

УДК 378-021.465:796

Мунтян В.С., Попрошаев А.В.

ВЛИЯНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ НА ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Розглянуто питання впливу теоретичної підготовки та дистанційного навчання на підвищення ефективності навчально-тренувального процесу студентів вищих навчальних закладів. Підкреслено, що теоретична підготовка з обраного виду спорту для студентів-спортсменів непрофільних (неспортивних) навчальних закладів практично не представляється можливим без впровадження і реалізації дистанційного навчання, яке має ряд переваг по оволодінню інформацією в будь-який час і в будь-якому місці, отримання нових знань, організації самостійних занять з запропонованих курсів і програм.

Ключові слова: теоретична підготовка, студент, спортсмен, дистанційне навчання, електронний навчально-методичний комплекс.

Постановка проблеми. Теоретическая подготовка, как и психологическая, охватывает все стороны подготовки спортсменов (студентов) и учитывает, в каждом конкретном случае, реальный уровень их подготовленности. В системе интегральной подготовки теоретическая подготовка занимает свое место наряду с физической, технической, тактической и психологической составляющими (видами подготовки).

Спортивная тренировка предъявляет высокие требования ко всем системам организма спортсмена в связи с высокими систематическими нагрузками. Развитие и совершенствование физических качеств, функциональных возможностей организма спортсменов необходимо рассматривать через знания в области анатомии и физиологии человека, биохимии, биомеханики, общей педагогики, педагогики спорта, психологии, теории и методики физического воспитания, специальные теоретические и методические знания, отвечающие требованиям конкретного вида спорта с учетом его специфики и особенностей. Таким образом, вопросы, связанные с повышением уровня теоретической подготовки, а также способности к обучению и самосовершенствованию занимают особое место и являются достаточно актуальными.

Цель исследования. Обосновать эффективность теоретической подготовки и дистанционного обучения и их влияние на повышение качества образования, физического воспитания и учебно-тренировочного процесса.

Анализ исследований и публикаций. Изложение основного материала исследования. Достижение высоких спортивных результатов немислимо вне рациональной и научно обоснованной системы тренировочных занятий, основанной на багаже знаний, накопленном предыдущими поколениями исследователей (С.А. Преображенский, 1983). Современные тренеры-преподаватели и спортсмены должны владеть знаниями о биомеханических характеристиках спортивных движений; физиологических процессах, которые лежат в основе выполнения сложных двигательных действий. Имея знания о механизмах организации и реализации движений (приемов), можно совершенствовать их с помощью средств специальной физической и технико-тактической подготовки (А.Г. Станков, В.П. Климин, И.А. Письменский, 1984).

Спортивная деятельность требует от спортсмена специфических интеллектуальных способностей и оперативного тактического мышления. Рост мастерства тесно связан с необходимостью повышения знаний, особенно в области избранного вида спорта, а также родственных видов. Все части и разделы подготовки взаимосвязаны, и не следует надеяться на достижение высоких результатов за счет проявления отдельных качеств. Поэтому роль теоретических знаний и методик подготовки ведущих спортсменов является весьма актуальной. В то же время специалисты подчеркивают, что не следует слепо перенимать у ведущих тренеров и спортсменов их методики подготовки. Необходимо, используя инновационные методики, стимулировать переход от репродуктивной познавательной деятельности (когда информация исходит от тренера-преподавателя) к продуктивной, к творческому мышлению (когда спортсмен сам находит более совершенные и эффективные способы решения, стоящих перед ним задач) (Л.П. Матвеев, 1991; Н.Г. Озолин, 2003; В.Н. Платонов, 2004; А.Г. Станков и др., 1984). Например, применение суггестивного метода обучения, когда спортсмену ставится задача, но не уточняется в

деталей пути ее решения, стимулирует его к самостоятельной работе, способствует поиску и принятию самостоятельных решений, креативной и адекватной реакции в создавшейся ситуации.

Общие формы и методы физкультурно-спортивного образования включают в себя: систематическую работу по изучению взаимосвязи различных сторон подготовки, посещение лекций и участие в семинарах, конференциях по соответствующей тематике, просмотры учебных фильмов, спортивных передач и соревнований, самостоятельную работу со специальной литературой, а также использование новых информационных технологий. Теоретическая подготовка предусматривает обогащение специальными знаниями в сфере физической культуры и спорта, их систематическое, осмысленное расширение и углубление (Л.П. Матвеев, 1991; В.Н. Платонов, 2004; М.И. Романенко, 1985). Повышение уровня творческих способностей, освоение специальных знаний по избранному виду спорта в единстве с практическими навыками и умениями составляет основную образовательную линию в физическом воспитании (Л.П. Матвеев, 1991). Однако должна быть практическая реализация знаний, а не "знания ради знаний". Из общей теории воспитания известно, что развитие интеллектуальных способностей человека обусловлено не только и не столько накоплением суммы знаний, сколько практической деятельностью, требующей творческих проявлений (В.Б. Попов, 1998; В.И. Ильичич, 2005).

В процессе физического воспитания в вузе студенты укрепляют свое здоровье, достигают определенного уровня знаний и компетентностей, формируется потребность в регулярных занятиях, ведения здорового образа жизни, самоорганизации и самодисциплины. Много зависит от того, насколько преподаватели кафедр физического воспитания тренеры и сами студенты-спортсмены готовы к изменениям, к пересмотру собственных взглядов, от их желания и стремления самосовершенствоваться по принципу Lifelong Education.

Тенденция развития системы образования на современном этапе характеризуется открытостью, массовостью, оперативностью, обеспечением доступностью. Это возможно реализовать путем внедрения в образовательный процесс качественного полномасштабного дистанционного обучения, которое в мировой практике рассматривается как наиболее эффективный способ обеспечения непрерывности и вариативности образования [1, 5, 6].

Актуальным является вопрос продолжения практики перманентного пересмотра учебных и учебно-тренировочных программ, разработке и внедрения новых адаптированных, инновационных методов обучения. Повышение эффективности учебно-тренировочного можно осуществить путем усиления учебно-методической и научной базы, в том числе за счет разработки электронных учебно-методических пособий (ЭУМП), внедрения результатов собственных исследований, проведения научно-методических семинаров, круглых столов, участие в работе всеукраинских и международных конференциях. ЭУМП должны содержать в себе наиболее полную информацию, охватывающую вопросы освоения техники и методических основ выполнения спортивных и физкультурно-оздоровительных движений; эффективности современных методик развития основных физических качеств, повышение уровня функциональных способностей организма студентов и другие темы [4, 6, 7, 8].

Современные электронные издания дают возможность преодолевать недостатки традиционных форм обучения, сохраняя при этом все их позитивные черты. Мировой опыт дистанционного обучения подтверждает его эффективность в повышении качества образования наравне с другими формами [4, 7, 8, 9, 10].

Следует отметить, что студенты-спортсмены, которые обучаются в учебных заведениях *неспортивного профиля* априори не пользуются библиотечным фондом *спортивного вуза*, специальной спортивной и физкультурно-оздоровительной литературой (учебниками, учебными пособиями, методическими рекомендациями), освещающих закономерности развития физических качеств, функциональных систем организма, анатомии и физиологии человека, биомеханических основ спортивных движений и другие темы. Исходя из этого следует, что имплементация (реализация) дистанционного обучения, электронных учебно-методических пособий, может решить проблему широкого доступа к информации специфического характера [8].

Дистанционное обучение рассматривается как элемент системы непрерывного образования и как модель интеграции заочной и очной форм обучения, позволяет удовлетворять потребности в образовании. По сравнению с традиционным обучением имеет ряд преимуществ и может значительно расширить круг потенциальных обучающихся по предлагаемым программам и обеспечить возможности их самореализации [4, 7, 8, 9, 10].

Дистанционное обучение дает четкое представление о том, как получить доступ к необходимой информации и хранить ее, реализовать обратную связь, обеспечивать возобновление источников информационной базы [12]. Неоспоримым преимуществом дистанционного обучения является его *удобство и выгодность* из-за *доступа* в любом месте и любое время, *свободного* планирования своего времени [13, 14, 15]. Так, например, находясь на сборах спортсмен может изучать теоретический материал по *основным* предметам, а также по вопросам оптимизации тренировочного процесса.

Электронные учебно-методические комплексы (ЭУМК) направлены на повышение эффективности образовательного процесса всех его участников независимо от их места проживания, состояния здоровья

и социального статуса; способствуют дифференциации и индивидуализации обучения; формируют информационную мобильность и высокий уровень самоорганизации и компетентности субъектов обучения [3]. ЭУМК является информационным образовательным ресурсом, предназначенным для изложения структурированного материала учебного курса (дисциплины), средством комплексного воздействия на обучающихся и позволяет: оказывать студентам помощь в изучении теоретических знаний; формировать практические умения, развивать и совершенствовать необходимые навыки; оптимально сочетать различные формы обучения; предоставлять материал для обучения различными способами и формами (в виде текста, графики, фото, видео материалов, анимации и др.); эффективно управлять самостоятельной работой студентов; реализовывать принцип индивидуального подхода в процессе обучения; составлять учебные программы, вносить в них оперативные и плановые изменения; изучать предмет в удобное для студента время и место [2, 8, 10, 11].

В электронных комплексах должны быть отражены методики проведения занятий; особенности дозирования объема и интенсивности нагрузки; вопросы контроля и самоконтроля в процессе занятий, самостоятельного подбора упражнений с учетом индивидуальных особенностей обучающегося. ЭУМК позволяют проводить самостоятельные *основные* или *дополнительные занятия* по различным видам спорта и физкультурно-оздоровительным направлениям [6, 8].

Дистанционное обучение способствует формированию навыков самостоятельной работы и самодисциплины обучающихся, что, в свою очередь, позитивно влияет на формирование познавательной активности и интериоризации мотивации. Знания и умения, *добытые* таким образом являются более ценными и откладываются в *долгосрочную память*. Таким же образом студент имеет возможность самореализоваться, сравнивать предлагаемые электронные учебные пособия и программы, предлагаемые методики и формы практических занятий с существующими, аналогичными.

Выводы. Теоретическая подготовка способствует повышению уровня творческих способностей, освоению специальных знаний по избранному виду спорта. Достаточно актуальным остается вопрос *готовности* (желания и стремления) преподавателей кафедр физического воспитания, тренеров и самих студентов-спортсменов самосовершенствоваться по принципу Lifelong Education.

Традиционные формы и методы организации и проведения занятий целесообразно *дополнять* качественными электронными учебными комплексами и пособиями, имплементацией дистанционного обучения. Это позволит повысить эффективность учебного (учебно-тренировочного) процесса, качество освоения теоретических знаний, практических умений и навыков.

В процессе самостоятельных занятий происходит самоорганизация, самообразование, воспитывается трудолюбие и самодисциплина студентов, формируется положительная мотивация к обучению (занятиям), происходит ее интериоризация, в результате которой повышается уровень квалификации и компетентности обучающихся.

Перспектива дальнейших исследований направлена на изучение вопросов отношения студентов к дистанционному обучению и спортсменов непрофильных (*неспортивных*) учебных заведений к самостоятельным теоретическим занятиям по избранному виду спорта.

Использованные источники

1. Антошук С. В. Впровадження дистанційного навчання в освітню діяльність інститутів ППО / С. В. Антошук // Післядипломна освіта в Україні. – 2004. – №1 (4). – С. 101–105.
2. Васюкевич В. В. Электронный учебно-методический комплекс на основе модульно-рейтинговой технологии обучения / В. В. Васюкевич // Изв. Росс. гос. пед. ун-та им. А. И. Герцена. – М. : 2008. – №74-2. – С. 87–91.
3. Клокар Н. І. Організаційно-педагогічні засади створення електронних навчально-методичних комплексів для учнів // Інформаційні технології і засоби навчання. – 2010. – №6 (20).
4. Кузьмінський А. І. Мотиви і принципи організації дистанційного навчання : навч. посіб. / А. І. Кузьмінський // Педагогіка вищої школи. – К. : Знання, 2005. – 360 с.
5. Лавренюк А. З практики модернізації деяких аспектів післядипломної педагогічної освіти в регіоні / А. Лавренюк // Післядипломна освіта в Україні. – 2004. – №1 (4). – С. 92–95.
6. Мунтян В.С. Электронный учебно-методический комплекс в программе обучения студентов единоборствам / В. С. Мунтян // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях. – Х. : ХДАФК, 2014. – Т. 1– С. 137–144.
7. Мунтян В.С. Дистанционное обучение в физическом воспитании // "Strategiczne pytania światowej nauki – 2014" Volume 14. Pedagogiczne nauki : Przemysł, Nauka i studia. – S. 5–8.
8. Мунтян В.С. Імплементація дистанційного навчання як умови підвищення ефективності фізичного виховання / В.С. Мунтян // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К. : в-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2016. – Вип. 3К 2 (71) 16 – С. 216–219.

9. Полат Е. С., Моисеева М. В., Петров А. Е. Педагогические технологии дистанционного обучения : учеб. пособ. / под общ. ред. Е. С. Полат. – М. : Академия, 2006. – 400 с.
10. Соколюк О. В. Дистанційне навчання в системі професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури / О. В. Соколюк // Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів : ЧНПУ, 2012. – С. 234–238.
11. Старченко С. О. Пріоритети дистанційної підготовки вчителів фізичної культури в системі післядипломної освіти. / С. О. Старченко // Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів : ЧНПУ, 2012. – С. 242–245.
12. Elena N. Shutenko & Andrey I. Shutenko. Sociocultural Constructs of the Higher School's Innovative Potential. Journal of Psychology and Behavioral Science, 2015, vol. 3, No. 1, pp. 44-49.
13. Henry O'Lawrence. An Overview of the Influences of Distance Learning on Adult Learners. Journal of Educational and Human Development, 2007, vol. 1, is. 1.
14. Kuan-Ching Li, Yin-Te Tsai and Chuan-Ko Tsai. Toward Development of Distance Learning Environment in the Grid. International Journal of Distance Education Technologies (IJDET), 2008, vol. 6, is. 3.
15. Nafukho, F. M., Thompson, D. E., & Brooks, K. Factors predicting success in a distance learning nontraditional undergraduate degree program. International Journal of Vocational Education and Training, 2004. 12(2), pp.82–95.

Muntian V., Poproshaev A.

THE THEORETICAL TRAINING AND DISTANCE LEARNING INFLUENCE TO INCREASE EFFICIENCY OF TRAINING PROCESS

The theoretical training and distance learning influence to increase efficiency of training process of students in higher educational institutions. It was emphasized that theoretical training in chosen sport for sportsmen-students of non-core (not sports) education is almost impossible without the introduction and implementation of distance learning, which has a number of advantages acquire information anytime and anywhere, new knowledge, acquiring new knowledge, the organization of independent classes of the offered courses and programs. Questions of optimization of students' physical training process in higher educational institutions are considered. The fact that distance learning is characterized by its flexibility and accessibility for students and teachers and is aimed to improve the quality of teaching and learning is noted in the article. Distance learning has many advantages and can greatly expand the range of potential students on the proposed variety of courses and programs, allows acquiring the information (knowledge). World experience of distance learning confirms its effectiveness in improve of a quality of education on a par with other forms. It was emphasized the problems and key features of the increase of physical education effectiveness of students from educational institutions unsportsmanlike profile is highlighted. It is emphasized that distance learning is characterized by openness, mass, efficiency, availability, and considered to be as the most effective way to ensure the continuity and variability of education. The implementation of electronic teaching materials and tutorials allows students, faculties and staff of the institution as well as potential applicants and other users to acquaint themselves with the content, acquire new knowledge and practice independently on offered courses.

Key words: *theoretical training, student, sportsman, distance learning, e-teaching and methodical complex.*

Стаття надійшла до редакції 16.09.2016