



УДК 004.94:796.41

ВІДЕОЗАБЕЗПЕЧЕННЯ МОДУЛЯ «ГІМНАСТИКА» ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ, МЕТОДИКА ТА ПРАКТИКА ГІМНАСТИКИ, РИТМІКИ І ХОРЕОГРАФІЇ, ОСМЗ» ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЗАОЧНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ

**Олексій-Олег БУБЕЛА, Михайло СЕНИЦЯ,
Аліна СЕНИЦЯ, Ірина КОКОТЬ**

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського м. Львів, Україна*

Сучасні вимоги до навчання орієнтовані на внесення у навчальний процес новизни, яка зумовлена специфікою різних технологій навчання, використанням нових підходів і методики подання матеріалу, навчання і контролю знань студентів.

Під час навчання рухових дій і навичок, визначення рівня знань студентів і т.п. науковці наголошують на потребі використання комп'ютерних технологій, які давно застосовують у освітньому процесі сучасної вищої школи [2, 3]. Учені відзначають, що

© Бубела О.-О., Сениця М., Сениця А., Кокоть І., 2025

використання навчально-методичних відеоматеріалів сприяє формуванню й розвитку комунікативної компетентності, підвищенню мотивації вивчення дисципліни та є невичерпним джерелом навчального матеріалу [1].

Педагогічна, науково-практична дисципліна «Гімнастика» є обов'язковим навчальним предметом у системі освіти й виховання молодого покоління.

Як навчальний предмет її викладають у закладах вищої освіти, ліцеях, коледжах та закладах вищої освіти (як розділ «Фізичної культури» або «Фізичного виховання»).

Гімнастика – це система спеціально дібраних фізичних вправ, методичних прийомів, які застосовують для зміцнення здоров'я, гармонійного фізичного виховання й удосконалення рухових здібностей людини, її сили, спритності, швидкості, витривалості тощо [4, 5].

Навчання студентів у ЗВО фізкультурно-спортивного профілю відбувається на денній або заочній формі навчання відповідно до навчальних й освітніх програм. Навчальними програмами й графіками на кожну теоретичну та практичну дисципліну передбачено певну кількість аудиторних годин і годин для самостійної роботи. Освітньою програмою для спеціальності 014 «Середня освіта (фізична культура)» та 017 «Фізична культура і спорт» передбачено вивчення практичної дисципліни «Теорія, методика та практика гімнастики, ритміки і хореографії, організація спортивно-мистецьких заходів», яка складається із чотирьох модулів, два з яких стосуються гімнастики. А саме: вивчення історії, теорії і методики викладання гімнастики, термінології, оволодіння основами техніки вправ і професійно-педагогічними навичками та вміннями і т. п.

Дисципліну вивчають студенти денної та заочної форми навчання на першому та другому курсах. На теоретичних і практичних заняттях для більш доступного й деталізованого вивчення матеріалу використовують різні технічні засоби, зокрема відеоматеріали: відеопосібник з гімнастики, відеокомплекси вправ, окремих елементів тощо.

Особливо це стосується студентів факультету заочного навчання, які мають невелику кількість аудиторних годин, як порівняти з денною формою навчання. То ж використання відеопосібника, який містить чотири розділи: теоретичні відомості, стройові вправи та прийоми, основні положення рук, тулуба, ніг, техніка виконання

і страховка (жіночі види, вправи категорії «В», чоловічі види, вправи категорії «В») – дає змогу студентам більш повно й детально ознайомитися та вивчити теоретичні і практичні питання. Подані рисунки та відеовідтворення команд, техніки виконання окремих елементів і вправ розширюють наочну уяву студентів про матеріал, який вони вивчають. Окремим розділом подано прийоми допомоги й страховки під час виконання елементів. Досить практичним у використанні є поділ матеріалу відеопосібника на окремі розділи, які можна зупиняти, повторювати й так більш детально засвоювати теоретичні та практичні завдання.

Висновок. Використання відеопосібників значно збагачує процес навчання гімнастики, робить його більш наочним, доступним та ефективним, сприяючи кращому розумінню та засвоєнню матеріалу. Студенти можуть переглядати відео стільки разів, скільки їм треба, щоб краще зрозуміти й запам'ятати техніку. Це особливо корисно для засвоєння техніки виконання й методики навчання.

Відеопосібники можуть бути доступні в будь-який час і в будь-якому місці, де є інтернет або комп'ютер. Це дозволяє студентам практикуватися самостійно, повторювати матеріал вдома, виконувати самостійні та контрольні роботи.

Список використаних джерел

1. Бучинська Д. Л. Використання відео в навчальному процесі – потреба сьогодення/ Д. Л. Бучинська.//Відкрите освітнє е-середовище сучасного університету. – 2015. – Вип. 1. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/oeemu_2015_1_12
2. Москаленко Ю. Ю., Борисова Т. В., Сидорчук О. Ю. Інноваційні підходи до теоретичної підготовки у фізичному вихованні. [навч. посіб.]. Дніпропетровськ, 2015. – 108 с.
3. Сущенко, А. В. (2012). Інформаційно-комунікаційні технології і засоби навчання в професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. URL: <http://web.znu.edu.ua/herald/issues/2012/FVIS-2012-1/104-111.pdf>
4. Теорія і методика фізичного виховання в 2-х томах / Т. Ю. Круцевич. – Київ: Олімпійська література, 2012. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 391 с.; Т 2 Методика фізичного виховання різних груп населення. – 367 с.
5. Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики: навч.-метод. посіб. Харків: ОВС, 2008. Т. 1. 408 с.