

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКЛАДАННЯ ФЕХТУВАННЯ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ

Досліджується ефективність інноваційної програми "Фізичне виховання засобами фехтування" щодо формування особистої фізичної культури майбутніх педагогів. Визначені основні вимоги до ефективності програми, зазначені форми самостійної роботи студентів з фізичного виховання.

Ключові слова: студенти, фізичне виховання, фехтування, майбутні педагоги.

Постановка проблеми. Аналіз літературних джерел свідчить про наявність низки проблем у формуванні фізичної культури в процесі фізичного виховання в умовах вищої освіти, які відображені у роботах багатьох науковців: В.І. Ільїнича, С.С. Єрмакова, Ю.М. Ніколаєва, В.І. Ляха, І.М. Медведєвої, В.М. Платонова, Б.М. Шияна та інших. Фізична культура представляє собою один з основних видів власне людської культури, специфіка якого полягає головним чином у тому, що цей вид культури профільований у напрямку, що приводить до оптимізації фізичного **стану** і розвитку індивіда в єдності з його психічним розвитком на основі раціоналізації та ефективного використання його власної рухової активності у поєднанні з іншими культурними цінностями [7].

У Харківському національному педагогічному університеті, в об'ємі навчальних годин що відводяться на дисципліну "Фізичне виховання", було введено навчальну дисципліну "Фізичне виховання засобами фехтування". Об'єктивно постала проблема створення навчальної програми, яка би відповідала всім вимогам вищої школи, щодо формування фізичної культури особистості майбутнього педагога.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. При великій кількості теоретичних підходів до обґрунтування напрямків формування фізичної культури особистості студентів ВНЗ [1, 2, 5], та наявності робіт прикладного характеру, що дозволяють реалізувати сучасні нововведення на заняттях з фізичного виховання (І.А. Анохіна, В.В. Баранов, В.О. Биков, М.І. Галашко, М.О. Носко, В.М. Маслов, В.І. Шандригось та ін.), практично не приділяється уваги фехтуванню, яке з давніх часів є ефективним засобом розвитку фізичних і розумових здібностей, формує якості особистості. Сприйняття та розуміння фехтування відповідає віку студентської молоді, є обов'язковою дисципліною універсіад. Це й зумовило актуальність нашого дослідження.

Метою роботи є дослідження ефективності інноваційної програми з фехтування для студентів ВПНЗ щодо формування фізичної культури особистості майбутнього фахівця.

Основний матеріал дослідження. Для виявлення рівня сформованості особистої фізичної культури у студентів нами була розроблена і запропонована першокурсникам (n=486), на початку навчального року, анкета щодо власної фізкультурно-спортивної діяльності, розуміння ролі викладача у формуванні ціннісного ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності, сформованості поняттєвого апарату фізичної культури, здатності до самостійного проведення фізичних вправ та ігор з молодшими за віком.

Аналізуючи результати анкетування можна зробити висновки, що майже порівну розподіляється кількість студентів які позитивно і негативно, або байдуже ставляться до уроків фізичної культури в школі. На першому курсі, щойно після закінчення школи, 45,5 % респондентів вважали найважливішою метою уроку фізичної культури фактор залучення до здорового способу життя і 39,3 % – вдосконалення фізичного розвитку. Майже 3% вважали головним чинником – ігри та розваги, а два студенти сказали, що головне, це отримати оцінку. Все це свідчить про низький рівень сформованості поняттєвого апарату в сфері фізичної культури і мотивацій щодо занять цією діяльністю.

Педагог має вміти навчати дітей, тому при опитуванні першокурсників, до анкети увійшло питання щодо самостійного проведення окремих частин уроку і організаторських навичок фізкультурної діяльності молодших за віком. Виявлено, що 65,8% опитаних першокурсників обрали майбутню професію недостатньо свідомо, вони повною мірою не розуміють обсяг роботи вчителя і не займаються організацією фізкультурної діяльності, тому що мають недостатній рівень підготовки і знань. Проте 15,6% відсотків опитаних приймали участь в організації рухової активності молодших школярів, а 11,5% займаються фізичним вихованням з молодшими членами сім'ї. У той же час 6,99% респондентів не мають такого бажання.

На питання вибору виду спорту, яким би хотілось займатися 40,70% відповіли – спортивними іграми; 22,20% – легкою атлетикою; 20,40% – обрали інші види спорту; 16,70 % – одноборства (до яких включено також і фехтування); 2% не бажали займатися жодним з видів.

Виходячи з вище зазначеного, ми дійшли висновку, що нижчий за середнє (і дуже низький) стан здоров'я студентів, їхнє інколи байдуже ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності, низька якість оволодіння технікою фізичних вправ і невисока фізична підготовленість студентів-першокурсників педагогічного університету пов'язані з майже відсутньою особистою фізичною культурою майбутніх педагогів.

Вибір фехтування, як засобу фізичного виховання, обумовлений наступними вимогами, обґрунтованими на попередніх етапах роботи:

– Підвищувати якість занять з фізичного виховання за рахунок формування поняттєвого апарату фізкультурно-спортивної діяльності; введення нових елементів фізичної культури та впливу на емоційно-ціннісне ставлення до занять.

– Раціонально поєднувати на заняттях різні види фізичних вправ. І тим самим зробити заняття більш привабливими і доступними для студентів з урахуванням кількості годин відведених на цю дисципліну, фізичного стану студентів та рівня їхньої підготовленості.

– Цілеспрямоване залучення студентів до самостійної роботи над виконанням індивідуальних і загальних домашніх завдань. А також, контроль за цим процесом з боку викладача.

– Залучення студентів до професійно-педагогічної діяльності за рахунок самостійного проведення окремих частин заняття; взаємних уроків з технічної та тактичної підготовки фехтувальника; складання комплексів вправ для розвитку фізичних якостей; вивчення методики і самостійне проведення рухливих ігор та естафет, конспектування рухливих ігор для різних вікових категорій; бойова та суддівська практика фехтувальника з розбором техніко-тактичних дій.

Організація навчально-тренувальних занять здійснюється викладачами секції фехтування за допомогою деканатів, з урахуванням можливостей спортивної бази та кліматичних умов.

Організація занять з фізичного виховання і фехтування зокрема, як його засобу, потребує певних матеріально-технічних умов, що не завжди можуть бути реалізовані у повному обсязі. Проте в ХНПУ створені умови для проведення цих занять. Обладнані фехтувальним інвентарем три зали.

Створено три відділення згідно з трьома рівнями навчальної програми: *основне* – академічні групи факультетів, які у своїх навчальних планах відводять 4 години на тиждень на фізичне виховання; *рекреативне* – академічні групи факультетів де фізичне виховання вивчається за скороченою кількістю годин та *спортивне* – формується з числа студентів усіх факультетів (за бажанням студентів). Чисельний склад однієї групи спортивного відділення становить від 15 осіб; заняття проводяться додатково у позааудиторний час. Основне та рекреативне відділення складає базовий рівень програми. Спортивне відділення займається з урахуванням всіх вимог базового рівня і поглибленого вивчення видів підготовки фехтувальника.

Важливою умовою роботи відділень, є формування у студентів свідомої впевненості у необхідності регулярних занять фізичною культурою та спортом.

Заняття з теоретичного розділу програми проводяться згідно вимогам Програми з фізичного виховання для студентів ВНЗ у формі: лекцій з демонстрацією наочних матеріалів; бесід, пояснень, коментарів під час проведення практичних занять.

Оволодіння технікою і тактикою фехтування здійснюється послідовно використовуючи дидактичні принципи. Фехтувальні прийоми та бойові дії вивчаються у групових уроках, парних вправах, взаємних уроках партнерів, індивідуальному уроці з викладачем, навчальних і тренувальних боях.

Основною організаційною формою проведення академічних занять з фехтування у студентів є груповий урок, на якому викладач повинен:

1) мати чітку мету та тему з конкретним змістом, спрямовану на вирішення загальних цілей фізичного виховання і окремих завдань навчання фехтуванню;

2) враховувати потреби студентів, спонукати їх до активних дій щодо розвитку власної фізичної культури;

3) передавати студентам знання на високому рівні педагогічної майстерності, дотримуючись педагогічних принципів і використовуючи всі прийоми та методи;

4) забезпечувати свідоме та міцне оволодіння спеціальними навичками та вміннями;

5) послідовно та поступово поглиблювати і розширювати навички та знання, які отримані на заняттях і виховувати у студентів прагнення до подальшого вдосконалення;

6) закріплювати навички, які були отримані на попередніх заняттях, і передбачати набуття нових;

7) використовувати різноманітні засоби та методичні прийоми виконання фізичних вправ, різних видів спорту і фехтування.

Для зацікавлення студентів і добровільного сприйняття ними фехтування як дисципліни потрібної у житті, нами урізноманітнюється кожне заняття, використовується якомога більше вправ, процес навчання супроводжується поясненнями, роз'ясненнями сенсу кожної вправи, наданням значної кількості методичних рекомендацій.

У підготовчій частині заняття основними завданнями є організувати студентів; підготувати організм до навантажень основної частини; розвиток рухливих якостей. Використовуються вправи у русі, для розвитку швидко-силових якостей і зміцнення опорно-рухового апарату виконуються вистрибування вгору з різних положень, прискорення за зоровими, тактильними, звуковими сигналами, або з різних положень і таке інше. Для концентрації уваги та розвитку здібностей до швидкості реагувань і переключень від одних дій до інших виконуються несподівані оберти, кидки, зміни напрямку руху, чергування бігу на різній швидкості зі стрибками і навпаки і т.п. Гнучкість розвивається вправами у нахилах з різних вихідних положень, поворотах, обертах, маховими вправами і т.д. Виконуються різноманітні пружинні вправи у випадках, перенесення центру тяжіння з ноги на ногу, зміни позицій стрибками, оберти тулубом і у суглобах, махові вправи з максимальною амплітудою, виконання рухів з максимальною швидкістю і т.п. Спеціально-підготовчі вправи: вистрибування з бойової стійки різної глибини, з різних вихідних положень, стрибки у бойовій стійці, виконання випадів різної глибини з різних вихідних положень, вправи на переключення уваги від стрибків до бігу і шагу, стартові прискорення з різних вихідних положень і т.п.

Головними завданнями основної частини заняття є вивчення і вдосконалення техніки основних фехтувальних положень, прийомів та дій; вдосконалення навичок виконання і використання прийомів у різних взаємодіях з партнером і противником. Форми організації занять: груповий урок; парні вправи; взаємні уроки; індивідуальний урок; навчально-тренувальні бої; бойова та суддівська практики.

На заняттях з фехтування наголошується увага на самостійній роботі студентів – майбутніх педагогів, у таких формах:

1. Самостійному вивченні додаткового навчального матеріалу до розділів теоретичної та методичної підготовки.
2. Самостійному виконанню вправ на заняттях за завданням викладача.
3. Виконанні ранкової та вечірньої гігієнічної гімнастики.
4. Виконанні індивідуальних домашніх завдань.
5. Написанні конспектів рухливих ігор для роботи з різними віковими категоріями в оздоровчих таборах та на педагогічній практиці в школі.
6. Самостійному складанні комплексів вправ для розвитку окремих фізичних якостей.
7. Написанні конспектів бесід на теми організації фізкультурно-спортивної діяльності і здорового способу життя.
8. Додатковій самостійній підготовці до здачі нормативів державного тестування.
9. Додатковій самостійній підготовці до здачі нормативів з фехтування.

У дослідженні розподіл студентів на експериментальну та контрольні групи був виконаний з урахуванням того, що студенти повинні бути приблизно однієї фізичної підготовленості і рівнем сформованості особистої фізичної культури. Таким чином, студенти експериментальної групи (n=170) поглиблено вивчали фехтування, а студенти, які увійшли до першої контрольної групи дослідження (n=171) також займалися фехтуванням, але за базовим рівнем програми, який ми умовно назвали "фехтувальною гімнастикою". Тобто, всі студенти, які приймали участь у дослідженні займалися фехтуванням. Крім фехтування в програму увійшли види спорту, які передбачені міністерською Програмою з фізичного виховання для ВНЗ III-IV рівнів акредитації, такі як легка атлетика, гімнастика, футбол, баскетбол, волейбол та ін. Ми вважаємо, що комплексний підхід до рішення проблеми формування фізичної культури у майбутніх педагогів має включати в себе не лише обраний вид спорту, а й усі можливі, які створюють більш широку уяву про галузь фізичної культури, допомагають розвитку якостей необхідних для вивчення фехтування, а також надають можливість визначитися з видом спорту, який більш до вподоби. З власного досвіду, спостережень, і на підставі бесід з викладачами фізичного виховання вищих навчальних закладів різного спрямування ми знаємо, що за період навчання студенти часто не тільки не покращують своєї фізичної підготовленості, а й втрачають її. Тому, головним чином при навчанні студентів фехтуванню ми намагалися як можна більше пояснювати практичне значення фізичних вправ, технічних прийомів і бойових дій фехтувальників для зовнішнього вигляду, стану здоров'я, вільного спілкування, професійної готовності; залучати студентів до спортивно-масових заходів. Зазначимо також, що всі студенти педагогічного після 3 курсу проходять літню практику у дитячих оздоровчих таборах.

На стадії проведення формувального експерименту з тими ж самими студентами (n=406) було проведено повторне анкетування, щодо рівня сформованості в них теоретичних знань і практичних навичок у сфері фізичної культури під впливом трьохрічного навчання у ВПНЗ. Метою проведення даного дослідження було виявлення змін у сформованості поняттєвого апарату і ставленні студентів ВПНЗ до фізкультурної діяльності.

Так, 66,01% відповіли, що відвідували заняття з фехтування із задоволенням; 34,28 % – для отримання заліку; 2,22 % шукали привід не відвідувати заняття (хоча на наш погляд їх значно більше); і лише 0,49 % – було заборонено лікарями відвідувати ці заняття за станом здоров'я. У порівнянні з відповідями тих самих студентів на першому курсі наочно видно збільшення показника позитивного ставлення до фізичного виховання у студентів протягом навчання у ВПНЗ, що ми аргументуємо наявністю інноваційних підходів до процесу формування фізичної культури особистості майбутнього вчителя. Використовуючи ставлення студентів до фізичної культури як відображення мотиваційно-ціннісної складової, нами було встановлено, що майже половина першокурсників виражали негативізм та байдужість до цих уроків в школі. Після навчання на протязі трьох років за програмою фехтування частина цих студентів зменшилася у 1,5 рази. Тобто п'ята частина студентів змінила своє ставлення на позитивне. Про це також свідчило вірогідне підвищення кількості студентів, що самостійно займаються фізкультурно-спортивною діяльністю (на початку першого курсу таких студентів було 34,15%, а на 4-м – 48,03%, (p<0,05). Розуміння значення впливу особистості викладача на виховання позитивного ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності змінилося на краще під впливом впровадженої програми, 11% студентів за час навчання змінили свою думку.

Результати дослідження доводять, що протягом впровадження програми відбулися вірогідні зміни у розумінні цілей занять фізичним вихованням. Аналіз відповідей четвертокурсників на питання стосовно мети фізичного виховання як навчальної дисципліни дозволив визначити рівень сформованості у них основних понять фізкультурної діяльності. В той час як, для першокурсників найважливішим було залучення до ЗСЖ, то вже після чотирьох років навчання цей фактор найважливішим залишився для 26,35% опитаних. Як що першокурсники вважали, ігри та розваги, важливими на уроці фізичної культури, то вже на четвертому курсі жоден з респондентів не назвав головним цей вид фізкультурної діяльності, що свідчить про підвищення рівня їхньої обізнаності. І як що, для першокурсника, вдосконалення фізичного розвитку особистості, є важливим чинником у 39,3% опитаних, що ми пояснюємо бажанням школяра мати

привабливий зовнішній вигляд, в той час як за чотири роки важливість фізичного розвитку поставили на перше місце лише 2,95%. Четвертокурсники розуміють, що поняття "фізична культура" є найбільш об'ємним і включає в себе всі інші фактори. Формування фізичної культури особистості на першому курсі важливим було лише для 12,75%, а на четвертому вже – 70,7%, що доводить позитивний вплив проведеної роботи. Саме це, на наш погляд, відбиває правомірність розробленої методики і дозволяє вважати фехтування адекватним засобом впливу на особистість майбутнього педагога.

На діаграмі (рис. 1) помітно, що переважна кількість студентів, які вивчали навчальну дисципліну "Фізичне виховання засобами фехтування", вже на четвертому курсі мають достатньо сформований понятійний апарат у галузі фізичної культури, що є вагомим впливом на загальну професійність і компетентність майбутнього педагога, як здорової частини суспільства, який несе знання школярам – майбутньому нашої нації.

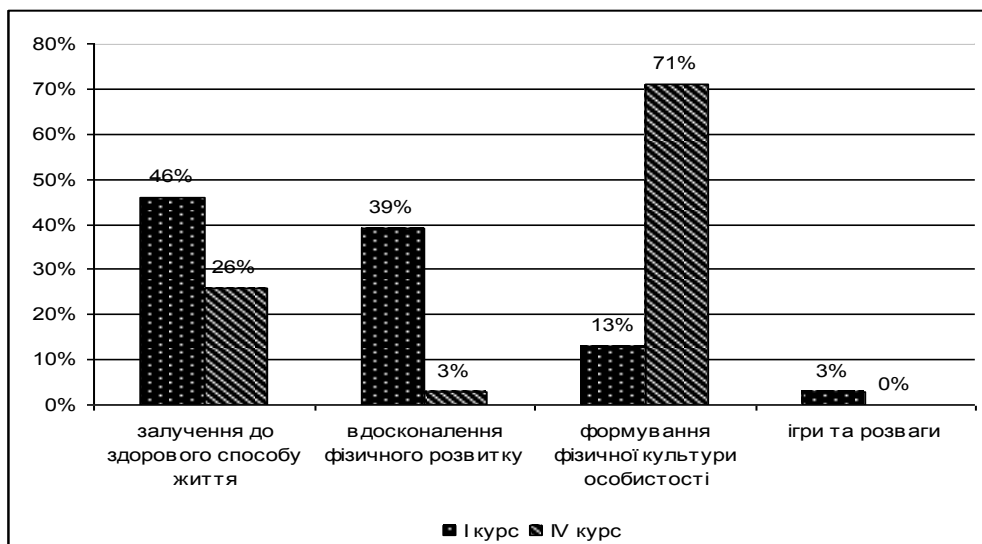


Рис. 1. Розуміння цілей занять фізичним вихованням у студентів різних курсів

Важливим чинником формування фізичної культури школярів і студентів є власний приклад педагогів, які з ними працюють, що підтверджують дані анкетування студентів на 1-му і 4-му курсах. Зазначимо, що цей вплив буває як позитивним, так і негативним. Як що вчителі, або викладачі які користуються повагою серед учнів, або студентів негативно відносяться до фізкультурно-спортивної діяльності, то це є одним з найжахливіших явищ нашого суспільства. У студентів 4-го курсу помітне вірогідне зростання розуміння значення впливу особистості викладача на формування цього ставлення у тих хто навчається, що підкреслює провідну роль вчителя у суспільстві.

Показником сформованості фізичної культури особистості є власна фізкультурно-спортивна діяльність, здатність організувати її самостійно. Це є важливим ще й тому, що людина не лише оздоровлюється, а й зламає стереотипи сучасного суспільства по відношенню до занять фізичною культурою, як чимось "немодним", "несучасним".

Сучасний випускник нашого університету, володіє високим рівнем здатності до самостійних занять фізичною культурою (95,8%), і це при тому, що після школи їх готовність до самостійної роботи була лише у 69,1% серед опитаних першокурсників. Це пояснюється позитивним впливом запропонованої програми на загальну уяву педагога про фізичну культуру, наявність власного приклада викладачів інших дисциплін, кураторів щодо залучення студентів до занять фізичними вправами і спортом. Участь студентів у позанавчальних спортивних заходах, допомога викладачам в їхній організації і суддівстві створюють умови для відчуття у студентів впевненості у власних силах і здатності до цієї роботи.

Детальний аналіз самостійної фізкультурно-спортивної діяльності студентів на першому та четвертому курсах свідчить про незначний відсоток студентів, які займаються в спортивних секціях (8,4% і 8,9% відповідно), але заслуговує на увагу, той факт, що студенти які займалися спортом, під час навчання в університеті, не тільки не покинули тренування, а їхня кількість незначно, але зростає. Помітний відсоток тих хто виконує домашні завдання, як на першому курсі (34,15%), так і на четвертому (48,03%). Самостійно займалися рухливими та спортивними іграми 23,3% першокурсників і на четвертому курсі їх кількість зростає до 25,6%.

Необхідність навичок, отриманих на уроці фізичної культури в школі і на заняттях фізичним вихованням у вузі, в житті та професійній діяльності на першому курсі розуміють 69,1%, а на четвертому вже 96,55%. Це пояснюється сформованим позитивним відношенням до цього виду діяльності, впровадженням у навчальний процес чотирьохрічної інноваційної підготовки з фехтування, участю у виробничій практиці, а також самоусвідомленням себе як особистості майбутнього вчителя.

На четвертому курсі, після педагогічної практики і виконання вимог розробленої програми, всі студенти які відвідували наші заняття навчилися організувати власну фізкультурно-спортивну діяльність і діяльність учнів, у будь-який час здатні провести рухливі ігри, естафети і комплекси вправ на розвиток

певних фізичних якостей, знають комплекси на поставу і методику проведення гігієнічної гімнастики і фізкультурних хвилинок.

Висновки. Таким чином, проведені дослідження доводять, що в умовах ВПНЗ принципово можливо застосовувати фехтування як способу фізичного виховання. Організація занять цим видом спорту сприяє не тільки покращанню здоров'я молоді, але й підвищує рівень професійно-практичної підготовки майбутніх педагогів.

Перспективами подальшого дослідження у даному напрямку вбачаємо вдосконалення навчальної програми "Фізичне виховання засобами фехтування" з метою формування у майбутніх педагогів позитивного ставлення, фізичного і психічного розвитку, та набуття ними навичок фізкультурно-спортивної діяльності.

Використані джерела

1. Іваній І.В. Формування фізичної культури особистості – системне завдання фізичного виховання школярів / І.В. Іваній // Слобожанський науково-спорт. вісник.– № 4 – 2010. – Харків : ХДАФК, 2010. – С. 129-132.
2. Кривенцова І.В. Фехтування як засіб формування моральних якостей майбутнього вчителя / І.В. Кривенцова // Зб. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : Зб.наук.пр. за ред. Єрмакова С.С. – Харків : ХДАДМ (ХХІІ), 2005. – № 11. – С. 44-50.
3. Кривенцова І.В. Самостійна робота з фехтування як складова професійної підготовки майбутнього вчителя / І.В. Кривенцова // наук. метод. журнал ТМФВ. – Харків : ОВС, 2007. – 5 (31) / 2007. – С. 8-11.
4. Кривенцова І.В. Програма навчального курсу "Фехтування". / І.В. Кривенцова // науково-методичний журнал ТМФВ. – Харків : ОВС, 2007. – 1 (27) / 2007. – С. 19-33.
5. Кривенцова І.В. Формування фізичної культури майбутніх педагогів засобами фехтування / І.В. Кривенцова: Автореф. дис... к.п.н. – Чернігів : ЧНПУ імені Т.Г. Шевченка, 2011. – 20 с.
6. Кривенцова І.В. Поурочна навчальна програма курсу "Фехтування" / І.В. Кривенцова // Науково-метод. журнал ТМФВ. – Харків : ОВС, 2010. – № 02(64) / 2010. – С. 19-28.
7. Матвеев Л.П. Теорія і методика фізичної культури. Введення в предмет: навч. посібник для вищих спеціальних фізкультурних навчальних закладів / Л.П. Матвеев. – СПб. : Лань, 2004.

Kriventsova I.V.

EFFICIENCY OF TEACHING FENCING IN ORDER TO FORM PHYSICAL CULTURE OF A PERSONALITY

In the article we analyze the efficiency of the innovation program "Physical education by means of fencing" regarding formation of physical culture of future pedagogues' personality. The basic requirements for the efficiency of the program are determined; the forms of independent work of students on physical education are defined.

Key words: *students, physical education, fencing, future pedagogues.*

Стаття надійшла до редакції 20.09.2013 р.

