

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
IV МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 13–14 квітня 2017 року)

Суми
Сумський державний університет
2017

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Захарова А. О., студ.; Петренко Н. В., к.фіз.вих., ст. викл.
Сумський державний університет
lallo22062016@gmail.com

Вступ. У практиці фізичного виховання студентів достатньо широкої популярності набули різні інноваційні педагогічні технології: ігрові, технології навчання руховій діяльності, технології олімпійської освіти, суб'єкт суб'єктної взаємодії, рейтингового оцінювання, самостійних занять фізичними вправами, технології орієнтування студента на здоровий спосіб життя, сучасні фізкультурно-оздоровчі технології. Але, незважаючи на велику кількість досліджень у цьому напрямку, ще недостатньо уваги приділено розробці й використанню інноваційних технологій навчання, які б комплексно сприяли покращенню стану здоров'я, формуванню стійкої мотивації до занять фізичними вправами та системи знань у галузі фізичної культури і спорту [3].

Мета: здійснити аналіз основних напрямів модернізації фізичного виховання студентів ВНЗ.

Виклад матеріалу дослідження. Фізичне виховання студентів – невід'ємна складова вищої освіти у сучасному світі. Традиційна організація фізичного виховання не має можливості для реалізації індивідуального підходу, який необхідний, так як мова йде про здоров'я молодих людей. Крім того, вона не орієнтована на можливість власного вибору студентом виду фізичної активності. А саме це не стимулює інтересу до занять. Тому для викладачів фізичної культури стає все більш актуальним введення нових методів занять для зацікавлення студентів. До таких заходів можна віднести використання нетрадиційних видів спорту в навчальній практиці. Щоб фізичне виховання стало діючим методом зміцнення здоров'я й підвищення рівня фізичної підготовленості студентів, основними принципами повинні

стати його регулярність, мотиваційний фон та гнучка варіативність, що відображає специфіку навчальної роботи студентів. Інновації у фізичному вихованні дають можливість студентам не тільки фізично розвиватися, а й формують світогляд, здатність скеровувати власну освітню траєкторію та програму життєдіяльності в цілому. Про необхідність модернізації сучасної системи фізичного виховання і впровадження спортивно-орієнтованих технологій навчання свідчать багато наукових робіт (В. Бальсевич, Л. Лубишева, В. Шилько, В. Крилов, М. Базилевич, С. Радаєва, О. Пехота). Сучасні дослідження (В.А. Хоряков, Л.І. Безугла, 2007) доводять, що модульне навчання студентів – це не тільки один із шляхів покращення навчального процесу, але і важливий чинник входження української системи освіти до спільного європейського освітнього простору. Модульний підхід до навчання студентів створює їм сприятливі умови для засвоєння програмового матеріалу, але вимагає від них відповідальності за результати навчання [2; 3].

Багато нетрадиційних видів спорту дійшли до нас з глибокої давнини. До них відносяться і східні системи фізичних вправ, наприклад, йога. Йога – психологічна зміна свідомості, сукупність різноманітних індійських духовних і фізичних методів, що розробляються з метою керування психікою та психофізіологією особистості задля досягнення піднесеного психічного й духовного стану. Заняття йогою поєднують в собі способи досягнення мистецтва напруги і розслаблення м'язів, засновані на розтягненні, релаксації, глибокому диханню, посиленій циркуляції крові і концентрації.

Отже, застосування йоги в навчальній практиці дозволяє розвивати гнучкість і фізичну силу студентів. Її вправи надають релаксуючий і заспокійливий вплив. Заняття йоги легко комбінуються з іншими вправами і доступні для студентів спеціальної медичної групи.

Крім нетрадиційних видів спорту в навчальному процесі активно використовуються відносно нові і ті, які набувають популярності. Наприклад, скандинавська ходьба.

Скандинавська ходьба – це високоефективна методика занять, в основі яких ходьба за допомогою спеціально розроблених палиць. Ефективність від занять скандинавською ходьбою передбачає підтримку тонусу м'язів одночасно верхньої і нижньої частин тіла, покращення роботи серця і легень, виправлення постави та вирішення проблеми шиї і плечей, покращення відчуття рівноваги і координацію.

Отже, інноваційні впровадження в навчальний процес у особистісно-орієнтованому навчанні з фізичного виховання мають свою технологію, що передбачає встановлення мотивів, а також усвідомлення цілей і завдань навчання; знання студентами способів досягнення поставлених цілей; опанування базової освіти, систематичне обґрунтоване виявлення динаміки процесу навчання і рівня засвоєних знань, умінь і навичок.

Висновки. Таким чином, впровадження та подальше використання інноваційних технологій в навчальному процесі з фізичного виховання студентської молоді дозволяє не тільки оптимізувати його, а й зробити ефективнішим. Тим самим пробуджуючи інтерес у студентів до постійних занять фізичними вправам та спортом, і насамперед, формуючи звичку до здорового способу життя.

Література

1. Грушевський В. О. Доцільність використання інноваційних технологій у формуванні особистісно-орієнтованої мотивації студентів до фізичного виховання // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – № 3. – 2014. – С. 19–24.

2. Завидівська Н., Ополонець І. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. Праць. – 2010. – № 2 (10). – С. 50–54.

3. Петренко И. Г. Аналіз напрямків модернізації фізичного виховання студентів ВНЗ. / И. Г. Петренко, В. И. Гончар / Молодий вчений, 2015. – № 2 (17). – С. 497–500.