

## ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ КУРСАНТІВ (СЛУХАЧІВ) ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

*Глазунов С.І.*, Національна академія оборони України

**Анотація.** Підвищення ефективності занять з фізичного вдосконалення курсантів (слухачів) вищих військових навчальних закладів можливе за умов формування у них під час навчання фізичної культури особистості. Сприяти цьому може використання інформаційних технологій.

**Ключові слова:** фізичне вдосконалення, інформаційні технології.

**Постановка проблеми.** Усебільштісною стає інтеграція військової освіти до загальнодержавної системи вищої освіти з урахуванням положень Болонської декларації. Вища військова освіта переведена на двоступеневу систему (за освітньо-кваліфікаційними рівнями — бакалавра та магістра) із запровадженням зовнішнього оцінювання під час вступних іспитів [1]. Однією з дисциплін, яка супроводжує військовослужбовців упродовж їх служби, є фізична підготовка (ФП). Її основи вивчаються у вищих військових навчальних закладах (ВВНЗ) на заняттях з фізичного виховання, спеціальної ФП та спорту. Більше обсягу часу приділяється цій дисципліні на тактичному рівні підготовки. Саме за цей період курсанти (слухачі) вивчають основи фізичного вдосконалення людини. Вони оволодівають передбаченим арсеналом засобів ФП, відповідними теоретичними знаннями, методичними уміннями та навичками. У цьому процесі присутні навчання, розвиток, виховання, взаємодія, а забезпечують його відповідні засоби, методи та форми. Отримані знання та уміння молоді офіцери реалізують під час проходження служби для ефективної організації та проведення ФП у підрозділах.

Під час навчання на оперативному-тактичному та стратегічному факультетах Національної академії оборони України слухачі набувають уміння управляти ФП у військовій частині, з'єднанні, а їх фізичне вдосконалення спрямовано на підтримання рівня фізичної підготовленості, який забезпечує їх ефективну працездатність. Нажаль практичні результати функціонування системи фізичного вдосконалення військовослужбовців не дозволяють нам бути впевненими у досягненні мети ФП. Фахівці ФП вказують на те, що за той час, який виділяється на планові заняття з ФП, не можливо вирішити у повній мірі питання спрямованого розвитку спеціальних фізичних якостей, чинна нормативна система з ФП не стимулює вдосконалення фізичних якостей; методична підготовка не достатньо формує навички та вміння курсантів з організації та проведення самостійних занять фізичними впра-

вами [5]. Дійсно, ефективними заняття з фізичного вдосконалення можуть бути лише за умов достатньої мотивації, дотримання загальнопедагогічних, спеціальних принципів ФП та врахування закономірностей розвитку фізичних здібностей людини.

Залежно від рівня фізичного розвитку людини та потреби у ступені його фізичного вдосконалення використовують різні засоби, методи та форми. У спорті вищих досягнень останнім часом вважається, що традиційні засоби, методи та форми себе вичерпали, тому основний акцент робиться на позатренувальні та позазмагальні фактори у фізичному вдосконаленні спортсменів.

Для підвищення ефективності занять з фізичного вдосконалення студентів пропонується застосовувати індивідуально-програмне навчання з урахуванням мотиваційно-емоційного фактора формування здорового способу життя [6]. Як засіб, рекомендується використовувати тренажерні пристрої. Студентам пропонується особисто вести облік показників свого фізичного стану, режиму рухової активності та посилити теоретичну й методичну складову у структурі їх знань щодо фізичного самовдосконалення [3].

Підтримуючи ці положення ми спрямовували наші зусилля на пошук шляхів підвищення ефективності занять фізичним вдосконаленням курсантів (слухачів) ВВНЗ. Це стало **метою** нашого дослідження.

**Методи, організація досліджень.** Дослідження проводилось у рамках НДР «Розробка теоретично-методичних засад функціонування системи фізичної підготовки військовослужбовців Збройних сил України». Шифр: «НФП — 2009». Під час дослідження використовувались такі **методи**: аналіз теоретичних джерел з проблем фізичного вдосконалення людини, вивчення та узагальнення передового досвіду організації застосування інформаційних технологій у педагогіці та у сфері фізичної культури і спорту, спостереження, бесіди, анкетування, прогнозування та моделювання процесу вдосконалення військових фахівців.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Процес фізичного вдосконалення курсантів (слухачів) ВВНЗ є обов'язковим елементом їх навчальної діяльності, в результаті якої формується їх професійна готовність. Треба також враховувати те, що процес фізичного вдосконалення військовослужбовців має спеціальну спрямованість і тому повинен відповідати вимогам професійної діяльності. Підготовка на тактичному рівні дає можливість залучати курсантів (слухачів) до усіх форм ФП. Це дозволяє підготувати їх до залікового рівня фізичної підготовленості. Однак, три-п'ять років служби на первинних офіцерських посадах у більшості випадків зводять нанівець весь процес фізичного вдосконалення, який тривав під час навчання у ВВНЗ. Причиною такого стану є не тільки мотиваційний та організаційний фактори.

Результати опитування, бесід, анкетування, вивчення та аналіз керівних документів дозволяють стверджувати, що під час навчання курсанти (слухачі) перебувають у ролі слухняних виконавців, і тому, переважна більшість з них не здатні самостійно організувати процес свого фізичного вдосконалення. Компонента активізації пізнаваль-

ної діяльності курсантів (слухачів), формування у них творчого підходу до процесу свого фізичного вдосконалення нівелюється примусово-регламентованим характером ФП. Той же фактор присутній і під час навчання слухачів в академії. У службовий час, під керівництвом викладача, вони можуть займатися фізичним вдосконаленням використовуючи лише одну форму ФП — практичні заняття. Іншими формами ФП слухачі мають займатися самостійно. Результати опитування 94 слухачів академії свідчать про те, що 76% з них мають дуже погані знання щодо методів розвитку фізичних якостей та вдосконалення прикладних рухових навичок, 69% не володіють знаннями щодо самоконтролю фізичного стану, 93% усвідомлюють оздоровчий вплив засобів ФП на організм людини, і лише 16% знають, як використати ці знання для свого фізичного вдосконалення. Це може свідчити про низький рівень фізичної культури особистості офіцерів, який потрібно було б формувати під час навчання у ВВНЗ. В умовах занять, що регламентовані розкладом, необхідно знайти можливість у доступній формі довести до курсантів (слухачів) сучасні знання про вплив фізичних вправ та навантажень

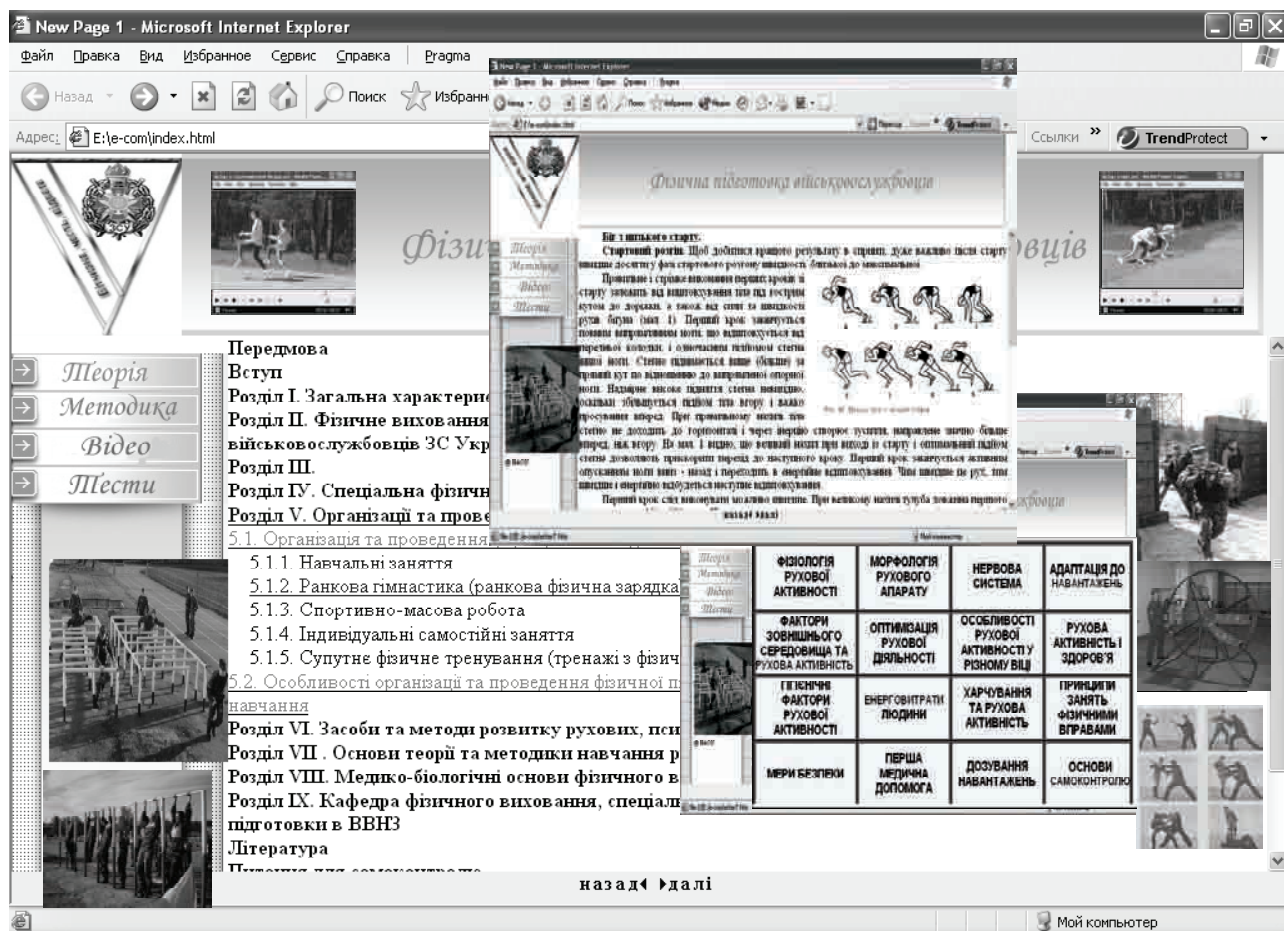


Рис. 1. Фрагмент роботи с електронним виданням у режимі перегляду теоретичного матеріалу

на організм людини, дати більш об'ємний арсенал засобів, які потрібно використовувати людині для її фізичного вдосконалення з урахуванням вікових особливостей. Потрібно під час навчання у ВВНЗ реалізовувати навчально-пізнавальну активність курсантів (слухачів), використовувати проблемний метод вивчення дисципліни з формуванням установки на систематичне фізичне вдосконалення, формування звички до здорового способу життя. Інструментом у вирішенні цього питання може бути впровадження в процес фізичного вдосконалення курсантів (слухачів) інформаційних технологій (ІТ). Вони безумовно змушують тих, хто навчається до достатньої пізнавальної активності [4], мають більш високу дидактичну ефективність ніж традиційні методи та засоби підтримки навчання [2], дозволяють користувачу підвищити наочність та мобільність процесу отримання навчального матеріалу, одержувати потрібну інформацію миттєво з різних джерел, навчатися на робочому місці в зручному для них темпі та у вільний від виконання професійних обов'язків час. Крім того, використання ІТ дає можливість оперативного оновлення інформації (через Інтернет) та забезпечення практично миттєвого зворотнього зв'язку (інтерактивність).

Сучасна навчальна база дозволяє курсантам (слухачам) користуватися уніфікованими електронними виданнями з ФП (рис.1). Представлення дидактичного матеріалу у вигляді електронного гіпертексту з малюнками, таблицями, анімацією та відео дозволяє створити більш зручніше для постійного використання джерело інформації. Діагностувально-корекційний блок з можливістю оперативного визначення стану фізичної підготовленості, особистого здоров'я військовослужбовців та методів його корекції допоможе користувачам у здійсненні самоконтролю.

У перспективі, при впровадженні автоматизованої системи обліку результатів контролю ФП військовослужбовців ЗС України у Он-лайн версії електронного видання потрібно передбачити сторінку (електрону відомість) з даними, які характеризують підготовленість особового складу. Це надасть можливість спростити процес моніторингу стану ФП у ВВНЗ, зробити його оперативнішим та своєчасно відпрацьовувати управлінські рішення з її вдосконалення та спрямованості педагогічного впливу.

#### Висновки та рекомендації

1. Заняття з фізичного вдосконалення курсантів (слухачів) вищих військових навчальних

закладів мають переважно примусово-регламентований характер з недостатньою компонентою їх внутрішньої активності, тому ефективність цих занять на сьогодні не достатньо висока та потребує покращення.

2. Підвищення ефективності занять з фізичного вдосконалення курсантів (слухачів) вищих військових навчальних закладів можливе за умов формування у них під час навчання фізичної культури особистості. Сприятим цьому може використання інформаційних технологій.

3. Застосування інформаційних технологій дає можливість автоматизувати систему моніторингу стану ФП у навчальних закладах, підрозділах.

Подальші дослідження з розглянутого питання слід проводити у напрямку пошуку шляхів, які прискорюють впровадження ІТ в систему фізичного вдосконалення курсантів (слухачів) вищих військових навчальних закладів.

#### Список літератури

1. Біла книга 2007: Оборонна політика України. — К.: МОУ, 2008. — С. 57—58.
2. Богданов В.М., Понамарев В.С., Соловов А.В. Информационные технологии обучения в преподавании физической культуры // Теория и практика физической культуры. — 2001, — № 8. — С. 55—59.
3. Блещунова Т.М., Чорний О.І. Методи вдосконалення ефективності фізичного виховання у ВВНЗ України // Актуальні проблеми фізкультурної освіти: Матеріали III електронної наукової конференції (22 травня 2007 р. м. Харків) / Харк. нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди / За ред. О.М. Худолія. — Харків: «ОВС», 2007. — С. 10—11.
4. Журняк Б.И., Гуржевская В.Ф. Инновационные технологии в информационных системах при подготовке кадров по физической культуре и спорту // Культура народов Причерноморья, — 2004. — № 48, Т.2. — С. 187 — 192.
5. Романчук С.В. Формування мотивації до занять фізичною підготовкою і спортом курсантів технічних військових навчальних закладів. Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Львівський держ. ін-т фізичної культури. — Львів, 2006. — 22 с.
6. Чабан І.П. Аспекти оптимального програмування занять по физической культуре со студентами специального медицинского отделения. Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. научн.тр. под ред. Ермакова С.С. — Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2002. — №6. — С. 37—43.

Надійшла до редакції 20.04.2008 р.

**Глазунов Сергей.** Пути повышения эффективности занятий по физическому совершенствованию курсантов (слушателей) высших военных учебных заведений.

Повышение эффективности занятий по физическому совершенствованию курсантов (слушателей) высших военных учебных заведений возможно при условии формирования у них в процессе обучения физической культуры личности. Способствовать этому может использование информационных технологий.

**Ключевые слова:** физическое совершенствование, информационные технологии.

**Glazunov Sergey.** Ways of increase of efficiency of employments on physical perfection of students (listeners) of higher soldiery educational establishments.

Increase of efficiency of employments on physical perfection of students (listeners) of higher soldiery educational establishments possibly on condition of forming for them in the process of teaching of physical culture of personality. Instrumental the use of information technologies can in it.

**Keywords:** physical perfection, information technologies.

### Нова книжка



**Худолій О.М.**

X98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х частинах. — 3-є вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Ч. 2. — 464 с: іл. ISBN 966-7858-52-9.

У навчальному посібнику розглянута методика викладання гімнастики в школі і ДЮСШ, а також методика організації і проведення змагань зі спортивної гімнастики.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

Рекомендовано

Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (лист № 14/18.2—1928 від 17.11.03)



**Сергієнко Л.П.**

C32 Практикум з психології спорту: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОВС», 2008. — 256 с. (МОН України, лист № 1-4/18-Г-1054 від 14 травня 2008 р.) ISBN 966-7858-51-0.

У навчальному посібнику викладено зміст практикуму з психології спорту та програми з даної навчальної дисципліни. У практикумі наведено короткий зміст лекцій. Фактично це конспекти лекцій, які особливо потрібні студентам заочного відділення та тим, хто навчається дистанційно. На практичних заняттях студентам пропонується виконання психологічних та дидактичних тестів. Навчальний посібник доцільно використовувати під час підготовки до семінарських занять, заліків та іспитів.

Навчальний посібник рекомендовано студентам вищих навчальних закладів освітнього напрямку «Фізичне виховання і спорт» та «Психологія». Може бути корисним для викладачів, фахівців у галузі психології, тренерів, спортсменів високої кваліфікації, широкого кола читачів.