

**ВИКОРИСТАННЯ ВЕБ-РЕСУРСІВ
У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**



Кашуба Віталій¹, Футорний Сергій¹, Дудко Михайло²

¹Національний університет фізичного виховання і спорту України

²Київський національний економічний університет ім. В. Гетьмана

Аннотація

Стаття посвячена актуальним вопросам возможности использования информационных компьютерных технологий (веб-ресурсов и электронного портфолио) в процессе физического воспитания современной студенческой молодежи с целью повышения мотивации и формирования правильного содержания понятия «здоровый образ жизни». Продемонстрированы результаты внедрения информационно-образовательного портала «Здоровый образ жизни» и определены приоритетные направления разработки, а также перспективы применения электронного портфолио в формировании здорового образа жизни современной студенческой молодежи. Представлены результаты всестороннего анализа электронного портфолио как многопланового инструмента современной системы образования с установленными характеристиками его непосредственного применения в сфере информационных технологий.

Ключевые слова: информационные технологии, веб-ресурс, электронный портфолио, здоровый образ жизни, студенты.

Annotation

Article is devoted to topical issues of the possibility of using information and computer technologies (Web resources and electronic portfolio) in the educational process of modern students in order to increase motivation and the formation of the correct the concept of «physical fitness». Show-cased the results of information and educational portal "Physical fitness" and determined priority directions the development, as well as prospects for the application of e-portfolio in the formation of a healthy lifestyle of modern students. The results of comprehensive analysis for the electronic portfolio, as a multifaceted tool of modern education system, with the established characteristics of its direct application, in the sphere of information technologies.

Keywords: information technologies, Web resources, electronic portfolio, healthy lifestyle, students.

Постановка проблеми. Умови існування людства у третьому тисячолітті вимагають якнайшвидшого переходу до нової стратегії розвитку суспільства на основі широкомасштабного використання знань та інформації як стратегічних ресурсів розвитку, а також перспективних інформаційних технологій як основних засобів забезпечення цього розвитку [1, 4]. Інформаційні технології лежать в основі фундаментальних змін, що відбуваються в суспільстві, поступово витісняючи традиційні форми комунікацій. Зростання числа комп'ютерів, що знаходяться в індивідуальному користуванні з одночасним підвищенням їх потужності, розширення та збільшення пропускної спроможності каналів зв'язку, збільшення обсягу інформації, у тому числі, й освітнього характеру, створення програмних продуктів, що полегшують її швидкий пошук і отримання, можливість надання власної інформації, а також різні способи спілкування (електронна пошта, телеконференції, чати тощо), роблять Інтернет важливим фактором інформаційної взаємодії. Поступово до мережі підключаються вищі, студентам надається можливість користуватися вдома і в різних організаціях. Фактично в даний час мережа Інтернет – це реальність, ігнорувати яку вже не можливо.



Як частина реальності, Інтернет інтенсивно впроваджуються в освіту. За даними Є.В. Якушиної [15] у багатьох навчальних посібниках з'являються завдання з використання веб-сторінок в навчальному процесі. Таким чином, в даний час вивчення і використання інформаційних ресурсів Інтернет стає актуальною проблемою вищої освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В наш час можна констатувати, що головна тема дискусій про інформатизацію освіти повністю змістилася від обґрунтування її доцільності до обговорення змістовно-технологічних рішень розробки та впровадження комп'ютерних засобів забезпечення навчального процесу. Результати наукових досліджень [7, 10, 13, 14] засвідчили можливості засобів нових інформаційних технологій у вдосконаленні традиційних форм і методів навчання, у створенні умов для активної інформаційної взаємодії між учасниками освітнього процесу, стимулювання різноманітних видів самостійної діяльності учнів з об'єктами предметного середовища, які реалізовані на основі засобів комп'ютерних технологій і веб-ресурсів.

На думку О.А. Немової [6], одним із напрямків процесу інформатизації сучасного суспільства є інформатизація процесу фізичного виховання.

Інформатизація процесу фізичного виховання ініціює:

- вдосконалення механізмів управління системою фізичного виховання на основі використання автоматизованих баз даних науково-педагогічної інформації, інформаційно-методичних матеріалів, а також комунікаційних мереж;

- вдосконалення методології та стратегії відбору змісту, методів і організаційних форм фізичного виховання, відповідних завданням розвитку особистості студента в сучасних умовах ін-

форматизації суспільства;

- створення методичних систем навчання, орієнтованих на розвиток інтелектуального потенціалу студентів, на формування умінь самостійно здобувати знання, здійснювати інформаційно-навчальну, експериментально-дослідницьку діяльність, різноманітні види самостійної діяльності з обробки інформації;

- створення і використання комп'ютерних тестуючих методик контролю та оцінки рівня знань учнів [11].

Дослідження питання щодо ролі сучасних інформаційних, а останнім часом і комунікаційних технологій у справі вдосконалення та модернізації освітньої системи є актуальним протягом останніх двох десятиліть [3].

Науковцями встановлено, що однією з найбільш ефективних технологій, що вирішують вищезазначені цільові установки модернізації сучасної педагогічної освіти, є технологія веб-портфоліо [1, 3].

Провідні університети світу використовують технологію електронного веб-портфоліо як елемент цілісної системи електронного навчання в умовах відкритого освітнього простору [1, 4].

У сучасних системах освіти багатьох країн світу технологія електронного веб-портфоліо найбільшу значимість набула як спосіб комплексного оцінювання навчальних досягнень студентів і освоєних ними професійних компетенцій [6].

Дослідження виконано згідно Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. 3.7 «Удосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні та реабілітації з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини», номер державної реєстрації 0111U001734.

Мета дослідження – проаналізувати можливість використання веб-ресурсів (для формування

здорового способу життя студентської молоді) як одного з напрямків процесу інформатизації фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Ефективність застосування комп'ютерних технологій в освітньому процесі з фізичного виховання багато в чому визначається специфічними принципами їх використання: 1) принцип інновації, коли спеціальні теоретичні відомості використовуються при вивченні теоретичного розділу «Основи здорового способу життя»; 2) принцип моделювання – використання спеціальних корекційно-профілактичних програм, що дозволяють моделювати навчально-тренувальний процес, з наданням індивідуальних методичних рекомендацій; 3) принцип інформаційного забезпечення – отримання необхідної інформації за допомогою інформаційних комп'ютерних програм [2].

Використання інформаційних технологій дозволяє:

- індивідуалізувати процес фізичного виховання;
- підвищити активність студентів;
- допомагати інтенсифікувати процес фізичного виховання;
- підвищувати мотивацію занять фізичними вправами;
- створювати умови для самостійної роботи;
- сприяти виробленню самооцінки у студентів;
- створювати комфортне середовище в процесі занять фізичними вправами[3].

Отримані результати теоретичного огляду даних наукових розробок і практичних напрямів використання інформаційних технологій в освітньому процесі дозволяють якісно забезпечити студентів інформацією, сформулювати стійкий інтерес і підвищити мотивацію до занять з фізичного виховання. В даному цільовому напрямі запропонована нами до використання технологія веб-



ВЕБ-ПРОЕКТУВАННЯ



Рис. 1. Сторінки освітнього веб-порталу «Здоровий спосіб життя»

ЕЛЕКТРОННИЙ ПОРФОЛІО



Рис. 2. Змістова характеристика електронного веб-портфоліо





Рис. 3. Функціональні значення електронного веб-портфоліо студента

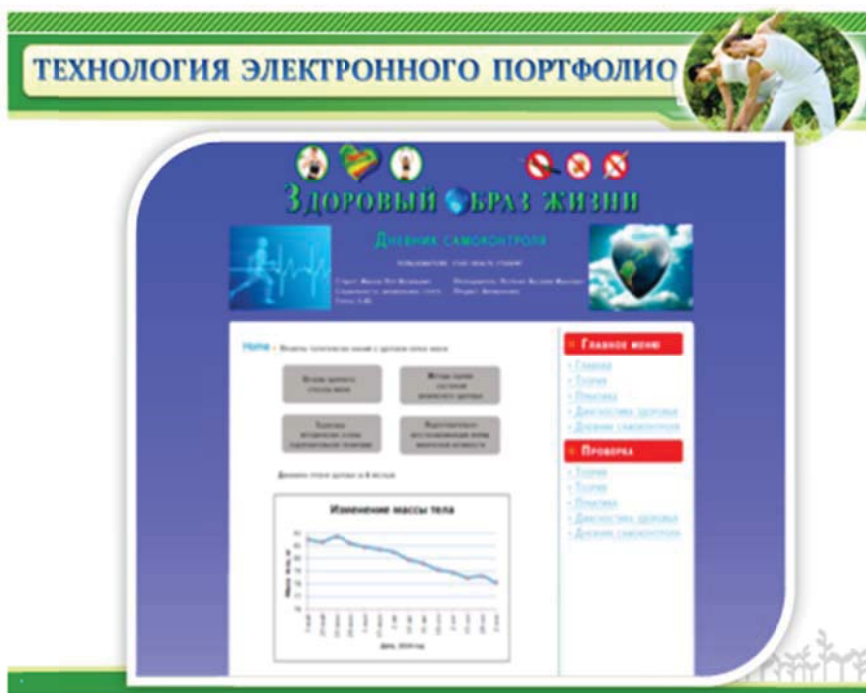


Рис. 4. Розділ електронного портфоліо «Щоденник самоконтролю» освітнього веб-порталу «Здоровий спосіб життя»



проектування допомогла нам визначити механізм її застосування для створення зовнішнього мережевого ресурсу – освітнього веб-порталу «Здоровий спосіб життя» (ЗСЖ), змістом якого стали: систематизовані теоретичні відомості про ЗСЖ, про користь ЗСЖ, його переваги та мотиваційну складову, комплекси фізичних вправ, спрямовані на зміцнення здоров'я [17] (рис. 1).

Сайт складався з таких розділів (сторінок): «Головна»; «Теорія», «Практика», «Діагностика здоров'я».

Сторінка «Головна» містила загальну інформацію про ЗСЖ, представлена в доступній і спеціально сформованій для студентської молоді формі.

У блоці «Теорія» було розглянуто понятійний апарат, представлена інформація про особливості сучасного підходу до формування ЗСЖ і способи боротьби з негативними факторами, що впливають на здоров'я.

Розділ «Практика» містив комплекси фізичних вправ, спрямованих на організацію раціонального відпочинку, відновлення робочого стомлення, профілактику та боротьбу з перевтомою.

Сторінка «Діагностика здоров'я» дозволяла автоматично провести оцінку власного рівня здоров'я згідно з методиками Б.К. Белова, Г.Л. Апанасенка, Р.М. Бавського, В.П. Войтенка; містила рекомендації щодо ведення «Щоденника самоконтролю»; включала комплекс заходів щодо підвищення і зміцнення рівня здоров'я.

Результати сучасних досліджень свідчать про те, що однією з найбільш ефективних технологій, що сприяють модернізації сучасної педагогічної освіти, є технологія веб-портфоліо [5, 9, 12].

Електронний веб-портфоліо – це мережевий ресурс-(сайт), на якому розміщено документи і зразки виконаних робіт, що характеризують результати і досягнення автора. Електронний

портфоліо є своєрідним способом накопичення індивідуальних освітніх, професійних, творчих та особистих досягнень його власника). Сутність електронного портфоліо полягає в тому, щоб надати можливість кожному студенту, педагогу, спеціалісту і навіть структурі (кафедри, факультету, інституту, науковому центру, університету) продемонструвати свій потенціал і досягнення, створити стимул для подальшого зростання і розвитку)[8, 9, 16].

Мережевий електронний портфоліо (рис. 2, 3) сприяє: підвищенню стійкості освітнього процесу та забезпеченню безперервної освіти студента; дозволяє в більш повній мірі реалізувати принципи індивідуалізації та персоналізації навчання; забезпечує стійку мотивацію студентів до розвитку свого особистісного потенціалу, створення ресурсів для підвищення рівня професійної компетентності та конкурентоспроможності; сприяє розвитку академічної мобільності; створенню умови для розширеного впровадження в освітній процес вузів і факультетів фізичної культури технологій електронного навчання; забезпечує відкритість освітньої системи вищого навчального закладу, доступність електронних освітніх ресурсів для студентів.

Нами був розроблений і включений в структуру веб-порталу «Здоровий спосіб життя» електронний веб-портфоліо «Щоденник самоконтролю», в якому зберігалася інформація про самого студента (П.І.Б, група, спеціалізація), його дані, необхідні для розрахунку показників рівня здоров'я, результати моніторингу та оцінки теоретичних знань про ЗСЖ, історія відвідування щоденника самоконтролю, інформація про викладача (рис. 4).

Веб-портфоліо студента «Щоденник самоконтролю» дозволяв:

- вносити інформацію про поточний стан здоров'я;

- автоматично розраховувати показники здоров'я, використовуючи надану інформацію;

- візуалізувати динаміку змін показників рівня здоров'я згідно з використанням різних методик;

- переглядати рекомендації щодо поліпшення стану здоров'я;

- виводити на друк отриману статистику своїх показників.

Певні розділи персонального веб-портфоліо студента мали внутрішні і зовнішні гіперпосилання на розділи власного сайту, на сторінки освітнього порталу, що містили теоретичні відомості про ЗСЖ, а також практичні рекомендації щодо поліпшення стану здоров'я студента.

Використовуючи «Щоденник самоконтролю» студент мав можливість провести самостійний облік знань з теоретичних питань організації ЗСЖ.

Самоконтроль здійснювався за допомогою тестування щодо тем:

1. Основи ЗСЖ способу життя;

2. Методи оцінки стану фізичного здоров'я та фізичної підготовленості для контролю і самоконтролю студентів;

3. Теоретико-методичні основи оздоровчого тренування;

4. Підготовчо-відновлюючі форми фізичної активності в режимі навчальної роботи студентів.

В результаті тестування студент набирав фіксовану кількість балів, яку могло бути представлено в якості оцінки його теоретичних знань.

Отримавши інформацію про динаміку змін свого стану здоров'я, студент мав можливість підібрати, відповідно до отриманих результатів, найбільш ефективний комплекс вправ, відповідний для його способу життя, підвищення або зміцнення рівня власного здоров'я.

Отримані результати проведеної нами дослідної роботи та практичної наукової діяльності дозволили визнати, що веб-портфоліо студента являє собою



кінцевий освітній продукт, що характеризує досягнення студента в сфері знання і формування ЗСЖ.

Висновки. Сучасне фізичне виховання стало невід'ємним елементом способу життя, що істотно впливає на освіту, виховання та здоров'я людини, його положення в суспільстві, життєві позиції, працездатність, комунікабельність, відпочинок, розваги, зняття напруги і профілактику стресів, збільшення тривалості життя. Сучасна система цінностей, мотивації, звички, цілеспрямована поведінка індивідуума стають свого роду ядром реалізації соціальної ідеології в питаннях формування ЗСЖ. У зв'язку з цим одним із принципово важливих моментів є поширення серед студентської молоді знань про важливість ЗСЖ, можливості використання інформаційних технологій і веб-ресурсів, що корегують і зберігають здоров'я. Інформатизація процесу фізичного виховання студентів є при цьому одним з основних напрямків у формуванні їх ЗСЖ.

Як свідчать результати проведених нами досліджень, технологія електронного портфоліо органічно вписується в освітню систему будь-якого рівня. У цьому випадку не мають особливого значення ні наявна матеріально-технічна база (комп'ютерна техніка), ні використовуване програмне забезпечення. Набагато більше значення набуває можливість доступу користувача або власника електронного портфоліо до даних за допомогою сучасних інформаційних технологій.

Мережевий електронний портфоліо як педагогічна технологія сприяє підвищенню стійкості освітнього процесу та забезпеченню безперервної освіти людини. Електронний портфоліо легко переносити з одного робочого середовища в інше, тому ця технологія може бути використана не тільки в освітньому процесі, але й для створення спеці-

ально направлених мотиваційних структур для формування таких необхідних і значущих в житті сучасної студентської молоді понять, як наприклад – «здоровий спосіб життя».

У зв'язку з цим у подальших дослідженнях видається актуальним і необхідним інформатизація процесу фізичного виховання, подальша розробка, удосконалення та поширення серед студентів знань про важливість ЗСЖ, можливості використання технологій, що коригують і зберігають здоров'я на основі використання інформаційних технологій та веб-ресурсів.

Література:

1. Асмолова Л.А. Управление физическим воспитанием студентов на основе современных информационных технологий: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л.А. Асмолова. – Алматы: КАСТ, 2003. – 28 с.
2. Ботя М.В. Электронный учебник – общин принципы и методика построения / М.В. Ботя, М.Р. Сейфетдинов. - Режим доступа: http://iuidusu.ru/index.php?option=com_content&task=view&id.
3. Кашуба В.А. К вопросу использования информационных технологий в процессе физического воспитания студенческой молодежи / В.А. Кашуба, С.М. Футорный, Н.Л. Голованова // Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журн. – Харків: ХДАФК, 2011. – №4, – С. 157-163.
4. Колин К.К. Социальная информатика / Москва: Академический проект, 2003. – 432 с.
5. Кофанова Е.В. Мультимедийные технологии как средство повышения мотивации и заинтересованности студентов-экологов при изучении дисциплин химического цикла / Е.В. Кофанова // Профессиональное

образование в России и за рубежом. – 2013. – №1 (9). – С. 76-82.

6. Немова О.А. Повышение эффективности физического воспитания студентов средних профессиональных образовательных учреждений с использованием информационных технологий: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.А. Немова. – Хабаровск: ДГАФК, 2006. – 24 с.
7. Роберт И.В. Теоретические основы создания и использования средств информатизации образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.02 / И.В. Роберт, Ин-т средств обучения Российской академии образования. – Москва, 1994. – 42 с.
8. Савин С.В. Концептуальные и прикладные аспекты технологизации проектной деятельности в сфере оздоровительной физической культуры / С.В. Савин, О.Н. Степанова // Подготовка педагога по физической культуре в условиях модернизации Российского образования материалы Всероссийской научно-практической конференции : материалы Международ. науч.-практ. конф. – Москва: МГПУ, 2007. – С. 149-156.
9. Смолянинова О.Г. Использование технологии е-портфоліо в системе подготовки педагогических кадров / О.Г. Смолянинова, О.А. Иманова // Перспективные инновации в науке, образовании, производстве и транспорте : материалы Международной научно-практической конференции. – Одесса, 2012. – Вып. 2. – Т. 12. – С. 69-75.
10. Темченко В.А. Организация управления физической культурой и спортом в высшем учебном заведении / В.А. Темченко, В. Л. Бурко, Г.А. Коник // Стратегічне управління розвитком галузі «Фізична культура і спорт»: матеріали II



- регіональної наук.-практич. інтернет-конференції з міжнародною участю, 14 грудня 2013 р. – Х.: ХДАФК, 2014. – С. 16-18.
11. Тугая А.В. Реализация информационных и педагогических технологий в обучении курсантов высших военных учебных заведениях: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.В. Тугая. – Ставрополь: СГУ, 2005. – 24 с.
12. Федоров А.И. Сетевой электронный портфолио в системе подготовки специалистов по физической культуре, спорту и туризму / А.И. Федоров // Олимпийский спорт и спорт для всех : материалы XVIII Межд. науч. конгр. – Алматы : КазАСТ, 2014. – Т. 1. – С 345-349.
13. Храмов В.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: тексты лекций / В.В. Храмов. – Гродно: ГрГУ, 2000. – 80 с.
14. Юрчишин Ю.В. Ефективність експериментальної технології залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості у покращенні показників фізичного стану / Ю.В. Юрчишин, М.В. Дутчак // Педагогіка, психологія та мед.-біол. проблеми фіз. виховання і спорту. – Х.: ХДАДМ, 2012. – № 8. – С. 130-133.
15. Якушина Е.В. Методика обучения работе с информационными ресурсами на основе действующей модели Интернета: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02 / Е.В. Якушина. – М., 2003. – 28 с.
16. Zanetta R.L. Bringing Up Students in the Healthy Lifestyle Multiplier Students Program, São Paulo, Brazil / R.L. Zanetta, M R C. Nobre, I. Lancarotte et al. // Preventing chronic diseases. – São Paulo, Brazil, 2008. – V. 5. – No.3. – P. 1-8.
17. Здоровый образ жизни : [Электронный ресурс] / Режим доступа к сайту : [http : //stud-health.in.ua](http://stud-health.in.ua)

