

*Козак Ж.,
Національний педагогічний університет
імені М.П.Драгоманова*

ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СТУДЕНТІВ ПЕДВУЗІВ

Важливою умовою у вирішенні цієї проблеми є залучення студентів до систематичних занять фізичною культурою ще в процесі їх навчання. Таке залучення стає можливим при наявності у них сформованого стійкого інтересу, і як результат – позитивного ставлення до занять фізичною культурою і спортом.

Намагаючись знайти шляхи розв'язання цієї проблеми, ми вирішили провести дослідження, метою якого було експериментальне обґрунтування педагогічних умов формування стійкого інтересу до фізичної культури в процесі навчальної та позанавчальної роботи.

Формування позитивного ставлення до занять фізичною культурою пов'язано з вихованням позитивних звичок, наприклад, дотримання встановленого розпорядку дня, наполегливості, дисциплінованості, організованості, вимогливості до себе. Тому формування інтересу до фізичної підготовки необхідно розглядати як складову частину навчання і виховання студентів педвузів.

Інтерес, як спонукаюча сила, що виникає зі ставлення людини до оточуючої дійсності, давно притягує до себе увагу психологів, педагогів, соціологів і в тій чи іншій мірі завжди враховується в практиці виховання.

У науковій літературі зустрічаються різноманітні підходи у визначенні питання "інтерес". Ми не ставили перед собою завдання аналізу чи співставлення існуючих точок зору. Можна лише констатувати, що інтерес є відображенням складних процесів, що відбуваються в діяльності і її мотиваційній сфері (А.К.Маркова, 1983).

У відповідності з висновками психологів фізкультурний інтерес визначається нами як вибіркова спрямованість особистості на конкретні види фізкультурної діяльності, на процес опанування ними в силу переконаності в їхній значущості і емоційного задоволення. У своєму розвитку інтерес проходить такі стадії: установка – потяг – бажання, намір – прагнення – інтерес.

Спеціально організовані спостереження і опитування дозволили встановити, що всі студенти знаходяться на різних стадіях формування інтересу: одні – на стадії потягу, інші – прагнення, у третіх сформований інтерес до фізичної підготовки. Частина ж студентів (з активно-негативним ставленням до занять фізичною культурою) не може бути віднесена ні до однієї з перелічених стадій.

З урахуванням стадії, на якій знаходився студент, нами підбиралися спеціальні виховні засоби, які сприяли переходу цього студента на черговий, більш високий ступінь формування інтересу.

На нижчих стадіях інтересу (установка, потяг, бажання, намір) у виховній роботі

переважно використовувався зовнішній стимулюючий вплив на курсантів (переконавання словом і прикладом, похвала, контроль, заохочення, змагання). В міру переходу до вищих стадій формування інтересу (прагнення, первинний інтерес), поряд з мотивацією особлива увага приділялася озброєнню студентів званнями і практичними вміннями, необхідними для організації самостійних тренувальних занять у поза навчальний час.

Після оволодіння студентами знаннями і практичними вміннями основна увага була зосереджена на тому, щоб залучити їх до систематичних (на добровільній основі) занять фізичною культурою в поза навчальний час без зовнішнього контролю.

Для цього на кожному занятті здійснювалася мотиваційна робота, в процесі якої перед студентами розкривався особистісний зміст (користь) занять фізичною культурою. На кожному четвертому занятті регулярно проводився тестовий контроль з перевіркою і оцінкою виконання кожним студентом двотижневих планових завдань; здійснювався гласний облік досягнень студентів у загально групових таблицях обліку.

На початковому етапі формування стійкого інтересу, коли у багатьох студентів спостерігається негативне ставлення до занять фізичною культурою, основна увага приділяється стимулюванню навчальної діяльності. Стимулювання – це спеціальна діяльність викладача фізичної культури, спрямована на підвищення навчальної активності студентів за допомогою зовнішніх (по відношенню до змісту і меті навчання) стимулів. У стимулі вміщені заохочення, особисто значущі для курсантів. Формула стимулу: “якщо покажеш добрий результат, отримаєш, нагороду”. Стимули нерідко змішують з мотивами. Мотиви відмінні від стимулів тим, що вони безпосередньо пов’язані з предметом діяльності.

У якості основних стимулів використовуються спеціальні засоби спонукання; спонукання словом і прикладом, заохочення, успіх, оцінка, гра, змагання.

Для підвищення навчальної активності студентів застосовуються два способи переконання: словом і прикладом. До першого відносяться такі прийоми, як роз’яснення, доказовість, спростування, дискусія. Основні вимоги до використання цих прийомів: усунення моралізування, викладання матеріалу (його роз’яснення повинно починатися з постановки конкретного навчального завдання, в спільному пошуку разом із студентами задовільного способу їх вирішення).

Другий спосіб – переконання прикладом – здійснюється у формі особистого прикладу викладача в правильній поведінці, суворому виконанні ним вимог, що ставляться тощо. Відмічено, що вже при одноразовому порушенні встановлених вимог самим викладачем у курсантів значно знижується організованість на заняттях, а також це негативно позначається на формуванні у них інтересу до фізичної культури.

Одним із важливих стимулів підвищення навчальної діяльності є створення такої навчальної ситуації, в якій студент досягав би успіху. Відомо, що тривала відсутність успіху формує у студентів негативне ставлення до такої діяльності, різко знижує її ефективність.

До негативних наслідків призводить тривала неуспішна діяльність студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості. Вони з труднощами опановують програмний матеріал, не виконують контрольні нормативи з фізичної культури, втрачають віру в свої сили і бажання займатися фізичними вправами. Тому дуже важливо систематично підводити таких студентів до досягнення успіху.

Згідно з встановленою методикою, успіх студентів визначається шляхом порівняння їхніх результатів із досягненнями одного або декількох кращих студентів групи. А значить, більшість студентів, опиняється в ролі переможених.

Забезпечення кожному студенту успіху в фізкультурній діяльності здійснюється за допомогою обліку динаміки його особистих рекордів. Перевага такого підходу полягає в тому, що при сумлінному ставленні до занять фізичною культурою студентів може покращити свій результат. Кожний студент, у залежності своїх даних, прямує до мети власним шляхом. Завдяки цьому відкривається принципова можливість забезпечити успіх усім без винятку студентам незалежно від їхньої підготовленості. Для досягнення успіху викладачу необхідно знайти можливості кожного студента, визначити недоліки в його фізичній підготовленості, встановити їх причини, знайти засоби для їх усунення, підібрати обсяг необхідної роботи, терміни виконання завдань, Для цього слабким у фізичному відношенні студентам дають індивідуальні завдання. Поступово ускладнюючи їх, викладач слідкує за їх виконанням. Якщо студент не справляється з поставленим завданням, то спільно з викладачем він шукає причину невдачі і скореговує спосіб досягнення наміченого результату.

Успіх необхідно створювати і для сильних у фізичному відношенні студентів. Оскільки ці студенти легко виконують завдання, вони не відчують задоволення, радості успіху. Тому в них можуть формуватися негативні риси характеру: самовпевненість, самозаспокоєння і т. ін. Займатися їм стає нецікаво. Викладач фізичного виховання для цієї категорії студентів підбирає завдання підвищеної складності, для виконання яких їм необхідні посилені тренування, що вимагає вольових зусиль.

Не менш важливим стимулом у формуванні позитивного ставлення до фізичної культури є гласність досягнень студентів через ведення таблиць відкритого обліку успішності з фізичного виховання. У таблицю регулярно заносяться результати вихідних, поточних, поетапних перевірок підготовленості студентів. Таблиці відкритого обліку знаходяться в групі, і кожний студент може ознайомитися з ними. Результати вихідних і поетапних перевірок у таблицю відкритого обліку показників успішності заносить викладач з фізичної культури, поточного контролю – старости груп.

Особлива увага приділяється озброєнню студентів змаганнями і практичними вміннями, необхідними для організації ними самостійних тренувальних занять. З цією метою весь теоретичний матеріал програми з фізичної культури нами був розподілений на два напрямки. Перший напрямок складають теоретичні відомості мотивуючого характеру, які сприяють вихованню у студентів переконання в необхідності систематичних і різнобічних занять фізичними вправами для підвищення фізичної підгото-

вленості. Вони містяться в розділах “Вплив фізичної підготовки на підвищення рівня професіональності студентів”, “Система фізичного виховання студентів”, “Мета і завдання фізичної підготовки” та ін.

До другого напряму включені теоретичні відомості, необхідні студентам для організації самостійних занять фізичною культурою: “Відомості про форми самостійних занять фізичними вправами”, “Методика тренування основних фізичних якостей”, “Техніка безпеки під час занять фізичною культурою”, “Способи самоконтролю за функціональним станом організму і динамікою розвитку основних фізичних якостей” та ін.

Повідомлення викладачем теоретичних відомостей студенти записують у вигляді окремих слів у спеціально виділені для цієї мети зошити. Наприклад, при вивченні теми “Способи самоконтролю за функціональним станом організму” студенти після повідомлення викладача виділяють основні ключові слова з даної теми: самоконтроль, щоденник самоконтролю, суб’єктивні показники (сон, апетит, самопочуття), об’єктивні показники (пульс, дихання, маса тіла, спірометрія, динамометрія, перетренування, відновлювальні заходи). На основі опорних слів студенти самостійно формулюють відповідь. Вони розподіляються попарно і по чергово відповідають один одному, творчо використовуючи опорні слова. Попарна робота закінчується взаємооцінкою. Потім для більш якісного засвоєння теми, що вивчається викладач задає декільком (як правило, слабким) студентам контрольні питання з даної теми. У кінці методичної частини, викладач дає список рекомендованої і доступної літератури з теми, що вивчається і є в бібліотеці інституту.

Система опорних слів дозволяє за короткий час активного вивчення теми залучити і проконтролювати всіх студентів, значно підвищити міцність і глибину засвоєння знань.

Перевірка теоретичних відомостей проводиться на наступному занятті. Викладач приймає залік з теми групи, робить короткий аналіз правильних відповідей, акцентує увагу на окремих неправильно, невірно зрозумілих чи кладених деякими старостами груп. Через заняття груп приймають заліки членів своєї групи. Оцінка знань проводиться у формі заліку. Отримані оцінки старости виставляють у відомості відкритого обліку знань, яка вивішується на курсі чи факультеті.

Удавана технічна складність, пов’язана з градацією навчальних тем, додається за допомогою нумерації, тобто оцінка у відомості відкритого обліку знань ставиться в ту клітинку, яка відповідає темі, що вивчена на занятті.

Об’єктивність оцінки знань командирів відділень контролює викладач з фізичної культури, проводячи в кінці кожного семестру вибіркової перевірки рівня теоретичної підготовленості. При відповідях студентам дозволяється користування опорними словами. У якості критеріїв оцінки знань студентів використовується загальноприйнята п’ятибальна шкала оцінок. Отримані оцінки викладач виставляє в журнал. Незадовільні оцінки в журнал не виставляються. Студентам надано право повторної здачі.

За таким же принципом діють і старости груп. Усі оцінки, крім відмінних, виставляються у відомість відкритого обліку знань олівцем. Усунення з часом прогалин у знаннях з окремих тем, низька оцінка стирається і замінюються іншою, більш високою. Завдяки такому підходу оцінка стає сильним стимулом для покращення знань студентів з фізичної культури. На основі отриманих знань викладач фізичної культури формує уміння самостійно фізичними вправами.

Уміння самостійно займатися фізичною культурою відноситься до складних процесів, до яких входять більш прості: уміння ставити кінцеві, проміжкові і поточні завдання; уміння планувати самостійні тренувальні заняття; уміння тренувати основні фізичні якості; уміння вимірювати і оцінювати рівень розвитку основних фізичних якостей.

При формуванні у студентів уміння самостійно займатися фізичною культурою викладач демонструє особисте уміння. Повний дидактичний цикл включає етапи ознайомлення, початкового розучування, поглибленого розучування, закріплення, вдосконалення і контролю.

Загалом результати експериментальних досліджень, їх узагальнення дозволяють визначити деякі шляхи організації навчальної роботи з фізичного виховання студентів педвузів України, а саме:

1) підвищення рівня фізичної підготовленості студентів значною мірою обумовлено розвитком у них сили, швидкості і витривалості – “Універсальних” фізичних якостей, які найбільше визначають продуктивність рухової діяльності майбутнього вчителя в екстремальних умовах;

2) суттєве поліпшення навчальної роботи з фізичного виховання у студентів досягається при цілеспрямованому формуванні у них позитивного ставлення до занять фізичною культурою;

3) стійкий інтерес до фізичної культури у студентів успішно формується за умови цілеспрямованого виховання у них активно-позитивного ставлення до занять фізичними вправами, який базується на стадіях, які замінюють одна одну: установка – потяг – бажання – намір – прагнення – інтерес;

4) більш висока стадія, як складова частина, включає в себе всі попередні стадії (наприклад, в структуру бажання входить і потяг, а намір вже включає в себе, крім установки і потягу, також бажання і т. п.);

5) кожна стадія відрізняється від інших стадій характерними тільки для неї властивостями. Тому пропуск навіть однієї стадії значно уповільнює (а в окремих випадках і призупиняє) процес формування стійкого інтересу до фізичної підготовки;

6) при формуванні у курсантів позитивного ставлення до фізичної культури провідну роль слід відводити мотивації фізкультурної діяльності. Як основні педагогічні засоби мотивації фізкультурної діяльності необхідно використовувати мотивування і стимули;

7) оскільки теоретичні відомості виконують одну із основних функцій в вихованні

стійкого інтересу, то, як було встановлено в ході дослідження, формування відбувається найбільш успішно при умові засвоєння студентами не окремо розрізнених знань з фізичної культури, а в певній системі і в тісному зв'язку з практичною діяльністю. Система знань з фізичної культури включає два основні напрямки: перший – складають знання, спрямовані на виховання у студентів переконання в необхідності систематичних занять фізичними вправами для підготовки до майбутньої праці; друге – включає теоретичні відомості, необхідні для організації самостійних тренувальних занять;

8) для організації самостійних занять фізичною підготовкою необхідно приділяти увагу формуванню у студентів таких умінь: планувати, тренувати основні фізичні якості, вимірювати й оцінювати рівень розвитку основних фізичних якостей. При формуванні умінь самостійно займатися фізичними вправами слід проводити навчання особистих умінь через повний дидактичний цикл (ознайомлення, мотивація, початкове розучування, закріплення, вдосконалення і контроль);

9) для озброєння студентів знаннями з фізичної культури і формування у них умінь самостійно займатися фізичними вправами рекомендується на кожному занятті за рахунок більш оперативного проведення підготовчої і заключної частини, виділяти в основній частині заняття час на методичну підготовку студентів. На першому етапі – 15 хв., на другому етапі – 13 хв., на третьому етапі – 8 хвилин;

10) для доведення фізичної підготовленості студентів до рівня вимог державних тестів фізичної підготовленості населення України заняття фізичною культурою необхідно поєднувати з регулярними самостійними заняттями в другій половині дня. З цією метою кожний студент повинен практично засвоїти особливу форму занять фізичними вправами – самотренування. Тривалість кожного тренування – 60-80 хвилин. Частота занять – 3-4 рази в тижневому циклі;

11) в складі кожної групи навчаються, як правило, студенти одного віку, але з вираженою неоднорідністю стану здоров'я, фізичного розвитку і рівня фізичної підготовки. Це означає, що неоднаковий за фізичними можливостями контингент необхідно підготувати до виконання єдиних і однакових для всіх студентів нормативів. Тому в роботі зі студентами оптимальним є індивідуальний підхід у визначенні міри тренувальних навантажень з урахуванням особистих досягнень кожного з них і по принципу “особистих рекордів”. Суть цього принципу полягає в тому, що працюючи зі студентами, які мають різні вихідні показники фізичної підготовки, необхідно розраховувати на кожному проміжному етапі навчання індивідуальну міру зросту навантаження і результатів, що плануються для успішного виконання нормативів;

12) використання спеціальних тренувальних засобів у процесі самостійних занять призводить до заздалегідь передбачених лише за умови регулярного проведення комплексного контролю. Кумулятивний ефект самостійних тренувальних занять (сумарний вплив самотренувань за семестр, навчальний рік) визначає викладач за результатами виконання студентами нормативних вимог. Терміновий ефект тренувальних за-

нять (один тренувальний мікро цикл) оцінюють командири відділень за динамікою результатів, показаних студентами в таких тестових вправах: біг 6 сек., біг 5 хв., згинання та розгинання рук в упорі лежачи за 30 сек., присідання з вагою, кут у висі на гімнастичній стінці, стрибки в довжину з місця, метання набивного м'яча вагою 1 кг двома руками від грудей.

Таким чином, проведене дослідження показало, що організація в педагогічних закладах достатньої і доцільної за засобами і методами виховної роботи при наявності таких педагогічних умов, як: цілеспрямована мотивація фізкультурної діяльності; диференційоване планування педагогічних засобів формування стійкого інтересу; озброєння студентів знаннями з фізичної культури; формування комплексного вміння самостійно займатися фізичними вправами; залучення студентів до позитивного ставлення до фізичної культури і спонукає їх активно займатися фізичними вправами та спортом з метою зміцнення свого здоров'я і всебічної підготовки до майбутньої педагогічної діяльності.

*Коренева І.М.,
Національний педагогічний університет
імені М.П.Драгоманова*

ПРО ВПЛИВ ДИДАКТИЧНИХ УМОВ НА РОЗВИТОК СПОСТЕРЕЖЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ПРИРОДНИЧОГО МАТЕРІАЛУ

Що таке спостережливість – інтуїтивно розуміє кожна людина. Загальновідомо, що вона необхідна у різних видах діяльності, сприяє формуванню творчого, дослідницького підходу до різних явищ. Спостережливість у справжньому її розумінні сприяє різнобічному, глибокому та міцному засвоєнню основ наук школярем, розвиває у ньому такі якості як допитливість, уважність, проникливість.

Теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури з питання розвитку спостережливості дозволяє зробити висновок, що спостережливість – надзвичайно складна якість особистості. Вона включає роботу сенсорних, рухових, мислительних та інших механізмів, чуттєве спостереження, попередній досвід, інтерес людини тощо. Спостережлива людина має бачити ціле як сукупність його частин, виділяти головні ознаки серед другорядних, співставляти їх з відомою їй категорією предметів і явищ, встановлювати індивідуальні ознаки предмету. Тобто, у частковому бачити загальне і, навпаки, у загальному бачити часткове і особливе.

На нашу думку, спостережливість є складною якістю особистості, що виявляється в умінні швидко встановлювати суттєві та характерні риси об'єктів спостереження (предметів, явищ об'єктивної дійсності, їхніх змін та взаємозв'язків). І завдання педагогіки у розвитку даної якості особистості полягає саме у створенні такої системи ці-