» у вищому навчальному закладі педагогічного профілю нового підходу до вирішення проблеми підготовки майбутніх педагогів до професійної діяльності під час навчання та утвердження прикладного значення фізичного виховання, формування мотивації шляхом демонстрації реальної необхідності і корисності запропонованих фізичних вправ, диференційованих з урахуванням стану здоров'я і подальших кар'єрних очікувань [1, 8].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасна система підготовки фахівців у вищих навчальних закладах характеризується інтенсифікацією процесу навчання, збільшенням кількості отримуваної інформації, психічною насиченістю навчальних занять, сесій, високими вимогами до якості знань, недостатнім обсягом рухової активності та, як наслідок, недостатнім рівнем фізичної підготовленості, стану здоров'я [9].

Рік від року зростає чисельність студентів з відхиленнями в стані здоров'я (від 5,36 % на 1 курсі до

14,46 % на 4 курсі) [5, 11], а в подальшому, несприятливі умови праці вчителя (ненормований робочий день, високі вимоги до діяльності нервової системи, психологічні перевантаження, знижена рухова активність, тощо) призводять до виникнення у них захворювань професійного характеру [2, 10, 11].

Зауважимо, що поміж майбутніх педагогів (першокурсників українського мовно-літературного факультету набору 2015—2016 року) під час анкетування щодо вибору секції під час занять [11] визначено низькі показники мотиваційних варіантів вибору секції, що пов'язані з майбутньою професією, а саме – психофізична підготовка до майбутньої професії й оволодіння життєво необхідними вміннями і навичками (лише 20 %). Це потребує застосування різних форм мотивації до регулярних занять фізичними вправами, які мають прикладне значення.

Це вимагає конкретизації мети навчальної дисципліни «Фізичне виховання», яка б сприяла підвищенню якості підготовки майбутніх педагогів у вищих навчальних закладах.

Зв'язок роботи з науковими планами, програмами, темами. Робота виконана згідно плану науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди за темою «Удосконалення організації та проведення фізичного виховання у ВНЗ 3—4 рівня акредитації» (2014—2019 р. р.) (номер держ. реєстрації 0114U003927).

Матеріали і методи

Мета дослідження — визначити мету фізичного виховання в педагогічному ВНЗ.

Методи та організація досліджень. В дослідженні застосовані наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури з метою визначення стану проблеми дослідження; вивчення інструкцій, документів, що регламентують процес організації і проведення дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ; анкетування.

Дослідження проводилися в Харківському національному педагогічному університеті імені Г.С. Сковороди. В ньому прийняли участь 60 студентів-першокурсників українського мовно-літературного факультету набору 2015—2016 року.

Результати дослідження. Сучасні зміни в складанні навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ (скорочення часового обсягу, свобода вибору виду спорту під час навчальних занять, скасування форм контролю) потребують чіткого визначення мети процесу фізичного виховання в закладах педагогічного профілю.

Педагогічний процес фізичного виховання починається з визначення його мети. Від її конкретності залежить інтенсивність навчальної діяльності студентів. Недостатня зосередженість на досягненні мети педагогів і студентів робить мету ФВ невизначеною. Правильно окреслена мета має визначальне значення для організації успішного процесу фізичного виховання. Вона визначає спосіб і характер дій студентів. Усвідомленість мети — необхідна умова її досягнення. Складна мета поділяється на конкретніші завдання. Головною складністю мети фізичного виховання студентів є модель студента відповідно до професіограми спеціальності.

Для науково-теоретичного обґрунтування фізичного виховання студентів, зокрема визначення завдань, необхідно дослідити вимоги до фізичної готовності, професійно важливих якостей спеціалістів, умов, у яких здійснюється професійна діяльність, зокрема і шкідливих, що визначаються в ОКХ на основі професіограми [7].

Ще 1969 року Л.Н. Ніфонтowa підкреслювала, що від кожного спеціаліста вимагається не тільки міцне здоров'я і різнобічний фізичний розвиток, а й володіння знаннями, уміннями й навичками, які забезпечать свідоме та правильне використання різноманітних засобів фізичної культури і спорту в режимі праці та відпочинку з метою підвищення або збереження на високому рівні їх працездатності [11]. Тобто в період навчання у ВНЗ у студентів необхідно сформувати знання й уміння оптимізації свого психофізіологічного стану під час професійної діяльності.

Проаналізувавши дослідження науковців [3, 4, 12], ми об'єднали практичну діяльність, теорію і методику фізичного виховання з об'єктом праці в одне ціле на основі предметної професійної діяльності, вимог до фізичної готовності та цілей діяльності.

Умови роботи вчителів ЗОШ належать до категорії фізичної праці середньої інтенсивності, але постійне спілкування з людьми відносить їх до найбільш складних і напружених за витратами психофізіологічної енергії. Цей напрям спеціальностей характеризується великим розумовим навантаженням, потребує високого рівня розподілу і переключення уваги, здатності приділяти, координувати увагу на декількох об'єктах одночасно, зберігати її стійкість упродовж значного проміжку часу.

Прийом інформації здійснюється за умови високого рівня розпізнавання оптичних, тактильних, звукових сигналів. Для роботи особливо необхідно розвивати зоровий, слуховий аналізатори, оптимальний рівень розвитку м'язово-рухового, вестибулярного, тактильного, а в окремих випадках температурно-аналізаторного апарату. Основними психічними процесами, які беруть участь у прийомі інформації є: зорові відчуття (відображення різних кольорів із проміжками відтінків між ними, світлових контрастів); слухові відчуття (відображення тембру, висоти, гучності); м'язово-рухові відчуття (положення тіла у просторі); тактильні відчуття предметів, тіл; температурні відчуття тепла, холоду та їх змін.

У збереженні та переробці інформації беруть участь переважно довільна пам'ять, мислення, запам'ятовування, збереження, відтворення, забування.

Найбільше значення в діяльності має образна пам'ять на зорові уявлення формул, схем, картин, звуків, запам'ятовування, збереження, відтворення різних рухів; емоційна, довготривала, короткочасна, оперативна і невимушена пам'ять; наявні розумові операції аналізу, синтезу, порівняння, абстракції, конкретизації.

Прийняття рішень характеризується наявністю як простих, так і складних, статичних, динамічних, детермінованих завдань. В основному це неризиковані завдання. Використовуються алгоритмічна й евристична стратегії вибору рішень. Більшість рішень приймаються у звичайних умовах, але часто супроводжуються психічним напруженням як результат співпраці з людьми.

У моторних діях задіяні переважно верхній плечовий пояс і тулуб. Переважають тривалі дрібні рухи руками різної амплітуди, високі вимоги до точності рухів. За характером психофізіологічних вимог це швидкі точні рухи пальцями в умовах змінних програм, які вимагають координації витривалості рук, пальців, погодження з процесом сприйняття, сенсомоторної координації.

Протягом робочого дня навантаження часто настає в центральній нервовій системі, а невміння витримувати робочі пози є причиною напруження в дихальній і серцево-судинній системах. Статичне

положення спричиняє напруження в опорно-руховому апараті та м'язах шийного відділу хребта. Настає втома пальців, особливо характерне перенапруження зорового аналізатора.

Переважає емоційне збудження, яке характеризується активізацією різноманітних функцій організму.

Спілкування з людьми, учнями створює безліч екстремальних і стресових ситуацій, які вимагають витримки та самовладання. Часті гіподинамія і значні перенапруження, негативні емоції пов'язані зі змістом та умовами праці, що вимагає терпіння і стійкості.

Робота характеризується тим, що в її процесі формується початкова стадія граничного функціонального стану, спостерігається помітне зниження фізіологічних функцій центральної нервової системи, зору, дихальної системи, відповідно уповільнюється виконання звичайних робочих операцій, погіршується ефективна діяльність. Протягом робочого тижня настає граничне функціонування стану організму, при відсутності відповідних профілактичних заходів настає стресовий стан. Суттєве значення для успіху в роботі має високий рівень психофізіологічної підготовленості, загальної, статичної, силової витривалості, координації рухів, спритності рук, м'язової чутливості, концентрації та стійкості уваги. Необхідно удосконалювати функції рухового і зорового аналізаторів, а саме: оптимального зорового розрізнення, силового диференціювання, уміння розслабляти м'язи, оптимізувати стан.

Необхідно мати стан здоров'я без зовнішніх ефектів. Обов'язково мати відмінний зір і слух.

Серед необхідних загальних фізичних якостей варто назвати високий рівень загальної фізичної і психічної витривалості, силової, статичної витривалості м'язів шиї, тулуба, ніг, а серед необхідних спеціальних фізичних якостей — високий рівень витривалості м'язів зорового аналізатора, статичну витривалість тулуба, спритність рук, точну маніпуляцію, силу верхнього плечового пояса.

Необхідними психічними якостями є спостережливість, високий обсяг розподілення, переключення, концентрація, стійкість уваги, розвинута короткочасна і довготривала пам'ять, операційне мислення (словесна й емоційна стійкість, витримка, самовладання, наявність логічного мислення при високому рівні розвитку творчого мислення), високий рівень аналітичного, синтетичного, дедуктивного мислення, креативність.

Інтегральні якості представлені комунікативністю, колективізмом, умінням спілкуватися і взаємодіяти; ерудицією, широким кругозором, урівноваженістю, активністю, умінням висловлювати свої

думки (вербальні якості), схильністю до самоосвіти, високим рівнем розвитку понятійного мислення, володінням науковими поняттями, здатністю сприймати і розуміти різноманітні терміни.

Для забезпечення перерахованих якостей необхідно в процесі ФВ вирішити наступні завдання:

- переважний розвиток фізичних якостей, загальної і статичної витривалості, сили верхнього плечового пояса, спритності та координації рухів рук, м'язової чутливості;
- розвиток психофізіологічних якостей – удосконалення в першу чергу функцій рухового, зорового, вестибулярного аналізаторів (точність просторового та силового диференціювання, швидкість зорового розрізнення, функції уваги, уміння розслабляти м'язи й оптимізувати стан для збереження загальної працездатності при тривалому перебуванні в стані гіпокінезії);
- у зв'язку з великим обсягом інформації, яка потрапляє через зоровий аналізатор, виконання комплексної програми для тренування, розвитку, оптимізації стану м'язів ока: верхнього і нижнього прямого, нижнього і верхнього косого, середнього і бокового прямого м'язів;
- оптимізація спеціальних знань з теорії і практики ППФП для раціоналізації режимів праці й відпочинку.

Система знань повинна забезпечити вміння:

- використовувати прикладні вправи з легкої атлетики, гімнастики, спортивних ігор, настільного тенісу, плавання, бадмінтону, тенісу;
- проводити в перерви і мікропаузи комплекс виробничої гімнастики;
- проводити індивідуальні сеанси «психологічного розвантаження».

Висновки. Професійна самореалізація, перетворення навколишньої дійсності, ефективного навчання й виховання учнів вимагають від учителя підтримки на належному рівні власне професійного здоров'я. Це досягається в разі оволодіння майбутніми педагогами під час проходження дисципліни «Фізичне виховання» здоров'язберігаючою компетентністю, а саме — здатністю підтримувати загальний рівень фізичного здоров'я для ведення соціальної й професійної діяльності.

У перспективі нашого дослідження передбачена розробка програмних результатів навчання.

Конфлікт інтересів.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Література

References

1. Базальчук В. Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу [Текст]: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. Б. Базальчук. — Львів: ЛДДФК — Львів, 2004. — 22 с.
2. Бобрицька В. Як зберегти психічне здоров'я: поради для вчителя [Текст] / В. Бобрицька // Директор школи. — 2002. — №15. — С. 8—10.
3. Волков В. Ю. Компьютерные технологии в физической культуре, оздоровительной деятельности и образовательном процессе [Текст] / В. Ю. Волков // Теория и практика физической культуры. — 2001. — № 4—5. — С. 60—63, 56—61.
4. Глузман А. В. Университетское педагогическое образование: основные положения концепции [Текст] / А. В. Глузман // Проблемы современной педагогической освіти. Серия: Педагогика и психология: сб. ст. — К.: Пед. преса, 2001. — Вип. 3. Ч. 1. — С. 9—14.
5. Драчук А. І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів освіти гуманітарного профілю: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. І. Драчук. — Львів: ЛДДФК, 2001. — 20 с.
6. Закон України «Про загальну середню освіту» №651-XIV, із змінами від 4 червня 2008 р - режим доступу: www.osvita.org.ua Законодавство
7. Климов. Е. А. Путь в профессионализме. Психологический взгляд. [Текст]: учебное пособие / Е. А. Климов. — Московский психолого-социальный институт. — М.: Флинта, 2003. — 320 с.
8. Котов Є. О. Підготовка студентів вищих закладів освіти до самостійних занять фізичними вправами [Текст]: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Є. О. Котов. — ХДАФК. — Харків, 2003. — 20 с.
9. Лошицька Т. І. Аналіз функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем у юнаків з різними рівнями фізичного здоров'я та фізичної підготовленості [Текст] / Т. І. Лошицька // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. — Харків, 2005. — № 18. — 44 с.
10. Петрушкин В. Здоровье учителя [Текст] / Петрушкин В. // Дайджест педагогічних ідей та технологій «Школа - ПАРК». — 2003. — №2. — С. 102—106.
11. Піддубний О.Г. Організаційно-методичні основи побудови фізичного виховання студентів педагогічних вищих навчальних закладів [Текст]: навч. посібник для організаторів занять з фіз. виховання / О.Г. Піддубний, Ж.О. Цимбалюк, Т.І. Гогіна, В.В. Коновалов. — Х.: ХНПУ, 2012. — 201 с.
12. Цимбалюк Ж.О. Динаміка змін мотивації до занять фізичним вихованням у студентів педагогічного ВНЗ [Текст] / Ж.О. Цимбалюк, О.І. Чорний // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — №10. — С. 24—28.
1. Bazal'chuk, V. B. (2004). Orhanizatsiyni zasady aktyvizatsiyi sportyvno-ozdorovchoyi diyal'nosti studentiv v umovakh vyshchoho navchal'noho [Organizational Principles activation sports and recreational activities of students in the university]. *L'viv, LDIFK*, 22.
2. Bobryts'ka, V. (2002). Yak zberehty psykhhichne zdorov'ya, Porady dlya vchytelya [Dyktor shkoly]. 8-10.
3. Volkov, V. Yu. (2001). Komp'yuternye tekhnologii v fizicheskoy kul'ture, ozdorovitel'noy deyatel'nosti i obrazovatel'nom protsesse. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury*, (4-5), 60-63, 56-61.
4. Hluzman, A. V. (2001). Unyversytet-skoє pedahohycheskoє obrazovanye: osnovnye polozhenyya kontseptsyy. *Problemy suchasnoyi pedahohichnoyi osvity. [Pedahohika i psykhohohiya]*. K, Ped. presa, 3, 1, 9-14.
5. Drachuk, A. I. (2001). Optymizatsiya fizychnoho vykhovannya studentiv vyshchyykh navchal'nykh zakladiv osvity humanitarnoho profilyu [Optimization of physical education university students of humanities education]. *L'viv, LDIFK*, 20.
6. Zakon Ukrainy. Pro zahal'nu serednyu osvitu, 651-XIV, iz zminamy vid 4 chervnya 2008 r - rezhyom dostupu: www.osvita.org.ua Zakonodavstvo.
7. Klymov, E. A. (2003). Put' v professyonalizme [Psykhohychesky vz-hlyad]. *Moskva, Flynta*, 320.
8. Kotov, Ye. O. (2003). Pidhotovka studentiv vyshchyykh zakladiv osvity do samostiynykh zanyat' fizychnymy vpravamy [The students of higher education institutions to exercise self]. *Kharkiv, KhDAFK*, 20.
9. Loshyts'ka, T. I. (2005). Analiz funktsional'noho stanu sertsevo-sudynnoyi ta dykhal'noyi system u yunakiv z ryznymy rivnyamy fizychnoho zdorov'ya ta fizychnoyi pidhotovlenosti. *Pedahohika, psykhohohiya ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*, (18), 44.
10. Petrushkyn V. (2003). Zdorov'e uchytelya. *Daydzhest pedahohichnykh idey ta tekhnolohiy, Shkola - PARK*. 2, 102-106.
11. Pidubnyy, O.H., Tsybalyuk Zh.O., Hohina T.I., Konovalov V.V. (2012). Orhanyzatsiyno-metodychni osnovy pobudovy fizychnoho vykhovannya studentiv pedahohichnykh vyshchyykh navchal'nykh zakladiv: navch. posibnyk dlya orhanyzatoriv zanyat' z fiz. vykhovannya, *Kh.: KhNPU*, 201.
12. Tsybalyuk, Zh.O., Chornyy, O.I. (2013). Dynamika zmin motyvatsiyi do zanyat' fizychnym vykhovannyam u studentiv pedahohichnoho VNZ. [Teoriya ta metodika fizychnoho vohovanna [Theory and methods of the physical education], (10), 24-28.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ» БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ

Цымбалюк Ж.А., Гогина Т.И.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды

Реферат. Статья: 5 с., 12 источников.

Цель исследования — определить цель физического воспитания в педагогическом вузе.

Материал и методы. В исследовании применены теоретический анализ и обобщение научной литературы; изучение инструкций, документов, регламентирующих процесс организации и проведения дисциплины «Физическое воспитание» в вузах; анкетирование. В исследовании приняли участие 60 студентов-первокурсников ХНПУ имени Г.С. Сковороды украинского литературного факультета набора 2015—2016 года.

Результаты исследования. Анализ анкет показал низкие показатели мотивационных вариантов выбора секции, связанные с будущей

профессией. Конкретизирована цель учебной дисциплины «Физическое воспитание» в педагогическом вузе. Сформулирована здоровьесберегающая компетентность.

Выводы. Особенности педагогической профессии требуют овладения будущими педагогами при прохождении дисциплины «Физическое воспитание» здоровьесберегающей компетентностью, а именно — способностью поддерживать общий уровень физического здоровья для ведения социальной и профессиональной деятельности.

Ключевые слова: профессиограмма учителя; физическое воспитание; здоровьесберегающая компетентность.

IDENTIFICATION PURPOSE OF EDUCATIONAL DISCIPLINE «PHYSICAL EDUCATION» FUTURE TEACHERS

Tymbaliuk Zh.O., Gogina T.I.

G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 5 p., 12 sources

The aim — to define the purpose of physical education in pedagogical universities.

Materials and Methods. The study used the theoretical analysis and synthesis of scientific literature; study the instructions and documents that regulate the organization and discipline of «Physical Education» in universities; survey. In the study involved 60 first-year students HNPU behalf G.S. Skovoroda ukrainian language and literature faculty recruitment 2016.

Research results. Analysis of the questionnaires showed low rates of incentive options section that relate

to future profession. Specified purpose of discipline «Physical Education» at pedagogical universities. Formulated preserve health competence.

Conclusions. Features of the teaching profession requires mastery of future teachers during their discipline «Physical Education» preserve health competence — namely, the ability to maintain overall physical health to maintain social and professional activities.

Keywords: profессиogram teacher; physical education; preserve health competence.

Інформація про авторів:

Цимбалюк Ж.О.: tymbaliuk.zhanna@yandex.ua; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Гогіна Т.І.: tymbaliuk.zhanna@yandex.ua; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Цимбалюк Ж.О. Визначення мети навчальної дисципліни «фізичне виховання» майбутніх вчителів / Цимбалюк Ж.О., Гогіна Т.І. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 3. — С. 14—18. doi: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2016.3.1166>

Стаття надійшла до редакції: 25.08.2016 р. Прийнята: 25.09.2016 р. Надрукована: 30.09.2016 р.