ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМКИ У ПІДГОТОВЦІ СПЕЦІАЛІСТІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Нінель Мацкевич

Волинський державний університет імені Лесі Українки

Постановка проблеми. Подальша інтенсифікація і ускладнення процесу навчання вимагає від учнів великого психічного напруження та фізичних зусиль. Отже, підвищення рівня фізичної підготовленості і стану здоров'я дітей є одним з головних завдань сучасної школи. Реалізувати програму оздоровлення може вчитель професійно компетентний, який відчуває значущість своєї діяльності та відповідальність за здоров'я учнів.

Аналіз останніх досліджень з даної проблеми. Враховуючи те, що кількість здорових дітей в Україні щороку зменшується, знижується їх рівень фізичної працездатності, пошук нових форм і засобів фізичного виховання учнів загальноосвітньої школи має відбуватись в оздоровчому напрямку [1]. Отже, пріоритетним напрямком майбутньої професійної діяльності студентів має бути оптимальний підбір засобів і форм фізичного виховання відповідно до вікових та індивідуальних особливостей дітей. Основою навчальної роботи в школі вони повинні вважати здоровий спосіб життя учнів, виховання інтересу та звички до систематичних занять фізичними вправами, формування правильної постави, розвиток фізичних якостей, підготовка до роботи з батьками, застосування нових оздоровчих технологій.

Завдання. Оскільки основною метою фізичного виховання дітей є формування, збереження та зміцнення здоров'я, і вся система фізичного виховання України базується на принципах пріоритету оздоровчої спрямованості, важливою складовою підготовки вчителів є формування умінь виховувати у дітей інтерес і звичку до систематичних занять фізичною культурою, потребу у фізичному вдосконаленні, розвивати фізичні якості, підбирати засоби і форми фізичного виховання відповідно до вікових та індивідуальних особливостей, будувати правильну поставу, проводити профілактику плоскостопості, що і стало предметом нашого дослідження.

Результати дослідження. Найактуальнішими в загальноосвітній школі є проблеми оптимізації фізичної активності дітей, пошук підходів до забезпечення балансу фізичної і розумової діяльності учнів в структурі навчального дня, тижня, року. Для розв'язання оздоровчих завдань слід застосовувати різноманітні форми роботи.

В процесі формування професійної готовності майбутніх спеціалістів з фізичного виховання до ведення оздоровчої роботи слід спрямувати навчальну діяльність на розкриття конкретних педагогічних завдань. Так, на заняттях курсу «Теорія та методика фізичного виховання» за темою «Позакласні форми роботи», з метою формування умінь виховувати інтерес дітей до занять фізичною культурою, можна пропонувати такі завдання:

1. Проаналізувати проведення змагань учителями школи.
2. Скласти положення про змагання (з обраного виду спорту, рухливих ігор, державних тестів), причому всі студенти групи готують різні змагання.
3. Скласти заявку на участь в змаганнях.
4. Підготувати протоколи до змагань.
5. Скласти сценарій і програму змагань «Веселі старти».

Виконання таких завдань передбачає наявність бази знань з питань засобів і форм проведення позакласної роботи. Крім того, дотримуючись принципу демонстрації і закріплення у вправляннях, цим практичним завданням має передувати перегляд і аналіз спортивно-масових заходів в загальноосвітній школі. Студенти спостерігаючи проведення, наприклад, змагань «Веселі старти», які проводять досвідчені вчителі, можуть висловлювати свої думки щодо організації та мають можливість реалізувати свої теоретичні наробки у формі рольової гри.

Основним організаційно-педагогічним принципом фізичного виховання в загальноосвітній школі має стати диференційоване використання засобів фізичної культури на заняттях зі школярами різної статі, віку, стану здоров'я, рівня фізичного розвитку та підготовленості. З метою реалізації на практиці знань специфіки занять з учнями спеціальної, підготовчої медичних груп, формування умінь враховувати індивідуальні особливості дітей, стан їх здоров'я, пропонується на практичних заняттях курсу «Гімнастика з методикою викладання» та «Спортивно-педагогічне вдосконалення (гімнастика)» виконання студентами завдань з підготовки комплексів вправ для заняття спеціальної медичної групи:

а) для групи дітей із захворюваннями серцево-судинної системи;

б) для дітей із захворюваннями системи дихання;

в) для групи із захворюваннями шлунково-кишкового тракту і печінки;

г) для учнів із захворюваннями нирок;

д) для групи дітей із захворюваннями опорно-рухового апарату.

Причому група студентів розподіляється на п'ять підгруп, кожна готує одне з завдань самостійно, а на заняттях під час проведення різноманітних комплексів всі студенти отримують інформацію і аналізують особливості організації роботи з учнями з різними захворюваннями.

З огляду на те, що 90% школярів не потрапляють до групи «повністю здорових» [1, с. 51], з метою запровадження і здійснення особистісно орієнтованого процесу навчання, в методичних завданнях (особливо пов'язаних з бігом, стрибками, силовими вправами) обов'язково слід обумовлювати контингент учнів. Наприклад: в класі 28 учнів, 2 — віднесені за станом здоров'я до підготовчої медичної групи, 4 — на заняттях після простудних захворювань, 1 — має дуже низький рівень фізичної підготовленості. З метою практичної реалізації набутих знань щодо диференційованого фізичного виховання дітей можна пропонувати такі завдання: скласти і обґрунтувати план спортивної години враховуючи індивідуальні особливості та інтереси дітей (в класі є учні, які цікавляться футболом, гімнастикою, плаванням; є діти не впевнені в своїх силах, а також учні після хвороби та віднесені до спеціальної медичної групи з захворюванням нирок).

Оскільки одним з важливих компонентів вирішення завдань збереження та зміцнення здоров'я дітей є розвиток фізичних якостей, з метою активізації пізнавальної активності студентів і формування в них навичок розвитку фізичних якостей у дітей, в курсі «Гімнастика з методикою викладання» та «Спортивно-педагогічне вдосконалення» можна рекомендувати такі завдання для самостійної роботи і методичних занять (табл.1).

Аналогічні завдання можуть бути включені в практичні заняття курсів «Легка атлетика з методикою викладання», «Рухливі ігри» та інші.

Негативні тенденції зниження стану здоров'я дітей вимагають уважного ставлення до проблеми формування правильної постави. Адже порушення форми грудної клітки, викривлення хребта призводять не тільки до зміни форми тіла, погіршення ходи, плоскостопості, але й неправильного функціонування легенів, шлунку, серця.

Враховуючі те, що шкільний вік найнебезпечніший, а формування правильної постави вимагає постійної уваги, ми вважаємо доцільним, акцентуючи увагу на причинах виникнення викривлення хребта, практично реалізувати уміння формування правильної постави у розробці фрагментів серії занять: комплекси вправ з мішечками на голові, вправи на лаві, колоді (курс «Гімнастика з методикою викладання» та «Спортивно-педагогічне вдосконалення»).

Для реалізації оздоровчих завдань фізичного виховання у підготовці майбутніх спеціалістів слід націлювати їх на проведення роботи з профілактики плоскостопості (демонстрація викладачем найефективніших вправ, які підтримують склепіння стопи, сприяють натягуванню зв'язкового апарату, коригують хибну поставу стопи; завдання для самостійної роботи: підготувати комплекс вправ для профілактики плоскостопості і на практичних заняттях провести з групою).

Оздоровча спрямованість професійної підготовки майбутніх учителів простежується і в за-

Таблиця 1

Завдання для формування умінь розвивати фізичні якості у дітей

Завдання для самостійної роботи	Методичні завдання на практичних заняттях
Для розвитку сили підготувати комплекс вправ, змагальні завдання	Провести з групою (запропонувати завдання з урахуванням статі та індивідуальних особливостей, рівня фізичної підготовленості: в класі рівна кількість хлопців та дівчат, двоє дівчат віднесені за станом здоров'я до підготовчої медичної групи, троє хлопців мають низький рівень фізичної підготовленості
Для розвитку гнучкості підготувати комплекс вправ, змагальні завдання	Провести з групою, диференціюючи завдання для хлопців і дівчат
Для розвитку спритності підготувати вправи, рухливі ігри з предметами	Провести з групою (використати вправи для координації, рівноваги, імітаційні)

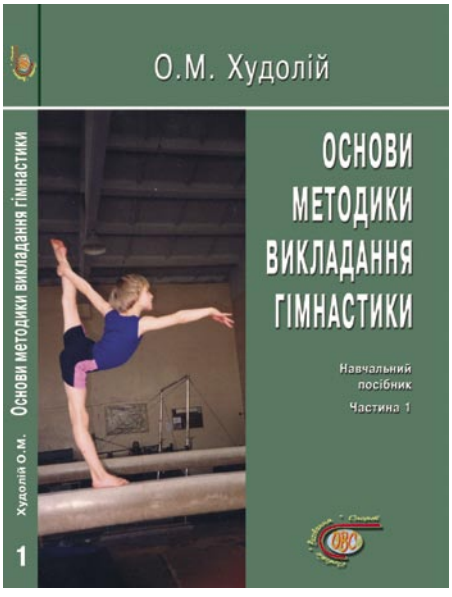
вданнях, які акцентують увагу студентів на необхідності вчити дітей правильно дихати під час виконання фізичних вправ. Такі завдання пропонуються на практичних заняттях при проведенні загальнорозвиваючих вправ, бігу. Ми вважаємо доцільним акцентувати під час практичних занять: дихання рівномірне, через ніс, вдих збігається з випрямленням корпусу, підняттям або розведенням рук; під час бігу на 4 крокі вдих, на 4 — видих.

Висновки. Виходячи з принципу пріоритету оздоровчої спрямованості системи фізичного виховання та враховуючи велике соціальне значення проблеми оздоровлення нації і ролі вчителя в його реалізації, запропоновано засоби, методи, які формують уміння виховувати у дітей інтерес та звичку до систематичних занять фізичними вправами шляхом застосування різноманітних форм фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи, диференційовано використовувати засоби і форми фізичного виховання відповідно до вікових, індивідуальних особливостей, розвивати фізичні якості, формувати правильну поставу, проводити роботу з батьками.

Література:

1. Фізичне виховання шкільної України. Аналітичний звіт про засідання круглого столу // Фізичне виховання в школі. — 1999. — № 1. — С. 51—55.

Нова книжка



Худолій О.М.

Х98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. В 2-х частинах. — 3-є вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2004. — Ч. 1. — 414 с.
ISBN 966-7858-35-9

У першій частині посібника розглянуті загальні питання теорії гімнастики, а також засоби і методика розвитку рухових здібностей та навчання гімнастичним вправам.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання педагогічних інститутів та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

Рекомендовано
Міністерством освіти і науки як навчальний посібник
для студентів вищих навчальних закладів
(лист № 14/18.2-1928 від 17.11.2003 р)