

НАПРЯМ 2. ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ ІННОВАЦІЙНИХ ПІДХОДІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ, ОЗДОРОВЧО-РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ДИСТАНЦІЙНІ КУРСИ НАВЧАННЯ, ЯК ЗАСІБ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ СТУДЕНТІВ

Азаренкова Л.Л.

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Харків

Вступ. На сьогоднішній час інформаційні технології важливий аспект навчання студентів. Методи навчання не стоять на місці, інформаційні технології розвиваються відповідно до сучасного світу. Студентське життя переповнено розумовим навантаженням аудиторних занять. Навчаючись у ЗВО студенти мають можливість розумове навантаження доповнювати фізичними заняттями. Але є студенти, які не мають можливості відвідувати всі заплановані заняття з фізичного виховання. Тому, актуально визначити які форми фізичного самовдосконалення та рефлексії можуть використовувати студенти. Однією з таких форм може бути дистанційний курс, який студенти зможуть проходити для отримання відповідних балів у заліку. У кожній дисципліні навчального плану є години відведені для самостійної роботи студентів, ці години можуть бути використані для проходження дистанційного курсу.

Дистанційні курси можна поділити на два типи. Перший тип - для самостійного навчання. Студент виконує всі вказівки, перевіряє рівень своїх знань, одержує посилання на інші сайти в мережі Інтернет для глибшого знайомства з відповідною дисципліною. Другий, тип дистанційного курсу - для групового вивчення. Передбачається активний обмін інформацією, думками з викладачем і студентами [1].

Мета роботи. Визначити актуальність застосування дистанційних курсів з дисципліни фізичне виховання, як засіб самовдосконалення.

Методи дослідження. У роботі застосовувались аналіз літературних джерел, метод анкетування, бесіда, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Для визначення актуальності дистанційних курсів з дисципліни фізичне виховання серед студентів 3 курсу (120 студентів) НТУ «ХПІ» було проведено анкетування та можливість проходження пробного дистанційного курсу з дисципліни «Теорія і методика фізичного самовдосконалення».

На питання анкети «Чи всі заняття Ви відвідуєте з фізичного виховання?» 78% відповіли ні, 22% студентів відповіли так (рис. 1).

Чи всі заняття Ви відвідуєте з фізичного виховання?



Рис. 1. Відвідування занять з фізичного виховання

В бесіді зі студентами були визначені причини пропусків занять з фізичного виховання:

- захворювання;
- перездачі контрольних та лабораторних робіт зі спеціальності в час занять з фізичного виховання;
- робота.

На питання «Чи проходили би Ви дистанційні курси з фізичного виховання в якості доповнення пропущених занять?» Так відповіли 82 %, ні відповіли 18 % студентів (рис. 2).

У бесіді зі студентами виявилося, що не всі студенти мають комп'ютер і постійний вихід в Інтернет, що є проблемою для користувачів дистанційного навчання. Також проблемою дистанційних курсів може бути мотивація студентів для проходження курсу.

Чи проходили б Ви дистанційні курси з фізичного виховання в якості відпрацювання пропущених занять?



Рис. 2. Відношення до дистанційних курсів з навчальної дисципліни фізичне виховання.

При проходженні пілотного дистанційного курсу «Теорія і методика фізичного самовдосконалення», який розрахований на шість семестрів, кожний семестр має відповідну тематику та мету. Структура курсу складається з вступної інформації, в яку входить мета курсу, відомості про викладача, теоретичного матеріалу у формі лекції та практичного контрольного завдання у вигляді есе. Теоретичний матеріал першого і другого семестру це анатомічний та фізіологічний аспект людини, студент має можливість познайомитися з основами будови тіла людини та фізіологічними процесами, і як фізичне навантаження впливає на кожен систему людини. Завдання складається з підбору оздоровчого комплексу вправ для відповідної системи людини. Третій семестр знайомить студентів з поняттям здоров'я та здоровий спосіб життя. Завдання цього семестру відповідно до кожного варіанту було розглянути критерії здорового способу життя, вплив шкідливих звичок на організм людини та їх профілактику. Важливість дотримання режиму праці та відпочинку. Четвертий семестр присвячений оздоровчим програмам та розвитку фізичних якостей. Тема п'ятого семестру методи оцінювання стану фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів. Завдання проаналізувати та охарактеризувати методи вимірювання рухової активності, методи оцінки фізичного стану та здоров'я, методи самоконтролю. Тема шостого семестру «Фізичне виховання та вікові категорії життя людини», де потрібно ознайомитися з теоретичним матеріалом та представити комплекс вправ для вікової категорії, яка відповідає варіанту студента та визнати провідну роль батьків у формуванні практичних навиків фізичного самовдосконалення у вікових категоріях дитинство та юність і провідну роль соціуму у формуванні практичних навичок фізичного самовдосконалення дорослого населення.

В дистанційному курсі також можуть знаходитись відеоролики фізичних вправ, які студенти можуть виконувати в ранковій гімнастиці, презентації на тему здорового способу життя та чати. Для виконання завдання студент має можливість задавати викладачу запитання. В структуру курсу також входить інструкція та зміст виконання контрольного завдання, критерії оцінювання, список рекомендованої літератури.

Висновки. Дистанційні курси з фізичного виховання є актуальними і надають можливість отримання нових знань та саморозвитку студентів. Студент має можливість до самовдосконалення та відпрацювати пропущений матеріал для отримання відповідних балів для заліку.

Список використаних джерел

1. Кухаренко ВМ, Рибалко ОВ, Сиротенко НГ. Дистанційне навчання: Умови застосування. Дистанційний курс: Навчальний посібник. 3-є вид./За ред. В. М. Кухаренка. Харків: НТУ "ХПІ", "Торсінг", 2002. 320 с.