

ВИКОРИСТАННЯ НОВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВНЗ

*Гладир О.Є., ст. викладач кафедри фізичного виховання
Миколаївський національний аграрний університет*

Фізичне виховання студентів - складова частина освіти, що сприяє формуванню особистості майбутнього фахівця у процесі становлення його професійної компетенції. Зміст фізичного виховання охоплює цілеспрямовану дію на фізіологічні системи організму, вдосконалення психофізичних, моральних та волевих якостей, на ментальну та емоційну сфери життя.

На даний час сучасні технологічні процеси набувають особливої актуальності, тим самим відсуваючи на задній план значимість фізичного виховання, особливо у студентів. На перший погляд дана проблема може здатися не настільки глобальною, однак нейтральне ставлення до неї може негативно вплинути на ціле покоління.[1]

Інтеграція та глобалізація соціальних, економічних і культурних процесів, які відбуваються у світі, перспективи розвитку української держави на найближче десятиліття вимагають оновлення системи освіти. Це примушує змінювати та переосмислювати всі фактори, від яких залежить якість навчально-виховного процесу: структуру, зміст, методи, форми навчання й виховання, системи контролю й оцінювання, стиль відносин, управлінські рішення, взаємовідповідальність учасників процесу.[4]

Сьогодні заняття з фізичної культури є одним із інструментів зміцнення здоров'я студентів, їх фізичного розвитку, формування основ загальної культури, навичок ЗСЖ, розвитку їх рухової активності засобами різних видів спорту. Для викладача фізичної культури заняття повинно стати творчим майданчиком на основі розробки нових навчально-методичних комплексів, програм, які враховують вектор сучасних змін і вимог. Застосування комп'ютерних технологій - важливий резерв удосконалення системи освіти у сфері фізичної культури. Викладачі фізичної культури повинні йти в ногу з часом в більш швидкому темпі. А прискорити темп допомогло б, зокрема, використання новітніх гаджетів(фітнес-браслетів та трекерів) і мобільних додатків на своїх заняттях. З ними відкриваються значно ширші можливості, а саме щодо:

- досягнення мети (постановка мети, нагадування, повідомлення);
- контролю активності (крокомір, відстеження активності, вибір виду тренувань);
- контролю ваги (лічильник калорій, щоденник харчування, сканер штрих-кодів);
- контролю пульсу.

Можливості цих гаджетів використовуються для контролю

навантаження за добу, тиждень, місяць, рік.[2] Такі дані вкрай потрібні викладачу фізичної культури для визначення рівня навантаження відповідно до самопочуття та фізичного розвитку студента.

Крім того, ці гаджети можна використовувати не лише на заняттях з фізичної культури, а й під час самостійних занять фізичними вправами, занять у секціях із різних видів спорту, занять із плавання, велоспорту тощо. Спектр використання подібних трекерів дуже широкий і з кожним днем стає більш функціональним.[3]

Використання гаджетів на заняттях з фізичного виховання може мотивувати студентів до занять і допомогти їм побачити і зрозуміти, чому вони навіть навчаються краще. Коли студенти залучені у процес, зацікавлені та вмотивовані, це позитивно впливає на їх поведінку й емоційний стан. Фізичне виховання з використанням гаджетів допоможе змінити життя студентів від малорухливого до глибоко й свідомо залученого до фізичної активності, гаджети зроблять їх здоровими людьми, а це і є основною метою фізичного виховання.

Викладачу іноді досить складно дослідити правильність техніки виконання фізичних вправ у зв'язку з високою динамічністю заняття та значну кількість студентів. Для цього використовуються інтерактивні можливості планшета або смартфона – фото-, відеокамери, спеціальні програми при вивченні та корекції рухів.

Ураховуючи глобальну інформатизацію навчання, від сучасного викладача фізичної культури вимагається не тільки якісне проведення заняття, а й здійснення навчально-дослідної діяльності, що спонукає до постійного розвитку та удосконалення професійного рівня.

Отже, при організації та проведенні занять з фізичної культури є вкрай актуальним використання у навчальному процесі сучасних інформаційно-комунікаційних технологій і новітніх гаджетів, що дозволить успішно поєднувати фізичну і розумову діяльність, розвивати інтелектуальні та творчі здібності студентів. Це дозволяє студентам:

- розвивати інтелектуальні та творчі здібності;
- успішно поєднувати фізичну і розумову діяльність;
- отримувати знання, вдосконалювати рухові вміння і навички.[3]

А викладачам:

- зробити заняття більш цікавими і ефективними, спрямованими на розвиток мотивації до навчання та успішності в рухових досягненнях;
- підвищити ефективність поточного й підсумкового контролю та обліку навантаження й рухової активності студентів.

Література:

1. Використання новітніх гаджетів на уроках фізичної культури [Електронний ресурс] – Режим доступу:<https://vseosvita.ua/library/dopovid-vikoristanna-novitnih-gadzetiv-na-urokah-fizicnoi-kulturi-137458.html>
2. Гаджет [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://uk.wikipedia.org/wiki>.
3. Качан О. А. Використання інформаційно-комунікативних технологій на

уроках фізичної культури / О. А . Качан // Фізичне виховання в сучасній школі. - 2016. - № 2 - С. 21-23.

4. Матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах», 2020С. 17[Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.dnu.dp.ua/docs/ndc/202/Актуальні%20проблеми%20фізичного%20виховання%20та%20спорту%20в%20сучасних%20умовах.pdf>