

Критерії сформованості спеціальних рухових навичок у майбутніх учителів фізичної культури

Миколаївський державний університет імені В. О. Сухомлинського (м. Миколаїв)

Постановка наукової проблеми та її значення. У фізкультурній освіті постало питання про створення такої системи, яка була б насамперед орієнтована не на потреби суспільства, держави, виробництва, а на потреби особистості. Проведений теоретичний аналіз дав підставу припустити, що практика педагогічної освіти, яка склалася, не формує в майбутніх учителів здібностей приймати рішення на основі її аналізу. Позначається необхідність упровадження нових підходів до організації професійно-педагогічної підготовки студентів.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми. Професійна діяльність педагога, у тому числі й учителя фізичної культури, визначена низкою різних умінь та навичок. Багато вчених згодні з тим, що одним із чинників, який визначає педагогічну майстерність учителя, є рівень сформованості в нього спеціальних умінь, а, відповідно, і навичок (Б. Р. Голощаров, Л. І. Лубышева, Ж. К. Холодов).

За деякими даними, число визначень професійних умінь, представлених у різних публікаціях, досягло 200. Наявні розбіжності в тлумаченні цього поняття орієнтують педагогів-практиків на неоднозначні уявлення про мету, зміст і процесуальне забезпечення професійної підготовки і, кінець кінцем, відбиваються на її ефективності.

Завдання дослідження – проаналізувати теоретичні й методичні аспекти проблеми, виявити критерії та результати рівня сформованості спеціальних рухових навичок у майбутніх учителів фізичної культури.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. При визначенні критеріїв сформованості спеціальних рухових навичок ми виходили з того, що вони мають:

- розкривати якість спеціальних рухових навичок, на підставі чого можна судити про рівень їх сформованості;
- віддзеркалювати основні закономірності формування спеціальних рухових навичок;
- відображати динаміку формування спеціальних рухових навичок у часі.

У зв'язку з вищесказаним ми припустили, що дослідження рівня розвитку координаційних здібностей у майбутніх викладачів фізичної культури дасть змогу відповісти на питання про можливість застосування теорії перенесення якостей під час навчання техніки видів і формування спеціальних рухових навичок. Для цього, передусім, слід визначити початкові показники рівня розвитку координаційних здібностей тих, що займаються, і техніки видів. Діагностику цих компонентів ми провели в студентів Інституту фізичної культури і спорту МНУ ім. В. О. Сухомлинського. Діагностика навченості техніки видів спорту, що входять до шкільної програми з фізичної культури, та сформованості спеціальних рухових навичок здійснювалася при реєстрації й оцінці таких параметрів:

- часу, що витрачається на освоєння або перебудову рухової дії;
- ступеня координаційної складності виконуваних рухів;
- точності рухових дій у часі й просторі;
- величини зусиль, що прикладаються.

Результати сформованості в студентів спеціальних рухових навичок на початку експерименту представлено в таблиці 1.

Як видно, на початку експерименту ми можемо констатувати, що в більшості випадків студенти 1-го курсу мають, за результатами експертної оцінки, середній рівень сформованості спеціальних рухових навичок. Студенти 2-го курсу КГ – також середній рівень сформованості. Студенти 2-го курсу ЕГ, як і КГ, лише в рухливих іграх досягли достатнього рівня сформованості спеціальних рухових навичок, за іншими показниками в них простежують також середній рівень сформованості.

Студенти 3-го курсу і КГ, і ЕГ, за більшістю експертних оцінок, мають середній рівень сформованості спеціальних рухових навичок. Отже, на всіх курсах середній бал перебуває в межах оцінки «3», тобто середнього рівня сформованості спеціальних рухових навичок.

Результати сформованості в студентів спеціальних рухових навичок на початку експерименту

| Дисципліна | Курс | Група | Середній бал (X±m) | Рівень сформованості |
|---|------|-------------|--------------------|----------------------|
| Гімнастика й методика викладання | 1 | | 3,27±0,16 | Середній |
| | 2 | КГ | 3,14± 0,25 | Середній |
| | | ЕГ | 3,08 ± 0,26 | Середній |
| | 3 | КГ | 3,22 ± 0,34 | Середній |
| ЕГ | | 2,8 ± 0,36 | Середній | |
| Легка атлетика й методика викладання | 1 | | 3,19 ± 0,16 | Середній |
| | 2 | КГ | 3,23 ± 0,21 | Середній |
| | | ЕГ | 2,87 ± 0,26 | Середній |
| | 3 | КГ | 3,37 ± 0,34 | Середній |
| ЕГ | | 2,92 ± 0,36 | Середній | |
| Спортивні ігри й методика викладання | 1 | | 3,67 ± 0,16 | Достатній |
| | 2 | КГ | 3,28 ± 0,25 | Середній |
| | | ЕГ | 3,18 ± 0,26 | Середній |
| | 3 | КГ | 3,07 ± 0,34 | Середній |
| ЕГ | | 3,00 ± 0,36 | Середній | |
| Рухливі ігри й методика викладання | 1 | | 4,00 ± 0,16 | Достатній |
| | 2 | КГ | 3,58 ± 0,28 | Достатній |
| | | ЕГ | 3,62 ± 0,3 | Достатній |
| | 3 | КГ | 4,07 ± 0,39 | Достатній |
| ЕГ | | 3,8 ± 0,42 | Достатній | |
| Плавання й методика викладання | 1 | | 2,45 ± 0,16 | Середній |
| | 2 | КГ | 2,95 ± 0,21 | Середній |
| | | ЕГ | 3,03 ± 0,23 | Середній |
| | 3 | КГ | 3,04 ± 0,34 | Середній |
| ЕГ | | 2,92 ± 0,31 | Середній | |
| Музично-ритмічне виховання | 1 | | 2,11 ± 0,16 | Низький |
| | 2 | КГ | 3,12 ± 0,25 | Середній |
| | | ЕГ | 3,1 ± 0,26 | Середній |
| | 3 | КГ | 3,22 ± 0,34 | Середній |
| ЕГ | | 3,12 ± 0,36 | Середній | |
| Педагогічна практика | 2 | КГ | 3,26 ± 0,28 | Середній |
| | | ЕГ | 3,26 ± 0,26 | Середній |
| | 3 | КГ | 3,3 ± 0,34 | Середній |
| | | ЕГ | 3,64 ± 0,36 | Достатній |
| Загальний показник студента за всіма критеріями | 1 | | 3,12 ± 0,16 | Середній |
| | 2 | КГ | 3,22 ± 0,24 | Середній |
| | | ЕГ | 3,16 ± 0,24 | Середній |
| | 3 | КГ | 3,33 ± 0,34 | Середній |
| ЕГ | | 3,17 ± 0,33 | Середній | |

$p \leq 0,05$

При діагностиці координаційних здібностей як показника успішності навчання й оволодіння руховою дією (раціональною технікою), а, відповідно, і формування спеціальних рухових навичок наша увага була зупинена на методі вимірювання рухової координації, який запропонований В. Старостою (1998) й заснований на виконанні максимального обертання під час стрибка. Уміння виконати максимальне обертання навколо подовжньої осі тіла під час стрибка вимагає реалізації точних рухів за мінімальний (оптимальний) проміжок часу. Високий результат у передбачуваному тестовому завданні вимагає швидкого та точного поєднання рухів декількох частин тіла й збереження рівноваги під час стрибка й приземлення. Простежується здатність виконання максимального обертання [4]

В. М. Заціорський визначає як показник точності виконання складного рухового завдання. Деякі автори називають цю здатність динамічною рівновагою, динамічною координацією, загальною руховою координацією [6].

Результати дослідження рухової координації в студентів Інституту фізичної культури і спорту перед проведенням експерименту представлені в табл. 2.

Із таблиці 2 видно, що стрибок з обертанням із двох ніг уліво студенти всіх курсів виконують у межах приблизно 300°, стрибок із двох ніг уліво першокурсники – 289,76±34,64, 2-го курсу – КГ – 318,59±34,86, ЕГ – 321,47±40,9, студенти 3-го курсу – КГ – 305,8±56,32, ЕГ – 353,85±21,84. У цілому результати стрибка з обертанням із двох ніг управо тільки в студентів 2-го курсу ЕГ склали 300,65±37,88°, середній результат у досліджуваних групах коливався від 267,54±32,3° до 286,7°±40,9° (p≤0,05). Середній бал виконання стрибка з обертанням з двох ніг склав на 1 курсі – 43,26±5,5, на 2-му в КГ – 40,2±7,65; в ЕГ не суттєво вищим – 41,53±5,5; на 3 курсі в КГ – 51,66±3,4; в ЕГ, навпаки, він був дещо вищим – 54,21±7,4.

Абсолютні показники рухової координації в тесті В. Старости в усіх обстежуваних опинилися на задовільному рівні й лише в першокурсників – на незадовільному рівні.

Таблиця 2

Результати координаційного тесту методом В. Старости

| Випробування | Курс | Група | X±m | t | p |
|--|--|-------|----------------|----------------|--------|
| Стрибок з обертанням із двох ніг уліво (град.) | 1 | | 289,76 ± 34,64 | 2,53 | ≤ 0,05 |
| | 2 | КГ | 318,59 ± 34,86 | 2,79 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 321,47 ± 40,9 | 2,86 | ≤ 0,05 |
| | 3 | КГ | 305,8 ± 56,32 | 2,88 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 353,85 ± 21,84 | 2,92 | ≤ 0,05 |
| | Стрибок з обертанням із двох ніг управо (град.) | 1 | | 276,74 ± 31,24 | 3,12 |
| 2 | | КГ | 267,54 ± 32,3 | 2,27 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 300,65 ± 37,88 | 2,64 | ≤ 0,05 |
| 3 | | КГ | 277,4 ± 21,8 | 2,93 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 286,7 ± 40,9 | 2,89 | ≤ 0,05 |
| Бали | | 1 | | 43,26 ± 5,5 | 2,64 |
| | 2 | КГ | 40,2 ± 7,65 | 3,15 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 41,53 ± 5,5 | 2,65 | ≤ 0,05 |
| | 3 | КГ | 51,66 ± 3,4 | 2,43 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 54,21 ± 7,4 | 2,53 | ≤ 0,05 |
| | Стрибок з обертанням з однієї ноги на ту саму ногу (град.) | 1 | | 217,65 ± 21,76 | 2,96 |
| 2 | | КГ | 234,35 ± 16,64 | 2,84 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 254,77 ± 15,99 | 2,36 | ≤ 0,05 |
| 3 | | КГ | 222,35 ± 32,21 | 2,82 | ≤ 0,05 |
| | | ЕГ | 249,11 ± 23,44 | 2,91 | ≤ 0,05 |
| Оцінка (стрибок з однієї ноги на неї ж) | | 1 | | незадовільно | |
| | 2 | КГ | задовільно | | |
| | | ЕГ | задовільно | | |
| | 3 | КГ | задовільно | | |
| | | ЕГ | задовільно | | |

Згідно з дослідженнями В. Ф. Балашова, освоєння рухової дії й здатність її виконувати можна охарактеризувати за просторовими (точність), часовими та силовими характеристиками [1]. Якісні й кількісні показники цих характеристик залежать від прояву координаційних здібностей.

Рівновага – це здатність зберігати стійкість тіла і його окремих ланок в опорній і безопорній фазах руху.

Відомо, що на базі рівноваги формуються всі рухові акти [8], тому перед формуванням спеціальних рухових навичок потрібно здійснювати контроль і тренування функції рівноваги.

На наступному етапі експерименту вивчалися функції рівноваги. Результати дослідження відображено в табл. 3

Середня кількість спроб, витрачених випробовуваними при виконанні тесту на нерухомій і балансуєчій платформах ($X \pm m$)

| Курс | Група | Нерухома платформа | Балансуєча платформа |
|------|-------|--------------------|----------------------|
| 1 | | 3,0 \pm 1,34 | 9,07 \pm 2,4 |
| 2 | КГ | 4,1 \pm ,17 | 9,54 \pm 3,11 |
| | ЕГ | 4,4 \pm 1,1 | 8,72 \pm 2,8 |
| 3 | КГ | 3,7 \pm 1,99 | 6,3 \pm 3,1 |
| | ЕГ | 3,9 \pm 2,03 | 7,0 \pm 3,08 |

Як видно з табл. 3, кращий результат простежується при виконанні вправи на статичну рівновагу на нерухомій платформі й гірший – на балансуєчій. Приблизно 9–11 спроб знадобилося студентам першого курсу, щоб виконати вправу на балансуєчій платформі, від шести до 12 спроб витрачали в середньому студенти 2-го курсу КГ і від 6 до 10 спроб – студенти ЕГ. Студентами 3-го курсу у зв'язку з тим, що вони мали більший руховий досвід, на виконання цієї вправи витрачалося в середньому в КГ від трьох до дев'яти спроб, в ЕГ – від чотирьох до 10.

Невисокі показники в розвитку координаційних здібностей, а саме динамічної рівноваги, досить яскраво ілюструють описані вище результати попереднього визначення рівня сформованості спеціальних рухових навичок у студентів Інституту фізичної культури.

Висновки й перспективи подальших досліджень. На підставі проведеного експерименту визначено критерії сформованості спеціальних рухових навичок у майбутніх учителів фізичного виховання, а також виявлено проблеми розвитку рухової координації та рівноваги. За допомогою рухових тестувань визначено особливості фізичного розвитку підготовленості студентів факультету фізичного виховання.

Перспективним напрямом подальшого дослідження є вивчення рівня рухової координації майбутніх учителів фізичної культури із застосуванням нових програмно-цільових підходів та різноманітних прогм до розвитку рухової координації під час занять, які б ураховували індивідуальні особливості кожного студента з подальшим упровадженням у педагогічну практику.

Список використаної літератури

1. Балашова В. Ф. Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре : монография / В. Ф. Балашова. – М. : Физ. культура, 2008. – 150 с.
2. Дубогай О. Д. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини : навч. посіб. / О. Д. Дубогай. – К. : Вид. дім «Шкільний світ», 2006. – 128 с.
3. Дубогай О. Д. Тенденції розвитку оцінювання фізкультурно-оздоровчих досягнень студентів: інноваційний світовий досвід / О. Д. Дубогай // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2008. – Т. 2. – С. 99–104.
4. Заиорский В. М. Спортивная метрология / В. М. Заиорский. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.
5. Іванова Л. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів : дис.... канд. пед. наук : 13.00.04 / Л. І. Іванова. – К., 2007. – 208 с.
6. Коваленко Т. Г. Биоинформационные оздоровительные технологии в системе физического воспитания и реабилитации студентов с ослабленным здоровьем / Т. Г. Коваленко. – Волгоград : Изд-во Волгоградского гос. ун-та, 1999. – 120 с.
7. Курьсь В. Н. Основы силовой подготовки юношей / В. Н. Курьсь. – М. : Сов. спорт, 2004. – 264 с.
8. Энциклопедический словарь по физической культуре и спорту. – М. : Физкультура и спорт, 1963. – Т. 3. – 423 с.

Анотації

У цій статті розглянуто критерії рівня сформованості спеціальних рухових навичок у майбутніх учителів фізичної культури на основі теоретичного та методичного аспектів. Дослідження рівня розвитку координаційних здібностей показали можливість застосування теорії перенесення якостей під час навчання техніки вправ і формування спеціальних рухових навичок, визначаючи низкою тестів при цьому початкові показники рівня координаційних здібностей. У процесі аналізу проведеного експерименту визначено критерії сформованості спеціальних рухових навичок у майбутніх учителів фізичного виховання, а також виявлено проблеми

розвитку рухової координації та рівноваги. Це дослідження дасть змогу впроваджувати нові підходи до організації професійно-педагогічної підготовки студентів.

Ключові слова: фізична культура, спеціальні рухові навички, рівновага, координація

Алиса Твелина. Критерии сформированности специальных двигательных навыков у будущих учителей физической культуры. В данной статье рассматриваются критерии уровня сформированности специальных двигательных навыков у будущих учителей физической культуры на основе теоретического и методического аспектов. Исследования уровня развития координационных способностей показали возможность применения теории перенесения качеств во время обучения технике упражнений и формирования специальных двигательных навыков, определяя рядом тестов при этом начальные показатели уровня координационных способностей. В ходе анализа проведенного эксперимента определены критерии сформированности специальных двигательных навыков у будущих учителей физического воспитания, а также установлены проблемы развития двигательной координации и равновесия. Данное исследование позволит внедрить новые подходы к организации профессионально-педагогической подготовки студентов.

Ключевые слова: физическая культура, специальные двигательные навыки, равновесие, координация

Alisa Tvelina. Criteria of Formation of Special Motor Skills Among Future Physical Culture Teachers. The article considers level criteria of formation of special motor skills among future physical culture teachers on the basis of theoretical and methodological aspects. Research of development level of coordinational skills has shown applying of theory of qualities transferring while studying exercises technics and formation of special motor skills. While analyzing of the conducted experiment we have defined criteria of formation of special motor skills among future physical culture teachers and problems of development of coordination and balance skills. This research let us implement new approaches towards organization of professional pedagogical preparation of students.

Key words: physical culture, special motor skills, balance, coordination.