

**ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ ЯК ОСНОВНА ФОРМА ВИКЛАДАННЯ  
НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН СПЕЦІАЛЬНОСТІ  
017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ**

**Корносенко О. К.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

**Вашенко І. М.**

*Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка*

Одне з провідних місць у системі підготовки майбутніх бакалаврів спеціальності 017 Фізична культура і спорт, належить практичним заняттям. Проведення практичних занять передбачено з таких дисциплін: «Ритміка і хореографія», «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання атлетизму», «Теорія і методика викладання спортивних ігор», «Теорія і методика викладання легкої атлетики» та ін. Практичні заняття виконують такі основні функції: поглиблення і уточнення знань, здобутих на лекціях і в процесі самостійної роботи; формування професійно-рухових умінь і навичок, умінь планувати, аналізувати і узагальнювати інформацію; накопичення досвіду проведення тренувань з різних видів спорту, організації фізкультурно-оздоровчої діяльності, зокрема активного дозвілля з людьми різного віку тощо.

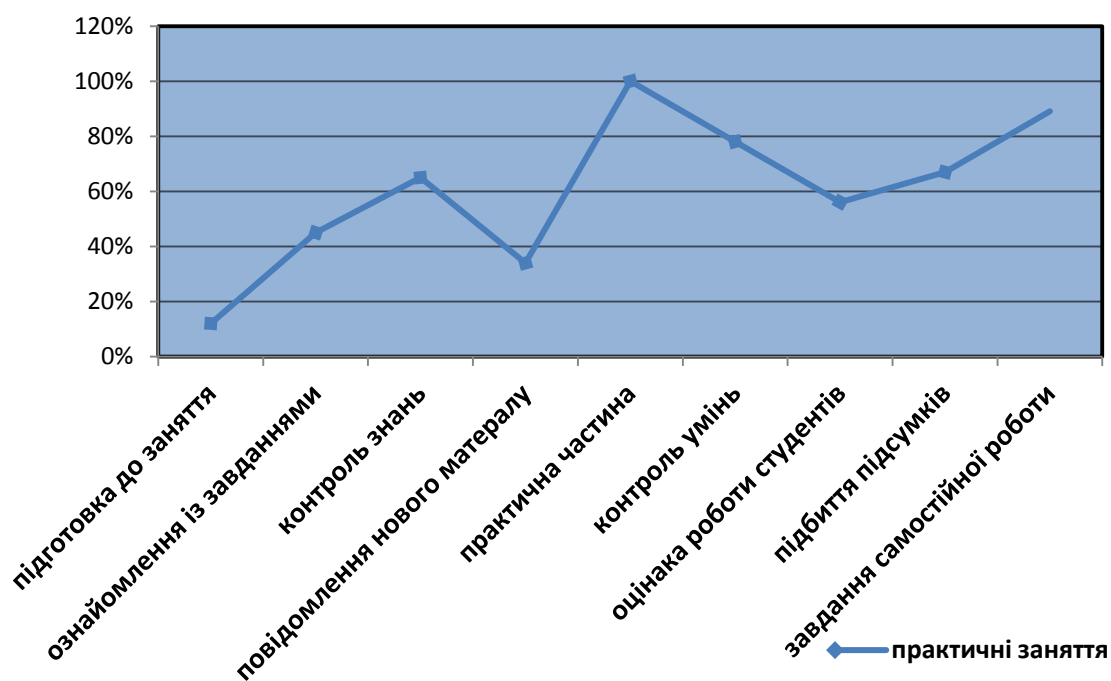
Актуальні питання теорії й методики викладання у закладах вищої освіти висвітлено у працях учених І. О. Казак, В. В. Каплінський, В. І. Лозова, В. В. Стинська [1; 2; 3; 4]. Незважаючи на значний науковий доробок проблеми викладання практичних занять для майбутніх фахівців спеціальності 017 Фізична культура і спорт першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, висвітлені недостатньо.

Мета дослідження – здійснити аналіз спеціальної літератури й виявити типову структуру практичного заняття, провести констатувальний експеримент з виявлення динаміки дотримання викладачами структури та технології проведення практичних занять у процесі підготовки майбутніх бакалаврів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

Методом аналізу літературних джерел встановлено типову структуру проведення практичних занять: *організаційна частина* – підготовка до заняття (привітання, контроль за присутністю студентів, з'ясування причин їхньої відсутності, огляд підготовленості спортивного залу, басейну, інвентарю і обладнання); ознайомлення студентів з темою, метою, планом і завданнями заняття, вступне слово викладача; *методично-практична частина* – експрес контроль знань студентів (проводиться у формі усного опитування, письмового або комп'ютерного контролю); повідомлення теоретичної інформації за планом заняття; *практична частина* – формування професійно

необхідних умінь і навичок в залежності від поставлених завдань з подальшим їх обговоренням, перевірка й оцінювання сформованих умінь і навичок; *заклучна частина* – аргументована оцінка роботи студентів, підбиття підсумків роботи, повідомлення завдань самостійної роботи.

У ході констатувального експерименту нами було проаналізовано дотримання структури проведення практичного заняття (рис. 1). Аналіз експертних оцінок науково-педагогічних працівників дозволив з'ясувати, що практичні заняття є важливою формою підготовки здобувачів спеціальності 017 Фізична культура і спорт й необхідні для формування професійно-рухових, організаційно-управлінських, комунікативних умінь, інтеграції когнітивної і професійно-практичної діяльності у ході вивчення спеціальних дисциплін, формування здібностей використовувати методи науково-дослідницької діяльності тощо.



**Рис. 1.** Динаміка дотримання викладачами структури проведення практичних занять у процесі підготовки майбутніх здобувачів спеціальності 017 Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Визначено, що 78% респондентів використовують фронтальні форми проведення практичних занять. Серед переваг цієї форми занять вони виділяють такі: заощадження навчального часу (43% респондентів); легкість у керуванні процесом навчання (37% опитаних); швидкість оцінки результатів і можливість корекції процесу навчання (30% осіб). Групові та індивідуальні форми організації

практичних занять застосовують лише 22% опитаних викладачі. Серед переваг цієї форми респонденти відзначають: можливість здійснення самонавчання, самоперевірки, самоконтролю студентів (68%); можливість формування індивідуального стилю у професійній діяльності (72%); можливість і ефективність застосування різного спортивного інвентарю та обладнання (51%). До недоліків застосування цих форм організації практичних занять викладачі віднесли такі: значні витрати часу і зусиль на організацію студентів (76% опитаних); утруднення процесу отримання зворотної інформації про хід виконання завдань (88%). З поміж головних завдань практичних занять більшість викладачів виділяють перевірку виконання студентами самостійної роботи (85% респондентів), освоєння змісту матеріалу (59%); рідше викладачі зосереджують увагу на мотивуванні студентів, актуалізації знань, інтегруванні теоретичного матеріалу із практикою (17%); 36% респондентів відзначили, що не завжди при проведенні практичного заняття проводять методичну частину, яка передбачає надання теоретичної інформації практичного характеру; має фрагментарний характер узагальнення й систематизація результатів, оцінка роботи студентів (57% опитаних); 75% респондентів семінарські і практичні заняття використовують для підбиття підсумків роботи. Недотримання структури занять більшість респондентів пояснюють недостатністю навчального часу, методичного забезпечення, інвентарю та обладнання, низьким рівнем мотивації, відсутністю умінь систематизувати і узагальнювати інформацію, будувати інтегровану систему зв'язків теорії з практикою.

Аналізуючи проведення практичних занять розуміємо, що викладачі у більшій мірі віддають перевагу формуванню рухових умінь, нехтуючи методичною частиною заняття, яка є основою формування цілісної системи підготовки, зловживають фронтальними способами організації заняття. Основою вдосконалення системи практичних занять має стати розробка навчально-методичних комплексів, навчальних комп'ютерних програм, тренажерних пристроїв, методичного матеріалу тощо, використання диференційованих форм (групових, індивідуально-групових) проведення занять.

#### **Список використаних джерел:**

1. Казак І. О. Теорія і методика викладання в вищій школі. Практикум з навчальної дисципліни : навч. посіб. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2018. 38 с.
2. Каплінський В. В. Методика викладання у вищій школі : навч. посіб. Вінниця : ТОВ «Ніланд ЛТД», 2015. 224 с.

3. Лекції з педагогіки вищої школи: навчальний посібник / за ред. В. І. Лозової. Харків : «ОВС», 2006. 496 с.
4. Стинська В. В. Методика викладання у вищій школі. Методичні рекомендації. Івано-Франківськ, 2016. 65 с.

## **РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ У БІГУ ЮНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ 10-12 РОКІВ**

**Коробейнік В. А., Лаврова Є. О.**

*Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди*

Витривалість вважається однією з основних рухових здібностей людини. Показник витривалості з великою точністю свідчить про загальний стан здоров'я людини і функціональних можливостей дихальної та серцево-судинної систем. Як зазначають відомі фахівці в галузі фізичної культури і спорту у сучасній підготовці юних легкоатлетів застосовуються різні методи та засоби розвитку витривалості, які ґрунтуються перш за все на фізіологічних та біохімічних складових організму людини [1-6]. Без достатнього її розвитку не можна розраховувати на певний успіх ні у праці, ні у спорті. Витривалість вважається однією з основних рухових здібностей людини. Під час бігу розвивається як і опорно-руховий апарат з усіма фізіологічними системами так і психологічні якості: цілеспрямованість, впевненість, вміння долати труднощі, вольові якості та інші.

Мета роботи – обґрунтувати ефективність використання запропонованих видів бігової підготовки для розвитку витривалості юних легкоатлетів 10-12 років.

Завдання роботи:

1. Дослідити особливості планування розвитку витривалості в бігу.

2. Визначити вікові передумови до засвоєння юними легкоатлетами навантажень на витривалість.

3. Визначити методи і засоби розвитку витривалості в бігу юних легкоатлетів 10-12 років.

4. Розробити практичні рекомендації щодо використання видів бігової підготовки з метою розвитку витривалості бігу юних легкоатлетів 10-12 років.

Аналіз літературних джерел та вивчення досвіду тренерів ДЮСШ, для подальшого проведення дослідження, дозволив відібрати тест для виявлення динаміки зміни рівня розвитку витривалості в бігу у вигляді 6-хвилинного бігу на початку і в кінці експерименту. Зауваження до проведення: