

4. Чи надасте Ви можливість учням брати активну участь у формуванні змісту, підборі засобів, виборі форм занять?
5. Чи прислухаєтеся Ви до побажань учнів, навіть якщо вони відмовляються виконувати Ваші вказівки чи розпорядження?
6. Чи залучаєте Ви учнів до проведення фрагментів уроку фізичної культури?
7. Чи створені Вами умови, за яких учні змогли би повною мірою реалізувати свої фізичні і духовні здібності на уроках фізичної культури?

Найбільш ефективна педагогічна концепція, на думку О. Бондаревської, будується на принципі гуманізму [4]. Така організація навчальної діяльності учнів дозволяє гуманізувати процес фізичного виховання і виховати гуманні якості в учнів, покращити взаємовідносини між вчителями та школярами, а також між окремими учнями [3].

Таким чином, на думку абсолютної більшості (98,5%) педагогів, навчально-виховний процес з фізичної культури в ЗОШ повинен будуватися на принципі гуманізму. Цей принцип на практиці реалізує 63% опитаних нами вчителів фізичної культури.

Подальші наші кроки у дослідженні проблеми реалізації принципу гуманізму в процесі фізичного виховання передбачають розроблення педагогічних умов гуманізації процесу фізичного виховання та виховання гуманних якостей особистості учнів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Конституція України. — Харків: Фоліо, 2003. — 47 с.
2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту // Офіційний вісник України. — 2004. — № 39. — С. 23.
3. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2004. — 272 с.
4. Бондаревская Е.Н. Гуманистическая парадигма личностно-ориентированного воспитания // Педагогика. — 1997. — № 4. — С. 2–7.

Роман РИМИК

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ЕФЕКТИВНОЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ УЧНІВ ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Подано педагогічні умови ефективної реалізації авторської програми професійно-прикладної фізичної підготовки учнів професійно-технічних навчальних закладів за профілем «радіотехніка», позитивно вплинула на професійне формування майбутніх фахівців.

Високий рівень сучасної техніки і технологій, постійне підвищення інтенсивності професійної діяльності вимагає відповідної підготовленості людини [5].

Багатьма зарубіжними і вітчизняними теоретиками з філософських і соціальних проблем науки і техніки ставиться питання про необхідність вживання заходів для підвищення рівня не тільки професійних знань, а й загальної культури людини праці, зокрема, забезпечення її психофізичної підготовки для адаптації до нової техніки і технологій. Цьому сприяють заняття фізичною культурою, які позитивно впливають на організм людини.

Спеціальна фізична підготовка учнів професійно-технічних навчальних закладів має прикладний характер і професійну спрямованість, тому її називають професійно-прикладною фізичною підготовкою (ППФП). Основне призначення ППФП — спрямований розвиток і підтримання на оптимальному рівні психічних і фізичних якостей фахівця, до котрого висуваються вимоги конкретної професійної діяльності, а також вироблення функціональної стійкості організму до умов цієї діяльності і формування прикладних рухових умінь і навичок.

Втілюючи у життя принцип зв'язку фізичного виховання з трудовою діяльністю, ППФП істотно впливає на підвищення якості професійного навчання і скорочення термінів оволодіння трудовими навичками, створюючи передумови для високої працездатності [3; 10].

У теорії і методиці фізичної культури можна помітити певну настороженість щодо використання неспецифічних, нових і нетрадиційних засобів та недостатню

диференційованість професійних методик, причиною яких є недостатнє вивчення професійної діяльності [4].

Досліджуючи процес прикладної підготовки у професійній діяльності, більшість авторів (В. Белинович, С. Полиевский, М. Мацкевич, Б. Загорский, М. Ниязов, В. Кабачков, Т. Витенас, К. Климов, В. Становов, П. Демченко, Г. Колев, А. Деманов та ін.) спрямовують зусилля на розробки методик розвитку фізичних якостей, рухових умінь і навичок, необхідних у майбутній професійній діяльності, не визначаючи умов процесу навчання та виховання.

Формуючи програму ППФП майбутніх фахівців радіотехнічної галузі, ми вважали з того, що вона повинна бути спрямована на:

- оволодіння специфічними професійними якостями і властивостями, необхідними фахівцям радіотехнічної галузі в професійній діяльності;
- профілактику професійних захворювань та шкідливих впливів виробництва;
- реабілітацію організму після навчальної й трудової діяльності [6].

Мета статті — виявити педагогічні умови ефективної реалізації програми ППФП учнів професійно-технічних навчальних закладів за профілем «радіотехніка».

Для реалізації програми ППФП нами були запропоновані педагогічні умови, покликані забезпечити ефективне використання засобів, методів, організаційних форм у процесі фізичного виховання у майбутніх фахівців радіотехнічних професій та сприяти розвитку інтересу учнів професійно-технічного навчального закладу до самовдосконалення. Найбільш ефективними з них у процесі експерименту виявились:

1. Творче використання національних традицій фізичного виховання, пов'язаних з військовою справою і трудовими процесами.

Втілюючи програму ППФП учнів за профілем «радіотехніка» у педагогічний процес професійно-технічного навчального закладу, широко використовували національні традиції фізичного виховання. Знайомили учнів із традиціями національного тіла виховання, насамперед на уроках фізичної культури та виховних годинах. У подальшому детально вивчали відповідні питання з теоретичного розділу та виконували реферати. В уроки фізичної культури, конкурси, свята, змагання, туристичні та краєзнавчі походи, дні здоров'я включали фізичні вправи та рольові ігри з фольклору й міфології (перестрибування з каменя на камінь, ходьба по колоді та пританцювання на ній, як це робив О. Довбуш, підбираючи собі братчиків-опришків); елементи рухів із боротьби гопак; елементи системи відбору до козацької служби; системи вишколу пластунів; «Козацькі забави», «Веселі опришки», «Козацька переправа», «Чорний ліс», «День допризовника», «Воєнізована естафета», «А-нумо, хлопці», «Кращий за професією», «Кращий із кращих»). Кожний урочистий захід супроводжувався національною атрибутикою: підняттям національного прапора, виконанням гімну України.

Зважаючи на те, що населення нашого краю має духовний потяг до природи, релігії, сім'ї, використовували широкий спектр ігор та забав, які традиційно є складовою релігійних свят, різних пір року. До таких можна віднести ігри, що традиційно проводяться на Різдво Христове, Великдень, Зелені свята, Івана Купала й ін.

Реалізація цієї педагогічної умови, крім іншого, сприяє вихованню національної свідомості, відчуття та усвідомлення гордості за приналежність до української нації.

2. Врахування інтересів, потреб і мотивів учнів в оволодінні професією.

Значну увагу приділяли психологічній підготовці учнів. Зусилля при цьому спрямовували на те, щоб навчити їх управляти своїм станом (вольові установки; мобілізація сил на подолання страху, втоми; концентрація уваги). Реалізація фізичного і духовного потенціалу можлива лише за умови, коли учень повірить у свої сили та можливості, тому одне з чільних місць повинно належати прищепленню учням потреб професійного становлення, прагнення до оволодіння знаннями, руховими вміннями і навичками, якостями та властивостями, що необхідні фахівцю-радіотехніку.

Завдання викладача полягає в тому, щоб його воля збігалася з прагненням учнів досягти спільної мети. Під час повідомлення завдань уроку прагнули обумовити в усіх учнів зацікавленість у їх вирішенні. Цьому сприяла постановка завдань, пов'язаних з потребою учнів у професійному становленні. Учитель наголошував на важливості опанування руховими діями для вдосконалення професійної майстерності радіотехніка. В процесі постановки завдань

викладач звертався до знань, які отримали учні з інших професійних предметів. З одного боку, це сприяє формуванню переконання учнів у доцільності вимог викладача фізкультури, а з іншого — підкреслює значення знань з інших предметів у професійній діяльності учнів.

У процесі занять прагнули дізнаватись, які вправи, види оздоровчої та спортивної діяльності привабливі та цікаві учням, і враховувати побажання учнів, активізуючи їх особливо в тих заходах, де проводились конкурси і змагання зі спортивно-професійною та народознавчою спрямованістю.

3. Акцентування уваги учнів на безпосередньому та опосередкованому впливі занять на професійне формування майбутнього фахівця радіотехнічної галузі.

Реалізуючи цю умову, необхідно спрямовувати учнів на оволодіння знаннями про основні засоби, їх співвідношення та форми ППФП, а також професійно важливі якості, які властиві фахівцю за профілем «радіотехніка», і що найголовніше, якими вправами їх можна вдосконалювати.

Отримані знання закріплювали на практичних заняттях, пов'язуючи їх із загальними гігієнічними вимогами, що висуваються в навчальній і виробничій діяльності. У підготовчу і заключну частини уроку з фізичної культури вводили спеціальні вправи на розвиток професійно важливих якостей і навичок.

Учні повинні знати, що праця фахівця за профілем «радіотехніка» пов'язана зі статичними зусиллями, які погіршують кровообіг, дихальні та відновлюючі процеси в організмі, тому в заключній частині уроку навчали їх вправам на дихання і розслаблення.

В процесі реалізації експериментальної програми акцентували увагу учнів на прямий та опосередкований вплив окремих фізичних вправ і занять на їх професійне становлення, впливаючи на відновлення розумової працездатності; розвиток уваги, статичної витривалості; вміння дозувати різні силові напруження, удосконалюючи тактильну чутливість; точність рухів руками та рухливість суглобів рук, розвиваючи рухову реакцію.

Впливаючи на емоційний стан у заключній частині уроку, використовували автогенне тренування та дихальну гімнастику Стрельнікової, акцентували увагу учнів на цих діях.

Використання запропонованих вправ та спрямування уваги на адекватність вправ тій чи іншій професійно важливій якості дає можливість реалізувати вказану педагогічну умову.

4. Оцінювання педагогічної ефективності процесу ППФП учнів професійно-технічних навчальних закладів з метою вдосконалення її змісту.

Перевірка успішності й оцінка прикладної фізичної підготовки є ефективною педагогічною умовою вдосконалення навчального процесу з фізичного виховання.

Оцінка ефективності впливу програми ППФП здійснювалась за допомогою контрольних і тестових вправ. У підсумковій оцінці з дисципліни «Фізична культура» враховували поточні оцінки успішності учнів за розділом ППФП. Використовували й оперативні методи контролю та розроблені тестові вправи, що характеризують розвиток професійно важливих якостей фахівця радіотехнічного профілю. Оцінювання здійснюється на початку навчального року, щоб мати уяву про стан та підготовку на цьому етапі, а також наприкінці кожного навчального семестру для виявлення ефективності та динаміки процесу ППФП [2].

Перевірка теоретичних знань із ППФП, профілактичних заходів, корегуючих фізичних вправ, реалізації форм виробничої фізичної культури та інших проводилася на початку кожного заняття, а на теоретичних заняттях — у вигляді виконання рефератів [1].

Перевірка й оцінка ППФП учнів є обов'язковою, оскільки відображає готовність учнів до виконання завдань професійної діяльності.

5. Активізація самостійної тренувальної роботи учнів у позаурочний час з метою професійного формування.

Одне з головних завдань, які стоять перед викладачем, — прищепити вихованцям уміння вчитися. Приходячи на заняття, викладач повинен створювати сприятливий психологічний настрій в учнів, формувати прагнення працювати, причому не тільки за його вказівками, а й самостійно. Та передусім необхідно забезпечити учнів знаннями про роль тих або інших фізичних вправ залежно від обраної професії, рухового арсеналу, що прискорить процес опанування професійними руховими діями. Мають значення теж знання про використання вправ для зниження негативного впливу професійної діяльності на організм учнів, спрямовану

підготовку функціональних систем і органів для забезпечення високої продуктивності майбутньої фахової праці.

На самостійних заняттях за завданнями викладача учні закріплюють програмний матеріал, який вивчали на уроках, звикають до систематичних занять фізичними вправами, збільшують загальну рухову активність прискорюють процес фізичної та професійної підготовки. У зміст самостійних занять також входить виконання спеціальних вправ прикладного характеру, які спрямовані на нейтралізацію недоліків фізичного розвитку і виховання професійно важливих якостей. У самостійній роботі пропонували заняття різними нетрадиційними системами фізичного виховання (системи загартовування за Івановим, моржування, система Норбекова, дихальна гімнастика за Бутейком, парадоксальна гімнастика Стрельнікової, система у-шу, йога).

Учнів, які систематично займаються у спортивних секціях та самостійно і є кращими спортсменами професійно-технічного навчального закладу, необхідно постійно стимулювати (готувати радіопроекти та транслювати їх у навчальному закладі, вручати грамоти, а їхні фото вивішувати на дошку пошани, матеріально заохочувати).

6. Використання сучасної цифрової техніки в удосконаленні професійно важливих психічних та психомоторних властивостей учнів.

Будь-який навчальний процес ефективний тоді, коли обумовлює та організовує психічну і фізичну активність учнів. При пасивному або негативному ставленні до процесу навчання у свідомість учня не може бути введено корисну інформацію. Викладач повинен прагнути до комплексного використання засобів та методів, що дозволяють мобілізувати і задіяти всю сферу сприйняття учнів та покращити її ефективність.

З метою вдосконалення психічних і психомоторних властивостей учнів, що навчаються за профілем “радіотехніка”, доцільно використовувати комп’ютерні технології, які також сприяють зацікавленню учнів і підвищують їх інтерес до професійного становлення. Реалізується це шляхом використання комп’ютерної програми досліджень сенсомоторних і інтелектуальних якостей “Діагностик”. Вона — є комплексом методик, які досліджують сенсомоторні та інтелектуальні якості спортсменів у різних видах спорту. Оцінка сенсомоторних якостей здійснювалась на підставі дослідження швидкості й точності різних видів простої й складної реакції на дискретний зоровий подразник, а також уваги за червоно-чорними таблицями і таблицею “Перехрестя”. Для оцінки ігрового інтелекту досліджували оперативне мислення учнів за грою “3 і 5” та їх здібність до прогнозування вірогідності.

Для вдосконалення психічних і психомоторних властивостей учнів доцільно використовувати різноманітні комп’ютерні ігри, а саме:

- ігри дії (динамічні ігри), що сприяють удосконаленню розвитку швидкості реакції та орієнтації учнів у просторі;
- стратегічні ігри, що розвивають здатність передбачати розвиток ситуації, заставляють мислити на декілька кроків уперед;
- інтелектуальні логічні й карточні ігри, що розвивають мислення учнів [9].

Ефективність авторської програми ППФП учнів професійно-технічних навчальних закладі радіотехнічного профілю, яка реалізувалась за названих педагогічних умов, підтверджена в експерименті.

Так показник ЖЄЛ учнів експериментальної групи збільшився на 11,89%, ЖІ — на 9,86% ($P < 0,05$). Показник індексу Руф’є збільшився на 4,48 ум.од., приріст результату становить 58,6% ($P < 0,05$). Рівень здоров’я підвищився на 64,0% ($P < 0,05$). Фізична працездатність зросла на 23,9% ($P < 0,05$). Збільшилася кількість учнів з вищим за середній рівнем фізичної підготовленості на 33,4% та 26,7% учнів виявили високий рівень.

Статистично достовірно зросли результати тестування професійно значущих якостей учнів експериментальної групи: координація рухів за тестом Копилова і стрибком у довжину з місця вперед і назад; спритність за тестом «човниковий біг із веденням баскетбольного м’яча»; точність рухів за результатами кидків баскетбольного м’яча у кошик протягом однієї хвилини; силова витривалість м’язів черевного пресу та спини; швидкість переробки зорової інформації; концентрація та стійкість уваги, розподіл та переключення уваги; рухливість нервових процесів; точність м’язових зусиль; оперативна та довільна пам’ять.

Впровадження експериментальної програми позитивно вплинуло на успішність учнів із загальноосвітніх і спеціальних дисциплін, а також на професійне формування випускників. Середній бал із загальноосвітніх дисциплін в експериментальній групі збільшився на 8,2%, зі спеціальних дисциплін — на 9,8%. Оцінка з виробничого навчання зросла на 7,5%. Окрім того, учням експериментальної групи після складання державних іспитів були присвоєні вищі кваліфікаційні робітничі розряди, ніж учням контрольної групи.

Таким чином, педагогічні умови, в яких реалізована авторська програма учнів професійно-технічних навчальних закладів за профілем «радіотехніка», забезпечили її позитивний вплив на професійне формування учнів як майбутніх фахівців. Вони сприяли покращенню ставлення учнів до організованих та самостійних занять фізичними вправами, підвищили їхню активність, прояв ініціативи. Учні зрозуміли, що заняття з використанням засобів ЗФП та ППФП є корисними для здоров'я та їхнього професійного формування і громадської активності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гуменный В. С., Лошицкая Т. И. Комплексный контроль физической подготовленности студентов политехнических вузов // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. трудов / Под ред. С. С. Ермакова. — Х.: ХГАДИ (ХХПИ), 2003. — № 5. — С. 49–56.
2. Деманов А. В. Разработка и применение учебных нормативов по профессионально-прикладной физической подготовке для учащихся СПТУ строительного профиля: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. — М., 1991. — 22 с.
3. Дубровський А. В. Понятие “физическая готовность” в структуре общей готовности человека к профессиональной деятельности // Теория и практика физической культуры. — 2002. — № 3. — С. 40.
4. Заярин Г. А. Организация самостоятельной ППФП в средних ПТУ // Физическая культура — производству: Тезисы докладов респ. науч.-метод. конференции. — Ровно, 1985. — С. 47–48.
5. Максимова Ф. П. Особенности воспроизводства рабочей силы в современных условиях НТР: Учеб. пособие. — М., 1990. — 224 с.
6. Осіпов А., Пристанський В., Пристанська Т. Нові технології у структурі професійно-прикладної підготовки учнів навчально-виховних закладів нового типу (технічний ліцей) // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. — Львів, 2005. — Вип. 9. — Т. 3. — С. 94–99.
7. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка трудящихся на современном этапе НТР // Научно-педагогические проблемы физической культуры и спорта в свете основных направлений перестройки высшего и среднего образования в республике: Тезисы докладов респ. науч.-практ. конференции. — Ивано-Франковск, 1988. — С. 196–197.
8. Раевский Р. Т. Формирование здоровья студентов, проживающих на радиозагрязненных территориях // Здоровье студенческой молодежи: достижения науки и практики на современном этапе: Материалы II Международной науч.-практ. конференции. — Минск, 2000. — С. 68–71.
9. Римик Р. В. Професійно-прикладна фізична підготовка учнів професійно-технічних навчальних закладів радіотехнічного профілю: Метод. посібник. — Івано-Франківськ: ОШПО, 2005. — 100 с.
10. Шиян Б. М., Папуша В. Г. Теорія фізичного виховання. — Тернопіль: Збруч, 2000. — 183 с.