

занять й ускладнювати техніку їхнього виконання на користь здоров'ю. Для покращення роботи серцево-судинної системи, обміну речовин.

3. Розроблена програма "Розрахунок біометричних показників студентів" дозволяє за допомогою морфофункціональних показників отримувати термінову інформацію про функціональний стан, попередній діагноз студента та визначити рекомендовані фізичні вправи індивідуально для кожного студента, який відноситься до спеціальної медичної групи.

Література

1. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков – М.: Гардарики, 2007– 208 с.
2. Гриненко М.Ф. Саноян Г. Г. Труд, здоровье, физическая культура. – М.: ФиС, 1974-270с.
3. Жданова О. та ін. Організація та методика оздоровчої фізкультури і рекреаційного туризму. – Луцьк, 2000.
4. Ільницька Л.Л. Дзен-терапія: Медико-біологічні основи ЛФК.– М.: Медицина, 2008. – 156 с.
5. Купер К. Гимнастика для хорошего самочувствия: Пер.с англ. – 2е изд., доп. и перераб. – М.: Физкульт. и спорт, 1989. – 224с.
6. Лозинский В.С. Учитесь быть здоровыми. – К.: Центр здоровья, 1993.-160 с.
7. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие для студ. высших, пед. учеб. зав. М.:Академия,2001.-320с.
8. Milner E. G. Life Formula: Biomedical Basics Improving physical culture. - Moscow: Fizkult. And sport, 1991. - 112 p.
9. Організм і особистість. Діагностика та керування / А. Магльований, В. Белов, А. Котова. – Львів: Медична газета України, 1998. – С. 250.
10. Piragova E.A., Ivahenco L.A., Strabco N.P. Health, healthy and healthy lifestyle of students – К.: Здоров'я, 1986. – 152 p.
11. Raevsky P.T. Sana, Healthy lifestyle of students/ P.T. Raevsky, : Under the general editorship P.T. Raevsky – Odessa: Science and Technology, 2008 – 556 p.
12. Management of the physical state of the body. Trainingtherapy Khutiev T.V., Antonomov Y.G., Kotova A B, Pustovoi O.G. - M. : Medicine, 1991. – 256 p.
13. Razumov A I, Ponomarenko V.A Health of a healthy person / A. I. Razumov , Ponomarenko V.A – М.: 1996 – 205 p.
14. Tsibiz Genady The influx of phizic navantazhen on morphofunctional organ organism. К.:KPP Drukar-Steel ,2002.-326 p.
15. Theory and methods of physical education / Edited by T. Krutsevych Vol 1- К. : Olympic Books, 2008 - 367 p.
16. Tizul A. Human diseases caused detsitsitom of physical activity, and health / A. Tizul - М. : 2001 - 115 p.
17. Cella D. Quality of life: concepts and definition / D. Cella // Journal of pain and symptom management. – 1994. – V. 9, No3. – P. 186 – 192.
18. Demont – Heinrich C. The association between physical activity, mental health and quality of life: a population – based study / C. Demont – Heinrich // Health Watch. – 2009. – V. 71. – P. 1 – 4.

Ясько Л.В., Білецька В. В.
Київський університет імені Бориса Грінченка

ЗАСТОСУВАННЯ АКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ В ПРОЦЕСІ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

У роботі подану класифікацію методів навчання, наведено особливості використання методів активного навчання, систематизовано переваги і недоліки використання активних методів навчання, а також представлено напрямки використання кейс-методу при викладанні учбових дисциплін з фізичного виховання і спорту.

Ключові слова: студенти, активні методи навчання, підготовка фахівців, фізична культура і спорт.

Ясько Л.В., Білецька В.В. Применение активных методов обучения в процессе теоретической подготовки специалистов отрасли физической культуры и спорта. В работе представленную классификацию методов обучения, приведены особенности использования методов активного обучения, систематизированы преимущества и недостатки использования активных методов обучения, а также представлены направления использования кейс-метода при преподавании учебных дисциплин по физическому воспитанию и спорту.

Ключевые слова: студенты, активные методы обучения, подготовка специалистов, физическая культура и спорт.

Yasko L.V., Biletska V.V. The usage of active learning methods in the process of theoretical specialists' preparation in physical culture and sport. In the article identified the directions of active learning methods in the theoretical preparation process of specialists in physical culture and sports.

In this paper is given the classification of teaching methods, showed the advantages of active learning methods over traditional: facilitation of perception new material; usage the experience of the participants; availability to independently substantiate the information; demonstration variability making tasks; forming the ability to listen to each other.

In the practice of preparation specialists in physical culture and sport gained widespread use case method, which is used to model certain situations that arise in the course of physical education teacher or coach from a kind of sport. In the distribution of students in the group work on case-method involves: clarifying problems and its hierarchy; formation of alternative solutions, listing the advantages and risk factors; evaluation of alternatives; the usage of alternatives and control; response training and presentation material.

Discovered positive side of case method usage: possibility of each participant to compare their view with the view of other participants; actuality of the problems which are considered and their close relationship with professional experience of participants; high degree of involvement in active discussion.

Presented risk factors in the application of case method: unsatisfactorily organized discussions may require too much time; it is possible not to get the desired result if the participants do not have the necessary knowledges and experience; high teacher qualification requirements.

The article also presents directions of usage case method in teaching different subjects in physical education and sport.

Usage of explanatory, illustrative, reproductive, heuristic, research, case method and problem teaching method allows to solve problems of creative and critical thinking of students, abilities to independently construct their knowledges and apply them to solve cognitive and practical tasks.

Key words: *students, active learning methods, preparation of specialists, physical culture and sport.*

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як відомо, пізнавальна самостійність студентів досягається найбільшого рівня при використанні тих методів навчання, які спонукають їх до прийняття активної участі в навчальному процесі, а саме, методів проблемного викладання, евристичного (частково пошукового) та дослідницького [4; 9; 12].

Ці методи відносять до активних методів навчання, вони характеризуються високим ступенем залученості студентів у навчальний процес, активізують їх пізнавальну та творчу діяльність при вирішенні поставлених завдань і, таким чином, сприяють підвищенню ефективності процесу навчання [1, с. 17-18; 10, с. 88; 11, с. 436; 17].

На сьогоднішній день методи активного навчання знаходять широке застосування в сучасній педагогіці у вигляді кейс-технологій. Кейс-метод – це метод, який передбачає моделювання життєвих ситуацій, розгляд їх, вирішення за певним сценарієм, публічний захист прийнятого рішення. Кейс-метод вчить пошуку і використанню знань в умовах динамічної ситуації, розвиває гнучкість та діалектичність мислення [15]. Використання активної форми навчання сприяє підвищенню рівня мотивації студентів до пошуку та засвоєння теоретичних знань [3, с. 130; 16].

Дослідження багатьох фахівців присвячено особливостям використання активних методів навчання в процесі підготовки фахівців різних галузей [8, с.124; 4, с.5-7; 2, с. 24-27; 5, с.30-31]. Також вивчалися питання щодо використання активних методів навчання при роботі зі студентами [7, с. 18-19; 13, с. 123-115; 14], та їх використання в системі додаткової педагогічної освіти [9, с. 49-54].

Однак недостатньо вивченими є питання щодо напрямків застосування активних методів навчання в процесі теоретичної підготовки фахівців з фізичного виховання, що і зумовило мету нашого дослідження.

Мета дослідження – визначити напрямки застосування активних методів навчання в процесі теоретичної підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту.

Результати досліджень та їх обговорення. Характер пізнавальної діяльності відображає рівень самостійної діяльності студентів. Кожному елементу змісту освіти відповідають свої методи навчання (таблиця 1). Вони визначаються як система послідовних дій педагога, які організують і обумовлюють пізнавальну і практичну діяльність студентів по засвоєнню всіх елементів змісту освіти для досягнення цілей навчання.

Таблиця 1

Класифікація методів навчання за характером учбово-пізнавальної діяльності (І.Я. Лернер, М.Н. Скаткін [6])

Методи навчання	Дії педагога	Дії студентів	Ефективність
Пояснювально-ілюстративний	Пояснює, організовує сприйняття та обмірковування учбового матеріалу	Сприймають, обмірковують	Висока швидкість вивчення матеріалу
Репродуктивний	Пояснює, дає установку на повторення та запам'ятовування	Багаторазово повторюють та запам'ятовують	Формування навички
Проблемного викладення	Надає учбовий матеріал як шлях вирішення проблеми	Слідкують за ходом думки вчителя, отримують зразок побудови логічних міркувань	Формування логіки пізнання
Евристичний (частково пошуковий)	Створює ситуацію, яка вимагає «доміркувати» недостатній елемент в тому матеріалі, що вивчається	Відшуковують необхідну частину, обмірковуючи вже відомі елементи та зв'язки	Формування вмінь знаходити зв'язки, встановлювати залежності
Дослідницький	Організує самостійну діяльність учнів з пошуку нових знань	Самостійно добувають нові знання	Напрацювання вмінь самоорганізації пізнання

При цьому, відмінною особливістю активного навчання є: примусова активізація мислення, коли студент змушений бути активним незалежно від його бажання; досить тривалий час залучення студентів до навчального процесу, оскільки їх активність повинна бути не короткочасною і епізодичною, а значною мірою стійкою і тривалою (тобто протягом всього заняття); самостійне творче вироблення рішень, підвищена ступінь мотивації та емоційності студентів.

Перевагами активних методів навчання над традиційними є полегшення сприйняття нового матеріалу; використання досвіду учасників; наявність можливості самостійно обґрунтовувати інформацію; демонстрація варіативності рішень завдань; формування вмінь слухати один одного. Однак, впровадження цих методів навчання повинно супроводжуватися розумінням

принципів роботи на інтерактивних заняттях. До цих принципів відносять наступні: заняття не є лекцією викладача, а є спільною роботою групи; сумарний досвід групи більше досвіду викладача; всі учасники незалежно від віку, соціального статусу, досвіду, місця роботи рівні; кожен учасник має право на власну думку з будь-якого питання; немає місця прямої критики особистості (піддаватися критиці може тільки ідея); все сказане на заняттях – не керівництво до дії, а інформація для роздумів.

В практиці підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту широкого застосування набув кейс-метод, який використовують для моделювання певних ситуацій, які виникають в ході роботи вчителя фізичної культури або тренера з виду спорту. До дидактичних принципів кейс-методу відносять: індивідуальний підхід до кожного студента; максимальне надання свободи в навчанні; забезпечення студентів достатньою кількістю наочних матеріалів; незначний обсяг теоретичного матеріалу; можливість активної співпраці викладача і студента; формування у слухача навичок самоврядування; акцентування уваги на сильних сторонах студента.

При розподіленні студентів на групи, робота за кейс-методом передбачає: уточнення проблем і їх ієрархії; формування альтернатив рішень, складання переліку переваг та факторів ризику; оцінку альтернатив; використання альтернатив і контроль; підготовку відповіді і презентацію матеріалу. Алгоритм за кейс-методом роботи представлено на рис. 1.



Рис. 1. Алгоритм індивідуальної роботи за кейс-методом

Таким чином, для ефективного проведення занять за кейс-технологією, перш за все, необхідно чітко сформулювати проблему, яка розглядається, та спонукати студентів до активного і творчого мислення в напрямку її вирішення. Приблизні приклади питань для аналізу ситуацій, що вирішуються на теоретичних заняттях з фахових дисциплін, подані в таблиці 2.

Таблиця 2

Використання кейс-методу для аналізу ситуації

Загальна послідовність	При викладанні учбових дисциплін, які пов'язані з фізичним вихованням	При викладанні учбових дисциплін, які пов'язані зі спортивною підготовкою
В чому полягає суть основної проблеми? Які ще проблеми можливо визначити в представлений ситуації?	Однією з причин погіршення здоров'я є проблема зниження рухової активності населення, особливо дітей та підлітків. Охарактеризуйте цю проблему та визначте причини зниження рухової активності	Охарактеризуйте проблему використання допінгу в спорті вищих досягнень. Як ви вважаєте, чому виникла ця проблема?
Чи можливо вирішити проблему в існуючих умовах?	Чи можливо вирішити цю проблему в умовах сучасного суспільства? Як її вирішують в різних країнах світу?	Яким чином вирішується ця проблема? Чи є ефективними такі шляхи вирішення?
Якими можуть бути шляхи вирішення проблеми?	Які шляхи вирішення цієї проблеми є можливими в нашій країні? Які з напрямків розвинені і що необхідно впровадити?	Які шляхи вирішення проблеми надмірних фізичних навантажень та підвищення ефективності відновлювальних процесів існують у спорті вищих досягнень?
Які етичні, юридичні та моральні перепони (фактори ризику) можуть виникнути в процесі вирішення певних проблем?	Які фактори ризику (труднощі) можуть виникнути при впровадженні заходів, що сприятимуть підвищенню якості фізичного виховання населення?	Які організаційні та методичні заходи можливо впровадити для вирішення проблеми використання допінгу у спорті вищих досягнень? Які фактори ризику (труднощі) можуть виникнути при впровадженні цих заходів?
Як ви оцінюєте поведінку керівника в представлений ситуації? Як би ви вели себе на його місці?	Як ви оцінюєте ефективність роботи фахівців з фізичного виховання – державних службовців, приватних функціонерів, тренерів, викладачів? Як би ви діяли на їх місці?	Як ви оцінюєте поведінку тренера та спортсменів, які свідомо вживають допінг для стимуляції працездатності спортсменів? Чи дозволили би ви собі вживання допінгу, якби це сприяло вам виграти олімпійські ігри або стати їх призером?
Якими, на ваш погляд, є причини, що спонукали фахівця (працівника) до прийняття конкретних дій? Якими можуть бути наслідки цих дій?	Як ви вважаєте, з чим пов'язані недоліки в роботі фахівців галузі фізичного виховання?	Які наслідки використання допінгу у спорті вищих досягнень? Приведіть приклади.
Якою інформацією необхідно володіти для вирішення проблеми, яка розглядається? Що необхідно використати, щоб отримати потрібну інформацію?	Яка інформація необхідна для вирішення проблеми зниження рухової активності населення? Що можливо використати, щоб отримати необхідну інформацію?	Яка інформація необхідна для вирішення проблеми використання допінгу у спорті вищих досягнень? Що можливо використати, щоб отримати необхідну інформацію?
Які висновки можливо зробити з проведеного аналізу?	Підбиваючи підсумки, продумайте та оформіть власну стратегію вирішення проблеми.	Підбиваючи підсумки, продумайте та оформіть власну стратегію вирішення проблеми.

Однак, рекомендуємо звернути увагу на те, що використання поданої методики має як позитивні сторони, так і певні фактори ризику. До позитивних сторін відносять: можливість кожного учасника зіставити свою точку зору з думкою інших учасників; актуальність проблем, що розглядаються і їх тісний зв'язок з професійним досвідом учасників; високий ступінь залучення до активного обговорення.

Факторами ризику є наступні: незадовільно організоване обговорення може вимагати занадто багато часу; існує можливість не отримати бажаного результату, якщо учасники не володіють необхідними знаннями та досвідом; високий рівень вимог до кваліфікації викладача.

Висновки. 1. Сучасні тенденції модернізації освітніх програм підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту вимагають впровадження активних методів навчання.

2. Застосування пояснювально-ілюстративного, репродуктивного, евристичного, дослідницького, кейс-методу та методу проблемного викладання дозволяє вирішувати завдання творчого та критичного мислення студентів, умінь самостійно конструювати свої знання та застосовувати їх для вирішення пізнавальних і практичних завдань.

3. Використання активних методів навчання в процесі теоретичної підготовки студентів, сприятиме підвищенню якості їх освіти, а наведені у статті приклади та рекомендації щодо особливостей застосування кейс-методу, можуть бути впроваджені у курс викладання профільних дисциплін при підготовці фахівців галузі фізичної культури і спорту.

Перспективи подальших розвідок з даного напрямку. Передбачається вивчення особливостей використання елементів тренінгових технологій у підготовці фахівців галузі фізичної культури і спорту.

Література

1. Білецька В.В. Використання активних методів навчання в підготовці майбутніх вчителів фізичної культури / В.В. Білецька, Л.В. Ясько // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. – Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – Вип. 3(84)17. – 2017. – С. 17-20.
2. Гапонова О.Ю. Розвиток інформаційно-комунікаційної компетентності учителів початкової школи в системі післядипломної освіти: дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.Ю. Гапонова. – Хмельницький, 2015. – 200 с.
3. Дашевська І.М. Інтерактивні методи навчання та їх застосування в екскурсійній діяльності / І.М. Дашевська, О.І. Томкович // Вісник Луганського національного університету ім. Т. Шевченка. – 2012. – №4 (239). – Ч.ІІ. – С.129-134.
4. Заюков І.В. Організаційно-економічний механізм реалізації інноваційних методів професійного навчання економічно активного населення: дис... канд. екон. наук: 08.09.01 / НАН України / І.В. Заюков. — К., 2006. – 205 с.
5. Єфіменко С.М. Розвиток інтелектуально-творчого потенціалу майбутнього учителя технологій у процесі професійної підготовки: дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / С.М.Єфіменко. – Кіровоград, 2015.- 200 с.
6. Лернер И.Я., Скаткин М.Н. Классификация методов обучения <https://murzim.ru/nauka/pedagogika/didaktika/26920-klassifikaciya-metodov-obucheniya-lerner-iy-a-skatkin-mn.html>
7. Лобанова С.А. Активные методы обучения как средство развития субъектной позиции студента: дис... канд. пед. наук: 13.00.08 Теория и методика профессионального образования / С.А. Лобанова. – Краснодар, 2009. – 184 с.
8. Мальцева Л.В. Шляхи вдосконалення навчального процесу при підготовці фахівців сфери туризму / Л.В. Мальцева // Вісник Луганського національного Університету ім. Тараса Шевченка. – Серія: Педагогічні науки. – Частина III. – 2013. – №18 (277). – С. 124-130.
9. Мохова М.Н. Активные методы в смешанном обучении в системе дополнительного педагогического образования: дис... канд. пед. наук: 13.00.08 Теория и методика профессионального образования / М.Н. Мохова. – Москва, 2005. – 155 с.
10. Dunlosky J. Improving students' learning with effective learning techniques: Promising directions from cognitive and educational psychology / J. Dunlosky, K.A. Rawson, E.J. Marsh, M.J. Nathan, D.T. Willingham // *Psych Sci Publ Int* 14(1):4 – 2013. – P. 58. – // CrossRefGoogle Scholar.
11. Momsen J.L. Just the facts? Introductory undergraduate biology courses focus on low-level cognitive skills / J.L. Momsen, T.M. Long, S.A. Wyse, D. Ebert-May // *CBE Life Sci Educ* 9(4) – 2010. – P. 435–440 // Abstract/FREE Full Text.
12. Oakley B. Turning Student Groups into Effective Teams / B. Oakley, R.M. Felder, R. Brent, I. Elhajj // *The Journal of Student Centered Learning*. – Vol. 2. – № 1. – 2004. – P. 9-34 / [www.ncsu.edu/felder-public/Papers/Oakley-paper\(JSCL\).pd](http://www.ncsu.edu/felder-public/Papers/Oakley-paper(JSCL).pd).
13. Prince J.M. Department of Chemical Engineering North Carolina State University Inductive Teaching and Learning Methods: Definitions, Comparisons, and Research Bases / Michael J. Prince, Richard M. Felder // *Journal of Engineering Education*. – April, 2006. – P. 123-139.
14. Ramsden P. Learning to Teach in Higher Education / P. Ramsden. – 2nd ed., London: Taylor and Francis, Inc., 2003.
15. Ruiz-Primo M.A. Impact of undergraduate science course innovations on learning / M.A. Ruiz-Primo, D. Briggs, H. Iverson, R. Talbot, L.A. Shepard // *Science* 331(6022):1269–1270 (2011) // Abstract/FREE Full Text.
16. Slavich G.M. Transformational teaching: Theoretical underpinnings, basic principles, and core methods / G.M. Slavich, P.G. Zimbardo // *Educ Psychol Rev* 24(4):569–608. – 2012 // CrossRefMedlineGoogle Scholar
17. What is team-based learning? Retrieved March 17, 2012 from <http://www.tlcollaborative.org/ABOU T.HTM#1>.