

УДК 378.016:[378.093.5:796.03]:37.018.43
DOI <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-4-10>

ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ» В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Пономарьов В. О.

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри фізичної культури і спорту
Запорізький національний університет
вул. Університетська, 66, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0000-0001-7289-1007
cach02061977@gmail.com*

Петров В. О.

*старший викладач кафедри фізичної культури і спорту
Запорізький національний університет
вул. Університетська, 66, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0009-0007-8619-6356
vasylpetrov1960@gmail.com*

Лісенчук Г. А.

*доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
професор кафедри теорії і методики фізичної культури
Миколаївський національний університет імені В. О. Сухомлинського
вул. Нікольська, 24, Миколаїв, Україна
orcid.org/0000-0002-7788-9050
gennadii.lisa@gmail.com*

Ключові слова: *підготовка спортсменів, факультет фізичного виховання, навчальна дисципліна, особливості викладання, методичне забезпечення, інформаційні технології.*

У статті висвітлено питання особливостей використання нових інформаційних технологій у процесі викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» для професійної підготовки майбутніх тренерів в умовах дистанційного навчання. Визначено основні завдання та напрями щодо використання сучасних інформаційних засобів для як найкращого засвоєння матеріалу з дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів». Установлено, що використання саме таких інформаційних технологій у повному обсязі дасть можливість значно покращити викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» в умовах дистанційного навчання.

Дисципліна «Загальна теорія підготовки спортсменів» як одна зі складових частин базової освіти, спрямована, перш за все, на формування професійних знань та вмінь здобувачів вищої освіти, удосконалення теоретичної і практичної підготовки майбутніх фахівців, забезпечення можливостей для подальшого вдосконалення професійних знань, самореалізації у майбутній професійній діяльності.

На основі аналізу сучасного науково-теоретичного і методологічного підходу визначено певні чинники, що впливають на особливості дистанційного викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» в умовах дистанційного навчання. Ці чинники можна поділити на об'єктивні і суб'єктивні.

Проблематикою викладання теоретичних дисциплін на факультетах фізичного виховання займаються багато сучасних вчених, зокрема:

В.І. Бобрицька, І.В. Кривенцова, О.С. Попрошаєв, О.Ю. Чумаков та багато інших [2–5].

Головні особливості викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів»: надання студентам знань із теоретичними засадами підготовки спортсменів; формування в них уявлення про основні етапи і періоди підготовки та оптимальне застосування навантажень протягом багаторічного тренування; забезпечення фундаментального рівня професійної підготовленості тренерів.

Обґрунтовано педагогічні умови, які дадуть їм змогу успішно працювати тренерами в різних ланках системи фізичного виховання; надання знань про основні закономірності змагальної діяльності; формування умінь самостійно приймати рішення про вибір найбільш ефективних засобів і методів спортивного тренування.

FEATURES OF THE TEACHING OF THE EDUCATIONAL DISCIPLINE «GENERAL THEORY OF ATHLETE TRAINING» IN THE CONDITIONS OF DISTANCE EDUCATION

Ponomaryov V. O.

*Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor at the Department of Physical Culture and Sports
Zaporizhzhia National University
Universytetska str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0001-7289-1007
cach02061977@gmail.com*

Petrov V. O.

*Senior Lecturer at the Department of Physical Culture and Sports
Zaporizhzhya National University
Universytetska str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0009-0007-8619-6356
vasylpetrov1960@gmail.com*

Lisenchuk H. A.

*Doctor of Sciences in Physical Education and Sports, Professor,
Professor at the Department of Theory and Methods of Physical Culture
V. O. Sukhomlynskyi Mykolaiv National University
Nikolska str., 24, Mykolaiv, Ukraine
orcid.org/0000-0002-7788-9050
gennadii.lisa@gmail.com*

Key words: *training of athletes, faculty of physical education, academic discipline, peculiarities of teaching, methodological support, information technologists.*

The article highlights the issue of using new information technologies in the process of teaching the educational discipline «General theory of training athletes» for the professional training of future coaches in distance learning conditions. The main tasks and directions regarding the use of modern information tools for the best assimilation of the material from the discipline «General theory of training athletes» are defined. It has been established that the full use of such information technologies will make it possible to significantly improve the teaching of the academic discipline «General theory of training athletes» in distance learning conditions.

The discipline «General theory of training athletes», as one of the components of basic education, is aimed, first of all, at the formation of professional knowledge and skills of students of higher education, improvement of theoretical and practical training of future specialists, provision of opportunities for further improvement of professional knowledge, self-realization in the future professional activity.

Based on the analysis of the modern scientific-theoretical and methodological approach, certain factors affecting the features of remote teaching of the educational discipline «General theory of training athletes» in the conditions of distance learning have been determined. These factors can be divided into objective and subjective.

Many modern scientists deal with the problems of teaching theoretical disciplines at the faculties of physical education, in particular: V.I. Bobrytska, I.V. Kriventsova, O.S. Poproshaevev, O.Yu. Chumakov. and many others [2–5]. The main features of teaching the academic discipline «General theory of training athletes»: providing students with knowledge of the theoretical foundations of training athletes; forming in them an idea of the main stages and periods of preparation and the optimal application of loads during long-term training; ensuring the fundamental level of professional training of trainers.

Pedagogical conditions that will allow them to successfully work as trainers in various parts of the physical education system are substantiated; providing knowledge about the main regularities of competitive activity; formation of skills to independently make decisions about choosing the most effective means and methods of sports training.

Постановка проблеми. Останнім часом в Україні з'явилися нові виклики, які були пов'язані з пандемією та військовою агресією, що посирили цей вплив, обмеживши повноцінне професійне викладання дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів». Дистанційне навчання та пов'язані з ним незручності ускладнюють проведення освітнього процесу в цілому та окремої дисципліни зокрема.

Проблема викладання навчальних дисциплін теоретичного спрямування, зокрема «Загальна теорія підготовки спортсменів», на дистанційній основі полягає у тому, що теорія і методика професійної освіти розглядає питання професійного навчання на факультеті фізичного виховання як із погляду виявлення особливостей організації та змісту навчально-виховного процесу, так і з урахуванням потреб студентів та ринку праці, суспільства і держави у професійних кадрах.

Галузь дослідження особливостей викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» на дистанційній основі необхідно розглядати з урахуванням змісту підготовки фахівців у вищих навчальних закладах, гуманізації професійної освіти, формування професійного світогляду, а також відбору та структурування змісту професійної освіти [1].

На факультеті фізичного виховання викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» спрямоване на здійснення навчальних і розвиваючих функцій загаль-

ної підготовки у цілеспрямованому педагогічному процесі фізичного виховання студентської молоді, який, своєю чергою, спирається на основні загальнодидактичні принципи.

Основним завданням вивчення дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» є засвоєння студентами комплексу знань, що дасть змогу проводити тренування на високому професійному рівні з різних видів спорту в дитячо-юнацьких спортивних школах, секціях, спортивних клубах.

Саме тому для вирішення завдань викладання дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» були впроваджені нові інформаційні технології, які допомогли вирішити завдання розвитку загальних теоретичних компетентностей майбутнього тренера. Актуалізація формування цих компетентностей має здійснюватися через удосконалення змісту, форм та методів навчання; впровадження інформаційних технологій; сучасного навчально-методичного забезпечення. Особливого підходу до вирішення цього завдання потребує ситуація професійної підготовки майбутніх фахівців в умовах дистанційного навчання [2; 3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особливостям дистанційного викладання теоретичних дисциплін в умовах дистанційного навчання присвячено роботи багатьох учених, але, незважаючи на велику кількість досліджень, ця проблема залишається дуже актуальною і потребує конкретних рекомендацій для корекції та вдосконалення навчального процесу.

Об'єктивними компонентами, що впливають на особливості викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» в умовах дистанційного навчання, є: нормативно-методичний, який визначається стандартом вищої освіти і навчальним планом; пасивний навчально-методичний, який визначається освітньою програмою; активний навчально-методичний, що складається в результаті застосування викладачем конкретних освітніх технологій; об'єктивний кваліфікаційний, що відображає об'єктивні професійно-кваліфікаційні характеристики викладачів; організаційний – конкретні характеристики розкладу навчальних занять, місце в ньому навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» [4; 5].

До суб'єктивних компонентів, що визначають особливості викладання теоретичної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» на дистанційній основі, належать: суб'єктивно-кваліфікаційний, який відображає уміння викладача побудувати відносини зі студентами, мотивувати їх на формування відповідних професійних компетенцій; дисциплінарний, який формує точність проходження навчального плану і розкладу з боку викладачів та адміністрації університету щодо навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів»; критеріально-оціночний, який відображає реальний, визнаний більшістю суб'єктів освітнього процесу внесок навчальної дисципліни в рейтинг студента [6].

Також до певних особливостей дистанційного викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» можна віднести деякі зміни до компонентів оцінювання. По-перше, організаційно-методичні компоненти, у яких основна увага приділяється зміні принципів атестації студентів із навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» із метою підвищити значення даної дисципліни в загальному рейтингу студента. По-друге, навчально-виховні компоненти, які будуть впливати на систему цінностей студента. Навчально-виховна діяльність, головною метою якої є спрямованість на розуміння цінності набуття знань, умінь, навичок та виховання фізичних якостей, які розвиваються різноманітними вправами для досягнення головної спортивної та оздоровчої мети, виявляється основою викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» в умовах дистанційного навчання [7].

Ще однією особливістю викладання в умовах дистанційного навчання стає інтерес студентів до впровадження в навчання сучасних новітніх технологій у професійній підготовці.

Також слід зазначити, що без достатнього знання анатомії та фізіології людського тіла, при-

родних закономірностей діяльності та функціонування окремих органів та систем організму в цілому, особливостей перебігу складних процесів життєдіяльності неможливо коректно організувати процес розвитку будь-яких якостей.

Для вирішення певних теоретичних завдань навчального характеру з предмету найкраще використовувати метод регламентованої вправи.

Метод регламентованої вправи є одним із головних, що використовується у викладанні навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів». Цей метод включає у себе навчання необхідним рухам та в подальшому виховання фізичних якостей. Даний метод передбачає вивчення чітко запропонованої програми рухів, яка включає у себе конкретне дозування навантаження й управління її динамікою, нормування тривалості та характеру пауз відпочинку між вправами, заздалегідь зумовлену амплітуду рухів, порядок повторень.

Метод регламентованої вправи забезпечує оптимальні умови для формування рухових умінь, навичок і розвитку фізичних якостей під час навчальних занять зі студентами різного рівня фізичної підготовленості саме на дистанційній основі [8].

Під час викладання теоретичних дисциплін у дистанційному форматі слід обов'язково наголосити, що для досягнення результатів у фізичних вправах необхідно використовувати розумне чергування навантажень і відпочинку, раціональне харчування, профілактику шкідливих звичок, щоденну рухову активність, дотримання правил особистої гігієни, загартовування, психогігієну.

Саме такий підхід під час дистанційного навчання дає змогу вважати, що головним критерієм ефективності дотримання здорового способу життя є реальне поліпшення показників здоров'я, а не рекомендована студентська поведінка.

Заключною особливістю викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» слід вважати оволодіння студентами навичками професійно-прикладної фізичної підготовки, оскільки, з одного боку, кожен вид фізичних навантажень пред'являє свої вимоги до тактичної та фізичної підготовленості студентів, а з іншого – ці вимоги істотно різняться.

Якісні відмінності у вимогах до тактичної підготовленості студентів, які спеціалізуються в різних видах спорту, визначають необхідність у вивченні професійно-прикладної підготовки, яка являє собою використання засобів силової спрямованості для підготовки студента до певної педагогічної та тренерської діяльності [11].

Як відомо, уведення модульно-рейтингової системи у навчальний процес ВНЗ передбачає виділення великої кількості годин на самостійну

підготовку студентів, тому треба наголосити про необхідність визначення основ методики самостійних занять із використанням інформаційних технологій [10].

Слід урахувати, що під час самопідготовки стають цінними мультимедійні можливості сучасного комп'ютера: виготовлення власних сучасних методичних засобів навчання, самостійно створювати мультимедійні програми з різних видів спорту, поповнюючи мультимедійний банк даних, впливати на процес демонстрації (сповільнювати, повертати, домальовувати на екрані тощо). На основі таких відеороликів у майбутньому фахівці можуть створювати електронні підручники.

Висновки. Дослідження особливостей дистанційного викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» в умовах дистанційного навчання полягає у: використанні сучасні інформаційних засобів для навчання та самопідготовки; оволодінні студентами знань про теоретичні основи фізичної підготовки; отриманні знань про основи теорії і методики розвитку необхідних фізичних якостей, оволодінні профе-

сійною термінологією для встановлення взаєморозуміння між різними тренерами; формуванні переконаності в необхідності регулярних занять спортом для досягнення найвищих результатів; мотивованому ставленні до здорового способу життя; розумінні особливої важливості фізичних вправ для студентів.

Компетенції студента, які формуються в результаті вивчення навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів», проявляються через відповідні теоретичні та практичні знання, уміння і навички.

Результатом викладання навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» в умовах дистанційного навчання стає досягнення оптимального рівня теоретичних знань і вмінь, необхідних для професійного проведення тренувальних занять та фізичної підготовленості студентів, створення мотивації до самостійного навчання з використанням інформаційних технологій, здорового способу життя, набуття знань і вмінь самостійно здійснювати свою власну фізичну підготовку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кручаниця М.І. Основи здорового способу життя : підручник. Ужгород : Ужгор. нац. ун-т, 2016. 263 с.
2. Малахова Ж.В., Єщенко Г.Л. Використання хмарних технологій під час карантину при викладанні дисципліни «Фізичне виховання». *Практичні та теоретичні питання розвитку науки та освіти (частина II)* : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції, м. Львів, 19–20 грудня 2020 р. Львів : Львівський науковий форум, 2020. С. 19.
3. Мічуда Ю.П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку: закономірності функціонування та розвитку : монографія, Київ : Олімп. л-ра, 2007. 214 с.
4. Несен О.О., Кривенцова І.В., Клименченко В.Г. Фізичне виховання з елементами фехтування на дистанційній платформі навчання MOODLE (із досвіду організації навчання у ХНПУ імені Г.С. Сковороди). *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і одноборств у закладах вищої освіти*. Харків, 2021. С. 16–20.
5. Носко М.О. Формування здорового способу життя : навчальний посібник. Київ : МП «Леся», 2013. 159 с.
6. Олексієнко Я.І. Основні чинники здорового способу життя студентів різного рівня фізичної підготовленості : навчально-методичний посібник. Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2014. 175 с.
7. Пітин М.П. Теоретична підготовка у фізичній культурі : монографія. Львів : ЛДУФК, 2015. 370 с.
8. Попрошаєв О.С., Чумаков О.Ю. Досвід організації навчальної роботи на кафедрі фізичного виховання № 1 НЮУ імені Ярослава Мудрого під час змішаної або дистанційної форми організації навчального процесу. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності* : збірка статей науково-практичної конференції. Харків, 2021. С. 128.
9. Скляр І.І. Самостійна підготовка студентів фізичного виховання у закладах вищої освіти: теорія та методика : монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2016. 245 с.
10. Тимошенко О.В. Оптимізація професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури : монографія. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. 421 с.
11. Яковлів В.Л. Основні вимоги до психофізичної підготовленості студентів : навчальний посібник. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 271 с.

REFERENCES

1. Kruchanytsia M. (2016) *Osnovy zdorovoho sposobu zhyttya* [Basics of a healthy lifestyle]. *A textbook, Uzhgorod: State University of Applied Sciences «Uzhgorod». national Univ.* 263 p.
2. Malakhova Zh., Yeshchenko G. (2020) *Vykorystannya khmarnykh tekhnolohiy pid chas karantynu pry vykladannya dystsypliny «fizychnе vykhovannya. Praktychni ta teoretychni pytannya rozvytku nauky*

- ta osvity [The use of cloud technologies during the quarantine when teaching the discipline «physical education. Practical and theoretical issues of the development of science and education] Lviv: Lviv Scientific Forum, P. 19.
3. Michuda Yu. (2007) Sfera fizychnoyi kul'tury i sportu v umovakh rynku [The sphere of physical culture and sports in market conditions] *Patterns of functioning and development: a monograph*, Kyiv: Olymp. l-ra, 214 p.
 4. Nesen O., Kryventsova I., Klymenchenko V. (2021) «Fizychno vykhovannya z elementamy fekhtuvannya» na dystantsiyniy platformi navchannya MOODLE (iz dosvidu orhanizatsiyi navchannya u KHNPU imeni HS Skovorody). [«Physical education with elements of fencing» on the MOODLE distance learning platform (from the experience of organizing training at KhNPU named after Skovoroda).] *Problems and prospects of the development of sports games and wrestling in institutions of higher education*. Kharkiv P. 16–20.
 5. Nosko M. (2013) Formuvannya zdorovoho sposobu zhyttya [Formation of a healthy lifestyle] teaching. manual, Kyiv: MP Lesya, 159 p.
 6. Oleksienko Ya. (2014) Osnovni chynnyky zdorovoho sposobu zhyttya studentiv riznoho rivnya fizychnoyi pidhotovlenosti [The main factors of a healthy lifestyle of students of different levels of physical fitness] teaching method. manual, Cherkasy: CHNU named after B. Khmelnytskyi, 175 p.
 7. Pityn M. (2015) Teoretychna pidhotovka u fizychniy kul'turi [Theoretical training in physical culture] a monograph, Lviv: LDUFK, 370 p.
 8. Poproshaev, O. Chumakov O. (2021) Dosvid orhanizatsiyi navchal'noyi roboty na kafedri fizychnoho vykhovannya № 1 NYUU imeni Yaroslava Mudroho pid chas zmishanoyi abo dystantsiynoyi formy orhanizatsiyi navchal'noho protsesu [Experience in the organization of educational work at the Department of Physical Education No. 1 of Yaroslav the Wise State University during the mixed or remote form of organization of the educational process] *Physical culture and sports. Challenges of modernity: a collection of articles from a scientific and practical conference*. Kharkiv, P. 128.
 9. Sklyar I. (2016) Samostiyna pidhotovka studentiv fizychnoho vykhovannya u zakladakh vyshchoyi osvity: teoriya ta metodyka [Self-training of physical education students in higher education institutions: theory and methodology] monograph, Kyiv: «Center for Educational Literature», 245 p.
 10. Tymoshenko O. (2008) Optyimizatsiya profesiynoyi pidhotovky maybutnikh vchyteliv fizychnoyi kul'tury [Optimization of professional training of future physical culture teachers] Monograph. Kyiv: NPU named after M. Dragomanova, 421 p.
 11. Yakovliv V. (2016) Osnovni vymohy do psykho-fizychnoyi pidhotovlenosti studentiv [Basic requirements for psychophysical preparation of students] teaching. manual, Vinnytsia: Nilan-LTD, 271 p.