
ПРО НЕОБХІДНІСТЬ ПЕДАГОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

УДК 371.711

Воронов В. М. (Voronov V. M.), Данильчук І. П. (Danilchuk I. P.)

Національний університет кораблебудування ім. адмірала С.О. Макарова

Проаналізовано основні методи педагогічного контролю. Проведено контроль фізичного розвитку студентів першого курсу. Виявлено значне зниження функціональних фізичних якостей і стану здоров'я. Запропоновано більш широке використання оперативного контролю.

Ключові слова: оперативний, терміновий, динаміка, ефект, аналіз, ступінь впливу.

The basic methods of pedagogical control are analysed. Control of physical development of students of the first course is conducted. Found out the considerable decline of functional physical qualities and state of health. More more wide use of operative control is offered.

Key words: operative, urgent, dynamics, effect, analysis, degree of influence.

В сучасних умовах соціально-економічної, екологічної та демографічної кризи, спостерігається зниження рівня фізичного здоров'я населення України, особливо дітей. Результати комплексних медичних обстежень, які були проведені по різних регіонах України, свідчать про високу патологічну ураженість дітей дошкільного віку – тільки 10% з них визначені здоровими. (Г.Л. Апанасенко, 1992; Т.Ю. Круцевич, 2005).

Внаслідок низького рівня медичного забезпечення спеціалісти з ФВС не мають можливості враховувати деякі невідомі ознаки фізичних відхилень у стані здоров'я студентів, а відповідно аналізувати і враховувати їх готовність до фізичних навантажень.

Тому метою нашого педагогічного дослідження були студенти які вступили на перший курс університету.

Застосовуючи традиційні методи прогнозування і контролю як педагогічне спостереження, опитування, прийом контрольних нормативів, контрольні перевірки, а також нескладні медичні методи (вимірювання життєвої ємкості легенів, маси тіла, станової сили та ін.), хронометраж заняття, визначення динаміки фізичного навантаження по ЧСС.

Проводячи візуальне педагогічне спостереження в першу чергу звертали увагу на мотивацію студентів до занять, зовнішні ознаки, колір шкіри, ступінь потовідділення, вираз обличчя, характер і частоту дихання, координацію рухів та уважність. Визначали швидкість і чітке виконання команд і завдань, зовнішній вигляд, вираження скарг на почуття втоми.

Для визначення термінового тренувального ефекту в рамках одного учбового заняття був обраний метод оперативного контролю.

Дані оперативного контролю дозволяють оперативно регулювати динаміку навантаження на заняттях [1].

Вивчення термінового тренувального ефекту переслідує дві головні мети:

1) аналіз зони інтенсивності, в якому виконувалась робота на даному тренувальному занятті і його окремих етапах, на основі чого робиться висновок про відповідність застосовуваних навантажень педагогічному завданню;

2) відповідність рівня навантажень функціональним можливостям, тих хто тренується. [2].

Відповідно до чотирьох ступенів впливу фізичних навантажень (Стогова Л.І., 1986), незначного, помірно значного, значного і максимального, проведений порівняльний аналіз функціональних показників в першокурсників. В результаті виявлено, що у 80% студентів тип реакцій значно відрізняється від науково-обґрунтованих норм, спостерігається зсув на зниження за всіма ступенями на один рівень. Відповідно максимальний ступінь навантажень можна вважати недосяжним.

Результати проведеного педагогічного контролю вказують на знижені функціональні можливості організму, які виникли в результаті відхилень у стані здоров'я або в недостатній підготовленості до виконання такого рівня навантажень. Такі показники викликають додаткові ризики під час проведення

занять з фізичного виховання, змушують більш обережно проводити пошук нових форм і методів контролю, розширювати коло контрольних попереджувальних заходів у визначенні нових ознак в стані почуття тих хто займається.

Застосовуючи основні традиційні методи, необхідно пам'ятати про додаткові температуру, вологість повітря, раціональність одягу, стан атмосферного тиску, кількість споживаємої рідини [3].

Використовуючи метод опитування мали можливість отримати додаткову інформацію про стан тих хто займається, на основі даних їх особистого самопочуття до, під час та після заняття (про біль у м'язах, суглобах та ін.), про їх намагання та бажання [4]. Звертали увагу і не відхиляли суб'єктивні почуття, такі як бажання тренуватися, визначення особистої працездатності, психологічного стану – це результат фізіологічних процесів в організмі, з ним необхідно рахуватися. В той же час пам'ятати що вони не завжди відображують істинні можливості організму.

Першорядною педагогічною роботою повинно бути навчання студентів методу самоконтролю, який дає хоча і узагальнений але достатньо інформативний ресурс аналізу фізичного стану.

Для забезпечення оперативності надходження інформації ведуться інтенсивні пошуки у розробці експрес-діагностики в спортивній медицині (Дібнер Р.Д., 1995 Душанін І.А., 1996). Головним питанням яке вирішується, відповідність фізичних навантажень функціональному станові.

Підсумовуючи результати проведеного педагогічного контролю визначено зниження функціональних фізичних можливостей студентів першого курсу, що вимагає більш детального комплексного вивчення та перегляду деяких положень нормативної бази.

Запропоновано більш детальне використання оперативного педагогічного контролю. Приведені методи контролю не вичерпують увесь арсенал заходів, а тільки доповнюють. Надану інформацію можна використовувати для поліпшення керівництва навчальним процесом на заняттях з фізичного виховання.

Література:

1. *Платонов В.Н.* "Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте", Киев, Олимпийская литература, 1997 г. – с. 428 – 430.
2. *Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.* "Теория и методика физического воспитания и спорта", Москва: издательство центр "Академия", 2001 г. – с. 154 – 157.
3. *Тихвинский С.Б., Хрущев С.В.* "Детская спортивная медицина", Москва: издательство "Медицина", 1991 г. – с. 371 – 380.
4. *Озолин Н.Г.* "Путь к успеху", Москва: издательство "Физкультура и спорт", 1995 г. – с. 89 – 92.