



УДК 37.037.1-057.875

**USE OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN APPLIED STUDENT
TRAINING IN PHYSICAL EDUCATION**
**ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПРИКЛАДНІЙ ПІДГОТОВЦІ
СТУДЕНТІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ**

Balukhtina V.V. / Балухтіна В.В.,*Art. teacher Department of Physical Education and Sport / Art. teacher**Department of Physical Education and Sport,**ORCID 0000-0002-1217-4281**SHEE «Priazovskyi State Technical University»,**Ukraine str. University, 7, Mariupol, Donetsk region, 87500/**ДВНЗ «Приазовський державний технічний університет»,**вул. Університетська, 7, м Маріуполь, Донецька обл., 87500*

Abstract. *In the field of physical education, innovation is becoming a natural phenomenon, as in many other areas of activity. With the accumulation of scientific and pedagogical experience, knowledge in the field of physical culture, improvement of sports equipment and equipment, new ideas for the transformation of educational and sports and training processes.*

This article analyzes the modern innovative technologies in the field of physical education and their implementation in the applied educational process of the Azov State Technical University.

An attempt is made to talk about the modern educational standard of higher professional education, to present the obstacle course as one of the most effective means of using innovative technologies in the complex formation of vital applied skills in the process of comprehensive physical training of students in the cycle of general humanities.

This study provided a theoretical basis that illustrates innovation in applied physical education classes. Thus, one of the priorities of physical education teachers in universities is the search for innovative technologies that involve the use and development of non-traditional tools and methods in teaching physical education that would promote physical and spiritual education of students, developing habits to monitor the health of your body in general. Improving special motor skills involves mastering innovative technologies of scientific, practical and special knowledge necessary to understand the social processes of physical culture, their ability to adaptively, creatively use in personal and applied development, self-improvement, healthy lifestyle.

The introduction of exercises on the obstacle course will increase the level of physical fitness of students, modernize the system of physical education of students in the applied direction in preparing young people for work and service in the Armed Forces of Ukraine.

Innovative ideas and practices were used to improve the state of physical education and sports, and the introduction of innovations in sports and physical education programs showed a variety of best pedagogical practices.

Keywords: *student, innovative technologies, physical education, students, applied training, modernization of education, obstacle course, physical exercises*

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Перетворення, що відбуваються в країні пред'являють сучасні вимоги до системи освіти в Україні, по-новому змушують поглянути на професійне навчання, підштовхують активніше впроваджувати нове в освіту.

Інновація – це процес, з якого створюються нові активи чи розвивається новий потенціал для дій (Claver et al., 1998). Іншими словами, інновація може розглядатися як прийняття нової ідеї, продукту, методу чи послуги в організації (Хіменес-Хіменес та Санц-Валле, 2011).



За період навчання у вузі студенти опановують різнохарактерні рухові навички і вміння. Як правило, навчання руховим діям проходить у відносно стандартних навчальних ситуаціях. Однак, як показує практика, не завжди навик, що сформований на навчальних заняттях, може бути успішно застосований в тій чи іншій життєвій обстановці, чи ускладнених умовах.

Прикладні якості – це здатність організму протистояти специфічним (несприятливим) впливам зовнішнього середовища. До таких якостей належать: стійкість до закачування, гіпоксії, перевантажень, вестибулярна стійкість. Отримуючи знання і розвиваючи навички в освоєнні прикладних спеціальних якостей, студенти виробляють готовність до діяльності в екстремальних умовах і військової служби.

В умовах модернізації та гуманізації освіти необхідні нові підходи до осмислення сутності фізичної культури, її впливу на спосіб життя та поведінку студентів. Серед сучасних підходів у методології педагогічної діяльності як освітнього простору та її перетворенні найважливішим є інноваційна діяльність. Інновація є результатом реалізації нових ідей з метою їх подальшого практичного використання для задоволення будь-яких потреб і потреб суспільства. Інноваційний потенціал відображає тенденцію до новизни, експериментів та творчого процесу.

Інноваційна діяльність – сучасний методологічний підхід, що дозволяє переосмислити стан педагогічної діяльності та визначити шляхи її модернізації, розробку інноваційних методик, організацію, управління, вибір та реалізацію оригінальних засобів. Використовуючи інноваційний підхід, викладач має спиратися на створення умов для розвитку творчого потенціалу студентів та вимог професійно-прикладних стандартів.

Необхідний сучасний методологічний підхід, нові моделі та педагогічні прикладні технології, побудовані на основі відповідності з особливостями фізичного виховання як навчальної дисципліни.

У зв'язку з вищевказаним можна констатувати наявність проблеми щодо актуалізації та пошуку інноваційних технологій, альтернативних форм і технологій підготовки прикладного виховання у процесі фізичного виховання студентів вузу, формування професійно значущих якостей, умінь і готовності до їх активного прояву в різних сферах життя суспільства.

Одним з рішень питання інновацій є виховання молоді з прикладних засобів фізичної культури, зокрема використанням різних смуг перешкод які сприяють розвитку у молоді високої працездатності, формуванню професійно значущих якостей, умінь і готовності до їх активного прояву в різних сферах життя суспільства.

У статті використовувалися сучасні інноваційні педагогічні теорії (Дичківська І. М., Анікеев Д. М., Бондарева К.І., Козлова О.Г.) і технології фізичного виховання студентів (В.К. Бальсевич, В. В. Пономарьов, А. Ю. Григор'єв,); сучасні теоретичні та практичні розробки по зміцненню здоров'я студентів у вузі (Г. Л. Апанасенко, А. В. Жарова, В. В. Колбанов, та ін.).

Таким чином одним із засобів підготовки виступає інноваційна діяльність вироблення спеціальних дій у сфері фізичного виховання, що передбачає



зосередження великих фізичних зусиль і професійних навичок. Виховання молоді з використанням смуги перешкод у прикладній фізичній культурі є одним із напрямів державної політики у системі фізичної культури та спорту, що дозволить виробити стратегію розвитку сфери фізичної культури і спорту в цілому.

Основний текст

Мета дослідження:

- охарактеризувати процес використання інновацій у навчальному процесі з фізичного виховання у ВНЗ.
- обґрунтування та впровадження інноваційного підходу в прикладну фізичну підготовку з використанням смуг перешкод для студентів у викладанні фізичного виховання.

Методи дослідження:

- аналіз науково-методичної літератури з організації формування фізичної культури для студентів;
- огляд розробок інновацій у викладанні фізичної культури.
- аналіз викладання фізичної культури з урахуванням інноваційного підходу.

Результати досліджень. Навчання рухових дій проходить у відносно стандартних навчальних ситуаціях. Однак, як показує практика, не завжди навик, що сформований в навчальній ситуації, може бути успішно застосований у тій чи іншій життєвій ситуації, в нових, часто ускладнених умовах. Незвична обстановка, необхідність швидкого переключення з виконання одного рухового дії на інше відповідно до вимог ситуації породжує скутість у виконанні дії, а часом і невпевненість.

Можна констатувати наявність проблеми щодо актуалізації та пошуку альтернативних форм і технологій підготовки прикладного виховання у процесі фізичного виховання студентів вузу, формування професійно значущих якостей, умінь і готовності до їх активного прояву в різних сферах життя суспільства. У зв'язку з цим у підготовці студентської молоді до трудової діяльності значно зростає роль фізичної культури, прикладної культури із використанням інноваційної діяльності.

Одним з рішень цього питання є інноваційна діяльність у сфері фізичного виховання молоді з використанням різних смуг перешкод і прикладних засобів фізичної культури, які сприяють розвитку у молоді високої працездатності, формуванню професійно значущих якостей, умінь і готовності до їх активного прояву в різних сферах життя суспільства.

При розробці інноваційної технології враховувалося, на який із компонентів навчально-виховного процесу вона буде націлена: завдання навчально-виховного процесу (оздоровчі, виховні, освітні), його спрямованість (формує, розвиває, тренує), підхід (колективний, диференційований, індивідуальний), методи організації (стандартизований, проектувальний, творчий), види спорту (базові, варіативні, факультативні) тощо. При цьому слід зважити, що часткові інновації, зосереджені на одному або деяких елементах навчального процесу, не дадуть очікуваного ефекту. Тільки комплексні освітні



інновації, що передбачають реалізацію основних умов становлення навчальної діяльності, є значущими щодо досягнення результату.

Важливим принципом розробки інноваційних технологій та методів є її спрямованість. Предмети дослідження, основними серед яких є: фізичне та психічне здоров'я, фізичний розвиток, підготовленість, працездатність, рівень фізкультурно-валеологічних знань, зміст фізкультурних потреб, мотивів та інтересів та, нарешті, спосіб життя загалом. Використання інформаційно-комунікативних технологій, у сфері освіти ставить за мету реалізацію таких завдань, як розвиток у студентів системності мислення; сприяння розвитку індивідуальних здібностей; допомога у закріпленні нових навичок та умінь, підвищення інтересу до формування здорового способу життя.

Ефективною запорукою того, що навик, який застосований у реальних умовах життя, буде таким же результативним і надійним, яким він був у навчальній ситуації, є вдосконалення у процесі занять фізичним вихованням рухових навичок в різноманітній обстановці. Одним із засобів, використання інноваційної діяльності що використовуються з цією метою, є подолання смуги перешкод. Використання смуги перешкод в прикладній підготовці, для виховання молоді у ВНЗ із застосуванням засобів фізичної культури, дозволить:

- ✓ систематизувати теоретичну і практичну підготовку прикладного фізичного виховання студентів у вузі;
- ✓ зберегти і зміцнити здоров'я студентів;
- ✓ підвищити зацікавленість молоді до трудової діяльності та служби в Збройних Силах України;
- ✓ отримати знання і розвинути навички в освоєнні прикладних спеціальних якостей, до діяльності в екстремальних умовах. Студенту, який володіє даними знаннями, буде легше зорієнтуватися в незвичній життєвій обстановці.

Нами був запропонований комплекс смуги перешкод у прикладній підготовці, та розроблено для студентів за базовими розділами освітньої програми: гімнастика, загальна фізична підготовка, легка атлетика, спортивні ігри. Розроблено також варіант комплексної смуги перешкод, що включає, у певній послідовності, елементи всіх вищеназваних розділів освітньої програми загально-прикладної спрямованості [5].

Вправи на смузі перешкод дозволяють постійно оцінювати і контролювати рівень спеціальних фізкультурно-спортивних і прикладних умінь і навичок, а також загальну фізичну підготовку.

Розробка і проектування смуги перешкод включає ряд послідовних кроків та їх методичне обґрунтування. Розглянемо їх:

1. Аналіз змісту розділів освітньої програми: уточнюються орієнтовний зміст і напрямки завдань, що входять у смугу перешкод.

2. Розробляється приблизний розподіл системи прикладної підготовки в робочій програмі.

3. Розробка рухових завдань (видів вправ), що входять у смугу перешкод. Складається відповідний перелік вправ (приклад такого переліку наведено нижче при описі цільових смуг перешкод).



4. Розробляється варіант цілісної смуги перешкод, яку студенти повинні подолати на контрольному занятті. В цільовій смузі (схемі або її описі) необхідно вказати загальний метраж, послідовність виконання рухових завдань із зазначенням (за потребою) дозування навантаження (обсяг й інтенсивність).

При плануванні окремого навчального заняття на смузі перешкод з використанням прикладної підготовки передбачає розподіл рухових завдань, і має включати в себе:

- технічну підготовку – «блоки» рухових завдань;
- фізичну підготовку – рухові завдання з урахуванням ефектів силовий, швидкісний, координаційної підготовки.

Це пов'язано з тим, що сумарний ефект окремих рухових завдань, які виконуються з достатнім ступенем навантаження, повинен привести до певної міри втоми. Останнє є важливим фактором розвитку витривалості.

Подолання смуги перешкод належить до числа найбільш ефективних прикладних навичок у процесі фізичної підготовки студентів. Прикладні та спортивні способи подолання перешкод багато в чому різні за технікою виконання. Спортивні способи не завжди застосовуються у житті. Тому необхідно, щоб на заняттях з фізичного виховання студенти освоїли прикладні способи, а завдяки цьому й підготувалися до успішного оволодіння спортивною технікою для подальшої трудової діяльності. Воно сприяє інтегральному вдосконаленню природних рухів, життєво необхідних рухових навичок, ефективному розвитку фізичних якостей, підвищенню вимог до прояву вольових якостей – рішучості, наполегливості, самостійності. Різноманітність і різнохарактерність виконання рухових завдань з подолання смуг перешкод в умовах обмеження часу створюють ситуації, в яких студенти раніше набуті рухові навички застосовують у нових поєднаннях, своєчасно і раціонально переключаючись з одних рухових дій на інші, перетворюючи їх відповідно до вимог обстановки.

Інноваційна діяльність у сфері фізичного виховання була спрямована на збільшення рухової активності, підвищення валеологічної грамотності, а також на зниження впливу навчальної аудиторної діяльності та навколишнього зовнішнього середовища. При створенні педагогічних технологій необхідно враховувати всі форми організаційно-педагогічної діяльності.

Необхідність виконання дії в новій обстановці активізує студента, змушує акцентувати увагу на видозмінах форми руху, амплітуди, ступеня м'язових напружень, що розвиваються. Завдяки цьому відбувається не тільки становлення нових рухових дій, а й удосконалюються раніше освоєні, які виконуються в нових поєднаннях і комбінаціях.

Виконання вправ на смузі перешкод сприяють розвитку сили, швидкості, витривалості, спритності, координації рухів, уваги, рухової пам'яті у студентів, вдосконаленню і закріпленню отриманих ними навичок, підвищенню емоційного рівня уроку гімнастики, а також формуванню прикладних якостей.

Нині у ПДТУ організовано навчальний процес так, щоб він сприяв формуванню та подальшій реалізації особистісного потенціалу студентів. Організувати навчальний процес допомагає викладачеві дотримання таких



педагогічних умов: моніторинг на всіх етапах педагогічного процесу фізичного потенціалу студента; взаємозв'язок морального та фізичного виховання; використання оздоровчого та загальнорозвивального напрямку з урахуванням рівня фізичної підготовленості студентів, психофізичних особливостей, спортивних інтересів; особистісно-діяльний підхід; гуманізація міжособистісних відносин.

Організація та проведення навчального процесу з прикладної фізичної підготовки студентів ВНЗ за допомогою моделювання трудової діяльності суттєво покращить їх фізичну та психологічну готовність і зменшить ризик виникнення стресу. Планувати проведення на заняттях смуги перешкод доцільно протягом всього навчального року. У зміст занять на яких застосовується смуга перешкод у більшій мірі включаються прикладні та акробатичні вправи, вправи на снарядах, стрибки (прості й опорні), але можуть включатися і різноманітні за своєю структурою і спрямованості гімнастичні вправи.

Прикладні та спортивні способи подолання перешкод за багатьма критеріями відрізняються технікою виконання. Спортивні способи не завжди втілюються у життя, а підготовка до неї – основна мета прикладної підготовки. Тому необхідно, щоб на заняттях з фізичного виховання студенти освоїли прикладні способи, а завдяки цьому й підготувалися до успішного оволодіння професійно-прикладною та спортивною технікою.

Смуги перешкод на кмітливість і творче мислення повинні мати відносно вільні правила, що дозволяють застосовувати вільну тактику подолання перешкод, вибирати найбільш раціональні для себе способи виконання рухових дій.

Висновок

Таким чином, інноваційні процеси у фізичному вихованні стали затребувані в сучасному суспільстві, внаслідок тенденцій до ослаблення фізичних здібностей студентів. Ці процеси перебувають у прямій залежності від реформування освітньої системи загалом, запровадження комп'ютерних технологій, забезпечення фізичного виховання, якості та оснащеності спортивних споруд.

Система застосування сучасних інноваційних педагогічних технологій у роботі викладача фізичного виховання створює максимально сприятливі умови для розкриття не тільки фізичних, а й духовних здібностей студента, забезпечує творче застосування набутих знань, умінь та навичок для підтримки високого рівня фізичного та морального здоров'я, сприяє формуванню особистої фізичної культури студентів.

Заняття з подолання єдиної смуги перешкод спрямовані на формування і вдосконалення навичок у подоланні штучних і природних перешкод, виконання спеціальних прийомів і дій, на розвиток швидкості й швидко-силової витривалості, вдосконалення навичок у колективних діях, на фоні великих фізичних навантажень, виховання впевненості у своїх силах, сміливості та рішучості.

Використання інновацій зокрема прикладної підготовки (занять з



подолання смуги перешкод) дозволило:

- сформувати навички виконання різних вправ прикладного та військово-прикладного характеру;
- розвиток гнучкості, сили й швидкості засобами ігор та естафет;
- узагальнити і систематизувати знання про техніку бігу;
- виховувати сміливість, наполегливість, витримку, спритність та інші моральні якості, стійкість до перевантажень при виконанні загальнорозвивальних вправ.

Різноманітність технічних прийомів, які засвоєні студентами, створить умови для подальшої реалізації індивідуальності студентів і надалі проявитися індивідуальним особливостям і реалізуватися при подоланні комплексних перешкод із застосуванням установок ситуативного і цільового характеру.

За допомогою інноваційного впровадження у навчальний процес прикладної підготовки з використання різних видів і форм смуг перешкод вдасться збільшити кількість займаються фізичною культурою і спортом, підвищити рівень фізичної підготовленості студентів, модернізувати систему фізичного виховання і розвитку масового і студентського спорту, а головне – випускники будуть успішними у подальшому професійному житті.

Література

1. Алсуф'єв А.І. Практики навчання та розвитку персоналу як фактор інноваційного розвитку організації. А.І. Алсуф'єв, Є.К. Зав'ялова. // Вісн. С.-Петербур. унту. Сер. 8. 2014. №3. С. 101-134.
2. Анікеев Д. М. Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді / Д. М. Анікеев // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту - 2009. - № 2 - С. 6-9.
3. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології. 3-тє видання, виправлене. І.М. Дичківська // Підручник. Академвидав. - 2015. 304 с.
4. Дубогай О. Мотивація до занять фізичними вправами. Бібліотека шкільного світу. Здоров'я та фізична культура. Бібліотека. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. К: 2006.
5. Зюзь В.М. Використання засобів прикладної фізичної культури у патріотичному вихованні молоді/В.М. Зюзь, В.В. Балухтіна, Т.М. Бабич // ДВНЗ «Приазовський державний технічний університет» – м. Маріуполь: 2017. 215с.
6. Єгоричев А.О., Пенцик Б.М., Смирнова Ю.А. Здоров'я студентів з позиції професіоналізму // Теорія та практика ФК. – 2002. – №2. – С.56.
7. Фарфель В.С. Управління рухами у спорті/В.С. Фарфель. - М.: Фізкультура та спорт, 1975. - 208с.

***Анотація.** У сфері фізичного виховання інновації стають природним явищем, як і багатьох інших сферах діяльності. У міру накопичення науково-педагогічного досвіду, знань у галузі фізичної культури, удосконалення спортивного інвентарю та обладнання з'являються нові ідеї перетворення навчально-виховного та спортивно-тренувального процесів.*

У цій статті проведено аналіз сучасних інноваційних технологій у сфері фізичного



виховання та їх впровадження у прикладному освітньому процесі ДВНЗ «Приазовський державний технічний університет».

Зроблено спробу розповісти про сучасний освітній стандарт вищої професійної освіти, представити смугу перешкод як одне з найбільш ефективних засобів використання інноваційних технологій у комплексному формуванні життєво необхідних прикладних навиків у процесі всебічної фізичної підготовки студентів, в циклі загальних гуманітарних дисциплін.

Це дослідження забезпечило теоретичну основу, що ілюструє інновації на заняттях з прикладної підготовки у фізичному вихованні. Таким чином, одним із пріоритетних завдань викладачів з фізичного виховання у ВНЗ є пошук інноваційних технологій, що передбачають використання та розробку нетрадиційних засобів та методів у викладанні фізичного виховання, які б сприяли фізичному та духовному вихованню студента, вироблення звички стежити за здоров'ям свого організму загалом.

Удосконалення спеціальних рухових умінь і навичок передбачає освоєння інноваційних технологій системи науково-практичних і спеціальних знань, що необхідні для розуміння соціальних процесів функціонування фізичної культури, вміння їх адаптивно, творчо використовувати в особистісному і прикладному розвитку, самовдосконаленні, організації здорового способу життя.

Впровадження вправ на смугі перешкод підвищить рівень фізичної підготовленості студентів, модернізує систему фізичного виховання студентів з прикладного напруження в підготовки молоді до трудової діяльності та службі у Збройних Силах.

Інноваційні ідеї та практика використовувались для покращення стану фізичного виховання та спорту, а впровадження інновацій у спортивні та фізкультурні програми показало різноманітність кращих педагогічних практик.

Ключові слова: студент, інноваційні технології, фізичне виховання, студенти, прикладна підготовка, модернізація освіти, смуга перешкод, фізичні вправи.

Стаття отпралена: 17.08.2023 г.