

УДК 378.147.111
ББК 74.580.055

Тарас Семанишин, Сергій Попель,
Ганна Презлята

ОПТИМІЗАЦІЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Мета роботи полягала в розробці й обґрунтуванні моделі оптимізації валеологічної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури для потреб діяльності в дошкільних закладах освіти на основі впровадження інноваційних засобів і методів навчання. У дослідженні взяли участь 150 студентів III курсу. У результаті аналізу наукової літератури встановлена проблема оптимізації вивчення валеології за нинішніх умов навчання на факультеті фізичного виховання і спорту. Визначена ефективність моделі на базі застосування методичних матеріалів для забезпечення виконання індивідуального навчального плану студента та її позитивний вплив на показники якісної успішності з валеології.

Ключові слова: студенти, індивідуальний навчальний план, методичне забезпечення, валеологія.

Цель работы заключалась в разработке и обосновании модели оптимизации валеологической подготовки будущих специалистов по физической культуре для нужд деятельности в дошкольных учебных заведениях на основе внедрения инновационных средств и методов обучения. В исследовании приняли участие 150 студентов III курса. В результате анализа научной литературы установлена проблема оптимизации изучения валеологии в нынешних условиях обучения на факультете физического воспитания и спорта. Установлена эффективность модели на основе применения методических материалов для обеспечения выполнения индивидуального учебного плана студента и ее положительное влияние на показатели качественной успеваемости по валеологии.

Ключевые слова: студенты, индивидуальный учебный план, методическое обеспечение, валеология.

The purpose of the work was to develop and support a model of optimization of valeological training of future specialists in physical culture activities for the needs of pre-school education through the introduction of innovative tools and methods. The study involved 150 third-year students. An analysis of the scientific literature established optimization of problem of valeology study in the present situation of study at the Faculty of Physical Education and Sports. The established performance of model through the use of teaching materials for the individual student's curriculum and its positive impact on quality indicators of successful valeology.

Keywords: students, individual curriculum, teaching guidance, valueology.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Проблема фахової підготовки студентів факультету фізичного виховання і спорту до валеологічної діяльності в дошкільних закладах освіти (ДЗО) належить до загальнонаукової проблеми адаптації майбутнього спеціаліста до умов формування валеологічної культури в дітей узагалі й до питання наукової організації такої роботи зокрема.

Дані наукової літератури [2; 3; 5] і практичні рекомендації спеціалістів показують, що комплексний підхід до організації навчання студента передбачає необхідність приділяти серйозну увагу процесам, які забезпечують засвоєння валеологічних знань, підтримують виконання завдань і правил здорового способу життя (ЗСЖ), оптимальний рівень праездатності тощо [1; 4].

Застосування інноваційних технологій (Л.Буркова, 2001; А.С.Куц, 2002; І.М.Дичківська, 2004; Б.М.Шиян, Г.Р.Генсерук, 2006; С.В.Мединський, В.М.Нагаєв, 2007; М.Г.Триняк, 2008; О.Б.Перець, 2009 та ін.) у вивченні медико-біологічних дисциплін може сприяти формуванню необхідного пізнавального результату в системі валеологічної підготовки на базі єдиного міждисциплінарного простору. Він має забезпечувати інформаційний "багаж" у сфері валеологічних досліджень [7; 9; 11].

Пошуки в напрямі модернізації сучасної системи валеологічної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури тільки почали розвиватися, однак активно ведуться в багатьох вищих навчальних закладах України.

Ефективне вирішення завдань наукової організації валеологічного навчання потребує впровадження в практику адекватних педагогічних моделей навчальних програм, пристосованих до потреб сьогодення та регіональних умов валеологічного інформаційного середовища [2; 3; 5].

Таким чином, проблема розширення валеологічних складових у професійній підготовці фахівців з фізичної культури набуває нині великого значення [6; 10] і потребує поглибленого дослідження.

Мета дослідження – розробити й обґрунтувати модель оптимізації валеологічної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури для потреб діяльності в дошкільних закладах освіти на основі впровадження інноваційних засобів і методів навчання.

Методи дослідження. Для виконання поставлених завдань були застосовані такі методи: педагогічне спостереження, моделювання валеологічної діяльності, педагогічний експеримент, аналіз і синтез отриманої інформації.

Модель інновації полягає в запровадженні електронних версій посібників (для теоретичної підготовки) і друкованих щоденників з практики (для валеологічної діяльності в ДЗО). Безпосередню валеологічну діяльність у ДЗО проводили за технологією програмування, яка апробована й представлена нами в попередніх публікаціях [9].

Дослідження проведені в період з 2012 до 2014 років на факультеті фізичного виховання і спорту Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. На різних етапах педагогічного експерименту було задіяно 150 студентів III курсу обох статей віком 20–23 роки, які вчилися за навчальним планом і програмами професійної підготовки вчителя фізичної культури. Ефективність інновації визначалася шляхом тестування й за результатами навчально-дослідної роботи студентів під час педагогічної практики в ДЗО й державного комплексного кваліфікаційного іспиту.

Результати дослідження. Реалізація завдань, які поставлені в моделі підготовки майбутнього інструктора з валеологічної діяльності в ДЗО (рис. 1), лежить у площині розробки та необхідності впровадження інноваційних навчальних заходів. Це диктує потребу формування електронних посібників для методичного забезпечення виконання індивідуального навчального плану студента з валеології. Бажання перебудови навчального процесу з метою оптимізації знань з валеології було викликано сучасними вимогами до реформування освіти в Україні. Найбільш вагомою передумовою для цього була (як й у вивченні інших предметів медико-біологічного блоку) відсутність інноваційних розробок для впровадження валеологічних знань у практику роботи з дітьми в ДЗО. Ми запропонували застосування валеологічних знань під час виконання практичних завдань з організації ЗСЖ у дітей. Це сприяло їхньому закріпленню шляхом формування навичок та умінь у самостійному проведенні досліджень, а за механізмом зворотного зв'язку стимулювало до здобування валеологічної інформації, свідомого її засвоєння та інтегрування в цілісне уявлення про вікові фізіологічні особливості дітей. Структура його в цілому задовольняла умови навчання як за валеологічними завданнями, так і за матеріальним забезпеченням і певним дотриманням міждисциплінарних зв'язків (наприклад, з основами наукових досліджень та віковою фізіологією).

Однак проведене анкетування студентів показало, що 78,9% з них мають бажання вдосконалити навчально-пізнавальний процес у вивченні цієї безумовно важливої для майбутніх фахівців фізичної культури навчальної та наукової дисципліни.

Авторська розробка циклу лабораторних робіт була спрямована на вдосконалення професійної підготовки фахівця в галузі фізичної культури в цілому, підвищення ефективності вивчення дисциплін природничо-наукового циклу, які мають подібну структурно-функціональну організацію та навчально-виховні завдання. Це передбачалося здійснити шляхом поліпшення наукової організації в здобуванні валеологічних знань студентів (ергономіки) і забезпечення їх адекватними засобами навчально-пізнавальної діяльності (логістики).

Для вдосконалення організації аудиторної роботи студентів ми запропонували зшити лабораторного практикуму на основі дидактичних матеріалів суміжних дисциплін. Вони включали в себе методику дослідів, контрольні запитання для теоретичної під-

готовки, домашні завдання. Були сформовані моделі навчальних посібників і практичних рекомендацій, які передбачали проектування моделей валеологічних програм для дітей з дотриманням вимог гігієни, санології й екології людини. Вони за своєю формою виготовлені у формі робочих зошитів. Опитування показало, що така інновація зручна в повсякденному користуванні й доступна для пересічного студента. Це мало певним чином організувати й активізувати навчально-пізнавальну діяльність студентів і полегшити процес засвоєння валеологічних знань у ході виконання практичних завдань.

За методикою лабораторного практикуму студенти послідовно досліджували особливості фізичної та розумової працездатності дітей у ДЗО: вплив фізичних навантажень різної інтенсивності на основні показники серцево-судинної та дихальної систем, рівень фізичної працездатності (за показниками функціональної проби з 20 присідань за 30 с), тестування психодинамічних характеристик розумової діяльності за спеціальними тестами. Застосовувалися методики досліджень, які прийнятні та придатні до нинішніх умов ДЗО. Планувалися наукові звіти з кожного реально проведеного дослідження, які включали математичну обробку отриманих первинних даних (наприклад, показників продуктивності кардіореспіраторної системи), аналіз, висновки та рекомендації. Була передбачена можливість підготовки наукової статті за матеріалами валеологічних досліджень і проведення науково-практичної конференції, де студенти не лише могли виступати з доповідями за результатами навчально-дослідної роботи, а й брати участь у дискусії. Якість виконання звітів, активна участь у конференції визначали певним чином оцінку досягнень під час семестрового контролю (заліку). Планування курсу лекцій і завдань самостійної підготовки відповідно підпорядковувалися завданням лабораторного практикуму та підтримували загальний вектор на цілісну фахову підготовку інструктора фізичної культури до валеологічної діяльності в ДЗО. Пізніше вказані елементи навчально-пізнавальної діяльності студентів були трансформовані у відповідні критерії оцінювання успішності навчання студентів за кредитно-модульною системою і внесені до інформаційного пакета навчально-методичного забезпечення дисципліни. Таким чином, були досягнуті необхідна узгодженість з перебудовами, пов'язаними з Болонським процесом, і можливість інтеграції функціонуючого й інноваційного підходів у вивченні валеології згідно з галузевими стандартами освітньо-професійної програми й освітньо-кваліфікаційної характеристики фахівців з фізичного виховання.

Продовження пошуків у цьому напрямі та позитивний досвід у вивченні суміжних до валеології предметів привели до розробки та впровадження в навчальний процес ще однієї інноваційної розробки для навчально-методичного забезпечення валеологічної діяльності в ДЗО – робочих зошитів для конспектів лекцій і самостійної підготовки. Ці зошити мали певну формалізовану структуру, проте не обмежували студентів свободу творчості, що дозволило зробити ці види навчальної роботи більш доцільними, продуктивними та корисними.

Водночас був розроблений навчальний посібник під назвою “Організація вивчення курсу валеології”. Це – своєрідний інформаційний довідник-путівник, який містить необхідні та достатні відомості про правову базу навчання, навчальну програму дисципліни, зміст самостійної підготовки, структуру кредитно-модульної організації навчання та модульно-рейтингового контролю, графік відпрацювання пропущених занять, рекомендації та поради для підготовки наукового звіту, доповіді, реферати, екзаменаційні питання, список рекомендованої літератури та іншу корисну для студента інформацію. Це підвищило обізнаність студентів, сприяло уточненню вектора професійної підготовки, усвідомленню навчальної інформації в процесі формування професійних знань, умінь і навичок, зменшило витрати часу на консультації з елементарних питань організації навчального процесу.

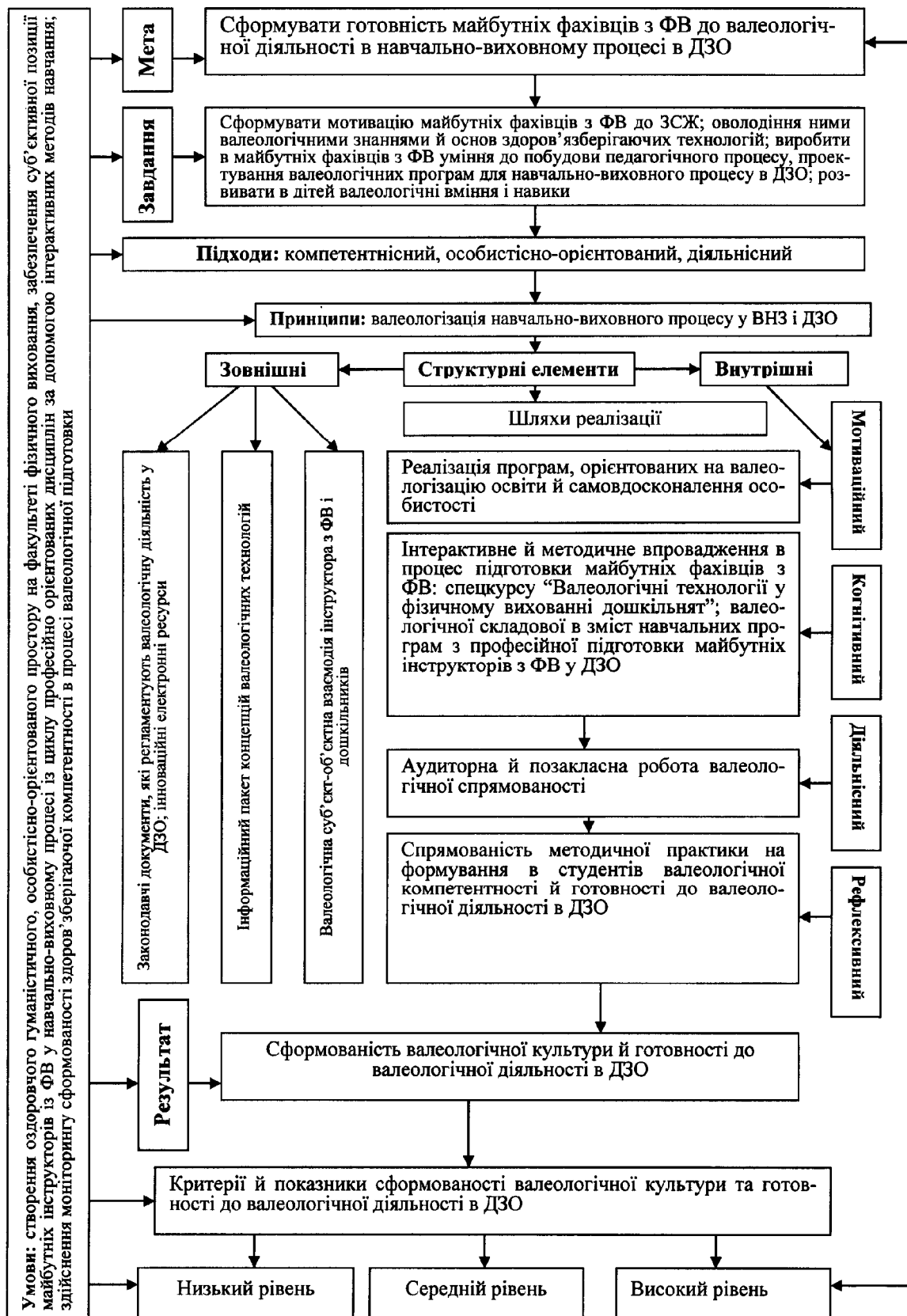


Рис. 1. Модель підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання до валеологічної діяльності в дошкільних закладах освіти

Проте є в цій інноваційно-раціоналізаторській справі суттєве застереження. Зрозуміло, що самі по собі інформаційні навчально-методичні посібники (навіть найдосконаліші) не працюють. Дуже важливим у цій біотехнічній системі є людський чинник. Позитивний ефект відмічений лише в тих студентів, які активно й адекватно працювали із зазначеними інформаційними навчально-методичними матеріалами (намагалися максимально реалізувати технологічні можливості даних фізичних моделей навчально-пізнавальної діяльності). У цілому ж за сприятливих умов на заняттях з валеології спостерігалася активізація пізнавальної діяльності студентів, оптимізація фахового становлення інструктора фізичної культури із застосуванням інтегрованої системи репродуктивного, програмного, проблемного та інших видів навчання на основі розвитку креативно-евристичного мислення майбутніх фахівців з фізичної культури.

Порівняння успішності навчання з валеології академічних груп до нововведення та після нього, а також студентів, які користувалися запропонованими навчальними посібниками (експериментальна група) і які працювали за функціонуючою схемою (контрольна група), виявило підвищення її в середньому на $10,5 \pm 0,98\%$ (табл. 1). При цьому якість знань зросла на $25,4 \pm 1,23\%$ ($p < 0,05$). Ця закономірність повторно підтвердилася протягом кількох років педагогічного експерименту, що дало підґрунтя для рекомендації впровадження аналогічних навчальних інновацій з інших медико-біологічних дисциплін (наприклад, гігієни, нормальної й вікової фізіології, спортивної морфології тощо).

Таблиця 1

Показники якісної успішності з предметів природничо-біологічного циклу в студентів III курсу факультету фізичного виховання ($M \pm m$, $n=150$)

Група студентів	До початку експерименту	Після експерименту
Експериментальна	$45,3 \pm 2,34$	$70,4 \pm 3,57$ ($p < 0,01$)
Контрольна	$45,3 \pm 2,34$	$55,8 \pm 3,24$ ($p < 0,05$)

Слід зауважити, що впровадження в практику навчально-виховного процесу навчально-методичних посібників на електронній основі, певним чином, розширило міждисциплінарні зв'язки з анатомією людини, екологією, спортивною медициною, лікувальною фізичною культурою та іншими медико-біологічними дисциплінами. Це сприяло підвищенню валеологічної культури студентів факультету фізичного виховання та формуванню світогляду майбутнього фахівця з фізичної культури.

Отриманий досвід пізніше був використаний у розробці інформаційної педагогічної технології вивчення медико-біологічних дисциплін природничо-наукового циклу у валеологічній підготовці фахівця з фізичної культури на факультеті фізичного виховання.

Позитивним є і закономірне стимулювання генерації кількох нових ідей конструювання та підготовки нових моделей інформаційних навчальних посібників для подальшої оптимізації навчально-виховного процесу на факультеті фізичного виховання шляхом розвитку креативно-евристичного мислення студентів, що гіпотетично повинно сприяти формуванню професійних компетентностей і конкурентоспроможності майбутнього фахівця з фізичної культури.

Висновки

1. Розроблено й обґрунтовано модель валеологічної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури на основі застосування електронних навчальних посібників і паперових носіїв у вигляді робочих зошитів для оптимізації вивчення курсу валеології, що дало позитивний ефект підвищення успішності навчання та якості знань студентів.

2. Така модель сприяє науковій організації та культурі валеологічної діяльності, активізує навчально-пізнавальний процес, допускає варіативність навчальної діяльності й може рекомендуватися до впровадження в єдиний валеологічний інформаційний простір при фаховій підготовці майбутніх спеціалістів з фізичного виховання в ДЗО на факультеті фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень. Планується дослідження ефективності впровадження електронних навчальних посібників для оптимізації вивчення інших медико-біологічних дисциплін природничо-екологічного циклу та їхньої диверсифікації адекватно індивідуально-типологічним особливостям вищої нервової діяльності кандидатів на професійну підготовку фахівця з фізичної культури.

1. Бакланова Г. А. Формирование готовности будущего инструктора ФВ к использованию цифровых образовательных ресурсов: структура и направления / Г. А. Бакланова // Мир науки, культуры, образования. – 2011. – № 3. – С. 194–196.
2. Безруких М. М. Школьные и семейные факторы риска, их влияние на физическое и психическое здоровье детей / М. М. Безруких // Научно-методический журнал “Вестник практической психологии образования”. – 2011. – № 1. – С. 16–21.
3. Безруких М. М. Здоровьесберегающая программа дошкольных учебных заведений / М. М. Безруких. – М. : МГПИ, 2008. – 222 с.
4. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології : навчальний посібник / І. М. Дичківська. – К. : Академвидав, 2004. – 352 с.
5. Жадько Н. В. Технологические принципы и структура разработки программы интенсивного бизнес-обучения (тренинга) / Н. В. Жадько // Альма Матер. – 2011. – № 4. – С. 35–42.
6. Компетентностный подход в педагогическом образовании / под ред. В. А. Козырева, Н. Ф. Радионой. – С. Пб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2004. – 324 с.
7. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования / [Е. С. Полат, М. Ю. Бухаркина, М. В. Моисеева и др.]. – М. : Академия, 2001. – 422 с.
8. Перспективні освітні технології : науково-методичний посібник / за ред. Т. С. Сазоненко. – К. : Гопак, 2000. – 560 с.
9. Семанишин Т. Програма підвищення рівня валеологічної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання дошкільників і технологія її проектування / Т. Семанишин // “Молода спортивна наука України” : матеріали наук.-практ. конф. : зб. статей. – Львів, 2014. – С. 234–237.
10. Сисоева С. О. Педагогічні технології в неперервній освіті / С. О. Сисоева. – К. : Віпол, 2001. – 502 с.
11. Цыркун И. И. Инновационное образование педагога: на пути к профессиональному творчеству / И. И. Цыркун, Е. И. Карпович. – Минск : БГПУ, 2006. – 311 с.
12. Чернилевский Д. В. Дидактические технологии в высшей школе : учебное пособие для вузов / Д. В. Чернилевский. – М. : ЮНИТИ–ДАНА, 2002. – 437 с.

Рецензент: канд. біол. наук, доц. Султанова І. Д.