

ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Вишнякова Н.П. старший преподаватель

Незбудей В.И. старший преподаватель

Смелянец С.В. преподаватель

Казахский национальный университет им. аль-Фараби

Требования времени обуславливают введение инноваций в образовательный процесс студентов, которые выражаются, в первую очередь, введением интерактивных форм обучения. В результате, высшие учебные заведения должны использовать все преимущества интерактивных, инновационных методов обучения, искать нестандартные пути решения поставленных педагогических задач.

В педагогической практике существуют различные подходы к определению методов обучения, которые основаны на степени осознанности восприятия учебного материала: активные, пассивные и интерактивные.

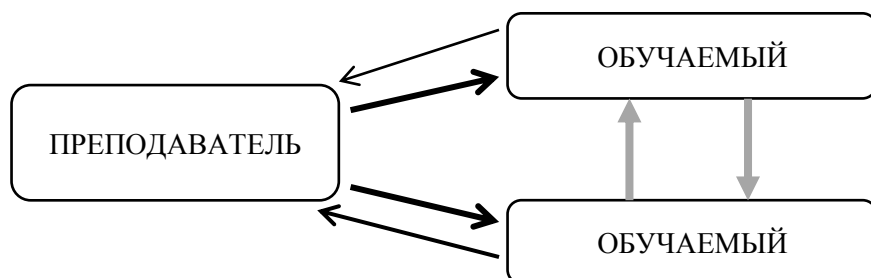
Пассивные - форма взаимодействия обучаемых и преподавателя, в которой преподаватель является основным действующим лицом и управляющим ходом занятия, а обучаемые выступают в роли пассивных слушателей.

Активные - форма взаимодействия обучаемых и преподавателя, при которой все (и преподаватель, и обучаемые) взаимодействуют друг с другом в ходе занятия и студенты здесь не пассивные слушатели, а активные участники занятий. Если при пассивной форме проведения занятий основным действующим лицом был преподаватель, то при активном методе обучения преподаватель и обучаемые находятся на равных правах. Отличительными признаками нестандартных заданий от традиционных являются:

- необычные условия проведения занятий,
- активная демонстрация ранее полученных знаний,
- самостоятельный поиск путей и вариантов решения поставленной задачи,
- творческий подход.

Интерактивное обучение - это специальная форма организации познавательной деятельности. Она подразумевает вполне конкретные и прогнозируемые цели. Одна из таких целей состоит в создании комфортных условий обучения, при которых студент чувствует свою интеллектуальную состоятельность, что, в свою очередь, делает сам процесс обучения более продуктивным.

В отличие от активных методов, интерактивные методы обучения ориентированы на более широкое взаимодействие студентов не только с преподавателем, но и друг с другом и на доминирование активности обучающихся в процессе обучения. Место преподавателя при интерактивных формах проведения сводится к направлению деятельности студентов на достижение основной цели занятия. Важным отличием интерактивных упражнений и заданий от обычных заключается в том, что выполняя их, студенты не только закрепляют уже ранее изученный материал, сколько изучают новый.



Преимущества интерактивных методов обучения очевидны. Организация учебного процесса, фундаментом которого является использование интерактивных методов обучения,

вовлекает в познавательный процесс всех обучаемых, а преподаватель лишь ведет обучаемых к самостоятельному поиску решения. Это означает, то, что каждый студент так или иначе участвует в рабочем процессе, в ходе которого происходит обмен знаниями, идеями, способами деятельности.

Активность преподавателя уступает место активности студентов, его задачей становится создание условий для их инициативы. Преподаватель отказывается от роли своеобразного фильтра, пропускающего через себя учебную информацию, и выполняет функцию помощника в работе, и становится одним из источников информации.

Существуют различные формы интерактивных образовательных технологий:

- работа в малых группах (команде)
- проектная
- case–study
- контекстное обучение
- ролевые и деловые игры
- развитие критического мышления
- проблемное обучение
- индивидуальное обучение
- опережающая самостоятельная работа
- междисциплинарное обучение
- обучение на основе
- информационно-коммуникационные технологии.

Среди эффективных педагогических методик и технологий, способствующих вовлечению студентов в поиск и управление знаниями, приобретению опыта самостоятельного решения разнообразных задач, а также учитывая специфику дисциплины «Физическая культура» наиболее приемлемым интерактивным методом обучения является метод кейсов, а именно тренировочного типа.

Метод case-study или метод конкретных ситуаций является методом активного проблемно-ситуационного анализа, основанного на обучении путем решения конкретных задач – ситуаций (решение кейсов), относится к неигровым имитационным методам обучения [1].

Изучая Типовую программу по дисциплине «Физическая культура» в вузе, нами было определено, что основной целью для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья является - формирование социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности.

Формирование данных компетенций предусматривает решение следующих задач:

1. Уметь использовать средства физического воспитания для профилактики заболеваний и укрепления здоровья.

2. Выполнить комплекс физических упражнений с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Рассмотрим применение метода case-study на конкретном примере.

Тема: Профилактика нарушений осанки и сколиозов средствами физической культуры.

Контингент: студенты 1-2 курсов, имеющие отклонения в состоянии здоровья и распределенные для занятий физическим воспитанием в группу лечебной физической культуры.

Цель: формирование знаний в области профилактики нарушения осанки и сколиозов средствами физической культуры.

Основные задачи:

1. Знакомство студентов с комплексами упражнений, применяемых для профилактики нарушений осанки и сколиозов.

2. Научить анализировать и обосновывать выбор физических упражнений для укрепления мышечного корсета.

Теоретический материал (для самостоятельно изучения): Нарушения осанки и сколиозы, сходства, отличия. Разновидности сколиозов, классификация. Причины возникновения заболевания. Роль физических упражнений в профилактике нарушений осанки и сколиозов. Механизм воздействия физических упражнений на различные мышечные группы. Физические упражнения на мышцы спины, брюшного пресса.

Задание группам: Из предложенных комплексов упражнений студентам необходимо выбрать такие, которые направлены:

- 1 группа - на укрепление мышц спины
- 2 группа - на укрепление мышц брюшного пресса.

Работа с кейсом: За несколько дней студенты узнают тему следующего занятия «Профилактика нарушений осанки и сколиозов», которые будут проводиться в режиме кейс-метода. Так же они получают домашнее задание: самостоятельно найти информацию по данной теме и познакомиться с ней.

В начале выполнения задания студентам дается информация по теме занятия. Студенты делятся на две произвольные группы. Преподаватель по ходу изучения кейса, даёт консультации, объясняет непонятные для студентов упражнения, отвечает на вопросы. На следующем этапе каждой группе необходимо выбрать из предложенного кейса и показать 4-6 упражнений, обосновать свой выбор и объяснить механизм выполнения упражнений. Итоговая часть посвящена подведению итогов выполнения задания. Преподаватель так же обращает внимание на особенности составления индивидуальных комплексов корригирующей гимнастики.

Кейсы могут быть представлены в виде рисунков либо в форме предложенного набора физических упражнений различной направленности (рисунок 1.).

Кейс №1.

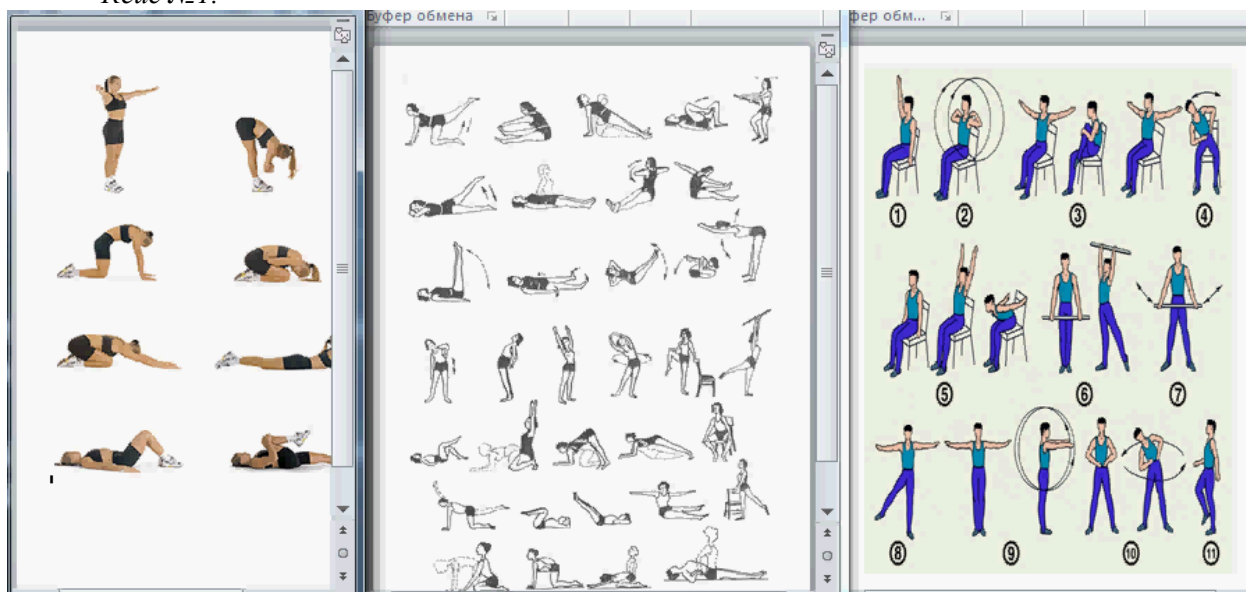


Рисунок 1. Комплексы физических упражнений.

Кейс №2.

1. Исходное положение — стоя спиной к вертикальной плоскости (стена, гимнастическая стенка, дверь), затылок, лопатки, таз и голени касаются ее. Отойти от стенки на 1—3 шага, последовательно расслабить мышцы шеи, плечевого пояса, рук, туловища, а затем снова (но уже в обратном порядке) принять правильную осанку. Подойти к стенке, проверить правильность положения тела.

2. И. п. - то же. Полуприседание и приседание у вертикальной плоскости.

3. И. п. - лежа на животе, руки вдоль тела, ноги прямые, носки оттянуты. Сдвигать подбородком предмет (книгу, палку).

4. И. п. - лежа на спине, руки вдоль тела, ноги прямые. Прогнуться в грудном отделе, опираясь на голову, локти, таз.
5. И. п. - упор на коленях. Поочередно поднять прямую левую руку и правую ногу, затем правую руку и левую ногу.
6. И. п. - стоя спиной к гимнастической стенке, руки прямые, хват за перекладину на уровне таза. Прогнуться в грудном отделе.
7. И. п. - лежа на животе, в вытянутых руках палка. 1-2 - положить палку на лопатки; 3 -4 - исходное положение.
8. И. п. - лежа на животе, ноги зафиксированы, руки в стороны. Приподнять туловище и руки.
9. И. п. - упор на коленях. Согнуть руки в локтях, коснуться подбородком пола.
10. И. п. - стоя, ноги врозь. Прямые руки с мячом поднять вверх и отвести назад. Бросить мяч из-за головы.
11. И. п. - стоя лицом к гимнастической стенке, прямые руки вперед, в руках концы резинового шнура. Счет 1-2 - развести руки в стороны; 3 -4 - руки через стороны вниз.
12. И. п. - лежа на спине, руки на поясе. 1-2 - приподнять грудную клетку и живот - глубокий вдох; 3-4 -5 - опустить грудную клетку и живот - продолжительный выдох.
13. И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища с небольшим отягощением; на 3 счета движения руками вверх, в стороны, в исходное положение.
14. И. п. - лежа поперек гимнастической скамейки, туловище опустить, руки в упоре на полу, ноги закрепить. 1 - 2 - поднять туловище до горизонтального положения, руки в стороны; 3 - 4 - исходное положение.
15. И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1 -2 -3 - приподнять голову, посмотреть на носки ног; 4 - вернуться в исходное положение.
16. И. п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное движение прямыми ногами вверх и вниз (ножницы).

В процессе поиска решений кейса студенты осуществляют трансформацию полученных знаний в практику. Применение трансформативного обучения позволяет педагогу узнать, насколько качественно студенты усваивают предложенную информацию, имеет ли возможность воспользоваться ею спустя некоторое время и применить на практике полученные знания.

Для развития аналитического и творческого мышления студентов, креативности мышления в учебный процесс можно включить *метод ассоциограмм (Mind Mapping)*.

Метод ассоциограмм (диаграмма связей) – это комплексный методический прием обучения, который облегчает интеграцию знаний в познавательные структуры с помощью графического представления и структурирования знаний (ассоциативная карта). Он пригоден в качестве метода, когда речь идет о наглядном структурировании знаний обучающихся: систематизации текстов и понятий, для закрепления и углубления учебного материала.

При составлении ассоциограмм можно использовать рисунки (картинки, фотографии) или ключевые слова.

Рассмотрим применение этого метода на конкретном примере.

Тема: Самоконтроль за состоянием организма в процессе занятий физическими упражнениями.

Цель: Овладеть знаниями и навыками самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом.

Задача: Научить оценке переносимости физических нагрузок по внешним признакам утомления.

Реализацию поставленной цели предлагаем через ассоциограмму, предложенную в виде рисунков (рисунок 2).

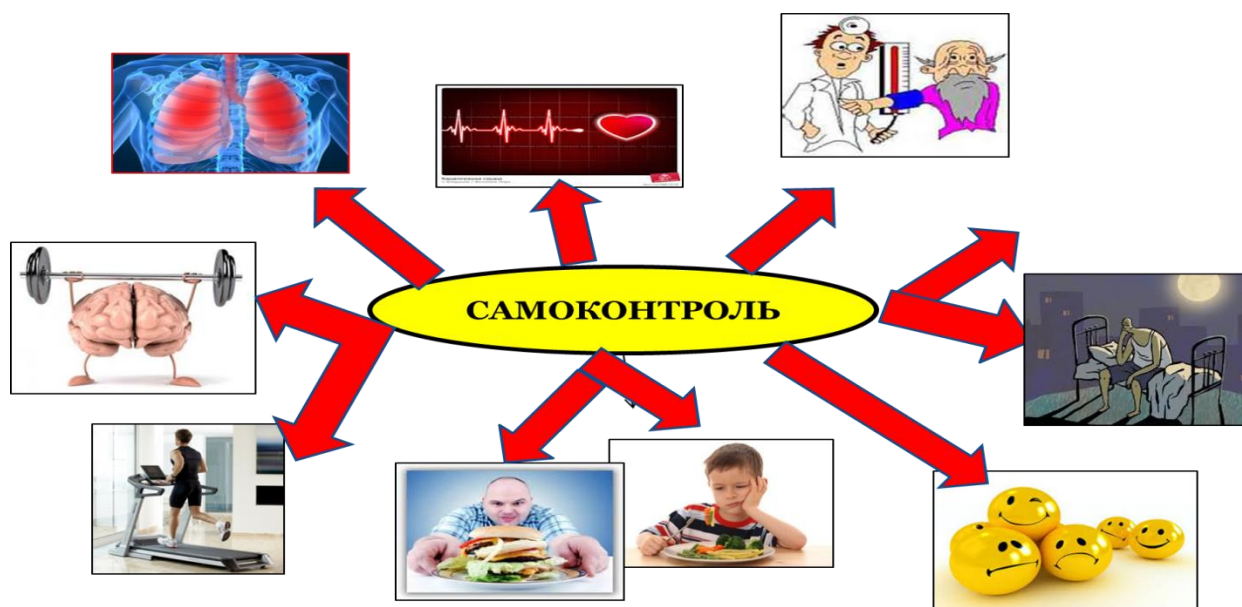


Рисунок 2. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом

При анализе ассоциогаммы наглядно видно, что самоконтроль может быть произведен по объективным и субъективным показателям: частота дыхания, частота сердечных сокращений, артериальное давление, сон, самочувствие, аппетит, работоспособность (умственная и физическая).

Благодаря наглядности необходимая по данной теме информация быстрее обрабатывается и дольше сохраняется в памяти студентов.

Специфика дисциплины «Физическая культура» заключается, прежде всего, в организации двигательной активности студентов, поэтому мы считаем, что нецелесообразно отводить всё занятие работе с «кейсом» либо ассоциогамме. Они могут быть использованы в периоды отдыха в процессе занятий в различных частях урока. Применение этих методов позволяет создать благоприятную эмоциональную обстановку, переключить внимание с одного действия на другое во время проведения занятий, делая образовательный процесс более привлекательным и интересным для студентов.

Внедрение инновационных образовательных технологий в учебный процесс может стать мощным инструментом для улучшения качества обучения, позволяет своевременно внести необходимые коррективы в учебный процесс.

Выводы: Применение методов кейсов и ассоциогамм является простой и понятной технологией при изучении теоретического раздела программы по дисциплине «Физическая культура».

Включение инноваций в учебный процесс позволит повысить мотивацию студентов к занятиям, создаст необходимые условия для саморазвития и самосовершенствования студентов университета, обеспечит комфортные условия обучения, что сделает сам процесс обучения продуктивным.

Литература:

1. Федянин Н., Давиденко В. Чем "кейс" отличается от чемоданчика. Журнал "Обучение за рубежом" - 7, 2000. <http://www.russiclub.ru/show/article.php?id=6492>