

Список використаних джерел:

1. Змагально-ігровий метод у системі фізичного виховання студентів: навч. посіб. / В. М. Войнов, Л. П. Ярославська, П. О. Кандиба, В. В. Щириця. – Черкаси: Черкас. держ. технол. ун-т, 2011. – 299 с.
2. Махов В. Я. Теорія і методика навчання рухливих і спортивних ігор / В. Я. Махов. – К.: ІЗМН, 1996. – 160 с.
3. Твердохліб Ж. О. Рухливі ігри для сучасної школи: метод. матер. / Ж. О. Твердохліб, Л. І. Погребенник. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – 62 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: у 2 т. / [за ред. Т. Ю. Круцевич] – К.: Олімпійська література, 2008. – 758 с.
5. 1014 рухливих ігор та естафет у загальній системі фізичного виховання: навч. посіб. / В. М. Войнов, С. В. Войнов, П. О. Кандиба, С. О. Коваленко, В. В. Щириця; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. ун-т. – Черкаси: ЧДТУ, 2014. – 420 с.

Лукачина А.В.

старший викладач,

Національний технічний університет України

«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»

**НЕЛІНІЙНА ПЕДАГОГІКА У ВИКЛАДАННІ ТЕНІСУ
ЯК ДИСЦИПЛІНИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
У ВНЗ НЕСПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ**

Викладання тенісу в рамках курсу фізичного виховання у ВНЗ неспортивного профілю має особливості, які обумовлені, у першу чергу, метою курсу – набуття навичок здорового способу життя та підтримання рухової активності на належному рівні, а також логістичними обмеженнями – великою кількістю студентів у групах та обмеженою кількістю кортів. Ці особливості ставлять перед викладачем завдання постійної оптимізації навчального процесу, у тому числі й з використанням новітніх методик, які постійно з'являються у цій сфері.

Нелінійна педагогіка являє собою новий напрямок у підходах до організації навчального процесу, який дає можливість урізноманітнювати заняття з фізвиховання та надає можливість максимально враховувати індивідуальні особливості студента при навчанні його спортивним прийомам і навичкам, у даному випадку – навичкам гри в теніс.

Методи нелінійної педагогіки мало використовуються викладачами вітчизняних ВНЗ, а дослідження ефективності використання нелінійної педагогіки у викладанні фізичного виховання в Україні, практично, відсутні. Цю тему активно розробляють Чоу [1], Девід, Баттон, Шаттлуорт і ін. [2]. У 2014 році Міріам Чан Йі Лі і ін. [3] було опубліковано результати порівняльного дослідження, проведеного у групах дітей-тенісистів, яких навчали основному удару справа способами традиційної лінійної педагогіки (ЛП) і нелінійної педагогіки (НП). Висновки свідчать про те, що застосування НП має суттєві переваги, хоча автори і зазначають, що ця методика потребує подальшого вивчення з урахуванням реалій тренувань (великої наповненості

груп, обмеженої кількості кортів і ін). Основні принципи нелінійної педагогіки з доданими власними спостереженнями, публікував також Реншоу [4].

Відомо, що тренерами та викладачами традиційно використовується лінійний підхід до навчання. Тобто, вважається, що для досягнення результату (наприклад, у грі), існують деякі технічні зразки виконання дій, які допомагають його досягти. Тому викладачі використовують прийом візуальної демонстрації, практикують вправи на повторювання і добиваються відповідності рухів студентів певному зразку. Чим більше виконання студентом заданого руху відповідає продемонстрованому зразку, тим більше підготовленим він вважається для гри. Викладач вважає розвиток навичок лінійним, з поступовим покращенням техніки виконання.

Цю точку зору, правда, не підтримують прихильники так званої теорії динамічних систем (ТДС), які стверджують, що процес навчання не є безперервним лінійним процесом зміни поведінкових навичок, для нього характерні переривання у часі. І тому тих, хто навчається спортивній грі, треба сприймати як нелінійні динамічні багатокомпонентні системи, що весь час взаємодіють та самоорганізуються у процесі відтворення «зразкового» руху. Рухова поведінка, спрямована на досягнення цілі, формується взаємодією основних трьох компонентів: самого виконавця, його завдання та обмежень, що накладаються оточенням та ігровою ситуацією (рис. 1).

У цьому відмінність нелінійної педагогіки від лінійної: зменшено роль «основного контролера», тобто, викладача, який визначає – яким саме чином повинен студент досягнути поставленої цілі. Чоу та ін. [1] були першими, хто запропонував термін «нелінійна педагогіка» для того, щоб викладачі-практики могли скористатися напрацюваннями новітніх теоретичних знахідок.

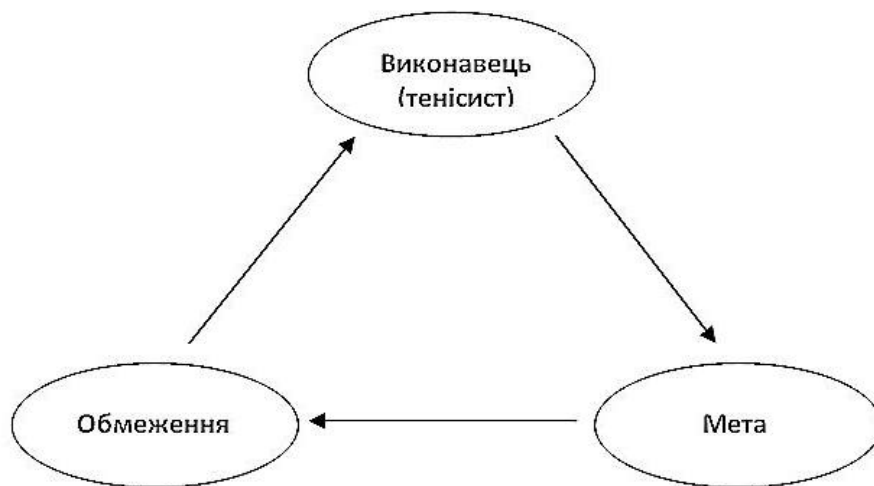


Рис. 1. Спрощена схема основних компонентів нелінійної педагогіки при навчанні грі в теніс

В чому ж основна відмінність НП при навчанні основним навичкам в ігрових видах спорту? Цей підхід передбачає перенесення викладачем акценту з навчання способам виконання руху на мету цього руху: тобто, викладач первинним своїм завданням вважає пояснення того, «що» треба зробити, і надати студенту свободу у способі досягнення поставленого завдання (у разі ЛП викладач багато уваги приділяє тому, «як» робиться рух, застосовуючи

багаторазові повтори, і не прив'язуючи на початкових стадіях «зразковий» рух до мети).

Особливістю НП є те, що викладач із самого початку навчання маніпулює обмеженнями та завданнями, ставлячи студента у ситуацію гри. Маніпуляція обмеженнями дає можливість ставити спочатку спрощені завдання та завдання, які відповідають рівню підготовки тенісиста з поступовим ускладненням.

Автором та його колегами використовується традиційний спосіб навчання студентів груп тенісу основним навичкам, тобто, на заняттях реалізується модель ЛН: демонстрація руху – перевірка засвоєння – багатократне повторювання з наступним контролем викладачем правильності виконання стандартних рухів. Після здобуття навички відповідного рівня студенту надається можливість спробувати сили на корті. В умовах навчання гри в теніс, яка для студентів КПП є видом фізичної активності, цей підхід цілком себе виправдовує, що підтверджується рівнем гри студентів після двох років навчання у групі. Але, слід визнати, що лінійна педагогіка в умовах груп з високою наповненістю не дає можливості викладачеві приділяти достатньо уваги індивідуальним особливостям студентів та керувати розвитком навичок кожного тенісиста окремо.

Для того, щоб визначити доцільність використання НП в навчальному процесі, автор проаналізував можливості використання методів НП при навчанні студентів тенісистів початкового рівня основним прийомам тенісних рухів: ударів справа та зліва. Розглядався вплив різних видів маніпуляції на хід навчального процесу. Метою було оцінкове визначення ефективності застосування прийомів НП при навчанні гри у теніс.

А. Маніпуляція обмеженнями.

Використовувалися наступні обмеження – просторові, часові, кількісні та силові. Як просторове обмеження для початківців застосовувалося обмеження корту полями подачі з одночасним обмеженням силового зусилля при виконанні ударів як справа, так і зліва. Потім надавалася можливість гри на весь корт, включно з «коридорами». Кількісні обмеження було застосовано у вигляді можливості використати всього три м'яча, після чого звільнити корт для інших гравців, і т.п. При цьому студентам ставилося конкретне завдання, при формулюванні якого також використовувалась маніпуляція. Обмежувалася також сила удару з поступовим її нарощуванням.

В. Маніпуляція завданням.

Варіативність маніпуляцій завданням була досить широкою. Враховуючи рівень підготовки студентів, першим завданням була вимога перебити м'яч через сітку на певній висоті над нею. Проводилася демонстрація траєкторій м'яча для різної висоти польоту м'яча над сіткою, але підкреслювалася сама мета – попадання у межі корту, а не спосіб виконання удару. Наступним завданням була вимога попадання відбитого м'яча у певну частину корту, або концентрація на роботі ніг тощо.

Для визначення ефективності застосування методів нелінійної педагогіки при навчанні гри у теніс студентів груп фізвиховання необхідно проведення системних досліджень. На даний момент, на основі простого спостереження реакції студентів на зміну звичного підходу до освоєння навичок гри, можна сказати, що НП дозволяє уникнути монотонності у повторенні вправ, сприяє

посиленню позитивного емоційного фону занять та підвищує інтерес студентів до занять.

Список використаних джерел:

1. Chow J.Y. Nonlinear Learning Underpinning Pedagogy: Evidence, Challenges, and Implications / PLoS. – 2013. – № 65. – P. 469–484.
2. Chow J.Y. The role of Nonlinear Pedagogy in Physical Education. / J.Y. Chow, K. Davids, C. Button, R. Shuttleworth, I. Renshaw et al. / Review of Educational Research. –2007. – № 77. – P. 251–278.
3. Lee M.C.Y. Nonlinear Pedagogy: An Effective Approach to Cater for Individual Differences in Learning a Sports Skill / M.C.Y. Lee, J.Y. Chow, J. Komar, C.W.K. Tan, C. Button C. / PLoS ONE. – 2014. – № 9(8).
4. Renshaw I. A constraints-led perspective to understanding skill acquisition and game play: a basis for integration of motor learning theory and physical education praxis? / I. Renshaw / Physical Education and Sport Pedagogy. – 2010. – № 15. – P. 117–137.

Матусевич А.М.

старший викладач;

Фрайхоф С.І.

старший викладач;

Кандиба П.О.

старший викладач,

Черкаський державний політехнічний університет

РАЦІОНАЛЬНА РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК ФАКТОР ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ТА ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ

У різні вікові періоди життя людини змінюється його рухова активність. Її рівень і потреба в ній індивідуальні і залежать від багатьох факторів: фізіологічних, соціально-економічних і культурних. Реалізація біологічної потреби в русі в дитячому віці визначає нормальний ріст і життєдіяльність організму, найбільш повне використання його генетичного фонду для розвитку функціональних здібностей і пристосувальних механізмів. Потреба в русі залишається високою до періоду закінчення розвитку організму, а потім починає поступово зменшуватися. Протягом життя у дорослих людей рухова активність сприяє нормальному функціонуванню організму. Рівень рухової активності дорослої людини залежить від умов життя. Для кожного індивідуума характерний генетично обумовлений діапазон цього рівня, необхідний для нормального функціонування і збереження здоров'я [4].

Рівень рухової активності може бути мінімальними, максимальним і оптимальним. Мінімальний рівень дозволяє підтримувати нормальний функціональний стан організму; при оптимальному досягається найбільш високий рівень функціональних можливостей і життєдіяльності організму; максимальні межі визначають надмірні навантаження, які можуть призвести до перевтомлення, перетренування, різкого зниження працездатності. Рівень звичної рухової