

Scientific journal
PHYSICAL AND MATHEMATICAL EDUCATION
Has been issued since 2013.

ISSN 2413-158X (online)
ISSN 2413-1571 (print)

Науковий журнал
ФІЗИКО-МАТЕМАТИЧНА ОСВІТА
Видається з 2013.

<http://fmo-journal.fizmatsspu.sumy.ua/>



Лазоренко С.А. Роль засобів фізичного виховання у формуванні інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах змішаного навчання. Фізико-математична освіта. 2020. Випуск 3(25). Частина 2. С. 88-92.

Lazorenko S. The role of means of physical education in the formation of information and digital culture of future physical culture and sports specialists in conditions of blended learning. Physical and Mathematical Education. 2020. Issue 3(25). Part 2. P. 88-92.

DOI 10.31110/2413-1571-2020-025-3-031
УДК 374:37.013

С.А. Лазоренко

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка, Україна
ORCID: 0000-0001-6493-8514

РОЛЬ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРМУВАННІ ІНФОРМАЦІЙНО-ЦИФРОВОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ

АНОТАЦІЯ

Формулювання проблеми. Відповідно до умов змішаного навчання у вищій школі розширюється і поглиблюється зміст професійної підготовки майбутнього фахівця фізичної культури і спорту, урізноманітнюються форми і методи навчання, використовуються інноваційні інформаційні технології навчання. Тому формування інформаційно-цифрової культури фахівців фізичної культури та спорту потребує перегляду в умовах інформатизації освіти й традиційних засобів фізичного виховання.

Матеріали і методи. Теоретичні методи: системний аналіз наукової, психолого-педагогічної, методичної літератури; узагальнення та систематизація теоретичних відомостей щодо професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту та розвитку їх інформаційно-цифрової культури.

Результати. У системі вищої фізкультурної освіти накопичена достатня кількість різноманітних комп'ютерних програм загального і спеціального навчального призначення, спрямованих на підвищення якості процесу застосування засобів фізичного виховання, які відрізняються оригінальністю, високим науковим і методичним рівнем. Однак, відсутні розробки в галузі навчаючих систем (систем з елементами штучного інтелекту) на основі мультимедійних дидактичних технологій, які б дозволяли використовувати певну логіку організації навчально-пізнавального процесу і враховували індивідуальний рівень підготовленості студентів, забезпеченість наочністю, повноту викладення інформаційного матеріалу, передбачали можливість роботи в системі у властивому для кожного студента темпі. Нова дидактична організація інформаційно-освітнього середовища закладу вищої освіти вимагає підпорядкування застосування засобів фізичного виховання меті формування інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців ФКіС.

Висновки. Існуючі мультимедійні ресурси не достатньо використовуються у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. Нарощування потужностей використання інформаційних технологій може відбуватися тільки за рахунок створення навчально-методичного забезпечення нового покоління. До таких можна віднести: мультимедійні дидактичні засоби навчання, електронні підручники в оболонках дистанційного навчання, педагогічні тренажери.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: майбутні фахівці фізичної культури і спорту, професійна підготовка, інформаційно-цифрова культура, засоби фізичного виховання, змішане навчання.

ВСТУП

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку суспільства національна система професійної освіти зазнає докорінних змін, зокрема пов'язаних з підготовкою у ЗВО конкурентоздатних і творчих фахівців для сучасного ринку праці. Вища освіта покликана формувати фахівця, рівень підготовки якого має відповідати світовим і національним стандартам, вимогам сьогодення, коли українська освіта здійснюється в умовах дистанційного чи змішаного навчання. Модернізація освітньої сфери вимагає переосмислення й пошуку нових засобів навчання, які забезпечили б якість та ефективність цієї підготовки. З огляду на це професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури та спорту (ФКіС) набуває особливого значення, адже вона має реалізуватися в умовах нового інформаційного суспільства. Зазначене вимагає звернути особливу увагу на процес формування інформаційно-цифрової культури фахівців фізичної культури та спорту.

Відповідно до умов змішаного навчання у вищій школі розширюється і поглиблюється зміст професійної підготовки майбутнього фахівця ФКіС, урізноманітнюються форми і методи навчання, використовуються інноваційні інформаційні технології (ІТ) навчання. Тому формування інформаційно-цифрової культури фахівців фізичної культури та спорту потребує перегляду в умовах інформатизації освіти й традиційних засобів фізичного виховання.

Аналіз актуальних досліджень. Професійне становлення майбутніх фахівців фізичної культури та спорту (ФКІС) досліджували Р. Клопов, А. Конох, Н. Степанченко, Л. Суценко, Б. Шиян та інші. Науковці зазначають важливість проблеми пошуку шляхів модернізації усіх аспектів професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту відповідно до сучасних тенденцій дистанційної чи змішаної освіти.

У Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту зазначено, що фізичне виховання та масовий спорт (спорт для всіх) виступають суттєвим чинником здорового способу життя, профілактики захворювань, організації змістовного дозвілля, формування гуманістичних цінностей різних груп населення, створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини. Адже на законодавчому рівні був відданий пріоритет оздоровчій роботі у всіх компонентах сфери фізичної культури і спорту.

Фізичне виховання є головним напрямом впровадження фізичної культури і становить органічну частину загального виховання, покликану забезпечувати розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей та професійно-прикладних навичок людини. Для національної системи фізичного виховання характерний цілий комплекс засобів, серед яких провідне місце займає рухова активність людини (фізичні вправи, народні ігри і забави, військові, побутові та професійні дії). Допоміжним засобом є оздоровчі сили природи (сонце, повітря, вода, земля) та гігієнічні фактори (режим дня і харчування, дотримання правил особистої та громадської гігієни тощо) (Папуша, 2008).

Мета статті. З огляду на це метою статті є розкрити роль засобів фізичного виховання в умовах інформатизації освіти та формування інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців фізичної культури та спорту.

МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Теоретичні методи: системний аналіз наукової, психолого-педагогічної, методичної літератури; узагальнення та систематизація теоретичних відомостей щодо професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту та розвитку їх інформаційно-цифрової культури.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Найвищої ефективності фізичного виховання можна досягнути за умови комплексного використання засобів, тобто, рухова активність повинна здійснюватись здебільшого за сприятливих природних умов і при незаперечному дотриманні правил особистої гігієни.

Рухова активність людини передбачає виконання окремих рухів, рухових дій та цілісної рухової діяльності. Рух – це моторна функція організму, що виражається у зміні положень тіла або окремих його частин. Розрізняють вроджені і довільні рухи (Круцевич,1999) (рис. 1).



Рис. 1. Основні та допоміжні засоби фізичного виховання

Фізичними вправами називаються лише ті рухові дії, які спрямовані на вирішення завдань фізичного виховання і підпорядковані його закономірностям (Круцевич, 1999). При цьому виділяють форму та зміст фізичної вправи (рис. 2). При цьому існують різні педагогічні класифікації фізичних вправ: за ознакою впливу на фізичні якості людини, за значенням для вирішення завдань фізичного виховання, за значенням для розвитку різних систем організму, за видами спорту (рис. 3).



Рис. 2. Форма та зміст фізичної вправи

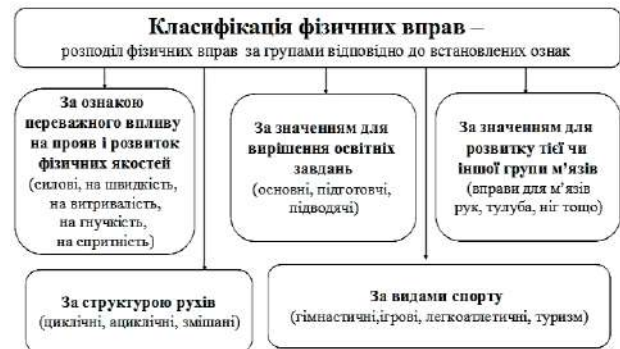


Рис. 3. Класифікація фізичних вправ

Застосування програмного забезпечення, наприклад, Інтернет-ресурсу з біомеханіки, допоможе майбутнім фахівцям з фізичної культури та спорту вивчити біомеханічні основи рухової діяльності людини, а також педагогічні засоби і методи її оптимізації з метою удосконалення рухових дій для досягнення запланованих результатів у фізичному вихованні, спорті, а також у фізичній реабілітації та рекреації. Як бачимо, виконання рухових дій доцільно доповнювати використанням відповідних інформаційних ресурсів.

Фізичні вправи є одним з найбільш біологічно обґрунтованих засобів, що забезпечує природну потребу організму в руховій активності, профілактику та лікування захворювань, відновлення працездатності фахівців. Оздоровчі (тренувальні) заняття повинні мати комплексний характер, тобто сприяти розвитку фізичних якостей, зміцнювати здоров'я і підтримувати загальну працездатність організму. Оздоровчі заняття фізичними вправами мають складатися із вступної частини (розминки), основної частини заняття та заключної частини заняття (заминки) (рис. 4). Для вступної частини характерні тонізуючі вправи, що сприяють поступовій адаптації організму до фізичних навантажень. Для основної частини слід підбирати швидко-силові вправи, з елементами спортивних ігор, що активізують стан усіх систем організму. Для заключної частини слід добирати дихальні психотонічні вправи (рис. 5).



Рис. 4. Компоненти заняття фізичними вправами

Частина	Характер вправ	Тривалість, хв.	Методичні вказівки	Цільова настанова
Вступна	Ходьба, вправи під час ходьби для рук, ніг, тонізуючі, дихальні вправи, вправи для малих і середніх груп м'язів	3-5	Ходьба з прискоренням та уповільненням. В. п. - стоячи, сидячи. Темп середній. Вдих подовжений	Поступова адаптація організму до фізичних навантажень
Основна	Швидко-силові, статико-динамічні вправи для середніх та великих груп м'язів рук, ніг, тулуба. Вправи на координацію рухів, рівновагу. Вправи із предметами, елементами спортивних ігор.	15	В. п. - стоячи, сидячи, лежачи. Амплітуда рухів у суглобах велика, темп середній. Вправи виконувати емоційно. Вдих подовжений чи затриманий.	Активізація симпатичної частини вегетативної нервової системи. Тренування вестибулярного апарату. Загальне зміцнення організму
Заклучна	Вправи для середніх та малих м'язових груп, дихальні вправи. Вправи зі статичним навантаженням та елементами психотонічного тренування	5-7	В. п. - стоячи, сидячи, лежачи. Амплітуда рухів велика, темп середній, повільний. Вдих подовжений	Забезпечення психотонічної післядії процедури

Рис. 5. Характер вправ для різних частин тренування

Виходячи з широких можливостей позитивного впливу на організм у всіх ланках системи фізичного виховання України (в дошкільних закладах, загальноосвітній школі, ЗВО I-IV рівня, спортивних організаціях, клубах, товариствах, відомствах тощо) згідно до програм рекомендовано, за належністю матеріально-технічних можливостей, культивувати біг, спортивну ходьбу, плавання, спортивні та рухливі ігри (футбол, волейбол, баскетбол, теніс у дворах, на імпровізованих майданчиках, на пляжах тощо), атлетичну гімнастику, аеробіку, фітнес та шейпінг, туризм, їзду на велосипедах, катання на лижах як засоби фізичного виховання (рис. 6).

Отже, під час використання вказаних засобів фізичного виховання доцільно застосовувати спеціалізоване комп'ютерне програмне забезпечення: інформаційно-тематичний комплекс "Постава" для вдосконалювання викладання навчальної дисципліни "Динамічна анатомія" (Кашуба, 2002); комп'ютерний комплекс "Атлетична підготовка"; "Фітнес" (Волков, 1997); комплекти мультимедійних дидактичних засобів з різних видів спорту (Храмов, 2011), електронний навчальний посібник "Плавання з методикою викладання" (Скалій, 2002) тощо.

Добір засобів і методів навчання здійснюється за розсудом викладачів з урахуванням інтересів та індивідуальних особливостей суб'єктів навчання, рівня їхнього здоров'я, фізкультурної освіти, фізичної підготовленості тощо.

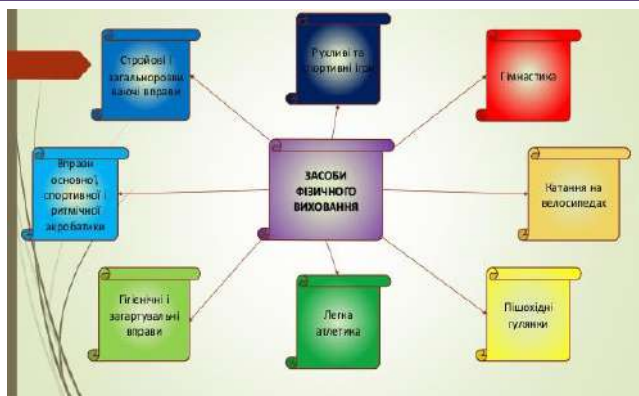


Рис. 6. Засоби фізичного виховання, рекомендовані нормативними документами та програмами МОН

ОБГОВОРЕННЯ

Завдяки фізкультурно-оздоровчим технологіям які постійно вдосконалюються, реалізуються різні завдання фізичного виховання (рис.7).

- Підвищення функціональних можливостей організму засобами фізичної культури
- Сприяння всебічному гармонійному розвитку, відмова від шкідливих звичок, покращення розумової і фізичної працездатності
- Формування думки про систематичні заняття фізичними вправами з урахуванням особливостей їх майбутньої професії, фізичне самовдосконалення та здоровий спосіб життя
- Отримання студентами та учнями необхідних знань, умінь та навиків у галузі фізичної культури з метою профілактики захворювань, відновлення здоров'я та підвищення професійної працездатності
- Використання засобів фізичної культури в лікувально-профілактичній діяльності
- Оволодіння методами визначення фізичного стану та самоконтролю
- Виховання організаторських навичок, особистої гігієни та загартовування організму
- Уміння складати та виконувати вправи з комплексів ранкової гігієнічної гімнастики
- Удосконалення спортивної майстерності студентів та учнів, що займаються обраними видами спорту

Рис. 7. Завдання фізичного виховання

У системі вищої фізкультурної освіти накопичена достатня кількість різноманітних комп'ютерних програм загального і спеціального навчального призначення, спрямованих на підвищення якості процесу застосування засобів фізичного виховання, які відрізняються оригінальністю, високим науковим і методичним рівнем. Однак, відсутні розробки в галузі навчальних систем (систем з елементами штучного інтелекту) на основі мультимедійних дидактичних технологій, які б дозволяли використовувати певну логіку організації навчально-пізнавального процесу і враховували індивідуальний рівень підготовленості студентів, забезпеченість наочністю, повноту викладення інформаційного матеріалу, передбачали можливість роботи в системі у властивому для кожного студента темпі.

Як відомо, основним джерелом інформації для проведення теоретичних занять є паперові підручники, в яких виконання технічних прийомів описується або представлені статичним малюнком. Такі навчально-методичні засоби мають низьку наочність, відрив від реальності і як результат – низький рівень сприйняття матеріалу учнями, малоефективні для самостійного вивчення матеріалу чи виконання домашнього завдання с фізичної культури учнями. Існуючі спортивні відеофільми на дисках та Інтернет-ресурси хоча і наближають до реальності (можна бачити рухи "живих" спортсменів), однак відводять пасивну роль викладачу чи тренеру під час демонстрації, який не може проявити свою індивідуальність: змінити послідовність дій, вибудувати свою траєкторію вивчення або записати свій коментар.

Нова дидактична організація інформаційно-освітнього середовища закладу вищої освіти вимагає підпорядкування застосування засобів фізичного виховання меті формування інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців ФКіС.

ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Для змін у системі вищої освіти майбутніх фахівців ФКіС необхідно вирішити проблему спеціальної підготовки, навчання до життя в інформаційному суспільстві. Як результат, існуючі мультимедійні ресурси недостатньо використовуються у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. Нарощування потужностей використання інформаційних технологій може відбуватися тільки за рахунок створення навчально-методичного

забезпечення нового покоління. До таких можна віднести: мультимедійні дидактичні засоби навчання, електронні підручники в оболонках дистанційного навчання, педагогічні тренажери.

Таким чином, нині постає питання про підвищення ролі засобів фізичного виховання на основі застосування ІТ, які б сприяли формуванню інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. Також перспективними вважаємо дослідження питань запровадження в освітній процес професійної підготовки майбутніх фахівців ФКіС технологій контекстного навчання, мультимедійного наповнення курсів, організації дистанційного навчання тощо.

Список використаних джерел

1. Папуша В. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. Тернопіль: підручники і посібники, 2008. 192 с.
2. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. Київ, 1999. 240 с.
3. Волков В. Ю. Компьютерные технологии в образовательном процессе по физической культуре в вузе : дис. ... д-ра пед. наук. СПб., 1997.
4. Кашуба В. А., Сергиенко К. Н. Современные технологии оценки опорно-рессорной функции стопы человека. *Современный олимпийский спорт и спорт для всех* : материалы VI Международного научного конгресса. Варшава, 2002. С. 421 – 422.
5. Храмов В. В. Электронные средства обучения для обеспечения образовательного процесса по физической культуре в школе. *Научовий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2011. Вип. 11. С. 473 – 477.
6. Скалій О. В. Комп'ютерні технології диференціації процесу фізичного виховання школярів (на прикладі навчання плавання) : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / ЛДІФК. Львів, 2002. 24 с.

References

1. Papusha, V. (2008). Fizychnе vykhovannia shkoliariv: formy, zmist, orhanizatsiia [Physical education of schoolchildren: forms, content, organization]. Ternopil: pidruchnyky i posibnyky,. 192 s. (in Ukrainian)
2. Krucevich, T.Ju. (1999). Metody issledovaniia individual'nogo zdorov'ja detej i podrostkov v processe fizicheskogo vospitanija [Research methods of individual health of children and adolescents in the process of physical education]. Kiiv, 240 s. (in Russian)
3. Volkov, V. Ju. (1997). Komp'juternye tehnologii v obrazovatel'nom processe po fizicheskoi kul'ture v vuze [Computer technologies in the educational process in physical culture at the university]. (Unpublished doctoral dissertation). SPb. (in Russian)
4. Kashuba, V. A., & Sergienko, K. N. (2002). Sovremennye tehnologii ocenki oporno-ressornoj funkcii stopy cheloveka [Modern technologies for assessing the support-spring function of the human foot]. *Sovremennyy olimpijskij sport i sport dlja vseh* : materialy VI Mezhdunarodnogo nauchnogo kongressa. Varshava. (in Russian)
5. Hramov, V. V. (2011). Jelektronnye sredstva obuchenija dlja obespechenija obrazovatel'nogo processa po fizicheskoi kul'ture v shkole [Electronic teaching aids to ensure the educational process in physical culture at school]. *Naukovij chasopis NPU im. M. P. Dragomanova Serija 15. Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoi kul'turi*, 11, 473 – 477. (in Russian)
6. Skalii, O. V. (2002). Komp'iuterni tekhnologii dyferentsiatsii protsesu fizychnoho vykhovannia shkoliariv (na prykladi navchannia plavannia) [Computer technologies of differentiation of the process of physical education of schoolchildren (on the example of swimming training)]. (Unpublished doctoral dissertation). Lviv. (in Ukrainian)

THE ROLE OF MEANS OF PHYSICAL EDUCATION IN THE FORMATION OF INFORMATION AND DIGITAL CULTURE OF FUTURE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS SPECIALISTS IN CONDITIONS OF BLENDED LEARNING

Serhiy Lazorenko

Makarenko Sumy State Pedagogical University, Ukraine

Abstract.

Problem formulation. In accordance with the conditions of blended learning in higher education, the content of professional training of future specialists in physical culture and sports is expanded and deepened, forms and methods of teaching are diversified, and innovative information technologies of teaching are used. Therefore, the formation of information and digital culture of specialists in physical culture and sports needs to be reconsidered in the context of informatization of education and traditional means of physical education.

Materials and methods. Theoretical methods: systematic analysis of scientific, psychological and pedagogical, methodological literature; generalization and systematization of theoretical information on professional training of future specialists in physical culture and sports and the development of their information and digital culture.

Results. The system of higher physical education has accumulated a sufficient number of various computer programs for general and special educational purposes, aimed at improving the quality of the process of application of physical education, which are original, high scientific and methodological level. However, there are no developments in the field of educational systems (systems with elements of artificial intelligence) based on multimedia didactic technologies, which would use a certain logic of the educational process and take into account the individual level of preparation of students, clarity, completeness of information material. In the system at a pace typical for each student. The new didactic organization of the information and educational environment of the institution of higher education requires the subordination of the use of means of physical education to the formation of information and digital culture of future specialists FK&S.

Conclusions. Existing multimedia resources are not sufficiently used in the training of future specialists in physical education and sports. Capacity building of the use of information technologies can occur only through the creation of educational and methodological support for the new generation. These include: multimedia teaching aids, electronic textbooks in the shells of distance learning, pedagogical simulators.

Key words: future specialists of physical culture and sports, professional training, information and digital culture, means of physical education, blended learning.