

Костюк Ю. С.
кандидат педагогічних наук, доцент
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ
Данчук Г. Ю.
вчитель II категорії
Загальноосвітня школа I-III ступенів № 7
імені В. В. Бражеського, м. Житомир
Іщенко С. М.
вчитель I категорії
Загальноосвітня школа I-III ступенів № 7 імені
В. В. Бражеського, м. Житомир

ВПРОВАДЖЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті розглянуті питання застосування новітніх інформаційно-комунікаційних технологій у процесі фізичного виховання учнів 5 – 9 класів закладів загальної середньої освіти. Проаналізовано дані науково-методичної літератури з питань викладання модуля «Баскетбол» у школі. Встановлено, що баскетбол в системі фізичного виховання школярів є комплексним засобом фізичного розвитку, зміцнення здоров'я, формування життєво важливих умінь і навичок. Створено мультимедійний дидактичний посібник, який містить навчальний матеріал з баскетболу для учнів середніх класів. Установлено, що використання даного мультимедійного програмного засобу на уроках фізичної культури забезпечує створення кращого уявлення школярів про рухові уміння та підвищує мотивацію учнів до занять фізичною культурою незалежно від статі та віку.

Ключові слова: фізична культура, учні, баскетбол, навчання, інформаційно-комунікаційні технології, мультимедійний дидактичний засіб.

Костюк Ю. С., Данчук А. Ю., Іщенко С. Н. Внедрение информационно-коммуникационных технологий в образовательный процесс уроков физической культуры. В статье рассмотрены вопросы применения новейших информационно-коммуникационных технологий в процессе физического воспитания учащихся 5 – 9 классов учреждений общего среднего образования. Проанализированы данные научно-методической литературы по вопросам преподавания модуля «Баскетбол» в школе. Установлено, что баскетбол в системе физического воспитания школьников является комплексным средством физического развития, укрепления здоровья, формирования жизненно важных умений и навыков. Создано мультимедийное дидактическое пособие, содержащее учебный материал по баскетболу для учащихся средних классов. Установлено, что использование данного мультимедийного программного средства на уроках физической культуры обеспечивает создание лучшего представления школьников о двигательных умениях и повышает мотивацию учащихся к занятиям физической культурой независимо от пола и возраста.

Ключевые слова: физическая культура, ученики, баскетбол, обучение, информационно-коммуникационные технологии, мультимедийное дидактическое средство.

Kostiuk Yuliia, Danchuk Hanna, Ishchenko Serhii. The introduction of information and communication technologies in the educational process of physical education lessons. The article deals with the application of the latest information and communication technologies in the process of physical education of pupils of 5 – 9 classes of institutions of general secondary education. The data of the scientific and methodical literature on the issues of teaching the "Basketball" module in the school is analyzed. Found that basketball in the system of physical education of schoolchildren is a complex means of physical development, health promotion, the formation of vital skills and abilities. Methodical techniques for better assimilation of technical actions in basketball are offered. A multimedia didactic manual has been created that contains basketball training for middle school students, which is a multimedia presentation with interactive content that allows you to freely navigate through the training material. It is shown that when managing the process of video demonstration, the physical education teacher can divide each element of the technical action into components, detail the work of all the player's chains, point out errors and make corrections. It has been established that the use of this multimedia software in physical education classes provides a better representation of pupils about motor skills and increases the motivation of students to study physical culture, regardless of gender and age.

Key words: physical culture, pupils, basketball, training, information and communication technologies, multimedia didactic means.

Актуальність дослідження. Перебудова освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти (ЗЗСО) потребує пошуку нових форм і методів фізичного виховання учнівської молоді в інтересах формування знань, умінь і навичок щодо фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Із метою удосконалення системи фізичного виховання та уроку фізичної культури в ЗЗСО було прийнято Наказ Міністерства освіти і науки України від 07.11.2000 р. № 522 «Про затвердження Положення про порядок здійснення інноваційної діяльності». Тому, застосування інформаційно-комунікаційних технологій у галузі освіти й безпосередньо в

діяльності вчителя стало загальною необхідністю.

За словами О. А. Качана [3, с. 6], упровадження інформаційно-комунікаційних технологій у освітній процес закладів загальної середньої освіти забезпечить поступовий перехід освіти на новий, якісний рівень. Нові інформаційні технології позитивно впливають на всі компоненти системи навчання: мету, зміст, методи та організаційні форми, засоби навчання, що дозволяють розв'язувати складні та актуальні завдання педагогіки.

О. В. Тимошенко, М. О. Марущак зазначають [6, с. 544], що основним джерелом інформації при викладенні теоретичного матеріалу на уроках фізичної культури учнів під час створення уяви про виконання різних фізичних вправ, або в процесі самостійної роботи є паперові підручники, в яких виконання технічних прийомів описується або текстом або статичним малюнком. Схеми різних комбінацій, групові дії гравців у різних фазах гри представлені як сукупність ліній і цифр. Такі навчально-методичні засоби мають низьку наочність, відрив від реальності і як результат – низький відсоток сприйняття матеріалу учасниками освітнього процесу.

Тому, використання інформаційно-комунікаційних технологій в освітньому процесі з фізичного виховання учнівської молоді на сьогодні є досить актуальним.

Мета дослідження – розробити наочний дидактичний мультимедійний засіб навчання з предмету «Баскетбол» для учнів 5 – 9 класів закладів загальної середньої освіти.

Результати дослідження. Баскетбол є важливим засобом фізичного виховання учнівської молоді. Він займає провідне місце в програмах фізичного виховання та позакласній роботі закладів загальної середньої освіти [4, с. 12].

У шкільній системі фізичного виховання баскетбол закладає основи забезпечення та розвитку фізичного й морального здоров'я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки учнів до активного життя та професії [2, с. 51].

Навчальна програма з фізичної культури для учнів 5 – 9 класів [5, с. 59] побудована таким чином, що теми з баскетболу повторюються з класу в клас, але з іншим змістом, щоразу на вищому рівні складності. В підготовчій частині уроку фізичної культури в школі ми застосовували поточний (почергове виконання вправ учнями) спосіб. Груповий метод використовувався в основній частині уроку, при цьому фізичне навантаження регулювалося відповідно до програмних нормативів за зовнішніми ознаками: стомлення учнів (порушення координації рухів, зміна кольору шкіри, надмірне потовиділення тощо), а також за їхнім самопочуттям.

Також ефективним способом при навчанні та закріпленні фізичних вправ з баскетболу було розподілення учнів по станціях для відпрацювання технічних прийомів. При проходженні станцій застосовувалися шість завдань: 1) передача двома руками від грудей у парах – 15 разів; 2) кидок м'яча з відскоком від щита під кутом 45° – 5 влучень; 3) ведення м'яча від однієї лінії штрафного кидка до іншої – 5 кругів; 4) штрафний кидок – 3 влучення; 5) кидок м'яча з подвійного кроку після ведення з середньої лінії – 4 влучення; 6) обведення стійок правою, лівою рукою – 3 рази. Послідовність, кількість станцій та дозування завдань змінювали в залежності від віку, статі, фізичної підготовленості, фізичного розвитку та стану здоров'я учнів середніх класів.

При проведенні спортивних і рухливих ігор та естафет формували команди з різних класів за більш-менш однаковими фізичною підготовленістю, розвитком фізичних якостей і станом здоров'я. Це були навчальні ігри 2x2, 3x3, 5x5, гра стрітбол, ігри на одній половині баскетбольного майданчика за спрощеними правилами для кращого опанування руховими діями. Ефективність такого об'єднання класів обумовлена тим, що в кожному такому колективі знайдуться лідери, які своїм прикладом будуть налаштовувати на мотивацію та прояв зацікавленості більш слабких учнів. Задача вчителів полягала у грамотному розподіленні навчального матеріалу, дозуванні навантажень під час уроків, систематичному контролі, які зумовлюють успішність оволодіння ігровими діями у баскетболі.

Наш дидактичний мультимедійний засіб навчання школярів технічним діям з баскетболу ґрунтувався на методиці диференційованого навчання з дотриманням загально дидактичних принципів та застосуванням доступних форм фізичного виховання [1, с. 145].

Для покращення навчання на всіх етапах нами було розроблено мультимедійний дидактичний засіб (МДЗ), електронний підручник «Баскетбол у середній школі», який включає навчальний матеріал з баскетболу для учнів 5 – 9 класів (Рис.1).

МДЗ включає в себе навчальний матеріал основних технічних дій з баскетболу на етапі початкової підготовки для учнів закладів загальної середньої освіти. Дидактичний наглядний посібник відрізняється яскравою наочністю, коментарями до слайдів та можливістю керування відеоматеріалом. Використання даного мультимедійного засобу на уроках фізичної культури в закладах загальної середньої освіти дає змогу формувати у школярів образне уявлення того чи іншого технічного елементу, його візуальне сприйняття та, як наслідок, – подальше точне відтворення технічної дії. МДЗ сприяє запобіганню багатьох помилок в учнів, які можуть виникати при неправильному сприйнятті, показі елементу та його відтворенні.

Електронний підручник «Баскетбол у середній школі» представляє собою мультимедійну презентацію (рекомендовано для перегляду через MicrosoftPowerPoint 2010) з інтерактивним змістом, що дозволяє вільно переміщуватись по навчальному матеріалу.

На рисунку 2 показано інтерактивний зміст підручника, тобто гіпермедійний каталог відео фрагментів ігрових дій, які належать до навчального матеріалу розділу «Баскетбол» програми з фізичної культури для учнів 5 – 9 класів.

Натискаючи на потрібне гіперпосилання ми викликаємо появу окремого слайду (послідовності слайдів), де присутні два поля: ліве – відео фрагмент, праве – інформаційне (рис. 2).

У лівому полі мультимедійного слайду можна спостерігати підготовлений відео фрагмент (застосовано ефекти сповільнення та відео монтажу), де представлено зразки еталонної техніки баскетболу. Користувачеві пропонується уважно

вивчити поданий відеоматеріал, а також надається можливість під час перегляду за допомогою кнопок керування зупинити трансляцію чи переміщуватись по шкалі часу задля повторного перегляду (аналізу) того чи іншого елементу ігрової техніки. При керуванні процесом демонстрації відеоматеріалу вчитель фізичної культури може роздрібнювати кожний елемент технічної дії на складові, деталізувати роботу всіх біоланцюгів гравця, вказувати на помилки та здійснювати їх корекцію (рис. 3).

Праве поле мультимедійного слайду електронного підручника являє собою теоретичну інформацію, яка характеризує продемонстрований за допомогою відео елемент ігрової техніки.

Таким чином, метою розробки мультимедійного дидактичного засобу є вдосконалення освітнього процесу з фізичної культури на уроках з баскетболу шляхом забезпечення процесу наглядності, що суттєво підвищує ефективність сприйняття інформації, прискорює засвоєння учнями навчального матеріалу та підвищує мотивацію до занять.

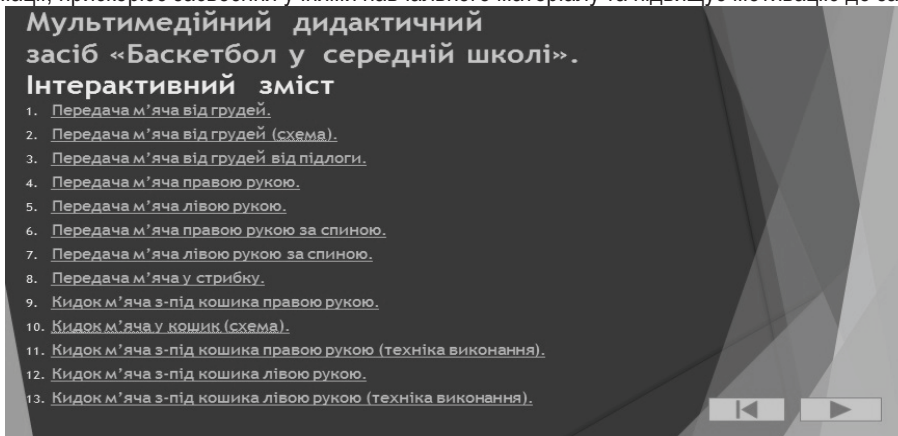


Рис. 1. Інтерактивний зміст електронного підручника

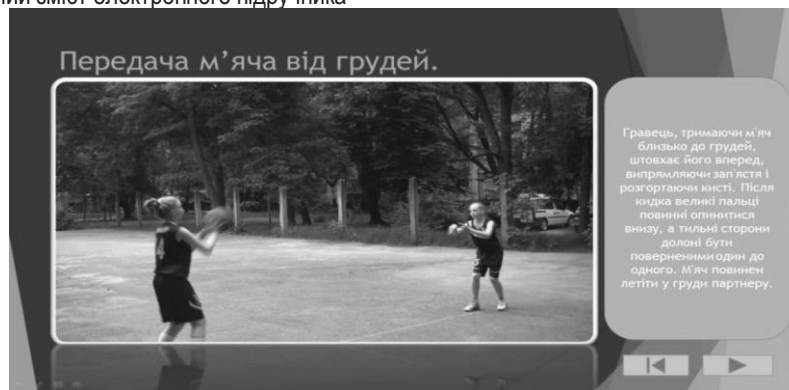


Рис. 2. Демонстрація відео фрагмента та його інформаційний супровід



Даний електронний підручник може успішно використовуватися на уроках фізичної культури під час навчання ігрових дій у баскетболі учнівської молоді; під час проведення секційних занять з баскетболу в школі; для підвищення рівня кваліфікації вчителів фізичної культури закладів загальної середньої освіти.

Висновки. Розроблений нами мультимедійний дидактичний засіб «Баскетбол у середній школі» включає в себе засоби, методи та педагогічні умови, які дають можливість більш швидко та краще навчити дітей як основних ігрових дій у баскетболі, так і даної гри в цілому.

Література

1. Арефьев В. Г. Основы теории та методики фізичного виховання : підручник / В. Г. Арефьев. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – 268 с.
2. Володін Є. Шляхи поліпшення рівня технічної підготовленості в шкільних секціях з баскетболу / Є. Володін, А. Рибкін, М. Береговий // зб. наук. праць за мат. III Всеук. наук.-практ. конф. – Херсон, 2005. – С. 51–55.
3. Качан О. А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навчально-методичний посібник / О. А. Качан. – Слов'янськ: Витоки, 2017. – 138 с.
4. Наумчук В. І. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до самостійної роботи зі спортивних ігор : навч. посіб. / В. І. Наумчук. – Тернопіль : Астол, 2010. – 160 с.
5. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 5 – 9 класи затверджена наказом МОН від 23.10.2017 № 1407. – Київ, 2017. – 418 с.
6. Тимошенко О. В., Марущак М. О. Використання інфо-комунікаційних технологій у процесі фізичного виховання учнівської та студентської молоді / О. В. Тимошенко, М. О. Марущак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. – науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт. зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. – Випуск 3К (97)18. – с. 544 – 548.

References

1. Arefiev V. G. (2010) "Fundamentals of the theory and methodology of physical education". Kiev : National Pedagogical Dragomanov University. 268 p.
2. Volodin E., Rybkin A., Beregovoy M. (2005) "Ways to improve the level of technical preparedness in the school sections of basketball". Collection of scientific works on the materials of the III All-Ukrainian scientific and practical conference. Kherson. P. 51 – 55.
3. Kachan O. A. (2017) "Implementation of innovative technologies in physical culture and health and sports activities of educational institutions". Educational manual. Slavyansk : Origins. 138 p.
4. Naumchuk V. I. (2010) "Professional training of future teachers of physical culture for independent work on sports games: teaching". Manual. Ternopil : Astol. 160 p.
5. Educational program for physical education for general educational institutions 5 – 9 classes (approved by the order of the Ministry of Education and Science of Ukraine dated 23.10.2017 number 1407). Kiev. 418 p.
6. Tymoshenko O. V., Maruschak M. O. (2018) "Use of information and communication technologies in the process of physical education of students and students". Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture. Kiev. Issue 3K (97) 18. Pp. 544 – 548.

Лаврентьев О.М.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Університет державної фіскальної служби України, м. Ірпінь

Сергієнко Ю.П.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, професор кафедри хортингу та реабілітації Університет державної фіскальної служби України, м. Ірпінь

Гулай В.С.

Заступник директора з виховної роботи Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університет державної фіскальної служби України, м. Ірпінь

ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ БІГУ

В роботі розглядаються питання щодо формування фізичного навантаження студентської молоді засобами бігу. Для визначення фізичної підготовленості, студентів різних курсів, використовували 12-хвилинний тест ходьби і бігу за Купером. В дослідженні прийняло участь 178 чоловік з яких 54 дівчини та 124 хлопця з різних курсів навчання. **Дослідження проводились протягом трьох тижнів навчання і було розділене на 2 етапи: 1 – підготовчий (двохтижневий фізичні заняття у розділі бігові вправи), 2 – контрольне вимірювання виконувалось протягом тижня, за розкладом навчальних занять.**

Ключові слова: фізичне навантаження, студентська молодь, біг, вправи, тест Купера.

Лаврентьев А.Н., Сергиенко Ю.П., Гулай В.С. "Формирование физической нагрузки студенческой молодежи средствами бега". В работе рассматриваются вопросы формирования физической нагрузки студенческой молодежи средствами бега. Для определения физической подготовленности, студентов различных курсов, использовали 12-минутный тест ходьбы и бега по Куперу. В исследовании приняло участие 178 человек из которых 54 девушки и 124 юноши из разных курсов обучения. Исследования проводились в течение трех недель обучения и было разделено на 2 этапа: 1 – подготовительный (двухнедельные физические занятия в разделе беговых упражнений), 2 – контрольные измерения выполнялись в течение недели, во время учебных занятий.

Ключевые слова: физическая нагрузка, студенческая молодежь, бег, упражнения, тест Купера.