

Список использованных источников

1. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. для студентов вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва : Академия, 2000. – 480 с.
2. Материал из Википедии – свободной энциклопедии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ru.wikipedia.org/wiki> (дата доступа: 20.11.2020). – Название с экрана.
3. Выносливость. Определение понятия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://studopedia.ru/8...vynoslivost...vidi-vynoslivosti.html> (дата доступа: 20.11.2020). – Название с экрана.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник тренера высшей квалификации / В. Н. Платонов. – Москва : Советский спорт, 2005. – 820 с.
5. Лях В. И. Понятия «координационные способности» и «ловкость» / В. И. Лях // Теория и практика физической культуры, 1983. – № 8. – С. 46.
6. Лях В. И. Выносливость: основы измерения и методика развития / В. И. Лях // Физическая культура в школе, 1998. – № 1. – С. 7–15.

ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕРАКТИВА В ПРОЦЕССЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ю. С. Котлярова, студентка группы ГР-31, специальность «Геология и разведка месторождений полезных ископаемых»
С. В. Мартинович, д. э. н., ст. преподаватель кафедры физического воспитания и спорта – научный руководитель Учреждение образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

Интерактивное обучение – это специальная форма организации познавательной деятельности, способ познания, осуществляемый в форме совместной деятельности студентов [1].

Все участники интерактива взаимодействуют между собой, обмениваются имеющейся информацией, совместно преодолевают общие проблемы, проигрывают ситуации из жизни, оценивают действия других участников и свое собственное поведение, погружаются в атмосферу сотрудничества коллектива для разрешения проблем. Каждый увлечённо взаимодействует с другими. Одна из целей состоит в том, чтобы создать комфортные условия для обучения, а также саморазвития.

Учебный процесс организован так, что практически все обучающиеся оказываются вовлеченными в процесс узнавания себя и других, они имеют возможность понимать и рефлексировать по поводу того, что они знают и думают.

Особенность интерактивных методов – это высокий уровень взаимно направленной активности субъектов взаимодействия, эмоциональное и духовное объединение участников. По сравнению с традиционными формами ведения занятий, в интерактивном обучении меняется взаимодействие преподавателя и учащегося: активность педагога уступает место активности обучаемых, а его же задачей становится создание условий для их инициативы [2].

Таким образом при диалоговом обучении студенты учатся критически мыслить, решать сложные проблемы на основе анализа обстоятельств, ситуаций и определённой информации, взвешивать альтернативные мнения, принимать продуманные решения, участвовать в дискуссиях, общаться с людьми.

Современная педагогика весьма богата интерактивными подходами, среди которых можно выделить: творческие задания; работа в группах; обучающие игры; экскурсии; соревнования; работа с наглядными пособиями; обратная связь; тренинги.

Базовые правила организации интерактивного обучения:

- в работу должны быть вовлечены все студенты;
- перед началом занятия проводится разминка для того, чтобы все учащиеся психологически подготовились к занятию и перестали отвлекаться;
- договориться об общих правилах «можно», «нельзя»
- разделение студентов на комфортные им группы

Примеры применения интерактивных методов обучения:

1. «Генерирование и обсуждение идей» – в конце занятия уделять время для обсуждения удовлетворяющих или неудовлетворяющих упражнений. Учащийся может высказать свою точку зрения и обосновать её, затем предложить взамен другое упражнение на ту же группу мышц. Впоследствии голосования всех присутствующих, принимается решение оставлять или заменять упражнение.

2. Экскурсия – проведение экскурсии по спортивным объектам и предоставление информации обо всех объектах, имеющихся в городе для удовлетворения спортивного досуга.

3. «Активная лекция» – познавательное мини-занятие. Проводится короткое доступное объяснение лекции, с наличием определений, в ходе которой студенты и преподаватель обсуждают отношение к какому-либо утверждению. После перехода к следующему вопросу, убедиться, что всё было правильно понято. В конце ответить на все возникшие вопросы по теме.

4. «Исправление ошибок» – обозначить задание, которое будет усиливать внимание учащихся к процессу тренировки. Перед началом проведения занятия дать задание на нахождение нескольких ошибок в представленных упражнениях. Студент будет иметь возможность после каждого продемонстрированного упражнения найти ошибку и указать на неё.

5. «Повышение умений» – предоставление индивидуального непродолжительного занятия для раскрытия потенциала и исправления ошибок. Каждый студент будет иметь возможность провести собственное занятие, в ходе которого будет иметь место обсуждение представленных упражнений и их корректировка преподавателем.

6. «Углубление в упражнения» – преподаватель при демонстрации каждого упражнения рассказывает студентам о том, какие группы мышц при этом задействованы, и какие проблемы могут возникнуть при неправильном их выполнении.

7. Соревнования – основу этого урока составляют состязания команд или соревнования в личном первенстве в каких либо упражнениях, предложенных преподавателем. Цель занятия – развитие двигательных качеств; обучение коллективной работе и понимание как товарищей по команде, так и соперников; воспитание культуры эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности [3].

8. «Самопознание» – выбор представленных заданий и написание работы. Учащимся предоставляются на выбор группы упражнений, и даётся задание написать о тех упражнениях, которые хорошо и плохо удаются. На следующем занятии проходит подведение итогов с ответами на вопросы учащихся.

9. Функциональный тренинг – человек отрабатывает движения, необходимые ему в повседневной жизни. Специальное оборудование, на котором происходит тренировка, позволяет совершать движения не по фиксированной траектории, как на обычных тренажерах, а по свободной – это тяговые тренажеры, амортизаторы, мячи, свободные веса. Таким образом, мышцы работают и двигаются самым физиологичным для них образом, именно так, как это происходит в повседневной жизни [4].

10. «Впечатления» – после каждого занятия подводить итоги о приобретённых знаниях и умениях. А так же выслушать предложения студентов, для улучшения последующих занятий.

Таким образом, можно говорить о внушительной полезности данного метода. Так как он не только спланирует, но и помогает развивать навыки учащихся. Происходит развитие активно-познавательной и мыслительной деятельности, а так же вовлечение студентов в процесс не в качестве пассивных слушателей, а в качестве активных участников, появляется мотивация. Так же на занятии создаётся более благоприятная творческая атмосфера.

Список использованных источников

1. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. для студентов вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва : Академия, 2000. – 480 с.
2. Инновации в физическом воспитании : учеб. пособие / И. В. Манжелей. – М.-Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 144 с.
3. Колосова Е. В. Методические рекомендации для проведения занятий по физической культуре : учеб.-метод. пособие / Е. В. Колосов. – Саратов : ИЦ «Наука», 2018. – 161 с.
4. Сайкина Е. Г. Фитнес-технологии: понятие, разработка и специфические особенности / Е. Г. Сайкина, Г. Н. Пономарёв // Фундаментальные исследования. 2012. № 11-4. – С. 890–894.

РОЛЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В СТРУКТУРІ ОСВІТНЬОЇ І ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СУЧАСНИХ СТУДЕНТІВ

Т. О. Лоза, к. пед. н., професор, професор кафедри теорії та методики фізичної культури

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

О. П. Петренко, к. пед. н., асистент кафедри фізичного виховання і спорту

Сумський державний університет

Л. І. Прокопова, ст. викладач кафедри теорії та методики фізичної культури

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

Постановка проблеми. Відомо, що професійний розвиток є важливим етапом у становленні особистості, що характеризу-