

відхиленнями у стані здоров'я за кількісними (бали) та якісними (рівні) показниками у групах К1, К2, К3, Е1, Е2

- визначено достовірні позитивні зрушення у показниках готовності та всіх її компонентів окрім ціннісно-мотиваційного компоненту в групі Е1 (студенти спеціальності Фізичне виховання НПУ імені М.П. Драгоманова) та порівняно з контрольними групами К1 (студенти спеціальності Фізичне виховання ЗНУ) та К3 (студенти спеціальності Фізичне виховання БДПУ), що вказують на ефективність розробленої моделі професійної підготовки до цього напрямку роботи студентів спеціальності Фізичне виховання, але все ж не зачіпають ціннісно-мотиваційного компоненту готовності;

- визначено, що сформованість ціннісно-мотиваційного компоненту готовності у групі Е1, хоча й має позитивні зрушення, але все ж на кінець експерименту відсутня її достовірна відмінність (що й вплинуло на результат об'єднаної групи Е); також не спостерігається достовірної відмінності сформованості цього компоненту між експериментальною групою Е1 ($11,54 \pm 0,32$) та контрольними групами К1 ($11,74 \pm 0,35$), К2 ($12,04 \pm 0,41$), К3 ($11,82 \pm 0,34$), що свідчить про те, що у групі Е1 (студенти спеціальності Фізичне виховання НПУ імені М.П. Драгоманова) не вдалося досягти бажаних зрушень у сформованості ціннісно-мотиваційного компоненту готовності на відміну від результатів, досягнутих у групі Е2 ($14,24 \pm 0,62$) (студенти спеціальності Фізична реабілітація НПУ імені М.П. Драгоманова);

- професійна підготовка студентів спеціальності Фізична реабілітація, навчальні плани якої передбачають вивчення додаткових спеціальних дисциплін та клінічної практики, дозволяє досягти значно вищих результатів ніж у студентів спеціальності Фізичне виховання та має вирішальне значення у формуванні ціннісно-мотиваційного, когнітивного, діяльнісного компонентів та загальної готовності майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я, про що свідчить існуюча достовірна різниця показників сформованості когнітивного компоненту на кінець експерименту у групі К2 (трозр= $3,68 > 2,80$ =ткр) з іншими контрольними групами; відсутність достовірної різниці показників сформованості ціннісно-мотиваційного ($0,96 < 2,64$), когнітивного ($0,10 < 2,64$), діяльнісного ($1,29 < 2,64$) компонентів і загальної готовності ($2,16 < 2,64$) між експериментальною групою Е1 та контрольною групою К2; існуюча достовірна різниця показників сформованості цих компонентів і загальної готовності між експериментальними групами Е1 та Е2 (відповідно трозрМ $3,87 > 2,64$; трозрК $4,20 > 2,64$; трозрД $3,35 > 2,64$; трозрГОТ $2,89 > 2,64$) відсутність достовірної відмінності показників сформованості комунікаційного ($0,69 < 2,64$), організаційного ($1,07 < 2,64$), рефлексивного ($1,42 < 2,64$) компонентів готовності на кінець експерименту між експериментальними групами Е1 та Е2 свідчить про значний вплив активних методів навчання на особистісну сферу майбутніх учителів фізичної культури в процесі їх професійної підготовки до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я.

ВИСНОВКИ Й ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Таким чином, результати педагогічного експерименту підтвердили ефективність розробленої моделі професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я. Проведений порівняльний по-компонентний аналіз результатів сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я п'ятьох відокремлених груп між собою уточнив внесок кожного компоненту у загальний результат та надав можливість зробити додаткові висновки щодо вирішального значення змістового наповнення та клінічної практики в ефективності цього напрямку професійної підготовки, а також важливості впливу активних методів навчання на особистісну сферу майбутніх учителів фізичної культури (зокрема, формування комунікаційного, організаційного, рефлексивного компонентів готовності) для забезпечення успішності їх професійної підготовки до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я.

Потребують подальшого дослідження та вдосконалення питання, пов'язані з: практичною складовою професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я; доопрацювання галузевих стандартів вищої освіти, з метою удосконалення змістової компоненти професійної підготовки цього напрямку; введенням нової кваліфікації "вчитель фізичної культури у спеціальних медичних групах"; вдосконалення подальшої підготовки вчителів фізичної культури до цієї роботи на етапі післядипломної освіти; а також внесення коректив у нормативні документи, що регламентують роботу спеціальних медичних груп у загальноосвітніх навчальних закладах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Доценко О. М. Развитие координационных способностей студенток специальной медицинской группы в процессе физического воспитания : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.02 "Теория і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)" / О. М. Доценко. – Київ, 2011. – 20 с.
2. Иванова Л. И. Модель профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к работе с учениками, имеющими отклонения в состоянии здоровья / Л. И. Иванова // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – М., 2013. – № 07 (54). – Ч. II. – С. 145–147.
3. Booth F. Why humans need to be active to stay healthy / F. Booth, S. Lees, M. Laye // Book of Abstracts of the 11th annual congress of the European College of Sport Science. – Cologne : Sportverlag Strauss, 2006. – P. 13.

Кузнецов Є.О.

Національний Технічний університет України "КПІ"

РОЗВИТОК РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ – БАСКЕТБОЛІСТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ

В статті розглянуто питання розвитку рухових якостей студентської молоді за допомогою технічних засобів, роль і місце рухового компоненту в підготовці баскетболістів у навчально – виховному процесі.

Зазначені рекомендації з розвитку рухових якостей надають змогу студентам під час учбово – тренувального процесу і самостійних занять покращувати рівень власної фізичної підготовки.

Ключові слова: рухові якості, технічні засоби, студентська молодь, баскетболісти, фізична підготовка, освіта.

Кузенков Є.О. Развитие двигательных качеств студентов –баскетболистов с помощью технических средств. В статье рассмотрены вопросы развития двигательных качеств студенческой молодежи при помощи технических средств, роль и место двигательного компонента в подготовке баскетболистов в учебно-тренировочном процессе. Указанные рекомендации по развитию двигательных качеств дают возможность студентам во время учебно-тренировочного процесса и самостоятельных занятий улучшать уровень своей физической подготовки.

Ключевые слова: двигательные качества, технические средства, студенты, баскетболисты, физическая подготовка, образование.

Kuzenkov E.O. Development of motive qualities of students-basketball-players by means of technical equipments. The history of technological means that are used in physical education and sports training shows that first of all are appeared training devices without feedback. They are constructed often by coaches and athletes which are enthusiasts of the business themselves. So far in domestic and world literature there are many numerical information about such training devices, which are effectively used in the preparation of athletes. Then training devices with feedback are appeared which are more progressive because they enable to assess qualitatively and quantitatively actions of an athlete directly during exercise. The next step was the creation of many contour simulators with feedback and urgent information at which there are programmed at the same time multiple vital signs of athlete. For this purpose it is organized a number of simultaneously active feedback circuits which naturally leads to a more complex design of simulator. However, these costs are payed off with the help of additional possibilities of multiplanimetric simulators that allow more precisely dosing training load, to find the best variants for technique of movements based on individual athlete opportunities and to solve a number of other important tasks of sports practice.

Key words: moving qualities, facilities, student youth, basketball - players, physical training, education.

Актуальность. Історія розвитку технічних засобів, які використовуються в фізичному вихованні та в спортивному тренуванні показує, що раніше за всіх з'явилися тренувальні пристрої без зворотнього зв'язку. Їх конструювали частіше за все самі тренери та спортсмени – ентузіасти своєї справи. Дотепер в вітчизняній та в світовій літературі є багаточисельні відомості про такі тренувальні пристрої, які ефективно використовуються в підготовці спортсменів. Потім з'явилися тренажери зі зворотнім зв'язком, які є більш прогресивними, оскільки дають можливість кількісно та якісно оцінити дії спортсмена безпосередньо протягом виконання вправи. Наступним етапом стало створення багатоконтурних тренажерів зі зворотнім зв'язком та терміною інформацією, в яких програмується одночасно декілька показників життєдіяльності спортсмена. Для цього організується декілька одночасно діючих контурів зворотнього зв'язку що, природно веде до більш складної конструкції тренажера. Однак ці затрати окупаються додатковими можливостями багатоконтурних тренажерів, які дозволяють більш точно дозувати тренувальні навантаження, відшукувати оптимальні варіанти техніки рухів з урахуванням індивідуальних можливостей спортсмена та вирішувати низку інших важливих завдань спортивної практики [1.8]

В практику спорту технічні засоби спочатку входили лише як тренувальні пристрої, які забезпечують додаткове фізичне навантаження та як спеціалізовані пристрої для обробки тих або інших елементів техніки, що сприяло підвищенню свідомості навчання та тренування, створювало умови для підвищення моторної щільності учбово – тренувальних занять. Неухильне підвищення рівня спортивних досягнень обумовлює необхідність пошуку нових більш ефективних шляхів спортивної підготовки; потребує ще більш пильної уваги до можливості інтенсифікації процесів навчання та тренування спортсменів за допомогою тренажерних пристроїв. Причому все більше розповсюдження отримують такі пристрої, які дозволяють здійснити принцип нерозривно зв'язаного впливу тобто одночасно вдосконалювати фізичні якості та технічну майстерність спортсмена [1.3.11]

В спеціальній літературі широко висвітлюється питання теорії та практики спортивного тренування баскетболістів різного рівня спортивної майстерності. Проте в значно меншій мірі розкриті аспекти використання допоміжного обладнання, тренажерів та технічних пристроїв, які сприяють розвитку рухових якостей. На відміну від закордонних спеціалістів, вітчизняні фахівці вважають, що більшість вітчизняних викладачів, тренерів та спортсменів мало використовують в тренувальній практиці допоміжне обладнання та тренажерні пристрої із – за відсутності самих тренажерів, детального опису їх конструкцій та методик їх використання [5.6.7.10]

Мета та завдання дослідження – визначити за літературними джерелами стан питання стосовно застосування технічних засобів для розвитку рухових якостей студентської молоді в процесі занять баскетболом.

Об'єкт дослідження - розвиток рухових якостей баскетболістів.

Предмет дослідження – застосування технічних засобів, які сприяють розвитку рухових якостей баскетболістів.

Методи дослідження:

- опрацювання відомостей за темою дослідження за допомогою літературних джерел;
- вивчення документації з організації, планування та методів проведення учбово – тренувальних занять з використанням технічних та тренажерних пристроїв для вдосконалювання рухових якостей тих, хто займається баскетболом.

Організація дослідження

З метою аналізу та узагальнення відомостей автором використовувалась вітчизняна та зарубіжна література.

Проводився аналіз учбово – тренувального процесу команди «Політехнік» Національного Технічного університету України «Київський політехнічний інститут».

Результати дослідження. Наші спостереження та дослідження показують, що придатність та ефективність фізичних вправ залежить від методів, методичних прийомів, які використовуються в навчанні та в тренуванні. Наприклад аналітичний та синтетичний метод навчання має різну складність засвоєння вправ. Кожен з них має свої переваги та недоліки. Деталізація простої дії на елементи рухів може суттєво продовжувати час навчання, коли увага тих, хто навчається, концентрується на деталях, а основна головна мета засвоєння рухів забувається. В той же час послідовний перехід від елементів рухів до їх «зв'язок», а потім й до цілісного виконання найбільш придатний в навчанні складно-координаційним рухам. Не можна використовувати один й той же метод при опануванні різноманітним набором рухів та дій.

Крім цього, процес навчання повинен передбачати й раціональну побудову навантаження. Методика побудови занять вміщує в себе оптимізацію обсягу та інтенсивності навантаження, виконання вправ з пасивними або активними формами відпочинку, змінення щільності занять та інші умови. Поряд з цим, освітній бік фізичного виховання являє собою завдання навчання, які включають засвоєння, формування та вдосконалювання рухових навичок та вмінь. Знання, які отримані про предмет навчання, являють собою системоутворюючий фактор отримання нових знань на основі розширення набуваних рухових уявлень під час опанування навичками та вміннями.

У навчальній програмі з фізичного виховання передбачений об'єм теоретичних знань, вимоги до фізичної підготовки про значення та впливи фізичних вправ на розвиток функцій організму молоді, яка навчається; основи гігієнічних вимог, форми самоконтролю тощо. Спеціальні знання об'єднують питання про взаємозв'язок розвитку фізичних якостей, фізіологічні механізми роботи окремих систем, особливості координації рухів, закономірності утворення навичок, послідовність використання методів та принципів навчання та тренування.

Педагогіка процесу навчання руховим діям має загальні та спеціальні особливості. Формування знань та вмінь нерозривно пов'язане із завданням розвитку розумових та фізичних здібностей молоді, яка навчається. Процес навчання має виховуючий характер, оскільки поряд із вирішенням конкретних завдань формується й світогляд. Враховується й індивідуальна швидкість навчання з урахуванням рухових здібностей. Навчання передбачає й закріплення рухових дій під час оцінки їх точності, а також правильності виконання та вміння реалізовувати набуті навички в умовах змагань. Вимоги до наявності оздоровчих завдань вимагають ретельного продумування навантаження з урахуванням фізичного розвитку та фізичної підготовленості тих, хто займається. Для вирішення цих завдань необхідно будувати навантаження з урахуванням стану фізичної працездатності як на окремих заняттях, так й протягом всього навчального або тренувального процесу.

Необхідно звернути увагу на одну з головних особливостей навчання – це вплив чуттєвих відчуттів (м'язове відчуття), як форми зворотнього зв'язку, на результати дії. Формування рухових навичок та особливо їх збереження можливо на основі чуттєвих відчуттів, сприйняття та рухових уявлень, які знаходяться в основі рухової пам'яті. Ця особливість обумовлює широке використання метода «показу та демонстрації» в різноманітних варіантах під час супроводження із вербальними поясненнями та конкретизацією вирішення з їх допомогою рухового завдання. В процесі навчання руховим діям спочатку усвідомлюється завдання; потім починається безпосереднє розучування. Одночасно проводиться аналіз навчання з метою внесення корекції з наступним виконанням вправ з їх врахуванням. Технічні засоби в фізичній культурі та в спорті – це прилади, апаратура, біотехнічні та тренувальні пристрої й тренажери, а також вимірвальні та діагностичні системи, які призначені для оцінки та розвитку рухових та інтелектуальних якостей та вмінь.

Розглядаючи тренувальні пристрої в фізичній культурі та в спорті автором було зроблено таке визначення:

- тренувальні пристрої – це технічні засоби, які забезпечують виконання спортивних вправ відповідно до заданої структури рухів без контролюємої взаємодії;

- тренажер – це технічний засіб із зворотнім зв'язком; цей засіб дозволяє прискоренно формувати та вдосконалювати рухові навички та якості.

За визначенням І. П. Ратова, «тренажер – це комплекс пристроїв, який забезпечує можливість для відтворення (при інструментальному контролі) вправи, яка засвоюється, або ж елементів цієї вправи в штучно створених та регламентованих умовах». Згідно з більш точним його ж формулюванням «тренажер – це комплекс пристроїв, які дозволяють відтворювати цілісні вправи або ж їх основні елементи в спеціально створених для цього штучних умовах, які забезпечують можливість регламентувати рухи, які виконуються, та їх доцільне змінення». Технічними засобами навчання називаються тренуючі пристрої, які забезпечують виконання спортивних вправ із заданими зусиллями та структурою руху без контрольованої взаємодії. Таким чином визначено основне призначення тренажерів та технічних пристроїв, а саме: створення штучних умов виконання рухового завдання, за рахунок яких забезпечуються кращі можливості зміни руху за обраними параметрами та забезпечення контролю за цими змінами. Тренажери та спеціальне обладнання забезпечують прискорене вдосконалення рухових навичок, зниження травматизму та психічної напруженості; сприяють розвитку активності тих, хто займається.

Основними вимогами до розробки та застосування технічних засобів навчання є обов'язкове підвищення якості учбово – тренувального процесу, простота в підготовці до роботи та в процесі їх використання, надійність в експлуатації; відповідність навичок та розуміння засвоєваних дій тощо. І. П. Ратов, не заперечуючи важливої ролі складних електронних тренажерів, надає більшого значення простим тренажерним пристроям, які будуть ще довго застосовуватись в педагогічному процесі. Це пов'язане з тим що, як правило, складні електронні пристрої створюються в одиничних екземплярах, що ускладнює їх широке впровадження в практику. Специфіка діяльності накладає певні обмеження на вимоги, що пред'являються до технічних засобів навчання; ці обмеження є основним нюансом при розробленні цих засобів навчання. Технічні засоби навчання та контролю, які включають в себе засоби зворотнього зв'язку та інші засоби механізації тренувального процесу, сприяють формуванню рухових навичок, розвитку фізичних якостей та контролю за їх вдосконаленням. Застосування тренажерних пристроїв в фізичному вихованні та спорті засноване на ствердженні що сформулював І. П. Ратов про можливість цілеспрямованої зміни характеристик вправ які досліджуються на основі відтворення рухів в спеціально створених штучних умовах. Недоліки звичайних форм навчання можна значною мірою усунути за допомогою технічних засобів, які моделюють реальні умови спортивної діяльності.

ВИСНОВКИ

1. Навчання руховій дії потребує додаткового розвитку фізичних якостей.
2. Використання спеціальних підготовчих вправ за допомогою технічних засобів дозволяє суттєво підвищити ефективність навчання в учбово – тренувальному процесі, а особливо, якщо вони відповідають внутрішньому координаційному змісту основної дії.
3. В процесі навчання руховим діям за допомогою технічних засобів необхідно здійснювати об'єктивний контроль за порушенням техніки виконання рухів, для своєчасного внесення корекцій при відхиленні їх важливих параметрів.
4. Методика навчання руховим діям повинна вивчатися та вдосконалюватися в залежності від того, наскільки об'єктивні будуть наші знання про зовнішні механізми корекції рухів, тобто про технічні умови виконання конкретного

моторного акта. Для цього необхідний аналіз рухів не тільки за суб'єктивними відчуттями, але й за якісними критеріями, які дозволяють визначити рівень їх вдосконалення.

5. Використання спортивних тренажерів сприяє досягненню максимуму результатів на етапі поглибленої спеціалізації та використання індивідуалізації в заняттях. Вправи на тренажерах також дозволяють здійснювати разом із поступовим нарощуванням навантаження перехід до граничних, тобто субмаксимальних та максимальних навантажень, але суттєвим є те, що використання технічних засобів передбачає не механічне нарощування обсягу тренувального навантаження, а інтенсифікацію учбово – тренувального процесу за рахунок прискореного навчання та розвитку рухових якостей.

ЛИТЕРАТУРА

1. В'ячеслав Г. К., Костянтин З. Н. Самостійні заняття баскетболом як компонент системи фізичного виховання студентів // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Збірник наукових праць. Вінниця, 2014 – с. 80 - 85.
2. Железняк Ю. Д. Якушина Н. А. Педагогическое обоснование совершенствования технических приемов в баскетболе на основе применения тренажерных устройств // Управление двигательной активностью спортсменов с использованием технических средств и тренажеров / Сбор научных трудов – Тула: педагогический институт, 1998 – с. 26 – 33
3. Козина Ж. Л. Индивидуальная подготовка студентов – баскетболистов: учебное пособие / Ж. Л. Козина, Е. В. Церковная, В. Н. Осипов, С. Г. Строкач – Харьков: ДИВО, 2009 – 124 с.
4. Лейкин М. Г. Научное обоснование и создание спортивно – оздоровительных тренажеров: Автореф. дис. ... доктора педагогических наук – М.: РГАФК, 1993 – 119 с.
5. Лепешкин В. А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры / В. А. Лепешкин – М.: Советский спорт, 2011 – 98 с.
6. Наумчик В.І. Теоретико – методичні основи навчання спортивними іграми: навч. посібник / В.І. Науменко. – Тернопіль: Астон, 2014. – 180с.
7. Поплавський Л. Ю. Баскетбол: підручник /Л. Ю. Поплавський – К.: Олімпійська література, 2004 – 448 с.
8. Reindell H., Roskamm H., Gerschler W. Das Intervalltraining. Physiologische Grubdlager, praktische Anwendung und Scheidigungsmöglichkeiten // Wissenschaftliche Schriftenreihe des Deutschen Sportbundes.- Barht, Munchen.–1962.–bt.4.– S. 94.
9. Schnabel G., Harre D. Trainingswissenschaft, Leistung, Training, Wettkampf.- Berlin : Sportverlag, 1995. - 556 s.
10. Theory and methodology of physical culture / Chief editor Y. F. Kuramshin – Moscow: Soviet sport, 2003 – 464 p.
11. Theory and methodology of physical education: manual / Translate from Russian by L. K. Kozhevnikova; chief editor T. Y. Krucevich – Kiev: Olympic literature, 2008 – V. 2 – 368 p.

Кузенков О.В.

Национальный Технический университет Украины "КПИ"

ПУТИ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ПАСИВНЫХ СТУДЕНТОВ К АКТИВНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

В статье исследуются актуальные вопросы пути привлечения пассивных студентов к активным занятиям физической культурой. В дальнейшем результате анализа необходимо рассматривать вопросы совершенствования форм, содержания процесса физического воспитания современной молодежи.

Ключевые слова: пассивное отношение, физическая культура, двигательная активность, воспитательная работа.

Кузенков О.В. Шляхи залучення пасивних студентів до активного зайняття фізичною культурою. У статті досліджуються актуальні питання шляху залучення пасивних студентів до активних занять фізичною культурою. Надалі результати аналізу необхідно розглядати як питання вдосконалення форм, змісту процесу фізичного виховання сучасної молоді.

Ключові слова: пасивне ставлення, фізична культура, рухова активність, виховна робота.

Kuzenkov O.V. Ways of bringing in of passive students to active employment by a physical culture. Research methods of physical training is organically linked with the study of patterns of development and functioning of the body of students, taking into account the peculiarities of teaching to enhance their physical health as a factor in the development of an integrated dynamic system. Physical education as an academic discipline in higher education institutions have a special role in the preparation of modern specialists, the formation of his personality. Significant differences in their specific content from other subjects in high school, the discipline is intended to provide for the physical readiness of the future experts for work, and actively promote their full and harmonious development. We know that physical education, being an integral part of the overall organic culture in the society, has a multi-functional capabilities. In high school, she realized in the pedagogical process in the framework of the subject "Physical Education" and in various forms of motor activity of students and amateur forms of physical training. At present, the importance of this subject in higher education has been increasing due to certain social factors, that is, the demand for professionals with a high level of efficiency. The study of the passive attitude of the person in physical education shows that the dominant in its motivational sphere is the desire to circumvent the educational - training process of exercise, explaining the various reasons caused, as a rule, the imperfection of social - psychological relations of the individual, and often ignorance of the critical role of motor activity for good health

Key words: passive attitude, physical education, physical activity, educational work.

Актуальность/ Методы исследования процесса физической подготовки органически связаны с изучением закономерностей развития и функционирования систем организма студентов, учетом методических особенностей укрепления их физического здоровья как фактора развития целостной динамической системы. Физическому воспитанию, как учебной дисциплине, в высших учебных заведениях при подготовке современного специалиста принадлежит особая роль в