

ЛЕКЦІЯ № 9

ТЕМА: ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ I-IV РІВНІВ АКРЕДИТАЦІЇ. МЕТОДИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ПОЗАНАВІЧАЛЬНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.

4 курс (ФВ, ОС, ЗЛ)

ПЛАН.

1. Роль та значення педагогічного контролю у процесі фізичного виховання студентів.
2. Організація педагогічного контролю у процесі фізичного виховання студентів.
3. Завдання позанавчальної роботи з фізичного виховання студентів.
4. Особливості методики організації та проведення позанавчальної роботи з фізичного виховання зі студентами.
5. Методика організації і проведення фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в місцях масового відпочинку студентів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Матяжов В.С. Студенческий лагерь отдыха и спорта. Львов; Вища школа . Изд-во при Львов. ун-те. 1980 с. 32-33, 85-89.
2. Основы теории и методики физической культуры. Учебник для техникумов физической культуры. Под ред А.А.Гужаловского - Москва; ФиС 1986; с. 275-277, 272-273, 257-261.
3. Физическое воспитание в профессионально-технических вузах. Метод. пособие -Москва: Высшая школа 1976: с. 8-12; 18-19.
4. Тер-ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. - Москва, ФиС 1987; с. 172-179.
5. Фізичне виховання: Програма для сільськогосподарських вищих навчальних закладів з усіх спеціальностей - Київ: Міністерство сільськ. госп. і продовольства, 1995: с. 34

1. Що означає поняття “контроль”? Під цим поняттям розуміють перевірку, обстеження, спостереження, оцінку і т.п. При характеристиці контролю в процесі фізичного виховання це поняття трактується далеко не однозначно. Тривалий час контрольні функції спеціалісті ФВ традиційно зводили переважно до обліку успішності і контролю фізичного стану тих, що займаються. Очевидна обмеженість такого підходу, оскільки він охоплює лише окремі аспекти контролю. В сучасній літературі спостерігається і інша крайність — в ній можна нарахувати вже десятки найменувань видів і різновидностей контролю (педагогічний, лікувальний, біологічний, антропометричний, біохімічний, біомеханічний, психологічний, організаційний і т.п., тестометричний, візуальний, інструментальний, автоматизований; попередній, оперативний, поточний, етапний, підсумковий і т.д.), що свідчить про моногранність проблеми і про невпорядкованість зв’язаних з нею уявлень.

Якщо говорити про контроль, який органічно включений в процес фізичного виховання, то характер такого контролю визначається перш за все реально існуючими відносинами між суб’єктом і об’єктом виховання. Тому в фізичному вихованні розрізняють:

- 1) контроль, який здійснюється педагогом “педагогічний контроль”
- 2) самоконтроль, тих що займаються (самоконтроль фізкультур).

Окремі автори додатково розглядають ще контроль спостерігачем. Про нього піде мова трохи пізніше. Цим зміст і форми контролю не обмежуються, але всякий інший контроль здатний вплинути на хід і результати фізичного виховання лише тоді, коли його дані пройдуть через свідомість і дії тих, хто цим процесом управляє і хто піддається впливу факторів фізичного впливу. *Педагогічний контроль* охоплює всі сторони педагогічного процесу, мета, ціль, його умови та результати і розглядає їх у взаємопов’язаних як модель, еталон єдиного цілого. Здійснюється спеціалістом з використанням тих засобів і методів, які він може і повинен кваліфіковано застосувати.

Його основними складовими частинами є:

- 1) контроль системи факторів впливу на учнів;
- 2) контроль стану учнів і ефекту впливу.

Загалом він повинен виявити співвідношення впливу і його ефекту, оцінити їх відповідність або невідповідність результатам, що планувались і тим самим дати підстави для прийняття рішення.

Педагогічний контроль розпочинається з вивчення вихідного рівня можливостей і готовності учнів до реалізації завдань. Він звичайно починається до початку курсу або чергового циклу занять і є необхідною передумовою доцільної організації педагогічного процесу, включаючи і розподіл контингенту учнів за групами (згідно з їхніми індивідуальними можливостями). Вихідний педагогічний контроль передбачає також оцінку індивідуального рівня знань і фізичного розвитку, рухового досвіду, фізичної підготовленості, мотивацій і установок, що відбивають ставлення до майбутніх занять.

Подібний зміст має контроль вихідного стану учнів перед початком чергового річного циклу занять з тією різницею, що контрольні дані оцінюються у динаміці, зіставлені з результатами, зафіксованими в попередніх числах.

Контроль факторів, що впливають на учнів в процесі ФВ охоплює наступні роди впливів:

- ті, що йдуть безпосередньо від педагога;
- ті, що чинять умови зовнішнього середовища;
- ті, що впливають з діяльності і взаємодії учнів.

Контролюючи першу групу впливів, вчитель повинен здійснювати *педагогічний самоконтроль*, тобто шляхом самоспостереження та інших методів контролювати власні дії, вчинки, вказівки, повідомлення і т.д., звернені до вихованців.

Контроль факторів зовнішнього середовища передбачає оцінку метеорологічної інформації, гігієнічних умов занять, обладнання, інвентаря, одягу. Педагогічний аспект контролю тут полягає у зіставленні наявних умов і можливостей досягнення передбаченого ефекту.

Щільне місце в контролі специфічних факторів фізичного виховання посідає контроль рухової діяльності і безпосередньо пов'язаних з нею взаємодій учнів. Оцінюючи рухову діяльність як фактор впливу на учнів, важливо враховувати величини навантажень, режим чергування навантажень і відпочинку.

До найбільш розроблених розділів контролю у ФВ належать контроль динаміки функціональних поточних впливів і загальних результатів фізичного виховання. Оцінка зміни стану учнів у ході і внаслідок занять здійснюються за обліком і аналізом сукупності показників. До уваги, як мінімум необхідно брати: самооцінку учнями свого стану, зовнішні об'єктивні ознаки їхнього стану, які виявляються в працездатності, результативності дій і в поведінці певних характеристик їх зовнішнього вигляду; окремі показники функціонального стану (ЧСС, динамометрія, реакціометрія, а також окремі морфометричні показники - вага, об'єм тіла).

Для поглибленого контролю стану організму недостатньо лише педагогічних методів. Педагогічний контроль у фізичному вихованні повинен бути тісно пов'язаний з медикобіологічним контролем.

Найважливіше значення у педагогічному контролі має визначення внеску занять у формуванні знань, умінь, навичок, розвиток здібностей, удосконалення особистих якостей учнів. Контролюючи це в процесі ФВ використовують як загальнопедагогічні методи контролю результатів навчання і виховання, так і специфічні методи оцінки техніки рухових дій, зрушень у рівні розвитку фізичних якостей і фізичної підготовленості.

Виняткову роль відіграють методи організовані у форму тестових та інших контрольних вправ.

Документальний облік даних, що підлягають контролю у ФВ, частково уніфікований (відомості, протоколи тестувань і змагань). Водночас для нормального педагогічного контролю доводиться вести безліч робочих записів і аналізувати їх. Перспектива - використання засобів автоматизації способів одержання, накопичення і обробки інформації.

Фізкультурний самоконтроль - сукупність операцій самоконтролю (самопостереження, аналіз і оцінка власного фізичного стану, поведінки, реагування), що здійснюється індивідуально - безпосередньо в процесі занять, у загальному режимі життя, згідно з правилами прийнятими у сфері фізичної культури.

В процесі занять фізичними вправами самоконтроль передбачає самостійну оцінку учнями готовність до дії, поточний контроль параметрів виконуваних рухів (зусилля, ритм, амплітуда, траєкторія) усвідомлення відчуття їх ключових моментів, самооцінку рівня навантажень. В інтервалах між заняттями самоконтроль, крім іншого, спрямований на оцінку проходження відновних процесів, аналіз самопочуття, “настроєності” на наступне заняття.

Основна документальна форма обліку даних фізкультурного самоконтролю — спеціальний щоденник.

Розробка методів фізкультурного самоконтролю помітно активізувалась в останнє десятиріччя.

Педагогічний контроль і самоконтроль учнів-тісно взаємопов’язані, а за змістом певною мірою ідентичні.

У тих випадках, коли заняття організовуються на самодіяльних засадах, фізкультурний самоконтроль ніби замінює педагогічний контроль. В умовах педагогічного контролю самоконтроль є одним з основних джерел інформації як про стан “об’єкта впливу” так і про параметри та ефективність впливу. При цьому провідна роль залишається за педагогічним контролем. В свою чергу дані педагогічного контролю необхідно поєднувати з аспектами контролю органів охорони здоров’я, що офіційно передбачено відповідними положеннями щодо організації лікарсько-фізкультурного контролю.

Контроль в процесі ФВ, як і планування, відноситься за часом до певних структурних ланок цього процесу і водночас в певному розумінні є безперервним: характеризується послідовним виконанням контролюючих операцій в ході окремого заняття, в інтервалах між ними, а крім цього, і на завершення серії занять, їхніх циклів і етапів на шляху до мети. Постійний контроль, який можна назвати оперативно-поточним, регулярно доповнюється підсумковим цикловим контролем, в якому сумарно оцінюється зроблене і досягнуте в межах більш (або менш) тривалих циклів занять (малі, середні, великі).

Конкретні завдання, що розв’язуються при оперативно-поточному контролі:

1. Негайно оцінити передумови виконання запланованого на дане заняття, передусім стан готовності учнів до реалізації головного з наміченого (розучування вправ, освоєння навантажень), проаналізувати показники оперативної працездатності, втоми і відновлення в ході занять.
2. Проконтролювати риси виконуваних рухових дій, параметри навантажень і відпочинку, освітній, тернувальний виховний ефект занять.
3. Дійти загальних висновків про якість заняття, позитивні сторони і недоліки його змісту і методики.
4. Оцінити зміну показників індивідуального стану в інтервалі між даними і черговими заняттями.

Для цього типу контролю найбільш придатні методи, що дають змогу одержати інформацію з мінімальною витратою часу. Операції з оперативно-поточного контролю повинні органічно виконуватись в структуру заняття.

Основні способи:

1) пряме інструментальне забезпечення спостереження, самоспостереження, опитування, самоаналіз;

2) одержання інформації шляхом використання контрольних рухових завдань з визначенням поточних результатів, їх використання у порівняно стандартних умовах.

В інтервалах між заняттями оперативно-поточний контроль практично звужується до меж індивідуального самоконтролю.

Цикловий контроль - призначення інтегрально оцінити систему занять, що відбулися в межах завершеного циклу.

Цикловий і етапний контроль передбачають три групи процедур.

I група - узагальнена обробка матеріалів поточного контролю.

- 1) підрахунок суми часу витраченого на заняття протягом циклу (етапу) загалом і за основними розділами їх змісту;
- 2) підрахунок занять, пов'язаних з основними фізичними навантаженнями;
- 3) підрахунок сумарних величин фізичного навантаження за окремими нормативами;
- 4) визначення середніх величин, що відбивають зміни фізичного стану учнів протягом циклу або етапу (за даними оперативно-поточного контролю).

II група тестування в кінці циклу, а також окремих його фазах.

III група порівняльний аналіз динаміки показників, виявлених процедурами I і II групи.

2. В залежності від післядії занять фізичними вправами розрізняють три стани, а також відповідні їм три види контролю: а) оперативний стан, б) перемінний стан, в) парманентний стан.

Оперативний стан - результат впливу вправ, який зберігається на протязі одного заняття. Стану відповідає оперативний контроль. Він здійснюється на протязі заняття і спрямований на забезпечення доцільного чергування діяльності та спокою.

Перемінний стан - результат післядії вправ, який зберігається після занять на протязі від декількох годин до декількох днів. Йому відповідає поетапний контроль. Він здійснюється між заняттями на протязі до одного тижня. Дозволяє отримати дані для визначення нових задач, засобів і методів, які застосовуються, та супутніх умов на майбутніх заняттях.

Парманентний стан - результат вправ, сліди яких зберігаються на протязі ряду тижнів та місяців. Йому відповідає парманентний, або поетапний контроль, за допомогою якого одержують інформацію про кумулятивний (сумарний) вплив занять, що проводяться.

Вказаним 3-м видам контролю передують попередній контроль. Він дозволяє встановити особливості тих, хто займається, їх схильності і інтереси, рухові здібності, задатки, які служать передумовами успіху в заняттях певними фізичними вправами, видами спорту.

До методів, які застосовуються викладачем для здійснення контролю відносяться:

- а) опитування;
- б) спостереження;
- в) лікарсько-контрольні тести;
- г) контрольні вправи;
- д) прикидки курсовки контрольні змагання.

Повоцінний контроль, що здійснюється в ході занять фізичними вправами вимагає від педагога спеціальних знань і вмінь, які забезпечують правильне спостереження, аналіз, та оцінку дій тих, що займаються, виявлення недоліків у власних діях, визначення міри придатності та ефективності засобів, методів та організаційних форм роботи в конкретних умовах та учбових ситуаціях.

Найбільш поширеними видами педагогічного контролю за провіденням занять з фізичного виховання є: 1) хронометрування; 2) визначення фізичного навантаження в ході занять; 3) контрольні випробування; 4) педагогічне спостереження за навчально-виховним процесом.

Великого значення набуває самоконтроль. Для контролю динаміки ФП студентів на початку 1-го семестру (початковий рівень) і наприкінці кожного року навчання проводиться контрольне тестування студентів усіх навчальних відділень (крім оздоровчого) за тестами.

Тести виконуються на навчальних заняттях у формі змагань за графіком кафедр ФВ протягом одного дня. Вищенаведене яскраво засвідчує роль та значення педконтролю в процесі ФВ студентів.

3. У розв'язанні задач ФВ студентства позанавчальна робота покликана сприяти:

- 1) залученню до систематичних занять ФК і спортом, якомога більшої кількості студентів;
- 2) вдосконалення знань, вмінь, навичок, рухових, моральних, вольових якостей набутих в процесі засвоєння обов'язкового курсу ФВ і на цій підставі забезпечення готовності студентів до більш якісного засвоєння матеріалу офіційної (державної) програми;
- 3) формуванню вмінь та звички самостійно використовувати доступні засоби ФВ у повсякденному житті з метою оздоровлення, фізичного вдосконалення, корисного та культурного проведення дозвілля;
- 4) вибору спортивної спеціалізації та досягнення в обраному виді спорту результатів на рівні нормативних вимог спортивної кваліфікації;
- 5) підготовка громадського фізкультурного активу навчального закладу.

Різний рівень знань, здоров'я, фізичної та спортивної підготовленості студентів, багатоплановість їх інтересів передбачають використання на кафедрі ФВ у позанавчальний час різноманітних форм занять фізичними вправами, спортом, туризмом. Практичні і теоретичні заняття у позанавчальний час проводяться у таких формах:

- навчально-тренувальне заняття у навчальних групах спортивного відділення;
- фізкультурно-оздоровчі заняття на самодіяльних госпрозрахункових засадах у навчальних групах відділення рекреації;
- самостійне заняття фізичними вправами, спортом, туризмом за особистою ініціативою студента;
- організовані самостійні різноманітними видами фізичної активності в місцях масового відпочинку студентської молоді.

Успішній організації позанавчальної роботи з ФК і спорту сприяє створення деяких умов, а саме:

- тісний зв'язок з навчальною роботою, як у змістовному, так і в організаційному плані;
- доступність занять та різноманітність форм, які забезпечують можливість залучення широкого кола студентів до занять ФК і спортом;
- чітке керівництво з боку адміністрації кафедр ФВ та спортивних клубів і кожного окремого викладача ФВ.

4. Для студентів ПТУ, технікумів, інститутів, коледжів основними формами занять ФК і спорту в позаучбовий час є заняття в секціях загальної фізичної підготовки, групах та секціях спортивної підготовки з різних видів спорту, туризму, фізичної рекреації та інше.

Секції загальної фізичної підготовки організуються для студентів які ще не підготовлені до занять в спортивних секціях та є своєрідною перехідною формою від занять із загальнопідготовчим спрямуванням до спеціалізованих занять спортом. Вони створюються для бажаючих покращити фізичну підготовленість, з метою успішного оволодіння матеріалом навчальної програми, а також для бажаючих вдосконалюватись в якому-небудь виді спорту (але не обравши спеціалізацію). Такі групи комплектуються переважно за статевими або віковими ознаками. Заняття проводиться 2-3 рази на тиждень (45-60 хвилин-у ПТУ; 80-90 хвилин-у технікумах, коледжах, інститутах).

основні задачі роботи цих секцій:

- залучення до систематичної роботи на підвищення своєї загальної фізичної підготовленості та сприяння у виборі спортивної спеціалізації;
- покращення фізичної підготовленості і на цій основі сприяння їх загальному фізичному розвитку та успішному виконанню вимог навчальної програми.

До спортивних секцій (спортивних відділень) розподіляють студентів, які виявили бажання вдосконалювати спортивну майстерність в одному з видів спорту, що культивують в навчальному закладі. Тут займаються студенти, які за даними тестування мають високі показники фізичної підготовленості та виконали вимоги спортивної класифікації (або мають певну перспективу).

У навчально-тренувальних групах заняття спрямовані на підвищення рівня всебічної фізичної підготовки, поглиблене відпрацювання технічних прийомів та їх поєднання з обраного виду спорту, вивчення тактичних дій, правил змагань, здобуття знань і навичок суддівства, навичок проведення занять з новачками, досягнення результатів.

Спортивні відділення (секції) створюються за видами спорту, які мають найбільше прикладне значення для успішного оволодіння професією, а також з тих видів, для яких є належні умови.

Заняття проводиться 2-3 рази на тиждень (60-90 хв. у ПТУ; 90-120 хв. у технікумах, коледжах, інститутах).

Секції туризму культивуються у значній кількості вищих навчальних закладів. Робота в них складається із наступних розділів:

- * практичних занять з учнями (студентами) по навчанню прийомам туризму (техніки та тактики);
- * проведення туристських змагань, залікових і тренувальних походів.

5. Види таборів бувають наступні:

- 1) оздоровчі табори;
- 2) оздоровчо-спортивні табори;
- 3) спортивні табори;
- 4) табори відпочинку та праці;
- 5) туристичні табори;
- 6) військові табори.

В свою чергу ці табори підрозділяються на дві групи (в залежності від сезону - літні, зимові).

Загальні задачі ФВ студентської молоді в таборах відпочинку наступні:

1. зміцнення здоров'я відпочиваючих засобами ФК і спорту з врахуванням природних кліматичних умов і на цій основі підвищення рівня всебічної фізичної підготовки та загальної працездатності організму;
2. залучення до регулярних занять ФК і спортом відпочиваючих студентів;
3. підготовка громадських інструкторів та суддів по спорту;
4. ознайомлення із санітарно-гігієнічними вимогами користування природними засобами загартування;
5. прищеплення навичок дотримання розумного та раціонального режиму відпочинку;
6. виховання навичок самоуправління та організації активного відпочинку;
7. виховання студентської молоді в дусі патріотизму, високої моралі, колективізму.

Задачі можуть конкретизуватись в залежності від типу табору. В таборах можуть застосовувати наступні форми учбово-спортвної та масової-оздоровчої роботи:

- * щоденна ранково-гігієнічна гімнастика;
- * інструктивно-методичні та контрольні-залікові заняття;
- * навчально-тренувальні заняття;
- * загартування повітрям, сонцем, водою;
- * товариські спортивні зустрічі;
- * туристичні походи;
- * змагання з різних видів спорту (у масштабі табору).

Методика організації занять з фізичного виховання в таборах наступна:

- групу комплектують з врахуванням рівня фізичної підготовленості та статі;
- ранковій гігієнічній гімнастиці відводиться до 30 хвилин;
- з'ясовується, хто з відпочиваючих на вміє плавати;
- під час проведення учбово-тренувальних зборів (збірна команда) - заняття являються продовженням тренувального процесу в навчальному році;
- час для занять фізичними вправами повинен коливатись від 4 до 5 годин на день.