

11. Lomeyko V.F. (1980) Razvitie dvigatelnykh kachestv na urokakh fizicheskoy kulturyi [The development of motor qualities in physical education lessons.]. Mn.: Vyssh. Shkola. 220 p. (in Russian).
12. Lyah V.I. (1996). Sovershenstvuya koordinatsionnye sposobnosti. [Improving coordination abilities]. Fizicheskaya kultura v shkole. No. 4, Pp.18 - 20. (in Russian).
13. Nosko M.O., Arkhypov O.A. (2013) Motor quality as the main criteria of physical human feature. Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Iss. No. 107, Vol. II. Series: Pedagogical Sciences. Physical education and sports. Pp. 67-70. (in Ukrainian).
14. Tarpischev Sh. A. Guba V. P., Samolov A. B. (2006). Osobennosti podgotovki yunykh tennisistov. M.Fizkultura i sport. 192 p. (in Russian).
15. Nosko M., Arkhypov O., Khudolii O., Filatova Z., Yevtushok M. (2019) Pedagogical Conditions for Swimming Skills Development in Students of Pedagogical Educational Institutions. Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala; Web of Sciences (WOS); Vol. 11, No. 5. P. 240-255. <http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/issue/view/RREM.11.2201.9>

УДК 378.13 К

Безкопильний О.О.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси
В'яла О.М.
кандидат педагогічних наук,
викладач кафедри фізичної реабілітації
Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, м. Київ

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ КЕЙС-МЕТОДУ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСНОВНІЙ ШКОЛІ

В статті розкрито організаційно-методичні особливості застосування кейс-методу у підготовці майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі. Результатами анкетування обґрунтовано важливість впровадження в освітній процес закладів вищої освіти України, що готують майбутніх учителів фізичної культури сучасних методів навчання. Проте зазначено, що на практиці лише 33,5% викладачів застосовують у роботі інтерактивні методи. Наведено приклад роботи на заняттях зі «Шкільного курсу фізичної культури та методики викладання» на основі застосування кейс-методу. Підсумком є те, що представлений підхід до організації навчальної роботи під час семінарських занять з професійно-орієнтованої дисципліни стимулює інтерес та активізує діяльність студентів.

Ключові слова: підготовка, кейс-метод, майбутні вчителі фізичної культури, здоров'язбережувальна діяльність, основна школа.

Безкопильний А. А., Вялая О. Н. Организационно-методические особенности применения кейс-метода в подготовке будущих учителей физической культуры к здоровьесберегательной деятельности в основной школе. В статье раскрыты организационно-методические особенности применения кейс-метода в подготовке будущих учителей физической культуры к здоровьесберегательной деятельности в основной школе. Результатами анкетирования обоснована важность внедрения в образовательный процесс высших учебных заведений Украины, которые готовят будущих учителей физической культуры современных методов обучения. Однако отмечено, что на практике лишь 33,5% преподавателей применяют в работе интерактивные методы. Представлено пример работы на занятиях по «Школьному курсу физической культуры и методике преподавания» на основе применения кейс-метода. Итогом является то, что представленный подход к организации учебной работы во время семинарских занятий по профессионально-ориентированной дисциплине стимулирует интерес и активизирует деятельность студентов.

Ключевые слова: подготовка, кейс-метод, будущие учителя физической культуры, здоровьесберегательная деятельность, основная школа.

Bezcopylny O. O., Vyala O. M. Organizational and methodological peculiarities of the case-method's use in the future physical culture teachers' preparation to their health reservation activity in the primary school. The essence of case-technologies is revealed in the article and the results of the experimental substantiation of the effectiveness of their use in the future teachers of physical culture preparation to the health reservation activity in the primary school are presented. Such methods of research, as scientific-methodological literature analysis, questionnaire, testing, pedagogical experiment, and mathematical statistics methods are used in the work.

Questionnaire results have substantiated the importance and actuality of the implementation of the modern teaching methods to the educational process of the higher education establishments of the Ukraine training future teachers of physical culture. However, it has been admitted, that in practice only 33,5% of teachers use in their work interactive methods, while 41,8% use them partially; 24,7% of the teachers questioned never use interactive teaching methods.

An example of work in the classes in "The school course of physical culture and methodology of teaching" with the

students applying for the higher education in the training course 014 Secondary education (Physical culture) based on the case-method's application is given in the article.

In conclusion the approach presented to the organization of the teaching work during seminar classes in the professionally-oriented discipline stimulates the students' interest and their activity. It is necessary to look at the case-method as at one of the pedagogical devices which in the entity with other pedagogical conditions will allow to form the students' theoretical and practical knowledge, and also the ability to the reflection of one's own activity and the evaluation of the activity of other agents of the educational process.

Key words: preparation, case-method, future physical culture teachers, the health reservation activity, the primary school.

Постановка проблеми. Формування всієї сукупності професійно значимих якостей майбутніх учителів фізичної культури відбувається на основі використання як традиційних так і інноваційних технологій і методів навчання. Проте, в умовах сучасної науково-технічної революції виник певний розрив між історично сформованою традицією навчання у закладах вищої освіти та потребами суспільства, тому система підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі повинна бути орієнтована на використання сучасних технологій навчання, що забезпечить безперервний розвиток і подальше вдосконалення творчого потенціалу, професійних умінь та навичок, мотивації до здоров'язбереження учнів, здатностей до виявлення і постановки проблем тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У дослідженнях таких вчених, як О. Ю. Ажиппо, Л. О. Демінська, П. Б. Джурицький, Є. А. Захаріна, Л. І. Іванова, Р. П. Карпюк, Л. П. Сущенко, О. В. Тимошенка ґрунтовно розглянуто різні аспекти професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у закладах вищої освіти України.

Деякі аспекти підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності розглянуто у роботах вітчизняних (П. Б. Джурицький, В. Д. Дручик, С. С. Кодимський) та зарубіжних (Hsiang-Ru Lai, Der-Min Wu, Pi-Hsia Lee, Yu-Siang Jhang [7]) вчених.

У роботах Є. С. Полат [3], О. І. Пометун [4], О. П. Шевченко [5], Р. Lapoule та R. Lynch [6] висвітлено основні теоретичні та методичні особливості застосування методу кейс-стаді або «метод аналізу конкретних ситуацій» у системі освіти. Результати представлених досліджень свідчать про те, що застосування кейс методу сприяє формуванню критичного мислення, аналітичних здібностей, самостійності, відповідальності за прийняття рішень, пізнавальної, творчої, комунікативної, особистісної активності та забезпечує позитивну динаміку в розвитку професійної компетентності студентів.

Проте, можемо стверджувати, що використання кейс-технологій у професійній підготовці майбутніх вчителів фізичної культури не було достатньо висвітлено в роботах вітчизняних вчених. Вважаємо, що в системі підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі використання кейс-методу має значні можливості.

Формулювання мети дослідження. Мета роботи обґрунтувати організаційно-методичні особливості застосування кейс-методу на практичних заняттях з дисципліни «Шкільний курс фізичної культури та методики викладання». В дослідженні були використані наступні методи дослідження. На основі аналізу науково-методичної літератури нами обґрунтовано актуальність впровадження та сутність кейс-технологій, розроблено комплекс ситуаційних завдань з дисципліни «Шкільний курс фізичної культури та методики викладання» для студентів, які здобувають вищу освіту за напрямом підготовки 014 Середня освіта (Фізична культура). На основі результатів анкетного опитування викладачів провідних закладів вищої освіти України, що готують майбутніх учителів фізичної культури визначено сучасний стан впровадження в освітній процес інтерактивних методів навчання. За допомогою програми «Excel» здійснювали графічне представлення результатів анкетування [1].

Виклад основного матеріалу дослідження. Важливість та актуальність впровадження в освітній процес сучасних методів навчання підтверджують дані проведеного нами анкетного опитування викладачів провідних закладів вищої освіти України, що готують майбутніх учителів фізичної культури (рис. 1 та 2).

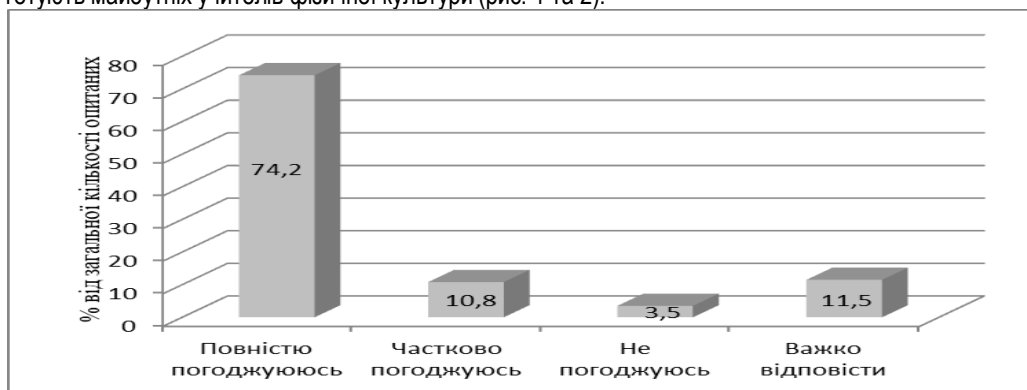


Рис 1. 1. Результати опитування (%) викладачів (n=84) про те, чи погоджуються вони з необхідністю впроваджувати інтерактивні методи навчання в освітній процес закладів вищої освіти, що готують майбутніх учителів фізичної культури

З усіх опитаних, 74,2% респондентів повністю погоджуються з необхідністю впроваджувати інтерактивні методи навчання в освітній процес закладів вищої освіти що готують майбутніх учителів фізичної культури, частково погоджуються – 10,8% респондентів, не погоджуються – 3,5%, важко відповісти – 11,5% респондентів. Отримані дані вказують, що більшість

викладачів погоджуються з важливістю інтерактивних методів навчання для удосконалення системи освіти та підвищення якості професійної майбутніх учителів фізичної культури.

Проте, на практиці значна частка опитаних викладачів не застосовують в роботі зі студентами інтерактивних методик (рис. 2).

Про це свідчать результати відповіді на питання про те чи застосовують викладачі у роботі зі студентами проблемні ситуації, ділові та навчальні ігри, кейс-технології: 33,5% викладачів застосовують, 41,8% – частково застосовують; 24,7% опитаних викладачів не застосовують інтерактивних методів навчання.

Кейс-метод або метод аналізу конкретних ситуацій (від англійського case – ситуація) заснований на аналізі конкретних ситуацій та спрямований на оволодіння навичками знаходити варіанти оптимальних і нестандартних рішень складних життєвих і виробничих проблем [2]. Сутність даної освітньої технології полягає в уявленні та осмисленні реальної ситуації, що одночасно відображає практичну проблему та актуалізує комплекс спеціальних знань необхідних для її вирішення. З методичної точки зору кейс – це спеціально підготовлений навчальний матеріал, що містить структурований опис реальної професійно-педагогічної ситуації.

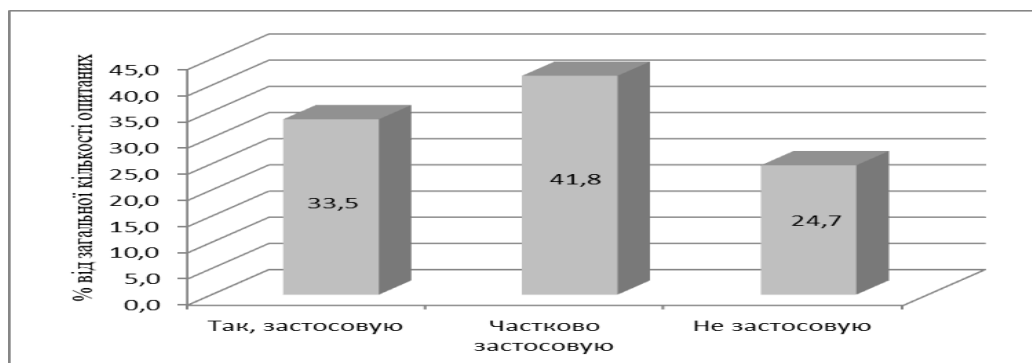


Рис. 2. Результати опитування (%) викладачів (n=84) про те, чи застосовують вони у роботі зі студентами інтерактивні методи навчання

Кейс-метод або метод аналізу конкретних ситуацій (від англійського case – ситуація) заснований на аналізі конкретних ситуацій та спрямований на оволодіння навичками знаходити варіанти оптимальних і нестандартних рішень складних життєвих і виробничих проблем [2]. Сутність даної освітньої технології полягає в уявленні та осмисленні реальної ситуації, що одночасно відображає практичну проблему та актуалізує комплекс спеціальних знань необхідних для її вирішення. З методичної точки зору кейс – це спеціально підготовлений навчальний матеріал, що містить структурований опис реальної професійно-педагогічної ситуації.

В процесі розробки кейсів ми користувалися такою схемою: вибір теми, формулювання дидактичної мети кейсу, збір інформації для кейсу, написання тексту кейсу, складання завдань до кейсу, упровадження кейсу в навчальний процес [4].

Кейс-метод ми використовували під час семінарських занять. Використання даного методу як технології професійно орієнтованого навчання являє собою процес, в якому ми виділяли наступні етапи: підготовча частина, індивідуальна робота з кейсом, робота із кейсом в групі по 3-6 осіб, дискусія в загальній групі (на основі повідомлень підгруп), підведення підсумків. Кожний етап характеризувався чітко регламентованими діями викладача та студентів.

На практичних заняттях зі «Шкільного курсу фізичної культури та методики викладання» студентам пропонували структуровані кейси, що містили опис проблеми, основне завдання, педагогічну ситуацію, проміжні завдання, матеріали для вирішення проблеми.

Розглянемо один із розроблених нами кейсів.

Тема заняття. Особливості вирішення оздоровчих завдань на уроках фізичної культури з учнями основної школи

Мета заняття. Оволодіння методикою вирішення оздоровчих завдань на уроках фізичної культури з учнями основної школи

Постановка проблеми. Центральним питанням у роботі з фізичної культури з дітьми, підлітками і юнаками є питання про дозування фізичних навантажень. Максимум навантаження, як це впливає з даних наукових досліджень, є точка перетину на графіку залежності ЧСС від потужності навантаження. За межами цієї точки зникає лінійний зв'язок між указаними параметрами, що означає, що організм функціонує надто напружено і ймовірність отримати оздоровчий ефект стає мізерним. Вказана точка для молоді і юнаків відповідає ЧСС у межах 170-175 уд/хв. Зі зменшенням віку досліджуваних вона має тенденцію зміщуватися вгору по графіку і в молодших школярів відповідає ЧСС у межах 190-195 уд/хв.

Нижня межа інтенсивності фізичного навантаження, що дозволяє отримати оздоровчий ефект, відповідає ЧСС 120-130 уд/хв. При роботі на меншому пульсі теж різко падає ймовірність отримати оздоровчий ефект, бо при цьому не будуть достатньо простимульовані адаптивні реакції, що лежать у його основі.

Таким чином, той діапазон, у межах якого учитель фізичної культури може маніпулювати інтенсивністю навантаження, має такий вигляд:

Молодші школярі – 130-190 уд/хв.;

Середні школярі – 120-180 уд/хв.;

Старші школярі – 120-170 уд/хв.

Ситуація. Урок фізичної культури. У класі за списком 25-30 учнів з приблизно рівним співвідношенням хлопців і дівчат, матеріально-технічні умови проведення занять дозволяють успішно реалізувати навчальний матеріал програми.

Завдання. 1. Визначте нижню і верхню межі ЧСС у роботі на уроках фізичної культури з учнями основної школи, і опираючись на знання з біологічних дисциплін, ґрунтовно поясніть, чому недоцільно працювати на пульсі, що виходить за ці межі.

2. Підготуйте конспект уроку фізичної культури для учнів 8 класу загальноосвітнього навчального закладу.

Головна установка – роботу організувати так, щоб в основній частині уроку учні працювали на пульсі, що не виходить за нижню і верхню, допустимі для даного віку межі.

Підгрупа 1. Вид уроку – спеціалізований; тип уроку – змішаний; модуль програми – гімнастика.

Підгрупа 2. Вид уроку – спеціалізований; тип уроку – змішаний; модуль програми – легка атлетика.

Підгрупа 3. Вид уроку – спеціалізований; тип уроку – змішаний; модуль програми – баскетбол.

На початку заняття студентів ознайомлювали із темою та визначали мету заняття, представляли метод роботи і характеризували основні етапи роботи. Студентам роздавали кейси із інструкцією для роботи. Після того як студенти отримували кейси, вони повинні були ознайомитись із поставленою проблемою, основними завданнями, інформаційними матеріалами, уточнювали події, що представлені в кейсі. Відповідно до теми заняття, продовж 10-15 хвилин, у формі міні лекції, викладач відповідно до заранні підготовлено переліку питань висвітлив проблему в цілому. Після доповіді викладача студенти індивідуально працювали з матеріалами кейсу: діагностували проблемну ситуацію, виявляли можливі способи її вирішення, обґрунтовували і приймали оптимальні варіанти, виконували завдання.

Після індивідуальної роботи над кейсом студенти об'єднувалися в підгрупи. На даному етапі використовували елементи методів «мозковий штурм» та «дискусія». Студенти висловлювали різні думки та ідеї вирішення проблемної ситуації, після чого в процесі діалогу обговорювали представлені варіанти вирішення завдань і приймали загальне рішення.

В процесі групового обговорення конкретних педагогічних ситуацій, студенти актуалізували власні знання, щодо загальних та специфічних закономірностей здоров'язбереження, вікові, статеві та індивідуальні особливості розвитку організму учнів основної школи, засоби фізичного виховання, методи розвитку фізичних якостей, організації навчально-виховної роботи та контролю досягнень учнів під час різних форм занять фізичними вправами.

Виконання підгрупою основного завдання кейсу завершувалось представленням варіанту вирішення поробленої ситуації на загал. Модератор від групи представляв проблему та наводив приклад її вирішення, учасники інших підгруп виконували функцію опонентів, задавали питання, з власної точки зору оцінювали виступ модератора. Викладач координував дискусію, активізував студентів та спрямовував обговорення.

Після всіх виступів, на основі інформаційних матеріалів до кейсів, проводили обговорення та оцінку представлених варіантів вирішення проблемних ситуацій. Критеріями оцінки роботи студентів на занятті були міра активної участі в дискусії, нестандартність та реалістичність рішень, аргументоване обґрунтування рішень на основі теоретичних закономірностей та міждисциплінарних зв'язків.

Висновки. Представлений підхід до організації навчальної роботи під час семінарських занять з професійно-орієнтованої дисципліни «Шкільний курс фізичної культури та методики викладання» стимулює інтерес та активізує діяльність студентів, що дозволило залучити їх до прийняття самостійних педагогічних рішень та підвищити якість підготовки. Вважаємо, що кейс-метод необхідно розглядати як один із педагогічних прийомів, що у сукупності з іншими педагогічними умовами дозволить формувати у студентів теоретичні та практичні знання, а також здатність до рефлексії власної діяльності та оцінки діяльності інших суб'єктів освітнього процесу.

Література

1. Лапач С.Н. Статистические методы в медико-биологических исследованиях с использованием Excel / С. Н. Лапач, А. В. Чубенко, П. Н. Бабич – К.: МОРИОН, 2000. – 320 с.
2. Михайлова Е. И. Кейс и кейс-метод: общие понятия / Е. И. Михайлова // Маркетинг. 1999. – № 1. – С. 39-44.
3. Полат Е.С. Современные тенденции развития образования // Современные педагогические и информационные технологии в системе образования: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.С. Полат, М.Ю. Буханкина. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – С. 18–103.
4. ПOMETун О.І. Ситуаційний метод навчання // Енциклопедія освіти / Академія пед. наук України; Головний ред. В.Г. КРЕМІНЬ. – К.: Юрінком Інтер, 2008. – С. 821–822.
5. Шевченко О.П. Педагогічні умови використання кейс-методу в процесі вивчення гуманітарних дисциплін у вищих технічних навчальних закладах: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Шевченко Олена Петрівна. – Луганськ. – 2011. – 245 с.
6. Lapoule P. The case study method: exploring the link between teaching and research / Paul Lapoule, Richard Lynch // Journal of Higher Education Policy and Management. 2018. – V. 40. – Issue 5. – P. 485-500.
7. Hsiang-Ru Lai. Health Literacy Teaching Beliefs, Attitudes, Efficacy, and Intentions of Middle School Health and Physical Education Teachers / Hsiang-Ru Lai, Der-Min Wu, Pi-Hsia Lee, Yu-Siang Jhang // Journal of school health. 2018. – V. 88. – Issue 5. – P. 350-358.

References

1. Lapach S.N. (2000) Statisticheskie metodi v medico-biologicheskikh issledovaniyakh s ispolzovaniem Excel [Statistics methods in the medico-biological studies with the use of Excel]. MORION. Kiev, 320 p. (in Russian).

2. Mikhajlova Y. I. (1999) Kejs i kejs-metod: obshchie ponyatija [Case and case-method: general notions]. Marketing. – #1. – Pp. 39-44. (in Russian).
3. Polat Y.S. (2008) Sovremennie tendentsii razvitiya obrazovaniya [Modern education development trends]. Publishing centre "Academy". Moscow, Pp. 18–103. (in Russian).
4. Pometun O.I. (2008) Sytuatsijnyj metod navchannya. [Situational teaching method]. Yuricom Inter. Kyiv, Pp. 821–822. (in Ukrainian).
5. Shevchenko O.P. (2011) Pedagogichni umovy vykorystannya kejs-metodu v prozesi vyvchennya humanitarnykh dystsyplin u vyshchikh tekhnichnykh navchalnykh zakladakh [Pedagogical conditions of the case-method's use in the process of studying humanities in the higher technical education establishments]. (DSc thesis). Luhansk, 245 p. (in Ukrainian).
6. Lapoule P. (2018) The case study method: exploring the link between teaching and research. Journal of Higher Education. Policy and Management. Vol. 40. No. 5. Pp. 485-500.
7. Hsiang-Ru Lai. (2018) Health Literacy Teaching Beliefs, Attitudes, Efficacy, and Intentions of Middle School Health and Physical Education Teachers. Journal of school health. Vol. 88. No. 5. Pp. 350-358.

УДК 378.016:796.81

Безкоровайний Сергій
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»,
Переяслав-Хмельницький

ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНОГО ПРОФІЛЮ ЗАСОБАМИ ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ

У статті визначені передумови ефективного використання засобів вільної боротьби у фізичному вихованні студентів з метою оптимізації їх рухової активності. Основними формами їх реалізації є факультативні, індивідуальні, самостійні та навчально-тренувальні заняття. Структура занять обумовлюється багатьма факторами, до яких належать цілі та завдання даного заняття, закономірні коливання функціональної активності організму спортсмена в процесі м'язової діяльності, величина навантаження заняття, особливості добору і поєднання тренувальних вправ, режим роботи і відпочинку. Основний зміст занять передбачає послідовне вивчення прийомів техніки боротьби та самозахисту. Оволодіння початковими борцівськими прийомами сприяє формуванню характеру, високих моральних якостей, активної життєвої позиції та впевненості у власних силах.

Ключові слова: вільна боротьба, рухова активність, студент, фізичне виховання.

Сергей Безкоровайный. Оптимизация двигательной активности студентов гуманитарного профиля средствами вольной борьбы. В статье определены предпосылки эффективного использования средств вольной борьбе в физическом воспитании студентов с целью оптимизации их двигательной активности. Основными формами их реализации являются факультативные, индивидуальные, самостоятельные и учебно-тренировочные занятия. Структура занятий определяется многими факторами, к которым относятся цели и задачи данного занятия, закономерные колебания функциональной активности организма спортсмена в процессе мышечной деятельности, величина нагрузки занятия, особенности подбора и сочетания тренировочных упражнений, режим работы и отдыха. Основное содержание занятий предусматривает последовательное изучение приемов техники борьбы и самозащиты. Обучение борцовским приемам способствует формированию у студентов характера, высоких моральных качеств, активной жизненной позиции и уверенности в собственных силах.

Ключевые слова: вольная борьба, двигательная активность, студент, физическое воспитание.

Sergey Bezkorovayny. Optimization of motor activity of students of the humanitarian profile with the means of free wrestling. The prerequisites for the effective use of free-range means in physical education of students in order to optimize their motor activity are defined in the article. The main forms of their realization are optional, individual, independent and educational training. The structure of training is determined by many factors, which include the goals and objectives of this activity, the natural fluctuations of the functional activity of the body of the athlete in the process of muscular activity, the magnitude of exercise load, features of selection and combination of training exercises, work and rest. The main content of the classes involves a consistent study of techniques of struggle and self-defense. One of the promising ways to optimize students' physical education by means of free-struggle is to develop methods of monitoring the health of students during the classes. Theoretical analysis and generalization of special literature data confirm the value pedagogical potential of free-range means in physical education of students in order to optimize their motor activity. Because, this type of physical activity helps students to develop physical qualities in a harmonious way: they strengthen their muscular strength, form the correct posture, and prepare future specialists for physical and psychological stress in the future. Mastering the initial wrestling techniques contributes to the formation of character, high moral qualities, an active life position and self-confidence.

Key words: freestyle wrestling, motor activity, student, physical education

Постановка проблеми. Важливим фактором, який визначає стан здоров'я студентів, є підтримка оптимальної рухової активності впродовж всього часу перебування в ВЗО. Ефективна організація процесу з фізичного виховання у