

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СУЧАСНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ОСВІТИ

УДК 372.879.6

О. В. Беликовамастер спорта,
старший преподаватель кафедры Физического воспитания и спорта
Одесской государственной академии строительства и архитектуры**Н. В. Дмитриева**кандидат технических наук, доцент,
доцент кафедры технологии строительного производства
Одесской государственной академии строительства и архитектуры

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МУЛЬТИМЕДИЙНОЙ ТЕХНИКИ

Статья посвящена методическому подходу внедрения информационных технологий с использованием мультимедийной техники при проведении практических занятий физического воспитания в строительном вузе. В статье раскрыта актуальность вопроса повышения уровня развития спорта в обществе, особенно в молодежных слоях населения. Отмечено, что основными причинами, негативно влияющими на состояние здоровья и уровень физической подготовки населения, является снижение уровня жизни, ухудшение условий учебы, труда, отдыха и состояния окружающей среды, качества и структура питания, увеличение чрезмерных стрессовых нагрузок.

Физическая подготовка и воспитание контингента студентов, на примере Одесского строительного вуза, за последние пять лет значительно изменилась в связи с тем, что большая часть абитуриентов поступают из сельской местности, где занятия спортом развито слабо, к тому же, как показала реальная практика, это свидетельствуют об ухудшении здоровья молодежи, обострении сердечно-сосудистых заболеваний и других хронических и инфекционных заболеваний.

Приведен ряд аспектов популяризации, использования и внедрения новых оздоровительно-физкультурных методик в физическом воспитании студентов, особенно в медицинских группах. Обосновано введение в структуру практических занятий теоретической части с использованием информационных компьютерных технологий, в которой преподаватель делится знаниями по лечебной физкультуре, основам питания, анатомии и физиологии, техники безопасности на занятиях и т.д. Развитие в специальных медицинских группах (полностью или частично) таких видов фитнеса, как шейпинг, дыхательная гимнастика (бодифлекс), общеразвивающие упражнения, стретчинг, йога, пилатес, калланетика, значительно повышает интерес у студенческой молодежи к предмету и обеспечивает мотивацию к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности.

Методика проведения исследований на основе мониторинга результатов анкетирования студентов Одесского строительного вуза показало, что 63% опрошенных студентов уверены, что методика проведения части занятий с использованием мультимедийной техники позволит им лучше усвоить материал и сдать зачет, 26% студентов – будут рассеивать внимание и не даст возможности сконцентрироваться на игре, 11% респондентов – этот вопрос не имеет значения. Приведены результаты социально-педагогических исследований, в результате которых выявлено, что занятия физическим воспитанием необходимо совершенствовать с использованием мультимедийной техники, а также использовать данную методику для анализа и самоанализа техники игры или движения, для определения ошибок и их корректировки.

Ключевые слова: практические занятия, физическое воспитание, информационных компьютерных технологий, анкетирование, мониторинг, медицинские группы.

Постановка проблемы. В последнее десятилетие в нашей стране вопрос о состоянии здоровья населения обострился. К основным социально-экономическим причинам, которые негативно влияют на состояние здоровья населения, сле-

дует отнести снижение уровня жизни, ухудшение условий учебы, труда, отдыха и состояния окружающей среды, качества и структуры питания, увеличение стрессовых нагрузок, в том числе снижение уровня физической подготовленности

и физического развития. Кроме этого, автоматизация, компьютеризация, модернизация и другие формы проявления урбанизации отрицательно сказываются на двигательной активности и физическом развитии населения. Студенческая молодежь, являясь самым многочисленным слоем нашего общества, к сожалению, в большей мере затронута негативными процессами урбанизации, что проявляется в снижении их двигательной активности, функциональных резервов и в ухудшении здоровья в целом.

Одним из пунктов социально-экономической программы государства является развитие физической культуры и спорта. Основная цель в области физической культуры и спорта – эффективное использование возможностей в оздоровлении, воспитании молодежи, формировании здорового образа жизни населения.

К сожалению, научно-технический прогресс существенно изменил наш образ жизни, поэтому уже с детского возраста потребность организма в движении не удовлетворяется. Современные сложные условия жизни диктуют более высокие требования к физическим и социальным возможностям человека. Всестороннее развитие физических способностей студентов с помощью организованной двигательной активности (физической тренировки) помогает повысить работоспособность, укрепить здоровье, добиться повышенной устойчивости к стрессовым нагрузкам.

Анализ последних исследований и публикаций. Мы согласны с трактовкой «физическая культура является частью общей культуры человечества», как изложено в трудах известных ученых Н. Пономарева и Л. Куна.

Большое значение для науки о физическом воспитании, особенно ее философского и педагогического осмысления, имели труды А. Радищева, В. Белинского, Н. Чернышевского, Н. Добролюбова. В них доказывалась идея гармонического развития умственных, нравственных и физических сил человека. Но особенно большую роль в развитии науки о физическом воспитании сыграл П. Лесгафт [1].

Аспектом сохранения и приумножения культурного наследия общества является создание в системе непрерывного образования «школа – колледж – вуз» (как духовного развития личности, так и физического), что позволит избежать одностороннего подхода.

Это создаст предпосылку формирования профессиональных качеств личности по линии «интерес – потребность – профессия» [2].

Цель статьи. Главной целью статьи является освещение результатов апробации внедрения методики проведения практических занятий физического воспитания в строительном вузе с использованием мультимедийной техники.

Изложение основного материала исследования. Физическая подготовка и воспитание контингента студентов, на примере нашего вуза, за последние пять лет значительно изменилась. Связана она с тем, что большая часть абитуриентов поступают из сельской местности, где занятия спортом развито слабо. Во-вторых, на сегодняшний день лишь звучат призывы быть здоровым, а социальная среда и реальная практика свидетельствуют об ухудшении здоровья молодежи, обострении сердечно-сосудистых заболеваний и других хронических и инфекционных заболеваний.

Поэтому в структуру занятий необходимо включать не только практическую часть, но и теоретическую, в которой преподаватель делится знаниями по лечебной физкультуре, основами питания, анатомии и физиологии, техники безопасности на занятиях.

Актуальность использования информационных компьютерных технологий (далее – ИКТ) обусловлена социальной потребностью в повышении качества физического воспитания в образовательных учреждениях, практической потребностью в использовании современных компьютерных программ и здоровьесберегающих компьютерных технологий.

Методы исследования: анализ литературы, анкетирование, педагогическое наблюдение.

Отечественные и зарубежные исследования использования компьютера в образовательных учреждениях убедительно доказывают не только возможность и целесообразность этого, но и особую роль компьютера в развитии интеллекта и в целом личности как ребенка, так и взрослого человека [3–8].

Исходя из этого, возникает необходимость в популяризации, использовании и внедрении новых оздоровительно-физкультурных методик в физическом воспитании студентов с целью привлечь наибольшую массу студенческой молодежи к здоровому образу жизни, повышению уровня их двигательной активности и улучшения общего физического состояния. Практическим применением современных физкультурно-оздоровительных методик в физическом воспитании студентов являются разнообразные фитнес-программы, созданные, как правило, на основе различных по характеру видов двигательной деятельности.

Ежегодно появление большого количества новых программ по фитнесу способствует популяризации индустрии здоровья среди широких слоев населения, повышает конкуренцию между программами (отсеивает устаревшие и развивает лучшие варианты), повышает и поддерживает интерес к новым видам физической деятельности и пропагандирует здоровый образ жизни, реализует переход от простого интереса к потребности в двигательной деятельности. При внедрении в

специальных медицинских группах (полностью или частично) таких видов фитнеса, как шейпинг, дыхательная гимнастика (бодифлекс), обще-развивающие упражнения (далее – ОРУ), стретчинг, йога, пилатес, калланетика, значительно повышается интерес у студенческой молодежи к предмету, обеспечивается мотивация к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности.

Компьютер, обладая огромным потенциалом игровых и обучающих возможностей, оказывает значительное воздействие на студента (под-ростка), но, как и любая техника, он не самоценен, и только во взаимодействии педагога (тренера), обучающегося и компьютера можно достичь положительного результата. То, какие цели ставит перед собой преподаватель (тренер), какими путями добивается их решения, определяет характер и силу воздействия, которое оказывает компьютер на студента. И если сегодня уже абсолютно обоснованно можно говорить о допустимости использования компьютера в работе с детьми дошкольного возраста, то теоретические, дидактические и методические аспекты подобной работы еще требуют всестороннего и глубокого изучения.

Широкое применение компьютерных технологий в образовании все чаще сопровождается применением разнообразных мультимедийных средств. С точки зрения педагогики, мультимедиа представляет собой дидактическое компьютерное средство, которое представляет содержание учебного материала в эстетически организованной интерактивной форме, в частности звуковой и визуальной, что обеспечивает эффективную реализацию основных дидактических принципов. Эта интерактивная система, обеспечивающая работу не только с текстами и неподвижными изображениями, но и с движущимся, видеоанимационной компьютерной графикой, речью и высококачественным звуком. Важнейшая дидактическая закономерность обучения – наглядность. Современные технические средства обучения могут существенно повысить наглядность теоретического материала дисциплины физического воспитания путем использования трехмерной графики, звука, мультимедиа.

В контексте обеспечения качества учебно-тренировочного и воспитательного процесса необходимо показать эффективность применения информационно-компьютерных технологий по дисциплине физическое воспитание [9; 10].

Демонстрация техники бега, подачи в волейболе и других видов физической активности, используя мультимедиа, даст более эффективные результаты и сделает занятия более интересными, наглядными и динамичными, чем простой рассказ и показ. Знания, полученные на теоретических занятиях, будут востребованы на всем

протяжении учебы в вузе, а также в дальнейшей профессиональной деятельности.

Использование видеоматериалов и мультимедийных презентаций позволит:

- улучшить качество обучения;
- повысить ознакомительную деятельность;
- освоить теоретическую сферу физического воспитания;
- научит совмещать не только физическую, но и умственную деятельность;
- увеличить качество и количество усваиваемого материала;
- активизировать самостоятельную работу студентов по дисциплине «физическое воспитание»;
- улучшить существующую систему проведения занятий;
- студентам спецгрупп (освобожденных по состоянию здоровья) расширить и углубить свои теоретические знания в области физической культуры, спорта, здорового образа жизни, методик, направленных на укрепление систем организма;
- освоить правила видов спорта;
- подготовит студентов к занятиям по избранному виду спорта;
- обучить техническим приемам в спортивных играх;
- преподавателю использовать более широкий спектр учебных материалов и пособий
- студентам проанализировать и систематизировать техники выполнения физических упражнений, найти ошибки и исправить их, корректировать каждое движение;
- повысить физическую и техническую подготовку студентов.

Для процесса внедрения и реализации мультимедиа в обучение дисциплине «Физическое воспитание» были выполнены исследования, целью которых являлось определение необходимости совершенствования методики преподавания.

С учетом требований к проведению социально-педагогических исследований, была разработана анкета, состоящая из 7 вопросов. Опрос посвящен отношению проведения занятий физической культурой с применением мультимедийных средств с привлечением студентов специализации ПГС, обучающихся в инженерно-строительном институте. Опрос осуществлялся по трем категориям студентов: 2–3 курс учебных групп по физическому воспитанию по различным видам спорта (127 человек); 1–3 курс студенты спец. мед. групп (31 человек); 1–6 курс студенты, которые занимаются в группах спортивного совершенствования (выступают за сборную академии, области, страны) (26 человек: волейболисты, баскетболисты и черлидинг).

Результаты анкетирования показали следующие результаты: 67% студентов учебных групп,

88,2% студентів спецгруп і 79% студентів груп спортивного совершенствования считают, что занятия физическим воспитанием необходимо совершенствовать с использованием мультимедийной техники. Также 63% опрошенных студента считают, что такая методика проведения части занятий позволит им лучше усвоить материал и сдать зачет, а 26% – что внедрение мультимедийных занятий физкультурой будут рассеивать внимание и не даст возможности сконцентрироваться на игре. Для 11% респондентов этот вопрос не имеет значения. 52% студентов учебных групп и 92% студентов, которые занимаются профессионально спортом, изъявили желание использовать данную методику для анализа и самоанализа техники игры или движения для определения ошибок и их корректировки.

Мониторинг мнения студентов инженерно-строительного института позволяет сделать следующие выводы:

Практические занятия в вузе по дисциплине «Физическое воспитание» необходимо улучшать, особенно в группах спортивного совершенствования.

Данную методику проведения занятий можно вести для различных категорий физической подготовки студентов.

Преподавание значительного объема теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов с использованием электронных презентаций, видеоматериалов позволит эффективно решить эту проблему. Таким образом, мультимедийная поддержка позволяет вывести современное занятие на качественно новый уровень, повысить статус преподавателя, использовать различные виды деятельности на занятиях по физическому воспитанию. Использование видеоматериалов позволяет осуществить мотивационную, контролирующую и обучающую цель занятий. Содержание учебного материала и организация учебного процесса по физическому воспитанию должны быть обоснованы для формирования двигательных умений, ловкости и выносливости, вызывать положительные эмоции и поддерживать высокую работоспособность. В современном обществе при обучении физическому воспитанию необходимо использовать мультимедиа для совмещения физической и умственной работоспособности, что позволит вывести на новый уровень интеллектуальные и творческие способности студентов, а также расширить кругозор.

Бесспорно, что в современном образовании компьютер не решает всех проблем, он остается всего лишь многофункциональным техническим средством обучения. Не менее важны современные педагогические технологии и инновации в процессе обучения, которые позволяют не просто «вложить» в каждого обучаемого некий запас знаний, но и создать условия для проявления познава-

тельной активности учащихся. Информационные технологии, в совокупности с правильно подобранными (или спроектированными) технологиями обучения, создают необходимый уровень качества, вариативности, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания.

Выводы и предложения. Таким образом, на основании изложенного можно заключить, что ИКТ помогают преподавателю (тренеру) по физическому воспитанию повысить мотивацию обучения студентов и приводит к целому ряду положительных следствий, а именно:

- обогащает воспитанников знаниями в их образно-понятийной целостности и эмоциональной окрашенности;
- психологически облегчает процесс усвоения материала студентами;
- вызывает живой интерес к занятиям физической культурой;
- расширяет общий кругозор студентов;
- помогает повысить уровень использования наглядности на занятиях физического воспитания;
- повышает производительность педагогической и методической работы преподавателя (тренера) по физическому воспитанию в вузе.

Список использованной литературы:

1. Шакиров А.Р., Вильнер Б.С., Лобкис В.Е. Физическое воспитание в развитии личности. *Наука-2020*. № 1 (12). 2017. С. 161–165.
2. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. Москва, 1982.
3. Горвиц Ю.М. Новые информационные технологии в дошкольном образовании [Текст] / Ю.М. Горвиц, Л.Д. Чайнова, Н.Н. Поддьяков [и др.] Москва: ЛИНКАПРЕСС, 1998. 328 с.
4. Гурьев С.В. Информационные компьютерные технологии в физическом воспитании дошкольников: методология, теория, практика: [Текст]: монография. Екатеринбург: Издательство ГОУ ВПО Рос. гос. проф.-пед. ун-та. 2008. С. 144.
5. Концевой М.П. Здоровье и компьютер. Москва: Педагогика. 2003. 123 с.
6. Концевой М.П. Психолого-педагогические проблемы компьютеризации обучения. Москва: Педагогика. 2000. 305 с.
7. Пейперт С. Переворот в сознании: Дети, компьютеры и плодотворные идеи: пер. с англ. Москва: Просвещение, 1989. 370 с.
8. Сметанкин А.А. Открытый урок здоровья. Москва: Знание, 2004. 260 с.
9. Завьялова Т.П. Информатизация физкультурного образования дошкольников: от проблем к поиску решений. *Начальная школа плюс до и после*. 2012. № 10. С. 63–69.
10. Раевский Р.Т., Канишевский С.М. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов. Одесса: Наука и техника, 2008. 556 с.

Bielikova O., Dmytriieva N. Features of the practical physical education classes organization with multimedia using

This article is about the methodical concept Information Technology introducing during conducting practical classes of physical education in university of civil engineering with multimedia using. This article disclose the actual question of level of sport activities increasing among student

A number of ways to popularize and introduce new physical-fitness methods in student's physical education are presented.

It is noted that the main reasons of negative influence on the state of health and physical fitness of the population are: the living standards decreasing, deterioration of the conditions of study, work, rest and the environment, quality and structure of nutrition, increase in excessive stress loads.

The physical training and education of a contingent of students, on the example of the Odessa Construction University, has changed significantly over the past five years due to the fact that most of the applicants come from rural areas, where sports are poorly developed, and, as shown by actual practice, deterioration in the health of young people, exacerbation of cardiovascular diseases and other chronic and infectious diseases.

The introduction into the structure of practical classes with theoretical part, with the use of information computer technologies, in which the teacher shares knowledge on physical therapy, the basics of nutrition, anatomy and physiology, safety in the classroom, etc., is explained. Development in special medical groups, in whole or in part, of the following types of fitness: shaping, breathing exercises (body flex), general developmental exercises (ORU), stretching, yoga, Pilates, callanetics, greatly increases the interest among students in the subject and provides motivation for classes sports and recreational and sports orientation. The methodology for conducting research based on monitoring the results of the survey among students at the Odessa Construction University showed that 63% of the students surveyed, that the method of conducting part of the classes using multimedia technology will allow them to better understand the material and pass the test, and 26% of the students will disperse the attention opportunities to concentrate on the game; 11% of respondents – this question does not matter

The result of socio-pedagogical research are presented that are revealed necessity to improve physical classes using multimedia and to use this method for analyze and self-analyze for sporting and gymnastics to find mistakes and it's correcting.

Key words: *practical classes, physical education, Information technology, questioning, monitoring, health teams.*