

обеспечить учеников такими формами и содержанием внеурочной деятельности, которые полностью отвечают этому возрастному этапу.

В дальнейшем периоде школьной жизни младшего ученика, как правило, набирает силу процесс развития классного коллектива, активно развивается межличностное взаимодействие учащихся друг с другом, что является благоприятным условием для включения коллективной творческой внеурочной деятельности.

Формирование исследовательских умений младших школьников предполагает использовать:

- самостоятельную деятельность под руководством взрослого;
- поисковые, исследовательские, практические методы, связанные с самостоятельным поиском и

открытием школьниками тех или иных истин, способствующие активизации познавательной и исследовательской деятельности.

Таким образом, наиболее эффективными формами внеурочной деятельности могут служить внеурочные занятия, кружки, экскурсии.

Литература:

1. Григорьев, Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. - М.: Просвещение, 2010. - 223 с.
2. Современный словарь по педагогике /сост. Е.С. Рапацевич. - Мн.: Современное слово, 2001. - 925 с.

СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКИ ИНТЕРАКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «НЕТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.

Долматов Алексей Валентинович

*преподаватель, Московская государственная академия физической культуры
140032, РФ, Московская область, г.п. Малаховка, ул. Шоссейная, д.33*

Долматова Тамара Ивановна

*проф., канд. мед. наук Московская государственная академия физической культуры
140032, РФ, Московская область, г.п. Малаховка, ул. Шоссейная, д.33*

Осадченко Ирина Владимировна

доцент, канд. биол.наук. Московская государственная академия физической культуры

DOI: [10.31618/nas.2413-5291.2019.2.44.30](https://doi.org/10.31618/nas.2413-5291.2019.2.44.30)

CONTENT AND METHODS OF INTERACTIVE LEARNING OF THE SUBJECT "NON- TRADITIONAL METHODS OF HEALTH-IMPROVING PHYSICAL CULTURE" IN ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE.

Dolmatov Alexey Valentinovich

*Lecturer, Moscow State Academy of Physical Education
140032, RF, Moscow region, urban settlement Malakhovka, st. Highway, d.33*

Dolmatova Tamara Ivanovna

*Prof., Cand.Med.Science
Moscow State Academy of Physical Culture
140032, RF, Moscow region, urban settlement Malakhovka, st. Highway, d.33*

Osadchenko Irina Vladimirovna

*associate professor biol. science. Moscow State Academy of Physical Culture
140032, RF, Moscow region, urban settlement Malakhovka, st. Highway, d.33*

Аннотация

В данной статье представлен новый взгляд на традиционные восточные технологии физической культуры. В связи с актуальностью данной темы и возрастающим интересом к восточной культуре перед вузами физической культуры ставится вопрос о подготовки преподавателей в вузе.

Abstract

This article presents a new look at the traditional oriental technology of physical culture. In connection with the relevance of this topic and the growing interest in Eastern culture, higher education institutions of physical culture raise the issue of teacher training at the university.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, интерактивный метод преподавания, нетрадиционная оздоровительная физическая культура

Keywords: adaptive physical education, interactive teaching method, non-traditional recreational physical education

ВВЕДЕНИЕ

Основной причиной отставания нашей системы образования является неумение применять знания, полученные при изучении дисциплин. Современная педагогическая наука сформулировала это как неумение нашего высшего образования формировать компетенции у студентов. Модерни-

зация российского образования состоит в его содержательном и структурном обновлении. Основной задачей обучения на современном этапе является формирование ключевых компетенций, необходимых для практической деятельности каждого человека. В своей деятельности современный преподаватель стремится к тому, чтобы учащиеся умели

вступать в диалог и были понятными, свободно владела информационными технологиями, были способны к самоопределению и самообразованию. Основные компетенции рассматриваются, как готовность учащихся использовать усвоенные знания, умения, способы деятельности в реальной жизни для решения практических задач. Приобретение этих компетенций базируется на опыте деятельности учащихся в конкретных ситуациях. Овладение необходимыми компетенциями позволяют человеку быть успешным и востребованным обществом.

В работе преподавателю необходимо использовать приёмы опосредованного педагогического воздействия: диалогические методы общения, совместный поиск истины, развитие через создание воспитывающих ситуаций, разнообразную творческую деятельность. Основные методические инновации связаны сегодня с применением интерактивных методов обучения. В одной китайской притче говорится: «Скажи мне – и я забуду; покажи мне – и я запомню; дай сделать – и я пойму». В этих словах находит свое отражение суть интерактивного обучения.

Интерактивный - означает способность взаимодействовать или находиться в режиме беседы, диалога с кем-либо (человеком) или чем-либо (например), компьютером. Следовательно, интерактивное обучение - это, прежде всего, диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие преподавателя и обучаемого. При использовании интерактивных методов обучаемый становится полноправным участником процесса восприятия, его опыт служит основным источником учебного познания. Преподаватель не даёт готовых знаний, но побуждает обучаемых к самостоятельному поиску. По сравнению с традиционными формами ведения занятий, в интерактивном обучении меняется взаимодействие преподавателя и обучаемого: активность педагога уступает место активности обучаемых, а задачей педагога становится создание условий для их инициативы. Психологами установлено, что в условиях учебного общения наблюдается повышение точности восприятия, увеличивается результативность работы памяти, более интенсивно развиваются такие интеллектуальные и эмоциональные свойства личности, как – устойчивость внимания, умение его распределять; наблюдательность при восприятии; способность анализировать деятельность партнера, видеть его мотивы, цели.

Каковы же преимущества интерактивных методик обучения?

Прежде всего, интерактивные методы:

- пробуждают у учащихся интерес к изучаемому предмету, поощряют активное участие каждого в учебном процессе, учат анализу информации и выработке правильного решения ситуации;
- способствуют эффективному усвоению учебного материала;
- осуществляют обратную связь (ответная реакция аудитории);
- формируют у обучающихся мнения и отношения, опирающиеся на определенные факты;
- формируют профессиональные навыки.

Задачей нашего исследования являлась разработка и экспериментальное подтверждение комплексной методики формирования знаний и умений о нетрадиционных оздоровительных системах в рамках дисциплины «Нетрадиционные методы оздоровительной физической культуры». В программу преподавания данного предмета были внесены восточные методы Йоги, Цигун, Ушу, Тайцзи, а так же западные методы такие как: Холотропное дыхание, методика с петлями TRX и другие оздоровительные методики.

В педагогическом процессе использовались следующие интерактивные методы преподавания: лекция-беседа, тренинг постановки и прояснения целей, лекция-конференция и кейс технологии. Суть использования интерактивных форм проведения занятий состоит в погружении студентов в реальную атмосферу делового сотрудничества по разрешению проблем, оптимальную для выработки навыков и качеств будущего специалиста-инструктора по лечебной физической культуре. Данные многих исследований подтверждают, что использование активных и интерактивных методов обучения является наиболее эффективным путём, способствующим повышению качества подготовки специалиста. Вместе с тем, необходимо помнить, что профессиональная успешность зависит, в том числе, от психического и физического здоровья человека, поэтому использование интерактивных методов особо актуально и в учебном процессе.

В традиционном методе передачи информации от преподавателя студентам по схеме преподаватель – студент, не может быть раскрыт в учебный материал в достаточном объеме и за отведенное учебное время. Наличие этой проблемы привело нас к поиску эффективных методов использования учебного времени для достижения предполагаемого эффекта.

МАТЕРИАЛ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Непосредственно обучение включало 3 этапа

1.этап Информационный блок или предоставление теоретических знаний. Совместно со студентами определялись приоритетные направления практики и теории, а так же их применения в будущей профессиональной деятельности.

2.этап Выработка практических навыков. Учитывая, что любые знания информационного, теоретического плана должны обязательно сочетаться с практическими умениями и навыками, необходимо было их выработать Данный этап тренинга призван способствовать приобретению участниками практического опыта В течении 3 аудиторных занятий по два часа были рассмотрены теория в виде видеофайлов и практическая работа по их первичному освоению в виде методик- кейсов.

3этап. Студенческая конференция. Студентам предлагалось задание: подготовить презентацию по заданной теме.

Цель конференции - формирование ориентации в области - оздоровительной физической культуры, высказывание своей точки зрения, по данной проблеме, развитие коммуникативных навыков.

В своих презентациях- докладов студенты останавливались на наиболее проблемных вопросах, затем проходила дискуссия по теме. По окончании конференции подводились итоги и озвучивались выводы.

В данной работе приняли участия студенты 4 курса АФК, изучающие предмет «Нетрадиционные методики физической культуры». Студенты произвольно были разделены на две группы: контрольную, изучающую предмет по общепринятой методике и экспериментальную с применением интерактивной методик.

Непосредственно перед началом изучения дисциплины студентов знакомили с учебным планом с указанием тем теоретической самоподготовки, и подробным расписанием тематики практических занятий, семинаров и деловых игр. Теоретическая часть учебного материала находилась на общедоступном «облачном» носителе на базе Рунета на ресурсе Яндекс диск. Специально подготовленный и адаптированный учебный материал, снабженный

гиперссылками на термины или концептуальные элементы, изложенный в виде видео или аудио формате. Данный учебный материал предлагался изучить студентам во внеаудиторное время. Предложенный учебный материал доступен к просмотру всех популярных операционных систем, что делает его возможным к изучению в любое удобное для студентов время.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) высшего профессионального образования третьего поколения реализация учебного процесса должна предусматривать проведение занятий в интерактивных и активных формах. Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, определяется главной 50 целью основной образовательной программы (ООП), особенностью контингента обучающихся и содержанием конкретных дисциплин, конкретным ФГОС. В наших занятиях доля интерактива к 2018/2019уч.г. возросла до 60% (рисунок 1).

Доля интерактивных часов в учебном процессе

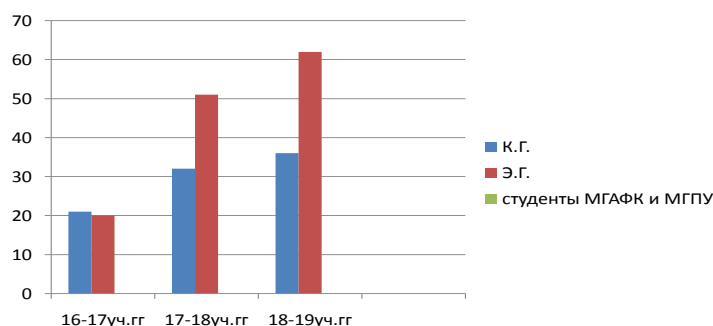


Рисунок 1 - Доля интерактивных часов в учебном процессе (КГ- контрольная группа, ЭГ – экспериментальная группа)

Во время аудиторных занятий, после изучения студентами теоретического материала, проводился семинар-беседа, целью которого являлся обмен информацией по заданной теме между студентами, а также обсуждение с преподавателем возникших вопросов.

Успешному проведению занятий в интерактивной форме способствует правильный выбор его темы, точное разъяснение студентам задач и целей занятия, разумная мотивация студентов [2,6,7].

Практическое занятие мы построили по одному из интерактивных методов «Деловая игра»

Деловая игра. Это основной метод обучения через действие. В деловой игре объединяются все существующие интерактивные методы обучения. При обучении в деловой игре успешно реализуются такие педагогические функции, как: формирование у будущих специалистов представления о профессиональной деятельности в действии; приобретение профессионального и социального опыта, в том числе опыта принятия решений; развитие профес-

сионального теоретического и практического мышления; обеспечение условий проявления профессиональной мотивации [1,5].

К преимуществам образовательного процесса с использованием игровых методик следует отнести:

- возможность соединить широкий охват проблем и глубину их осмысливания («Игра есть наивысшая форма науки», – утверждал А. Эйнштейн);

- большую познавательную активность и вовлеченность студентов, более эффективную обратную связь с преподавателем по сравнению с традиционными формами проведения занятий;

- стимулирование студентов к поиску и анализу дополнительной информации в поддержку собственной точки зрения,

- возможность широкой интерпретации, осмысливания полученных результатов;

- тот факт, что игровой компонент в значительной мере снимает противоречие между абстрактным характером учебного предмета и необходимостью получения конкретных умений и

навыков, реальным характером будущей профессиональной деятельности;

– развитие коммуникативных навыков студентов.

Необходимость игровых форм проведения семинарских занятий диктует и глобальная тенденция массового увлечения молодежи компьютерными видеоиграми.

Практические занятия, как правило, начинались с показа видео-урока и объяснения действий преподавателем. Обучающиеся с самого начала должны иметь представление о том, что он должен знать и уметь воспроизвести действия преподавателя.[3,4] Обычно после наблюдения за действиями, демонстрируемые в видео-курсе виртуозом-практиком, остается лишь смутное представление о технике выполнения. Поэтому нами использовали следующую последовательность формирования умения:

- первый показ действий — образец мультимедийной лекции или демонстрация метода. Он в основном достигает эмоционального эффекта - повышая мотивацию к изучению объекта;

- второй показ — выполнение преподавателем действия в медленном темпе, с разбивкой на элементы, с паузами и пояснениями, что, как, в какой последовательности делать. Цель - добиться понимания студентом изучаемого метода.

- Самостоятельное выполнения студентом элемента. Студент выполняет необходимый элемент несколько раз, цель - получения первичного практического опыта.

- далее студенты, работая парами, тренируются в выполнении изучаемой методики, представляя, что он работает в каком-то оздоровительном учреждении. Одновременно возможна консультация преподавателя.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Перед проведением эксперимента был проведен опрос студентов на тему: «Каким преимущественно образом хотели получать информацию по изучаемому предмету?»

Все данные были получены с применением анкет (рисунок 2).

Предпочтения студентов в получении теоретической информации по предмету НМФК за период 2017-2019 гг.

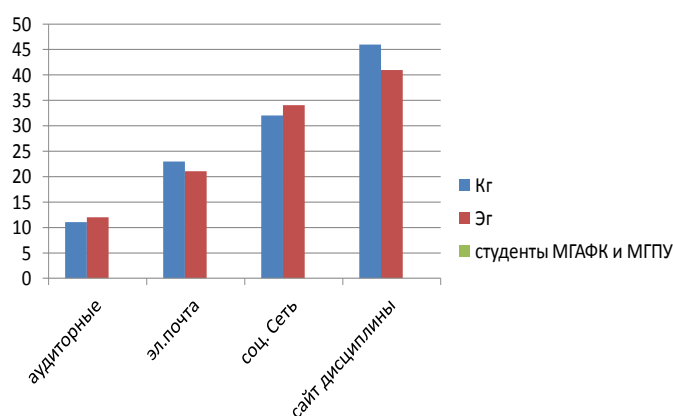


Рис.2 Предпочтения студентов в получении теоретической информации по предмету

Большая часть студентов обеих групп предпочла получать информацию по сайту.

В процессе анализа анкетных данных возникли и вопросы по оптимизации учебного процесса в связи с длительностью курса один семестр 2 часа в неделю.

Для оптимального обучения, при достаточно интенсивном курсе, планируется сконцентрировать учебное время, чтобы не нарушалась целостность полученной информации и, что особенно важно, вырабатывались навыки работы с новыми оздоровительными методиками. Это возможно при, так называемом интенсивном курсе изучения или погружения в предмет, такая методика с успехом применяется в военных и медицинских вузах. При этом предмет занимает в семестре один месяц при условии, что в день занятия продолжаются от четырех до шести часов, т.е.3-4 занятия.

В 2018-2019 учебном году мы проводили эксперимент по погружению в предмет.

В течение 5 недель студенты изучают предмет в количестве 56 часов с последующим зачетом по предмету. Для оценки степени усвоения теоретической части предмета студентам были предложены контрольные вопросы. Оценивали знания три преподавателя кафедры, ведущие специалисты по ЛФК по 10 бальной системе. Контрольная группа в среднем получила $7,2 \pm 1,08$ балла, экспериментальная группа $9,3 \pm 0,8$ балла. Оценка практического умения работы с пациентами оценивалась инструкторами-методистами ЛФК во время клинической практики в лечебных учреждениях. Студенты экспериментальной группы легко и четко выполняли приёмы нетрадиционной оздоровительной физической культуры по показаниям лечащего врача и

наблюдением инструктора ЛФК. Оценка, - составила 10±08 балла. Группа студентов контрольной группы, как отметили инструктора, испытывала некоторую неуверенность и затруднения при выполнении назначенных методик. Оценка составила – 7,08±0,98 балла.

ВЫВОД

Применение интерактивных методик преподавания дисциплины «Нетрадиционные методики оздоровительной физической культуры» показало:

- у студентов существенно повысилась самооценка и уверенность при общении с пациентами;
- активное усвоение учебного материала;
- каждая, изучаемая методика отрабатывается не только теоретически, но и студенты получают достаточно четкие практические навыки;
- интерактивный метод «деловая игра» позволяет приобрести деловые навыки и возможность ориентироваться в современных оздоровительных методиках за сравнительно короткое учебное время;
- знания и умения, полученные при обучении, дадут возможность выпускникам вуза более широкого применения нетрадиционных оздоровительных методик в своей профессиональной деятельности.

Литература

1. Григорьев И.В. Использование интерактивных методов в преподавании учебной дисциплины «Право государственной и муниципальной службы» // Материалы межвузовской учебно-методической конференции (Екатеринбург, 19–20 апреля, 2013 г.). - Екатеринбург: Изд. дом Уральской государственной юридической академии, 2013. – С.117-123. 54
2. Воронин Б.А., Воронина Я.В., Современные образовательные технологии вузе / Б.А.Воронин, Я.В. Воронина// URL.:http://aon.urgau.ru/uploads/article/pdf_attachment/.pdf.
3. Долматов А.В., Осадченко И.В. Формирование знаний и умений у студентов АФК при изучении «Нетрадиционных оздоровительных методик физической культуры»./А.В.Долматов, И.В.Осадченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта -СПб., -2018.-№11 (165).-С.81-86
4. Долматова Т.И., Долматов А.В.. Современные методы преподавания «Нетрадиционных методов оздоровительной физической культуры» в

адаптивной физической культуре /Т.И.Долматова, А.И. Долматов // Мультидисциплинарный научный журнал «АРХИВАРИУС» . Сборник научных публикаций . XXXXI международная научно-практическая конференция «Наука в современном мире» (20 апреля 2019г.) www.archivarius.org.ua - С53-60.г.Киев.(Украина)

5. ФГОС ВПО по направлению подготовки 050100 Педагогическое образование. Утвержден приказом МОиН РФ от 22 декабря 2009 г., №788.

6. Петков В.А., Чувилова Н.А. Педагогическое сопровождение самоопределения студентов в физкультурно-спортивной деятельности /В.А.Петков, Н.А.Чувилова //Педагогическое образование и наука.2012.№9.С31-36.

References

1. Grigoriev I.V. Using interactive methods in teaching the discipline "The right of state and municipal service" // Proceedings of the inter-university educational and methodical conference (Ekaterinburg, April 19–20, 2013). - Ekaterinburg: Izd. House of the Ural State Law Academy, 2013. - P.117-123. 54(In Russian)
2. Voronin B.A., Voronina Ya.V., Modern Educational Technologies of the University / B.A.Voronin, Ya.V. Voronin // URL.:http://aon.urgau.ru/uploads/article/pdf_attachment/.pdf. (In Russian)
3. Dolmatov A.V., Osadchenko I.V. Formation of knowledge and skills of AFC students in the study of "Non-traditional health-improving methods of physical culture". / A.V. Dolmatov, I.V.Osadchenko // Uchenye zapiski PF University. Lesgafta -SPb., -2018.-№11 (165) .- P.81-86.(In Russian)
4. Dolmatova TI, Dolmatov AV Dolmatov // Multidisciplinary scientific journal "Archive". Collection of scientific publications. XXXXI International Scientific and Practical Conference "Science in the Modern World" (April 20, 2019) www.archivarius.org.ua - C53-60.Kiev.(Ukraine)
5. GEF VPO in the direction of training 050100 Pedagogical education. Approved by the order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation of December 22, 2009, No. 788. (In Russian)
6. Petkov V.A., Chuvilova N.A. Pedagogical support of self-determination of students in physical culture and sports activities / V.A.Petkov, N.A. Chuvilova // Pedagogical education and science. 2012. № 9.C31-36. (In Russian)