

**ACADEMIA DE ȘTIINȚE A MOLDOVEI  
UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
CENTRUL DE CERCETĂRI ȘTIINȚIFICE A USEFS**

***PROBLEMELE ACMEOLOGICE ÎN DOMENIUL  
CULTURII FIZICE***

**(PROIECT INSTITUȚIONAL)**

**MATERIALELE  
CONFERINȚEI ȘTIINȚIFICE INTERNAȚIONALE  
6 DECEMBRIE 2019**

**Ediția V**



**Chișinău,  
Republica Moldova**

CZU 378.091:796.07(082)=135.1=111=161.1

P 93

În culegerea de față sunt incluse materialele prezentate la Conferința științifică internațională a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova: „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”.

Sunt luate în dezbateri unele probleme legate de cercetarea direcțiilor principale ale pregătirii profesionale a specialiștilor în domeniul culturii fizice sub aspectul „Căi de atingere a maturității profesionale”.

В настоящий сборник включены материалы Международной научной конференции Государственного университета физического воспитания и спорта Республики Молдова „Акмеологические проблемы в области физической культуры”.

Обсуждаются проблемы, связанные с исследованиями главных направлений профессиональной подготовки специалистов в области физической культуры в аспекте „Пути достижения профессиональной зрелости”.

#### **Colegiul de redacție:**

*Aftimiciuc Olga*, doctor habilitat în științe pedagogice, conf. univ., redactor responsabil

*Jurat Valeriu*, doctor în științe pedagogice, conf. univ., redactor

*Timuș Maria*, doctor în științe pedagogice, lector univ., redactor-corector

*Poleacova Varvara*, doctorandă, asistent univ., designer

#### **Descrierea CIP a Camerei Naționale a Cartii**

**"Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice", conferință științifică internațională (5 ; 2019 ; Chișinău).** Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice : (proiect instituțional) : Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția a 5-a, 6 decembrie 2019, Chișinău, Republica Moldova / col. red.: Aftimiciuc Olga (red. resp.) [et al.]. – Chișinău : USEFS, 2019 (Tipogr. "Valinex"). – 173 p. : fig., tab.

Antetit.: Acad. de Științe a Moldovei, Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport, Centrul de Cercet. Șt. a USEFS. – Texte : lb. rom., engl., rusă. – Rez.: lb. engl. – Referințe bibliogr. la sfârșitul art. – 300 ex.

ISBN 978-9975-131-78-0.

378.091:796.07(082)=135.1=111=161.1

**ISBN 978-9975-131-78-0**

*Chișinău, USEFS, 2019*

## CUVÂNT INTRODUCATIV

*Relevanța abordării acmeologice în formarea unui profesionist este determinată de orientarea societății moderne pentru implementarea eficientă a unui specialist ca subiect de muncă, ca persoană, cu caracteristicile sale individuale.*

*Succesul activității profesionale depinde de individualitatea specialistului, de caracteristicile și preferințele personale. O abordare individuală a analizei profesionalismului este plină de sens acmeologic, întucât se bazează pe ideea de unicitate și originalitate a dezvoltării personalității.*

*Crearea de medii tehnogene a dus la funcționarea unui specialist într-un domeniu profesional din ce în ce mai complex: pe de o parte se dezvoltă domenii legate de latura tehnologică a evoluției și formării strategiilor profesionale, unde accentul principal este pus pe caracteristicile structurale ale procesului studiat, pe de altă parte, factorul uman trebuie să joace un rol semnificativ și dezvoltarea ei individuală. Ca urmare, succesul activității întregii organizații depinde de cât de mult coincid cerințele tehnologice cu caracteristicile personale și profesionale ale comportamentului.*

*Specialistul parcurge secvențial etapele profesionalizării, dar această mișcare este individuală. În acest caz, există o serie de contradicții între:*

*– realizările determinate ale nivelului competenței profesionale și incertitudinii asociate dezvoltării individuale;*

*– stereotipul de înțelegere a statutului profesional, care presupune o combinație de caracteristici psihologice personale care permit obținerea unui rezultat real și absența caracteristicilor psihofizice în conținutul său;*

*– nevoia fiecărui specialist de ași desfășura individual dezvoltarea profesională și lipsa tehnologiilor pentru identificarea și colaborarea cu factorii dinamici individuali, inclusive, cu cei acmeologici.*

*În consecință, apare problema studierii dezvoltării profesionale a unui specialist în dinamica sa individuală, ceea ce implică determinarea intensității și a naturii acțiunii factorilor acmeologici în etapele principale ale creșterii profesionale.*

*Într-o serie de surse literare, este determinată o acțiune secvențială și complementară a factorilor acmeologici care influențează dinamica individuală*

*a dezvoltării profesionale a unui specialist, care sunt de natură creativă și opusă; și incluse în anumite etape de profesionalizare. În acest sens, factorii obiectivi ai dinamicii individuale includ prestigiul profesiei, conținutul activității profesionale și condițiile de muncă, remunerarea acesteia, climatul organizațional, statutul profesional al unui specialist etc. Factorii subiectivi ai dinamicii individuale sugerează o motivație internă puternică a muncii; timp, energie, costuri spirituale în comparație cu cele medii; timpul subiectiv, experiența de muncă etc. Factorii obiectiv-subiectivi ai dinamicii individuale a formării unui specialist determină sentimentul semnificației profesiei; vârsta ca o caracteristică percepută individuală a fiabilității profesionale, a satisfacției cu statutul; nevoia de creștere profesională; corespondența tipului de intelect cu profesia; asumarea responsabilității pentru sine și pentru ceilalți.*

*Astfel, dinamica individuală a dezvoltării profesionale a unui specialist este determinată de creșterea statutului profesional, reflectând acțiunea factorilor acmeologici, precum și a componentei psihofizice, inclusiv a indicatorilor fiziologici, pregătirea fizică, stabilitatea emoțională, costuri energetice și de timp și scale pentru evaluarea indicatorilor interni (psihologici și psihofizici personali) și componente externe (subiect-activitate).*

***Aftimiciuc Olga**, doctor habilitat în științe pedagogice, conferențiar universitar, director al proiectului instituțional „Strategia acmeologică de pregătire profesională a specialistului de cultură fizică în contextul integrării europene a Republicii Moldova”*

## ASPECTE METODOLOGICE DE FORMARE PROFESIONALĂ A ANTRENORILOR ÎN PREGĂTIREA SPORTIVELOR DE PERFORMANȚĂ

**Buftea Victor,**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

***Abstract.** This article describes some methodological features that aim to train the performance athletes based on the specific behavior of the women's body. Information is provided on the distinctive aspects of anatomical-physiological, morpho-functional and moral-psychological terms, which condition the elaboration of working scenarios within the multi-annual training process.*

*At the same time, there are described a number of methodological provisions that can ensure the respective premises and the efficiency of the training tactics of the athletes in order to achieve the most remarkable results.*

***Keywords:** sport, performance, specific features of the women's body, training process, laws, principles.*

**Actualitatea problemei abordate.** Pregătirea multianuală a sportivelor de performanță poate să cuprindă o perioadă de până la 15 ani. Evident, o astfel de durată de timp necesită de a crea o anumită ordine în cadrul procesului de antrenament, având în vedere stabilirea scopurilor și obiectivelor, a metodelor și mijloacelor, respectarea legităților și principiilor, toate orientate la formarea celei mai înalte măiestrii sportive [3, 5, 8, 10]. De asemenea, pentru ca această durată să se finalizeze cu succes, este necesar de a lua în calcul foarte multe aspecte, inclusiv: vârsta sportivei la care a început practicarea probei de sport respective, perioada de vârstă optimă pentru atingerea celor mai înalte performanțe, asigurarea premiselor biologice, motrice, psihologice, tehnico-tactice cu o anumită perioadă de timp înainte de atingerea celor mai înalte nivele de pregătire etc., precum și asigurarea unui rezultat sportiv în cadrul clasamentului internațional, toate acestea, constituind o bază necesară pentru o pregătire eficientă în vederea obținerii unei performanțe sportive evidențiate.

Unii specialiști ai domeniului [4, 7, 9] confirmă că pentru a construi rațional un proces de pregătire multianuală este necesar de a scoate în evidență tendința de asigurare permanentă a condițiilor specifice, în care sportiva va fi în măsură să manifeste cel mai înalt rezultat. Acesta se va putea obține luând în calcul și aptitudinile naturale și biologice ale sportivei, capacitățile individuale și alte

particularități distinctive de ordin anatomo-fiziologic și morfo-funcțional pe care le întrunește în sine organismul feminin.

Scopul investigației de față este de a esențializa aspectele teoretico-metodologice de pregătire a sportivelor de performanță, anume de pe pozițiile specifice ale organismului feminin, cu evidențierea factorilor care să devină necesari și optimi pentru stabilirea eficienței de pregătire și care să poată să răspundă coerent la cerințele demersului practic de învățare a exercițiilor și acțiunilor motrice specifice probei de sport practicate.

**Referințele organizaționale** țin de analiza și generalizarea literaturii metodico-științifice de specialitate pe problema cointereseată cu descrierea particularităților specifice ale organismului feminin, care sunt în măsură să subordoneze și să conducă la schimbări relativ esențiale în metodologia de desfășurare a procesului de antrenament astfel, încât să influențeze apariția rezultatelor, pe care, evident, trebuie să le cunoască în detalii orice antrenor.

Elemente de analiză și de argumentare a informațiilor

La determinarea conținutului, structurii, organizării și desfășurării corecte a lecțiilor de antrenament cu contingent feminin este deosebit de necesar ca metodologia de exersare să se bazeze pe particularitățile morfologice, fiziologice și psihologice ale organismului, deasemenea pe elementele specifice ale construcției aparatului locomotor, neuro-muscular, cardio-vascular, respiratoriu etc., precum și a ciclului ovarial-menstrual, a funcțiilor de naștere a copiilor, a nivelelor diferențiate ale pregătirii fizice și altele.

În acest context este de menționat că teoria și practica antrenamentului sportiv în probele feminine de sport denotă faptul că procesul de antrenament totuși poate fi desfășurat și în perioada ciclului ovarial-menstrual (COM), luând în calcul starea de sănătate, condiția fizică, acordul la efort, selecția exercițiilor, dozarea acestora, nemaivorbind de intervențiile formaceutice care, spre regret, la momentul actual sunt aplicate în majoritatea probelor de sport feminin.

Dezvăluind același subiect, este de menționat că un COM constituit din 28 de zile, spre exemplu, conține câteva faze: (I fază – menstruală (ziua 1-3 până la a 7 zi); a II-a fază – postmenstruală (de la ziua 4 până la a 12 zi); a III-a fază – ovulatorie, (zilele a 13-a – 14-a); a IV-a fază – postovulatorie (ziua a 15-a – 25-a); a V-a fază – premenstruală (zilele a 26-a – 28-a). Astfel, specialiștii domeniului [4, 6, 8, 10] afirmă că cele mai înalte nivele ale productivității muncii se pot evidenția în fazele postovulatorii și postmenstruale, acestea constituind în linii generale aproximativ 10 zile pe perioada unei luni de zile. În faza ovulatorie, spre exemplu, sunt binevenite exercițiile cu intensitate scăzută, deoarece în această fază, procesele de asigurare cu energie a organismului au loc mai lent, datorită economisirii de către organism a circuitului sangvin. În faza

premenstruală, spre exemplu, se poate constata scăderea rezistenței, a forței și a vitezei de execuție a mișcărilor, în schimb crește mobilitatea în articulații etc.

Evident, reieșind de pe aceste poziții ale specificului organismului feminin, este strict necesar ca antrenorii practicieni să ducă o evidență și un control sistematic al fiecărei dintre sportive, oferind programe individualizate de exersare, în urma diagnosticării operative a sportivei astfel, încât la fiecare dintre fazele componente ale unei perioade de o lună să fie aplicate exercițiile respective cu destinație specială anume atunci, când organismul este predispus de a îndeplini asemenea exerciții/obiective motrice. O astfel de abordare a problemei va condiționa eficiența procesului de antrenament, precum și păstrarea sănătății sportivei.

Un alt aspect important al procesului de antrenament cu contingent feminin este cel de ordin moral – psihologic. Specialiștii domeniului consemnează că pe lângă faptul că reprezentantele sexului frumos se manifestă mai balansat în vederea repartiției eforturilor și încordărilor musculare, din punct de vedere moral– psihologic femeile sunt dispuse de a fi mai balansate și echilibrate în mai multe privințe: orientarea în spațiu și timp prin calcule mai exacte de distribuire a încordărilor neuro – musculare, reproducând mișcările cu o ritmicitate mai sporită, ceea ce poate conduce la diferențierea și reglementarea eforturilor, care, la rândul său oferă șanse deosebite în vederea realizării cu eficiență a pregătirii fizice speciale, tehnico – tactice etc. Evident, pentru cerințele probelor tehnice de sport, aceste capacități sunt de o însemnătate înaltă [1, 6, 8].

Literatura de specialitate confirmă faptul că orice formă de efort fizic este concepută și din punct de vedere psihologic, unde acordul emoțional devine o componentă eficientă de activizare, și unde, sportivele pot manifesta mai pronunțat anume procesele cognitive, ceea ce conduce la realizarea unor sarcini motrice mai complicate.

În aceeași ordine de idei specialiștii domeniului afirmă că în majoritate sportivele sunt dispuse la operativitatea însușirii noului material, evidențierea tendinței de creativitate, care se pot transforma în programe complexe de activitate, deasemenea devin mai sociabile, urmărind scopul de a cunoaște mai multe în toate privințele. Aceste capacități sunt de apreciat în sistemul lecțiilor de antrenament, contribuind la ajutarea colegilor de echipă și a antrenorilor.

Totodată, procesul de antrenament în sportul feminin de performanță trebuie să fie construit, luând în calcul următoarele repere:

- potențialul biopsihomotric în vederea dezvoltării calităților fizice de bază, a celor moral-volitive, cu scopul asigurării stabilității și armoniei dezvoltării personalității sportivei la diverse etape ale pregătirii intensive multianuale;

- etapa pregătirii avansate necesită evidențierea pregătirii speciale într-un mod deosebit, care se oferă reflecții pozitive asupra pregătirii tehnice, unde

accentul cade pe dezvoltarea potențialului de forță-viteză, acesta fiind în măsură să asigure interacțiunea și interdependența în cadrul antrenamentelor intensive cu cerințele activității competiționale;

- direcționarea și aplicarea eforturilor intensive trebuie să poarte un caracter cursiv și succesiv, sporindu-le treptat, atingând astfel limitele posibile ale potențialului organismului, luând în calcul accesibilitatea și acomodarea îndeplinirii a astfel de eforturi;

- posedarea unui nivel sporit al plasticității organismului sportivelor oferă posibilitatea de a interveni cu unele modelări ale eforturilor, unde, pe baza dezvoltării extensive a rezistenței speciale se poate de a reduce volumul acțiunilor de exersare, sporindu-le, în același timp, intensitatea de efectuare.

Atât aceste repere, precum și alte particularități specifice ale organismului feminin dau posibilitatea de a oferi procesului de antrenament un contrast pronunțat pe baza de modelare, intensificare și creativitate, ceea ce esențial poate contribui la sporirea rezultatelor sportive.

În cele din urmă, structurarea și proiectarea activităților de exersare cu luare în calcul a acestor repere, precum și coincidența cu perioadele biologice active, în urma cărora pot decurge într-un mod operativ și procesele de restabilire ale organismului, de asemenea se pot plasa la baza elaborării și construcției sistemului de antrenament, care să urmărească scopul unei performanțe înalte.

Evident, modelările posibile, precum și alte corective care pot fi implementate în activitatea de antrenament a sportivelor de performanță trebuie să se desfășoare luând în calcul datele obținute în urma diversității formelor de control și diagnosticarea diferitor stări, funcții și nivele de pregătire. În urma acestei „intervenții” metodologice este posibil de a determina dinamica rezultatelor, evident în creștere, însă, deosebit de important (cel mai important) este planificarea corectă și adecvată a procesului de antrenament, condițiile căreia să poarte un caracter rațional în vederea realizării obiectivelor motrice prevăzute, a tuturor eforturilor fizice etc. Totodată, pe baza diversității formelor de control, diagnosticare și planificare/replanificare este posibil de a depista și acele neconformități ori reacții adverse care pot apărea la sportive în timpul activității de antrenament.

Esența acestor particularități, specifice organismului feminin, oferă posibilitatea elaborării programelor individualizate și diferențiate de exersare, inclusiv a stabilirii mărimilor optime de efort, influențând cu siguranță eficiența activității de antrenament și a rezultatului sportiv.

În contextul descrierilor enunțate pot fi evidențiate următoarele concluzii și perspective care determină eficiența metodologiei de organizare și desfășurare a procesului de antrenament în pregătirea sportivelor de performanță și care pot



influența rezultatele competiționale, luând în considerație particularitățile specifice ale organismului feminin și anume:

- interacțiunea asupra dezvoltării armonioase a tuturor organelor și funcțiilor organismului, ceea ce constituie baza stării excelente de sănătate și a unui nivel înalt al productivității muncii;

- scenariile lecțiilor de antrenament sportiv specializat, mai cu seamă la etapa de maiestrie înaltă, necesită construcții cu luare în calcul (în mod obligatoriu) a legităților biologice fundamentale privind dezvoltarea organismului feminin, la baza cărora stau principiile didactice de instruire și antrenare;

- activitatea de antrenament trebuie să se bazeze pe tehnologia unei pregătiri sportive raționale și eficiente, respectând formele, principiile și legitățile anatomo-fiziologice și biologice de dezvoltare și construcție corporală, menținând în permanență coraportul optim dintre talie și greutate prin intermediul exersărilor speciale;

- procesul de antrenament trebuie de desfășurat pe baza unui program select de exerciții, efectuarea cărora să se sprijine pe principiile didactice fundamentale, luând în calcul într-un mod deosebit volumul, intensitatea, randamentul și mărimea eforturilor de exersare;

- acțiunile de exersare să fie aplicate și îndeplinite în limita potențialului biopsihomotric al fiecărei sportive, iar realizarea obiectivelor propuse să conducă cursiv la descoperirea rezervelor funcționale ascunse ale organismului, luând în calcul adaptarea acestuia la interacțiunea factorilor derutabili ai mediului extern și a condițiilor de exersare, ansamblul cărora să contribuie pozitiv la obținerea performanțelor, păstrând totodată naturalitatea biologică, de care trebuie să dispună reprezentantele tuturor probelor în sportul feminin.

### **Surse bibliografice**

1. Bufta V. *Impact of the control and planning system of the training process on the development of the technical skills of female gymnasts aged 12 to 15 years*. In: *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, SCOPUS, Published online. Vol. 17, Supplement issue 3, August, 2017, Art #149 pp.970-976, DOI:10.7752/jpes.2017.s3149, online ISSN: 2247-806X; p-ISSN: 2247-8051; ISSN-L: 2247-8051.

2. Bufta V. *Control and planning in the development of female gymnasts' motor skills*. In: *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*. EpSBS. ICPEK 2017 – 7th International Congress on Physical Education, Sport and Kinetotherapy. Future Academy. – National University of Physical Education and Sports, Bucharest, Romania. <http://dx.doi.org/10.15405/epsbs.2018.03.24>. pp.184-191. ISSN: 2357-1330.

3. Godorozea M., Moroșan R. *Controlul medical în educația fizică și sport*. Chișinău, 2000. 135 p.
4. Godorozea M., Moroșan R. *Probele funcționale în medicina sportivă*. Chișinău, 1999. 29 p.
5. Epuran M., Stănescu, M. *Învățarea motrică – aplicații în activități corporale*. Bucharest: Discobolul, 2010. 463 p.
6. Manolachi V. *Modernizarea structurii și conținutului procesului de antrenament feminin*. In: Știința culturii fizice, 2011, p. 33-38.
7. Teodorescu S. *Periodizare și planificare în sportul de performanță*. 2 ed. rev. Buzău: Alpha MDN, 2009. 228 p.
8. Свечникова Ю.В. *Медико-биологические аспекты изучения современного женского спорта*. В: Спорт в современном обществе: Тез. докл. М.: Физкультура и спорт, 1980, с. 237.
9. Фдоров Л.П. *Научно-методические основы женского спорта: учебное пособие*. Ленинград: ГДОИФК, 1987. 54 с.
10. Cîmpeanu M. *Correlation of training effort parameters with technical and physical training of junior female gymnasts*. In: Discobolul, 2012, vol. 27. p. 14-20.

## FORMAREA ȘI EVALUAREA COMPETENȚELOR PROFESIONALE ALE STUDENȚILOR FACULTĂȚII DE PEDAGOGIE

**Carp Ion, Jurat Valeriu,**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

***Summary:** În the present article deals with the issue regarding the methodology of training and assessment of professional pedagogical competences at students at the Faculty of pedagogy throughout your training factors that determine this process.*

***Key words:** training and evaluation skills, professional skills, pedagogical, educational process, students, teachers of physical education.*

**Actualitatea temei și importanța problemei abordate.** În sistemul învățământului continuu de cultură fizică generală și profesională, metodologia de formare și evaluare a competențelor pedagogice ocupa un loc esențial.

În acest context, problema formării și evaluării competențelor profesionale ale studenților instituțiilor de cultură fizică, după cum ne demonstrează rezultatele studierii literaturii de specialitate, i-a preocupat pe mulți cercetători [3, 5, 6, 8, 9]. Cu toate acestea, evidențierea factorilor principali care determină nivelul de pregătire profesională a viitorilor specialiști în domeniul educației fizice și sportului nu sunt cercetate la nivelul cerințelor contemporane.

Perfecționarea continuă a procesului de educație, creșterea eficienței acestuia, constituie la etapa actuală o necesitate majoră a activității în domeniul învățământului de cultură fizică. Creșterea eficienței activității de instruire și educație se înscrie printre temele fundamentale ale activității pedagogice. Ea constituie obiectul unor ample abordări și investigații, ca și multe încercări de inovare a practicii [2, 4, 7].

Procesul pregătirii profesional-pedagogice a studenților din instituțiile de cultură fizică, fiind abordată de un șir de autori, specialiști în domeniu [1, 5, 7, 10], este orientat spre formarea unui sistem de competențe cognitive, psihomotrice și afective, care ar putea fi aplicate efectiv, în procesul de predare-învățare-evaluare,

Analiza și generalizarea literaturii de specialitate cu privire la formarea și evaluarea competențelor profesional-pedagogice ale viitorilor specialiști în domeniul culturii fizice ne permite să menționăm faptul că, în majoritatea lucrărilor, problema abordată nu este tratată în conformitate cu condițiile actuale de desfășurare a procesului instructiv-educativ. Analiza preventivă a problemei vizând teoria și practica învățământului universitar de cultură fizică ne-a permis

să constatăm, că scoaterea în evidență a factorilor ce determină nivelul pregătirii profesionale a studenților va sta la baza formulării ipotezei de lucru.

**Ipoteza.** S-a presupus că evidențierea și analiza factorilor ce determină nivelul reușitei și frecvenței studenților de la specialitatea „Educație fizică”, din cadrul Facultății de Pedagogie, va permite optimizarea procesului instructiv-educativ prin formarea și punerea în practică a competențelor profesionale.

În conformitate cu ipoteza formulată, **scopul cercetării** constă în determinarea și argumentarea factorilor principali care determină nivelul de formare și de evaluare a competențelor profesionale ale studenților, viitori profesori de educație fizică.

**Organizarea cercetării.** Cercetările de bază s-au desfășurat în cadrul Facultății de Pedagogie, în baza performanțelor obținute de către studenții de la specialitatea „Educație fizică”, în perioada anilor de studii 2013-2018.

În cadrul etapei inițiale a cercetării (septembrie-decembrie 2013), s-a efectuat o generalizare a materialului factologic, a planurilor de studii și a programelor de învățământ. Analiza literaturii pedagogice, metodice și de specialitate la tema abordată, ne-a permis să stabilim și să argumentăm laturile de bază ale conținutului pregătirii profesionale a studenților și factorii principali, care determină acest nivel. Au fost analizate dificultățile cu care se confruntă profesorii și studenții în cadrul procesului instructiv-educativ, determinate de condițiile sociale și activitatea de instruire. Cunoașterea acestor dezavantaje și luarea lor în evidență, va contribui la creșterea nivelului de formare a competențelor profesionale ale viitorilor profesori de educație fizică.

În etapa finală a cercetării, ianuarie-martie 2018, au fost sistematizate și prelucrate datele obținute în urma experimentului de constatare (analiza reușitei pe ultimii 5 ani de studii în baza rapoartelor decanatului Facultății de Pedagogie). Au fost elaborate recomandări metodice orientate spre perfecționarea procesului de formare și evaluare a competențelor profesionale ale studenților, viitori profesori de educație fizică.

Experiența pedagogică a cadrelor didactice ce activează în cadrul USEFS ne demonstrează că succesul pregătirii profesionale a studenților și nivelul de formare a competențelor, depinde în mare măsură de continuitatea procesului instructiv, de măiestria pedagogică a cadrelor didactice, de atitudinea studenților, de frecvența, de reușita și de mulți alți factori.

**Rezultatele cercetării.** În scopul evidențierii nivelului de pregătire profesională a studenților de la specialitatea „Educație fizică”, din cadrul Facultății de Pedagogie în perioada anul universitar 2017-2018, s-a analizat frecvența, ca factor important în pregătirea viitorilor specialiști în domeniul educației fizice și sportului. Tot odată, în această perioadă au fost studiate planurile și programele de studii ale catedrelor ce activează în cadrul universității.

Problema *frecvenței* constituie o verigă-cheie în toate instituțiile de învățământ la etapa contemporană. Ținând cont de specificul activității U.S.E.F.S., în care își fac studiile aproximativ 15-20 % studenți-sportivi ai loturilor naționale pe diverse probe de sport, am luat în considerație și acest factor. Astfel, în perioada 2013-2018, pentru îmbunătățirea frecvenței la nivel de universitate și în cadrul Facultății de Pedagogie s-au desfășurat un șir de măsuri cu caracter managerial și educațional. În pofida deciziilor luate în cadrul acestor ședințe, frecvența lecțiilor rămâne la același nivel, însă s-a constatat chiar o scădere în anul 2017-2018 la 55,27% comparativ cu 69,83% în anul universitar 2013-2014, și, respectiv, 62,78% în anul universitar 2014-2015.

Analiza rapoartelor prezentate la nivel de decanat pentru perioada 2013-2018 confirmă faptul că eforturile depuse din partea cadrelor didactice contribuie la sporirea calității însușirii materialului de studii. Datorită metodologiei elaborate la nivel de programe-curriculum pe discipline de învățământ, sistemului integrativ de lecții, în baza căruia se desfășoară procesul de instruire, a fost posibilă eficientizarea formării competențelor profesional-pedagogice ale studenților.

Analiza performanțelor obținute de studenții facultății de pedagogie permite să menționăm că, în anul de studii 2013-2014, reușita a constituit la nivel de facultate 73,18%, în următorul an, 2014-2015 aceasta crește la 74,41%, după care scade la 61,93% în anul 2015-2016 și respectiv la 57,29% în anul de studii 2016-2017. Cea mai joasă reușită la facultate a fost în anul universitar 2017-2018, aceasta constituind – 52,14%. În medie pe această perioadă, reușita constituie 63,79%. Acest fapt se explică prin frecvența slabă a studenților, pierderea interesului față de profesia de pedagog, nerespectarea cerințelor programelor de învățământ elaborate de cadrele didactice ce activează la catedrele de profil și prin influența negativă asupra procesului instructiv-educativ a unor factori obiectivi și subiectivi, care necesită a fi luați în considerație în cadrul pregătirii profesionale a studenților în domeniul respectiv de la Facultatea de Pedagogie.

La finele studiului realizat, putem concluziona că, pentru pregătirea profesională a viitorilor specialiști în domeniul culturii fizice la nivelul cerințelor contemporane, pentru sporirea calității procesului de instruire axat pe formarea competențelor specifice activității profesorului de educație fizică, cadrele didactice ce activează în cadrul USEFS, implicate în pregătirea tinerilor specialiști, viitori profesori de educație fizică, trebuie să țină cont de următorii factori principali:

1. Stimularea motivației pentru profesia de pedagog-educator al tinerei generații atât de către cadrele didactice în procesul de instruire, cât și din partea statului, privind condițiile de lucru, salarizare;

2. Crearea condițiilor pedagogice și metodologice pentru organizarea procesului de formare a competențelor profesionale la viitorii profesori de

educație fizică prin perfecționarea și ajustarea planurilor și programelor de învățământ la cerințele procesului de la Bologna;

3. Sporirea nivelului competențelor profesionale ale cadrelor didactice și ale studenților: măiestria pedagogică; tactul pedagogic; pregătirea teoretică și practică; atitudinea conștientă față de profesia aleasă și experiență pedagogică în domeniu.

**Concluzii.** Acești factori, care contribuie la formarea profesională a specialistului de educație fizică și sport, au rolul de a rezolva obiective axate pe formarea de competențe manageriale, de proiectare, de comunicare, gnostice, afective și psihomotrice care sunt specifice numai domeniului nostru de activitate.

### **Bibliografie**

1. Carp I.P. *Pregătirea profesional-pedagogică a studenților facultăților de educație fizică și sport în cadrul practicii pedagogice*. B: Conf. internaț., de comunicări și referate științifice. Galați: Universitatea „Dunărea de Jos”, 2003, p. 10-12.

2. Carp I. *Evaluarea competențelor profesionale ale specialiștilor din domeniul culturii fizice* (studiu de caz). În: *Teoria și arta educației fizice în școală*. Chișinău, 2013, Nr. 1, p. 15-17.

3. Ciorbă C.I. *Conținutul învățământului superior de cultură fizică*. Chișinău „Garuda Art”, 2001. 192 p.

4. Carteleanu T. și coaut. *Formare de competențe prin strategii didactice interactive*. Chișinău, 2008. 204 p.

5. Rață G. *Curriculum învățământului superior la ora controverselor și deciziilor*. Pitești, 2003, p.40-47.

6. Абдулина О.А. *Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования*. М. Просвещение, 1990. 40с.

7. Бабанский Ю.К. *Оптимизация педагогического процесса* (В вопросах и ответах). Киев, 1982, с. 21-22.

8. Виленский М.Я., Зайцева С.Н. *Формирование индивидуального опыта творческой деятельности учителя физической культуры как условие его современной профессиональной подготовки*. В: *Теория и практика физической культуры*, 1993, с. 10-12.

9. Данаил С.Н. *Актуальные проблемы физкультурного образования в учебных заведениях в контексте современных разработок теории*. В: *Problemele actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice: Materiale ale conf.științ.internaționale*. Chișinău.: Liceum, 1996, p. 4-10.

10. Кузьмина Н.В., Гинецинский В.И. *Актуальные проблемы профессионально – педагогической подготовки учителя*. В: *Советская педагогика*, 1982, № 3, с. 63-66.

## EVALUAREA ȘI AUTOEVALUAREA COMPETENȚELOR PROFESIONALE ALE STUDENȚILOR PRIVIND POSEDAREA COMPETENȚELE PROFESIONALE DE CĂTRE STUDENȚI

**Gîrlea Natalia,**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

***Summary.** Future specialists in the field of physical culture should know the progress normal of the physiological processes for the correct assessment of the functional states of the human organism and its physical work capacity under different activity conditions. They need to understand the course of the recovery processes during the effort and after the effort.*

***Keywords:** professional competency, sociopedagogic survey, motor qualities.*

**Actualitatea.** La etapa actuală practica educației fizice și a sportului cere o argumentare fiziologică multilaterală și aprofundată, legată de creșterea dinamicii performanțelor sportive. Urmărirea modificărilor fiziologice este o verigă importantă a organismului sportiv care permite studierea adaptării lui la cerințele de efort ale ramurii de sport, precum și stabilitatea limitelor și rezervelor existente.

Viitorii specialiști în domeniul educației fizice trebuie să cunoască rolul aplicativ al fiziologiei educației fizice și sportului, adaptarea organismului la activitatea musculară și mobilizarea rezervelor morfologice, fiziologice și biochimice.

Cunoașterea proceselor și legităților fiziologice, care se manifestă în timpul eforturilor fizice practicate în activitatea sportivă și educația fizică, este utilă viitorului specialist în următoarele scopuri:

1. De a se familiariza mai profund cu potențialul biologic al organismului subiecților care practică sportul.
2. De a organiza în mod rațional și științific procesul de antrenament, pentru a nu dăuna sănătății.
3. De a selecta copii și adolescenți pentru practicarea diferitor probe sportive.
4. De a cunoaște procesele care se desfășoară în organismul sportivilor în timpul eforturilor de antrenament și competiționale cu scop de a desăvârși (perfecționa) procesul de antrenament în cadrul disciplinelor „Fiziologia umană” și „Fiziologia educației fizice și a sportului” ca științe strâns legate cu cele conexe: anatomia, igiena, biochimie, psihologie, pedagogie, medicină sportivă, biomecanică etc.

Didacticianul belgian X. Roegiers definește competența ca un ansamblu de resurse (cunoștințe, capacități, atitudini), în vederea rezolvării unei situații complexe aparținând sferei situativ-problematică [4, p.107-124].

T. Cartaleanu, O. Cosovan, V. Goraș-Postică se pronunță astfel despre competență: „Ca în oricare domeniu de activitate, competența reprezintă condiția asiguratorie pentru performanță și eficiență, fiind susținută, în linie directă, de factori extrinseci și intrinseci determinativi pentru conduita umană” [1, p.7].

Astfel spus, competențele sînt rezultatul la care trebuie să ajungă educatul/studentul la sfârșitul studiilor profesionale. Aceste rezultate constituie profi lul obținut de student și sînt reprezentate sub forma „comportamentelor legate de funcțiile specifi ce lucrului” [2, p. 55].

Competențele profesionale reprezintă un ansamblu integrat și dinamic de cunoștințe (cunoaștere, înțelegere și utilizare a limbajului specific, explicare și interpretare) și abilități (aplicare, transfer și rezolvare de probleme, reflecție critică și constructivă, creativitate și inovare). [3, p.12].

**Scopul și organizarea cercetării.** Scopul cercetării este evaluarea nivelului de posedare a competențelor profesionale de către studenți și determinarea factorilor care influențează acest nivel. Pentru rezolvarea scopului dat am desfășurat un sondaj sociopedagogic, ce s-a desfășurat cu 112 studenți de la Facultățile Sport și Pedagogie a USEFS, efectuându-se astfel o cercetare cooperativă. Chestionarul a cuprins 25 de întrebări de ordin general și particular privind cunoașterea/însușirea aspectelor de predare/însuire la disciplinele *Fiziologia umană* și *Fiziologia educației fizice și a sportului*. Sondajul s-a desfășurat pe loturi selectate arbitrar, grupele antrenate excluzând orice influență externă.

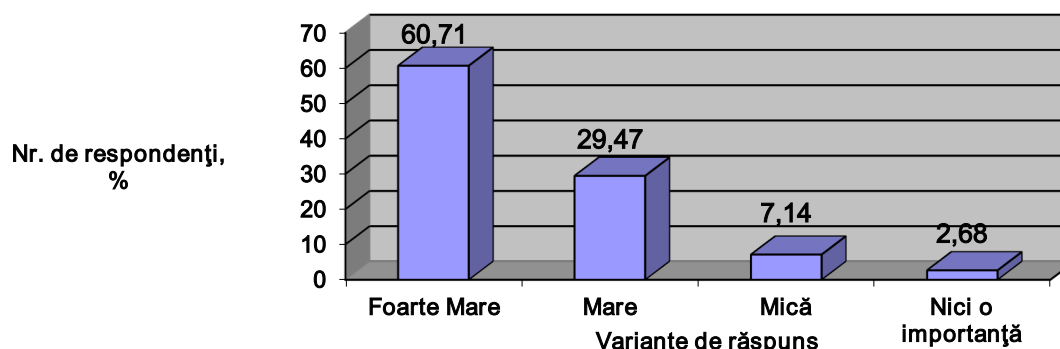
**Analiza rezultatelor.** Elaborând chestionarul dat pentru studenții ce practică diferite tipuri de sporturi, noi am încercat să formulăm întrebări privind elucidarea opiniei lor, referitoare la starea sistemului educațional prezent și cele mai stringente probleme ale procesului de învățământ la „*Fiziologia umană*” și „*Fiziologia educației fizice și a sportului*” pentru studenții ciclului I de învățământ a USEFS, în care, la momentul actual, există o nevoie urgentă de reformare a conținutului competențelor profesionale formate în cadrul disciplinelor menționate mai sus.

În Figura 1, avem reprezentate datele referitoare la întrebarea „*După părerea Dvs., care este contribuția cunoașterii fiziologiei efortului fizic pentru profesorul de educație fizică și pentru antrenor?*”. Din cele prezentate se vede că majoritatea studenților – 60,71% au răspuns că pentru profesorul de educație fizică și antrenor are o contribuție foarte mare, aceasta însemnând că studentul apreciază bine importanța acestei discipline pentru activitatea profesorului de educație fizică și a antrenorului. 7,14% din studenți au menționat că contribuția cunoașterii



fiziologiei efortului fizic pentru profesorul de educație fizică și pentru antrenor are o importanță mică și 2,68% din studenți, menționând că chiar nu are nici o importanță, ceea ce consideră ei că e adevărat.

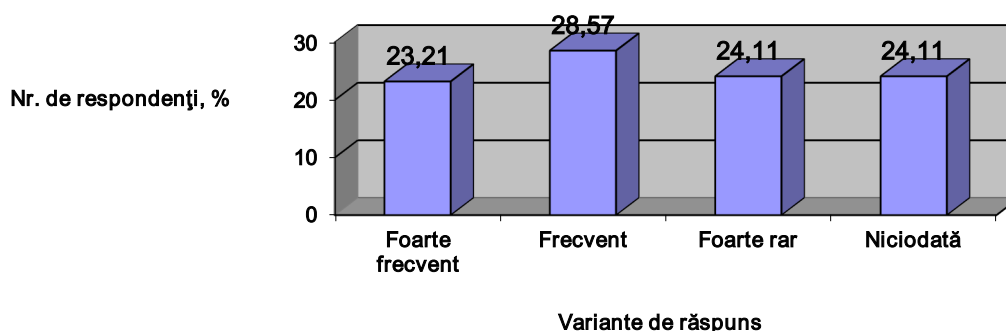
După părerea Dvs., care este contribuția cunoașterii fiziologiei efortului fizic pentru profesorul de educație fizică și pentru antrenor?



**Fig. 1. Răspunsurile respondenților la întrebarea „După părerea Dvs., care este contribuția cunoașterii fiziologiei efortului fizic pentru profesorul de educație fizică și pentru antrenor?”**

În Figura 2, avem răspunsurile studenților la întrebarea „Cât de frecvent atribuiți atenție particularităților de vârstă ale evoluției calităților motrice: forța, viteza, rezistența, dibăcia și suplețea?”, studenții au menționat că „Foarte frecvent” – 23,21%, „Frecvent” – 28,57%, „Foarte rar” – 24,11%, „Niciodată” – 24,11% atribuie atenție particularităților de vârstă ale evoluției calităților motrice: forța, viteza, rezistența, dibăcia și suplețea. Din cele văzute putem spune că părerile studenților referitor la această întrebare sunt repartizate aproximativ în aceeași măsură, aceasta denotând că contingentul de studenți supus chestionării este unul diferit cu diferite opinii despre importanța acestor particularități.

Cât de frecvent atribuiți atenție particularităților de vârstă ale evoluției calităților motrice: forța, viteza, rezistența, dibăcia și suplețea?



**Fig. 2. Răspunsurile respondenților la întrebarea „Cât de frecvent atribuiți atenție particularităților de vârstă ale evoluției calităților motrice: forța, viteza, rezistența, dibăcia și suplețea?”**

În Figura 3 avem reprezentate răspunsurile studenților la întrebarea „După părerea Dvs., la ce nivel cunoașteți, noțiunile generale despre „organism”, „mecanismele de funcționare”, „cheltuieli energetice”?”. Din cele mai sus putem observa că 58,04% dintre studenți au răspuns că cunosc noțiunile date la un „Nivel înalt”, ceea ce demonstrează că studenții trebuie cunoască elementele și noțiunile de bază ale *Fiziologiei umane* și a *Fiziologiei educației fizice și a sportului*. La un „Nivel slab” cunosc aceste noțiuni 8,92% din studenți, aceasta dând dovadă că studenții nu cunosc noțiunile generale pendente disciplinelor „Fiziologia umană” și „Fiziologia educației fizice și a sportului”.

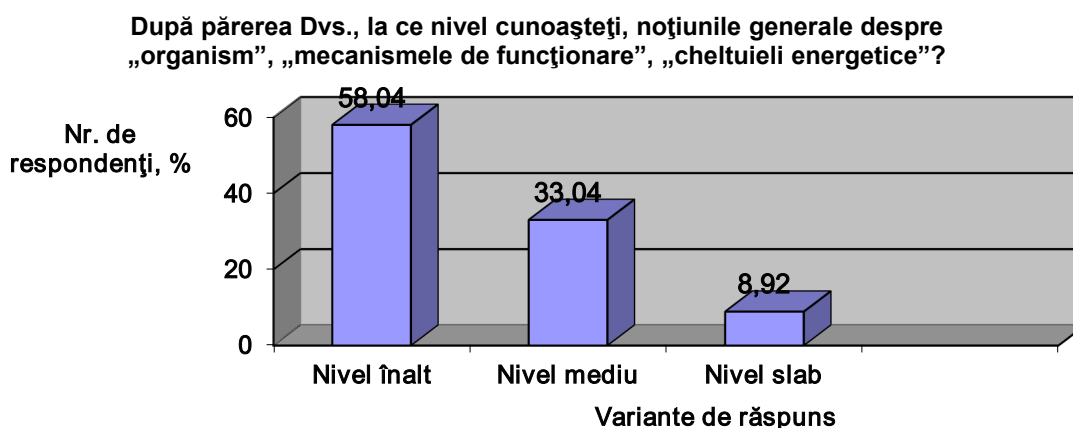
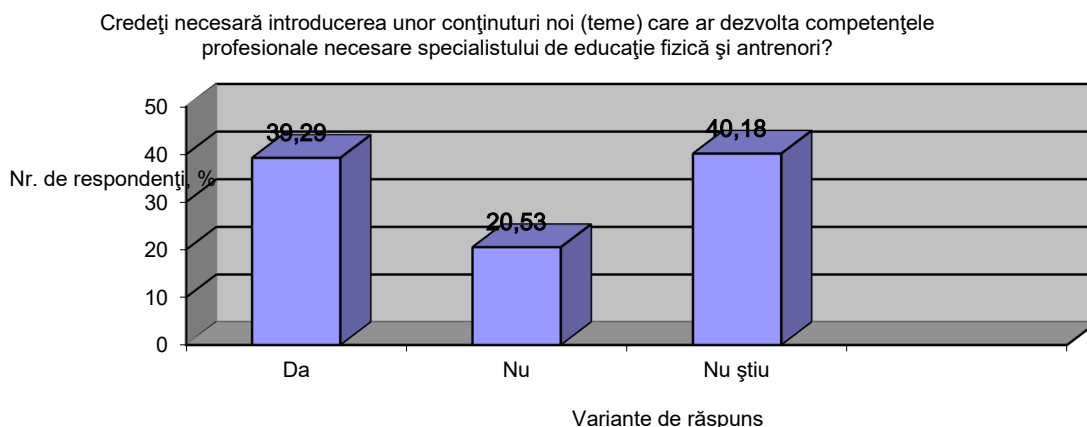


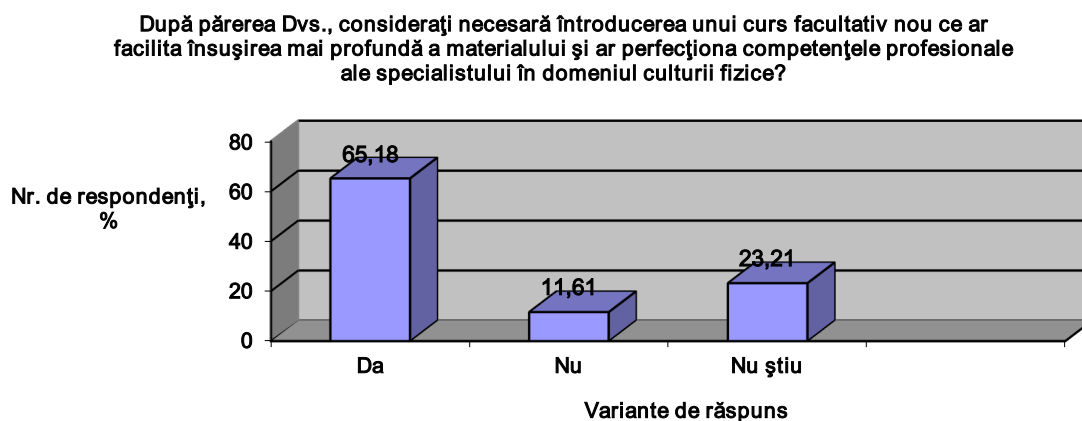
Fig. 3. Răspunsurile respondenților la întrebarea „După părerea Dvs., la ce nivel cunoașteți, noțiunile generale despre „organism”, „mecanismele de funcționare”, „cheltuieli energetice”?”

În Figura 4 avem reprezentate opiniile studenților la întrebarea „Credeti necesară introducerea unor conținuturi noi (teme) care ar dezvolta competențele profesionale necesare specialistului de educație fizică și antrenori?”, pe care am considerat-o ca o întrebare ce ar veni în întâmpinarea studenților ce consideră că materialul predat nu este suficient (Figura 4). la această întrebare 40,18 % din studenți au răspuns că “Nu știu”, 39,29% din studenți au menționat că “Da”, consideră necesară introducerea unor conținuturi noi care ar dezvolta competențele profesionale necesare unui specialist de educație fizică și antrenori și numai 20,53% din studenți au menționat că “Nu” consideră oportună introducerea unor noi teme.



**Fig. 4. Răspunsurile respondenților la întrebarea „Credeți necesară introducerea unor conținuturi noi (teme) care ar dezvolta competențele profesionale necesare specialistului de educație fizică și antrenori?”**

La întrebarea „După părerea Dvs., considerați necesară introducerea unui curs facultativ nou ce ar facilita însușirea mai profundă a materialului și ar perfecționa competențele profesionale ale specialistului în domeniul culturii fizice?” (Figura 5) majoritatea studenților 65,18% au considerat că “Da”, 23,21% din studenți au apreciat că “Nu știu” și 11,61% menționat că “Nu” este necesara introducerea unui nou curs facultativ ce ar aprofunda cunoștințele și ar perfecționa competențele profesionale ale specialistului de cultură fizică.



**Fig. 5. Răspunsurile respondenților la întrebarea „După părerea Dvs., considerați necesară introducerea unui curs facultativ nou ce ar facilita însușirea mai profundă a materialului și ar perfecționa competențele profesionale ale specialistului în domeniul culturii fizice?”**

**Concluzie.** Rezultatele analizei răspunsurilor la întrebările chestionarului ne permite să menționăm faptul, că majoritatea respondenților (~70%) sunt familiarizați cu noțiunile și conținutul problematicii generale ale „*Fiziologiei umane*” și „*Fiziologia educației fizice și a sportului*” din cadrul activității pedagogice a specialistului și a antrenorului, dar acest fapt nu este relevant în conținutul ce este desfășurat mai aprofundat, aceasta devenind doar o afirmare ce nu este fondată. Un alt fapt ce relevă experiența insuficientă fi explicată prin: lipsa manualelor la disciplina „Educația fizică”, lipsa literaturii de specialitate la disciplinele *Fiziologia umană* și *Fiziologia educației fizice și a sportului*, a obiectivelor ce țin de activitățile practice și cele de laborator, lipsa unui studiu aprofundat individual, lipsa motivației de a-și perfecționa cunoștințele la aceste și alte obiecte de studiu.

Putem menționa că în scopul procesului de perfecționare a competențelor profesionale este necesară motivarea studenților pentru studierea de sine stătător a normelor, mecanismelor și noțiunilor, ceea ce va asigura un înalt grad de pregătire profesională a specialistului apt pentru educare și autoperfecționare continuă.

#### **Surse bibliografice**

1. Goraș-Postică V. ș.a. *Formare de competențe prin strategii didactice interactive*. Chișinău: Combinatul Poligr, 2008, p. 7.
2. Goulet J.-P. *Construire un château de sable*. In: *Pédagogie collégiale*, 1994 a), 8(2), p. 55.
3. Lupu I., Cabac V., Gîncu S. *Formarea și dezvoltarea competenței de programare orientată pe obiective la viitorii profesori de informatică: Situații de învățare*. În: *Standarde de performanță: Tehnologia programării orientată pe obiecte*. Univ. de Stat Tiraspol, Catedra Didactica Matematicii, fizicii și Informaticii. Chișinău: UST, 2013, p.12.
4. Roegiers X. *L'évaluation selon la pédagogie de l'intégration: est-il possible d'évaluer les compétences des élèves?* În: ToualbiThaïlibi, K. & Tawil, S. (Dir.), *La Refonte de la pédagogie en Algérie - Défi s et enjeux d'une société en mutation*, Alger, 2005, p.107-124.

## PREGĂTIREA PSIHICĂ A ELEVILOR IMPLICAȚI ÎN ACTIVITĂȚI SPORTIVE COMPETIȚIONALE

**Goncearuc Svetlana, Samoteeva Raisa,**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

**Cijic Ștefan,**

Instituția Publică Liceul Teoretic cu Profil de Arte M. Berezovschi, Chișinău,  
Republica Moldova

***Summary:** the article is dedicated to the study of the psychological training of the sport pupils for the competitions.*

***Key-words:** psychological training, sport competition, sport pupils, psychological-motor training, cognitive training, affective training, volitional training, personality formation.*

**Actualitate.** Cele mai actuale orientări în domeniul psihologiei educației fizice determină importanța unor strategii în vederea asigurării pregătirii psihice a elevilor implicați în diverse competiții sportive [1, 2, 5]. Pregătirea psihică reprezintă o combinație dinamică de cunoștințe, capacități și atitudini complexe pluridisciplinare. Termenul de pregătire psihică este considerat cuprinzător, deoarece desemnează întregul ansamblu de factori specifici, care condiționează performanța, adică atât factorii morali și volitivi, cât și cei intelectuali, motivaționali, atitudinali și caracteriali. În plus, considerăm pregătirea psihică nu numai ca factor al antrenamentului, ci, mai mult, o componentă a întregului proces de pregătire, instruire și educație a elevului sportiv.

Definim pregătirea psihică a sportivului ca ansamblul strategiilor și tehnicilor de instruire și educare utilizate în scopul creșterii capacității psihice și dezvoltării personalității elevilor sportivi, corespunzătoare cerințelor probei sportului, pentru obținerea efectelor și rezultatelor superioare în antrenament și concurs [2, 5].

Pregătirea psihică urmărește să realizeze, prin mijloacele antrenamentului sportiv și ale acțiunilor psiho-educative, acel nivel al capacității psihice care să-i permită sportivului activități eficiente în antrenamente și rezultate superioare în concursuri. La fel presupune formarea personalității sportivului, capacității lui de autoconducere și de autoreglare. Sintetic, pregătirea psihică trebuie să asigure dezvoltarea alităților psihice solicitate și determină eficiența activității sportive.

Conținutul pregătirii psihice constă în formarea trăsăturilor psihocomportamentale a sportivului adaptarea la solicitări și stres [2].

În literatura de specialitate distingem trei trepte ale pregătirii psihice: pregătirea psihică de baza, pregătirea psihică specifică ramurii sau probei sportive, pregătirea psihică pentru concurs [2].

**Scopul investigației** constă în stabilirea particularităților pregătirii psihice a elevilor implicați în activități competiționale.

**Obiectivele cercetării:** analiza reperelor conceptuale privind pregătirea psihică a elevilor pentru concurs; identificarea particularităților de formare a competențelor pregătirii psihice la elevii sportivi.

**Metodele cercetării:** metode teoretice și experimentale.

Experimentul s-a desfășurat în cadrul liceului Berezovschi, Chișinău. Grupul experimental a cuprins 53 de elevi sportivi. Etapa a inclus diverse activități structurate în conformitate cu particularitățile de formare a competențelor pregătirii psihice la elevii sportivi:

- 1) activitatea de formare a competențelor pregătirii psihice la elevii sportivi la etapa cognitivă;
- 2) activitatea de aplicare la etapa experimentală;
- 3) activitatea de monitorizare la etapa finală.

În această ordine de idei la etapa cognitivă ne-am axat pe familiarizarea sportivilor cu conceptul de pregătire psihică, formarea inițială a unei imagini primare a acesteia, posedarea capacităților de utilizare a conceptelor în situații de lecții de educație fizică, antrenament și concurs, realizând prin aceasta funcționalitatea cunoștințelor obținute, astfel ca imaginea inițială ulterior să se transforme într-o reprezentare complexă privind procesul de pregătire psihologică a sportivilor. Demersul experimental în etapa cognitivă a contribuit la familiarizarea sportivilor cu conceptă pregătire psihologică, proiectarea pregătirii psihice, conștientizarea activității sportive și formarea conștiinței de sine.

Activitățile de aplicare la etapa experimentală au inclus antrenarea privind conținutul la etapele pregătirii psihice într-o structură unică. S-au realizat următoarele obiective: dezvoltarea capacității de autoapreciere a stărilor psihice și de strategii de pregătire psihologică a elevilor sportivi. Ne-am axat pe executarea componentelor constitutive a procesului de pregătire psihică.

Etapa a treia, activități de monitorizare la etapa finală, s-a axat pe sintetizarea, integrarea elementelor pregătirii psihice a elevilor sportivi. S-a formulat următoarele obiective: asigurarea cunoașterii conținutului pregătirii psihice a sportivilor.

Am plecat de la premisa că analiza opiniei sportivilor va permite obținerea unei imagini mai reale a importanței și valențelor pregătirii psihice în cadrul lecției de educație fizică, antrenamentului și activităților competiționale.

Chestionarul a inclus 9 subiecte cu mai multe modalități de răspuns: închise și deschise, cu variante alternative. În cercetare sunt reprezentate rezultatele

studiului privind cunoașterea de către sportivi a importanței și valențelor pregătirii psihice pentru concurs în cadrul antrenamentului.

Sportivii au oferit răspunsuri la următoarele subiecte:

1. Considerați că la lecția de educație fizică și antrenament sportiv se promovează pregătirea psihică a sportivilor?

2. Abilitățile de pregătire psihică sunt necesare la fel ca cele tehnice, tactice, fizice, teoretice etc.?

3. Considerați că este necesară pregătirea psihică pentru concurs la lecția de educație fizică și în antrenament?

4. Cunoașteți o definiție a pregătirii psihice în cadrul lecției de educație fizică și antrenament?

5. Considerați că lecția de educație fizică și antrenamentul contribuie la formarea abilităților de pregătire psihică pentru concurs?

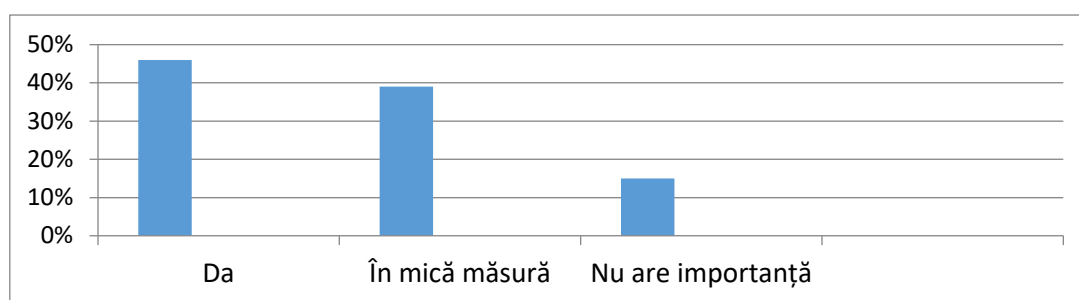
6. Care credeți că sunt efectele pregătirii psihice a elevilor sportivi?

7. Optați pentru motivarea componentei psihologice în sport?

8. Considerați că profesorii și antrenorii ar putea să formeze abilități de pregătire psihică la elevii sportivi?

9. Puteți enumera câteva componente ale pregătirii psihice pentru concurs a elevilor sportivi?

Privind importanța și necesitatea promovării pregătirii 39% din elevii sportivi consideră că în cadrul lecției de educație fizică și a antrenamentului pot fi formate, dezvoltate abilități de pregătire psihologică, dar au nevoie de cunoașterea unor metode adecvate, 46% cred că această formare ar fi realizabilă în mai mică măsură, deoarece antrenamentul este orientat spre pregătirea fizică, tehnică, tactică a elevilor sportivi, 15% – că este mai util de a face pregătirea psihică în afara antrenamentului.



**Fig. 1. Importanța procesului de pregătire psihică**

Opiniile sportivilor privind diferența dintre învățarea abilităților psihologice și a celor motrice în procesul antrenamentului s-au divizat. Astfel 73% din elevii sportivi consideră că abilitățile motrice sunt mai importante pentru pregătirea sportivă, pe când 27% din ei aderă la părerea, că aptitudinile pregătirii psihice pot fi învățate în același mod ca și alte aptitudini prin activitate.

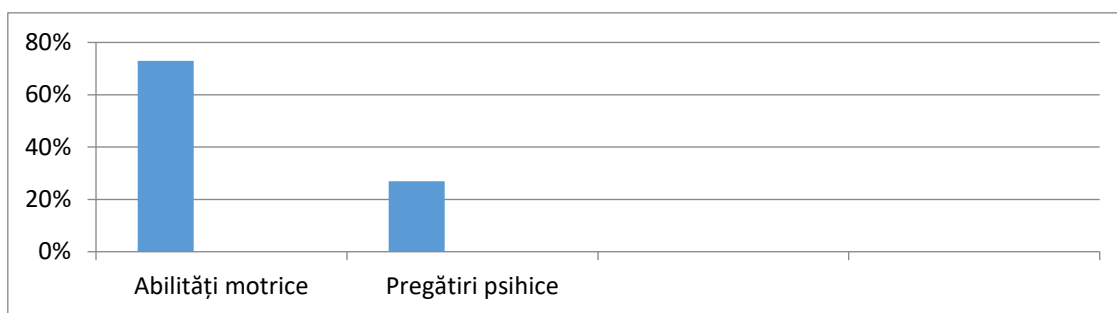


Fig. 2. Învățarea abilităților psihologice și a celor motrice în cadrul antrenamentului

Antrenamentul este un mediu propice pentru organizarea activităților de pregătire psihică susțin 79% din elevii sportivi, 21% – resping această idee.

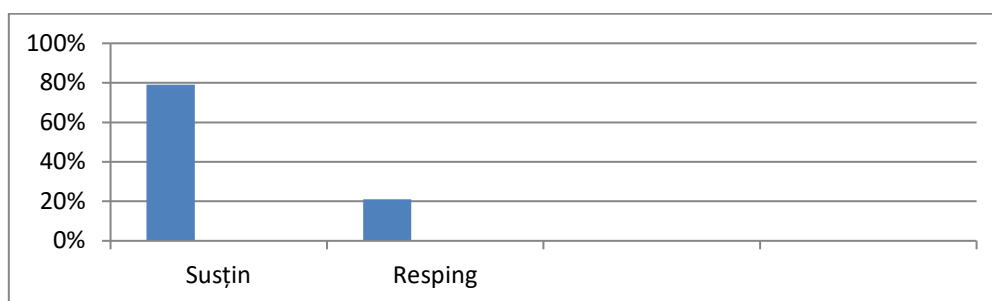


Fig. 3. Mediul de pregătire psihologică

Un număr foarte redus de elevi sportivi au putut defini pregătirea psihică, majoritatea dintre ei oferind doar unele elemente componente ale acesteia 26%, ceilalți au omis acest subiect.

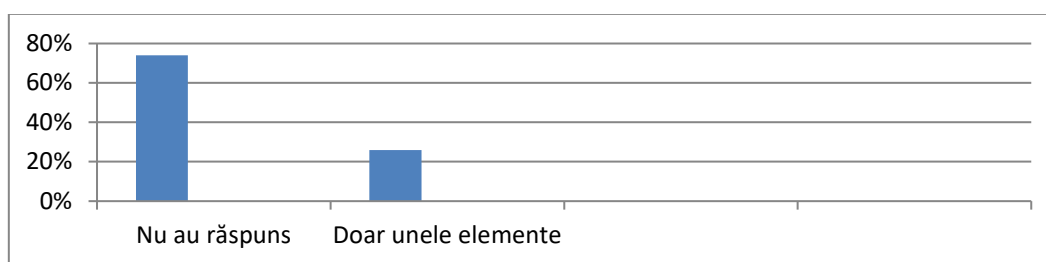


Fig. 4. Cunoașterea definițiilor pregătirii psihice în cadrul antrenamentului

86% din subiecții cred că lecțiile de educație fizică și orele de antrenament ar avea un efect favorabil asupra formării abilităților de pregătire psihică, iar 14% – că efectele acestea sunt ne semnificative.



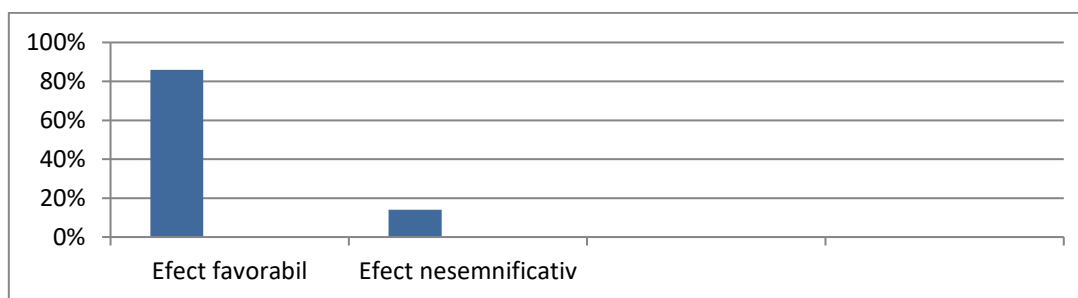


Fig. 5. Efectele educației fizice asupra comportamentului prosocial

Cercetarea noastră denotă, că principalele efecte asupra pregătirii psihice pe care le atestă climatul motivațional favorabil pregătirii psihice în cadrul lecției de educație fizică și antrenamentului au fost menționate după cum urmează 21% afirmă că elevii sportivi atestă reacții de negativism, 17% – denotă apariția conflictelor, restul 62% manifestă stări agresive.

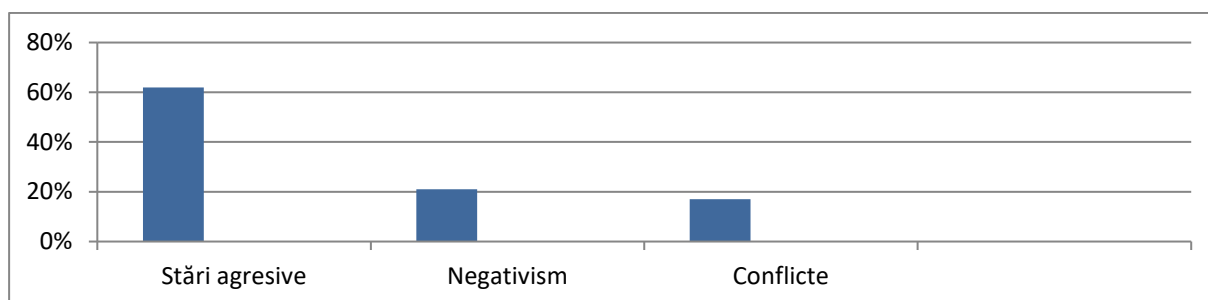


Fig. 6. Efectele climatului motivațional caracterizat prin competiție

Elevii sportivi sunt de acord, că efectele climatului motivațional cooperant în pregătirea psihică sunt pozitive.

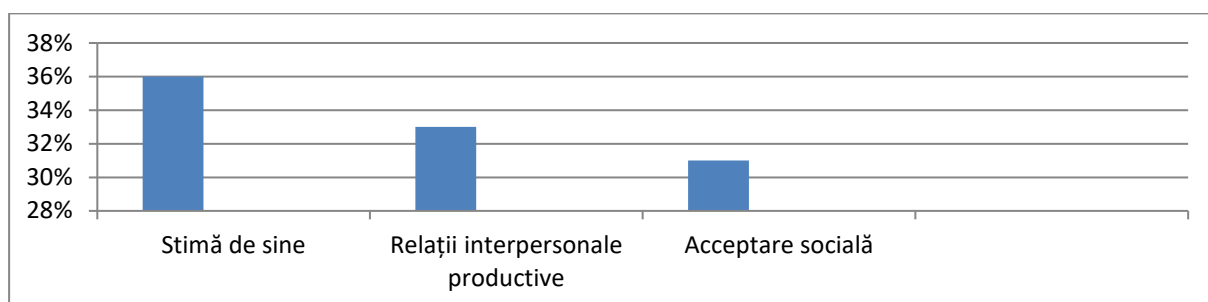
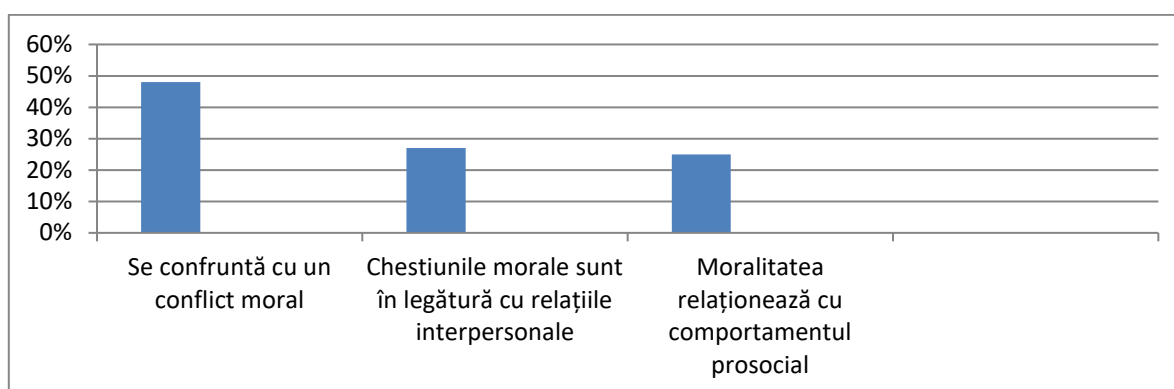


Fig. 7. Efectele climatului motivațional cooperant pentru pregătirea psihică

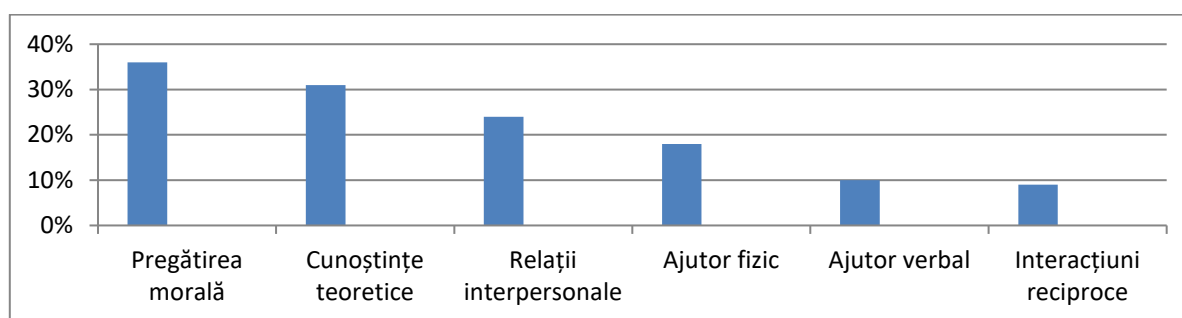
Chestiunile morale sunt în legătură cu relațiile interpersonale – consideră 27% din sportivi, moralitatea relaționează cu comportamentul prosocial – susțin 25% din ei, iar atunci când elevii sportivi se confruntă cu un conflict moral demonstrează un comportament prosocial – consideră 48%.



**Fig. 8. Relația dintre morală și comportament prosocial în cadrul lecției de educație fizică și a antrenamentului**

Un număr modest de elevi sportivi au putut enumera elemente ale pregătirii psihice și metode de formare/dezvoltare ale acesteia. Pregătirea morală și cea volitivă, emoțional afectivă, construirea relațiilor interpersonale pozitive au fost cel mai frecvent acceptate.

Cunoașterea elementelor componente ale pregătirii psihice de către elevii sportivi denotă că majoritatea din ei – 36% consideră că pregătirea morală, volitivă și emoțional afectivă constituie cel mai esențial element, 31% indică formarea cunoștințelor teoretice, 24% – numesc relațiile interpersonale formate în activitățile sportive ca fiind defenitorii pentru dezvoltarea personalității, 18% valorifică ajutorul fizic acodat în acest sens, ajutorul verbal – este remarcat doar de 10%, iar interacțiunile reciproce sunt menționate numai de 9% din sportivi.



**Fig. 9. Elemente ale pregătirii psihice**

**Concluzii.** Analiza literaturii psihopedagogice, psihosociale și cercetarea experimentală inițială au demonstrat angajamentul cercetătorilor și practicienilor pentru problema pregătirii psihice a sportivilor în cadrul lecției de educație fizică și a antrenamentului.

Elevii sportivi au opinii destul de echilibrate privind necesitatea formării abilităților de pregătire psihică în procesul lecției de educație fizică și antrenamentului, încă indică că dispun de cunoștințe modeste privind utilizarea în activitatea practică a acestora.

### ***Surse bibliografice***

1. Crăciun M. *Psihologia educației fizice*. Cluj-Napoca: Editura Risoprint, 2009, p. 154.
2. Epuran M., Holdevici Ir., Toniță F. *Psihologia sportului de performanță*. București: FEST, 2010, p. 53.
3. Gonțearuc S. *Caracteristicile comportamentului prosocial al studenților prin mijloacele educației fizice și sportului*. În: *Materialele Congresului Științific Internațional „Sport.Olimpism. Sănătate”*, Ediția III-a 13-15 septembrie 2018, Chișinău, USEFS.
4. Pânișoară G., *Psihologia învățării, cum învață copiii și adulții?* Iași: POLIROM, 2019. 294 p.
5. Radu P. *Psihologia Sportului*. Iași: POLIROM, 2016. 221 p.

## STIMULAREA CREATIVITĂȚII CADRELOR DIDACTICE ÎN EDUCAȚIA INCLUZIVĂ A ELEVILOR CU CES

**Gonciaruc Svetlana,**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

**Vrabie Elena,**

Liceul Teoretic Mihail Sadoveanu, Chișinău, Republica Moldova

**Summary.** *In the article there are shown approaches in the psycho-pedagogical area regarding the stimulation of the creativity of the teachers in the field of physical education from the perspective of the inclusive education within the SUPES continuous training program.*

**Keywords:** *creativity, physical education, inclusive education, continuous training.*

**Actualitatea.** În decursul carierei, cadrele didactice își modifică competențele profesionale. Evoluția prin care trece un profesor este foarte bine conceptualizată prin modificările survenite în preocupările și interesele sale. Se consideră că din acest punct de vedere profesorii trec prin trei stadii: preocupări cu privire la propria persoană; preocupări cu privire la sarcină; preocupări cu privire la influența asupra elevilor [1].

În cadrul programului de formare continuă a profesorilor de educație fizică a fost inclusă unitatea de curs Educația inclusivă.

Scopul unității de conținut cu ajutorul unor repere pozitive, să faciliteze motivația intrinsecă, echilibrul psihosocial, competențele profesionale și personale ale celor care realizează educația incluzivă [2, 3].

În literatura de specialitate sunt identificate unele caracteristici atribuite cadrelor didactice la care nivelul elevat al metatrebuințelor este cel care ghidează și determină aproape întreaga arie comportamentală. Printre cele mai relevante sunt: perceperea corectă a realității și eficiența în acțiune; acceptarea de sine, toleranța față de ceilalți; spontanietate, simplitate și naturalețe; autonomie față de normele sociale recunoscute; respectul deosebit pentru muncă; capacitatea de focalizare pe rezolvarea problemelor; profunzimea relațiilor interpersonale etc. [4].

Mentalitatea ca structură tematică ierarhizată specifică unei persoane este de cele mai multe ori o unitate de contrarii și joacă un rol marcant în declanșarea comportamentului unei persoane. Tematica creativă sau a realizării de sine cuprinde nevoia de a fi competent, de a ști multe, de a-și realiza aptitudinile într-

un domeniu sau altul. Odată cu experiența, preocupările se deplasează de la cele cu privire la propria persoană spre cele cu privire la influența asupra elevilor [5].

**Scopul și organizarea cercetării.** Scopul investigației constă în stabilirea unor blocaje ale creativității profesorilor în realizarea educației incluzive.

*Obiectivele cercetării:* analiza reperelor conceptuale referitoare la Ei, creativitatea profesional-didactică; elucidarea unor bariere ale creativității profesorilor în realizarea educației incluzive; identificarea premiselor pentru formarea competențelor cadrelor didactice în realizarea educației incluzive.

*Metodologia cercetării științifice* se constituie din metode teoretice, analiza, sinteza, sistematizarea conceptelor creativității didactice și a Educației incluzive; metode empirice: conservarea, anchetarea, testarea, observația; metode de interpretare a datelor: analiza și prelucrarea rezultatelor cercetării.

Cercetarea a fost organizată pe un lot de 108 profesori, din cadrul Departamentului Formare continuă și Recalificare a USEFS și învățători ai claselor primare, Liceul Teoretic Mihail Sadoveanu mun. Chișinău, eșantion reprezentativ pentru validarea rezultatelor cercetării.

**Rezultatele cercetării.** În literatura de specialitate sunt specificate bariere ale procesului de învățare în rezultatul blocajelor creativității.

Cercetarea realizată în cadrul grupului de profesori de educație fizică și învățătorii din clasele primare permis să evidențiem blocajele creativității în procesul educației incluzive.

Astfel la 16% din profesori au fost stabilite blocaje perceptive.

Aceste se referă la îngustarea punctului de vedere. Profesorii nu cunosc tehnologiile noi de învățare a elevilor cu CES, axându-se preponderent, pe utilizarea metodologiei cunoscute, astfel, se formează o interferență între obiceiurile vechi și noile percepții. La fel, la ei se manifestă tendința de a sesiza toate sensurile de a percepe relații neobișnuite între idei, obiecte sau fenomene; îngustarea punctului de vedere etc.

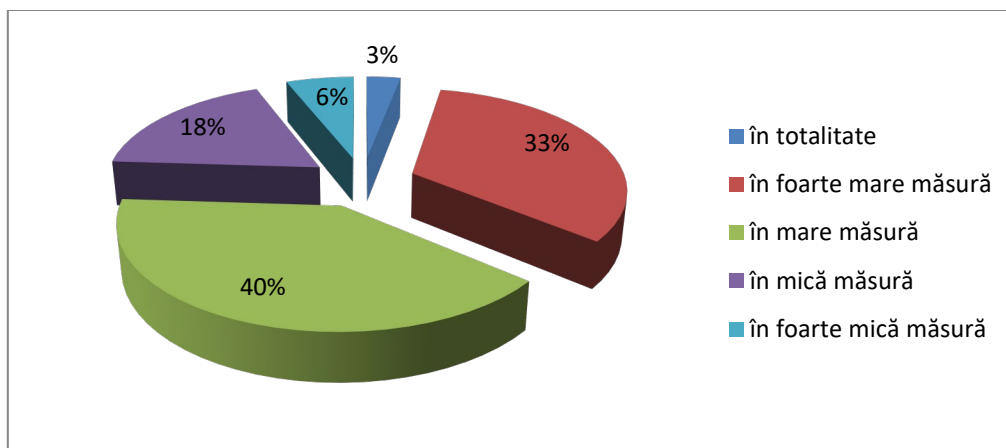
Blocaje afective au demonstrat 24% din subiecții intervievați. Descurajarea în fața dificultăților, dependența de părerile celorlalți, anxietate față de realizarea sarcinilor, de starea de sănătatea copiilor, de încrederea în forțele acestora, frica de a greși.

Blocaje culturale au fost înregistrate la 20% din subiecți. Acestea se manifestă prin conformarea la modelele educaționale-tradiționale, punerea la îndoială a necesității politicilor educaționale moderne, o mare încredere pe experiența trecută.

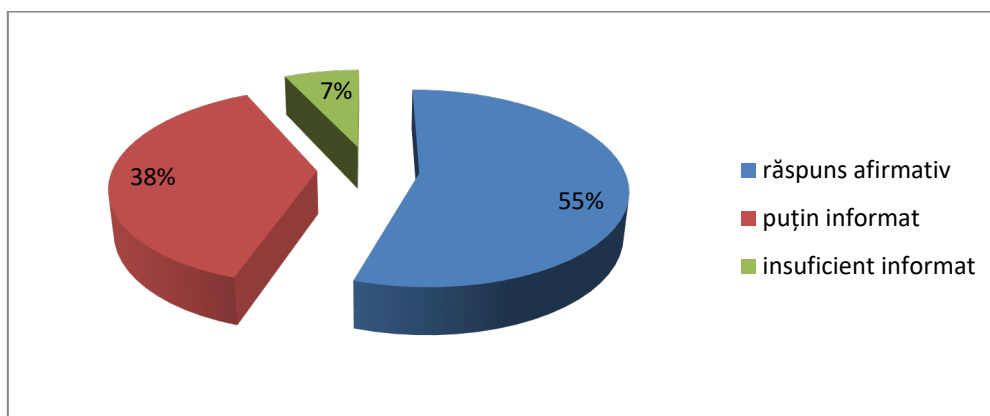
Blocajele legate de insuficiența resurselor au fost demonstrate de 40% din rândul subiecților. Insuficiența resurselor face aproape imposibilă creativitatea profesorilor în procesul de incluziune școlară a copiilor cu CES.

În scopul identificării necesității creativității didactice în procesul educației incluzive și aplicării strategiilor psihopedagogice creative în activitățile didactice și extradidactice, am realizat un studiu constatativ prin chestionarea sociologică a cadrelor didactice din lotul experimental.

Studiul realizat a avut la bază un program de interviuri pe bază de chestionar ale căror subiecte vizează mai multe variabile. Prezentăm rezultatele chestionarului.



*Fig. 1. Opinia profesorilor privind impactul creativității în procesul educației incluzive*



*Fig. 2. Opinia profesorilor privind necesitatea unor condiții speciale pentru educația incluzivă*

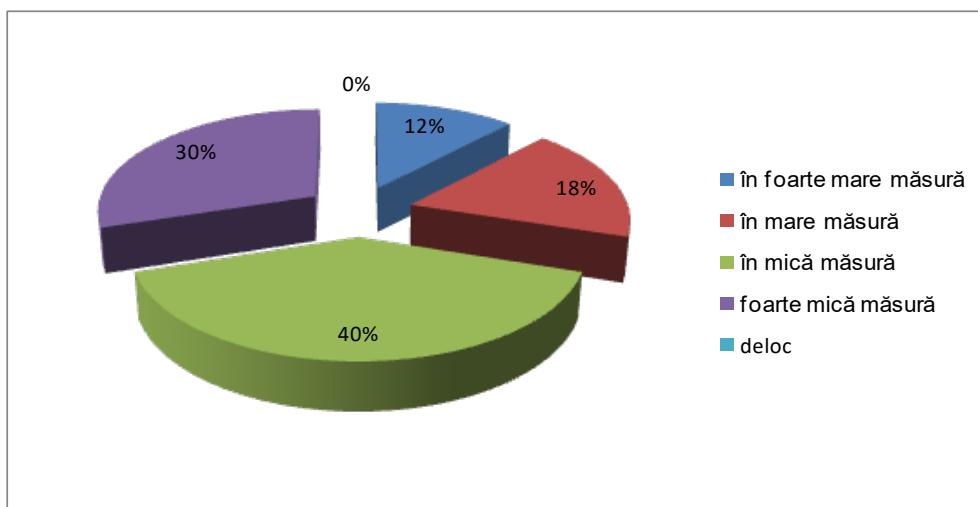


Fig. 3. Opinia profesorilor privind rolul creativității didactice în procesul educației fizice și activităților sportive în valorificarea potențialului psihofizic al acestora

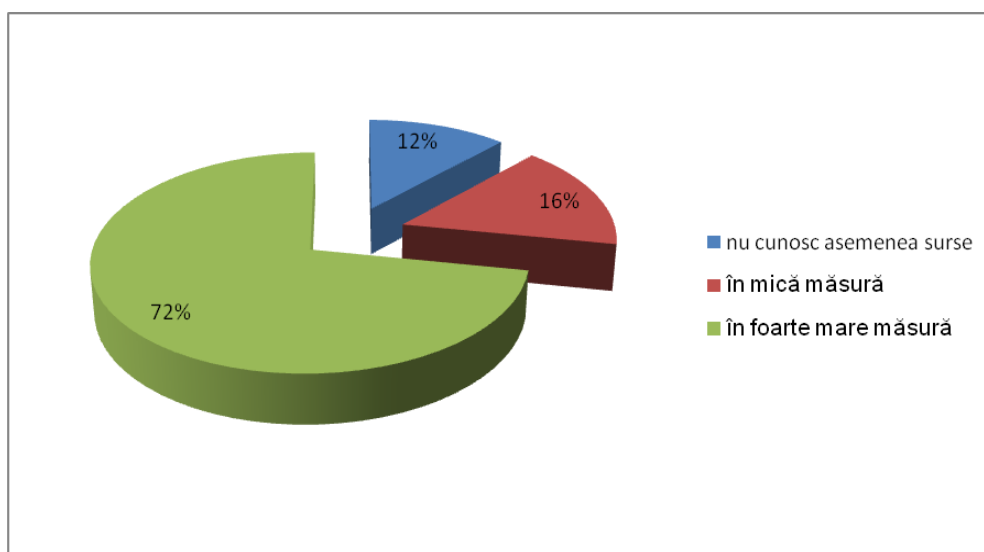


Fig. 4. Opinia profesorilor privind strategii de dezvoltare a creativității didactice în educația incluzivă

**Concluzii.** Creativitatea didactică se caracterizează printr-o multitudine de sensuri: ingeniozitate, originalitate, noutate, productivitate, utilitate, eficiență sau valoare.

În psihologie creativitatea are 3 accepțiuni: comportament și activitate psihică creativă; structură a personalității (sau stil creativ); creativitate de grup.

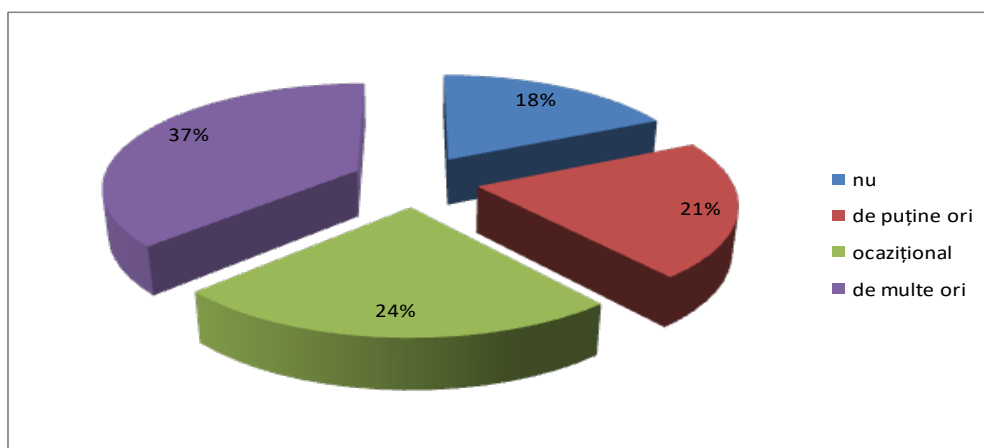


Fig. 5. Opinia profesorilor privind etapele dezvoltării creativității

Profesorii din lotul experimental au manifestat blocaje de ordin perceptiv, afectiv, cultural și cele legate de insuficiența resurselor în realizarea educației incluzive.

Printre cele mai cunoscute metode de stimulare a creativității se numără: brainstorming-ul, metoda Frisco, sinetica, metoda Phillips 6-6, metoda piramidei și rezolvarea creativă a problemelor etc. Aceste metode vor fi utilizate în procesul experimentului formativ.

### Surse bibliografice

1. Callo T. *Formarea profesorilor*. În: *Pedagogia practică a atitudinilor*. Chișinău: Litera, 2014, partea I. p. 11.
2. *Educația incluzivă*: Unitatea de curs. Chișinău, 2017. 307 p.
3. Gonciaruc S. *Impactul disciplinelor psihopedagogice asupra formării competențelor profesionale la viitorii profesori de educație fizică*. În: *Materialele conferinței științifice internaționale a studenților: Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice*. Chișinău: USEFS, 16-17 mai 2013.
4. Pânișoară G. *Psihologia învățării. Cum învață copiii și adulții?* Iași: POLIROM, 2019.
5. Кузьмина Н.В. *Методы исследования педагогической деятельности*. Москва: Физкультура и спорт, 2015, с. 28.



## PREVIZIUNI PENTRU ÎNVĂȚĂMÎNTUL INTERGRONIC ÎN AXIOLOGIA EDUCAȚIEI PSIHOFIZICE

**Grimalschi Teodor,**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

**Abstract.** *The methodological aspects for integrating the concentric psychophysical education theory and the training theory from the perspective of the formation of the axiological competence were studied for the scientific approach to the integronic education. The interdisciplinary framework was established on the basis of the interface-informational concept for the purpose of reciprocity interaction. The axiological competence of the integronics that aims to correlate the objectives related to the formation-integral psychic development based on the factors of the electromagnetic bio-fields of the cosmic and bio-spherical space has been exploited. It is recommended to form special studies in primary and general education concerning the climate change and their role upon the living beings health.*

**Keywords:** *integronic education, axiological competence, psychophysical education, integration, informational energy, integronic thinking, biosphere, cosmic space, electromagnetic bio-fields.*

**Actualitatea cercetării.** Integronica nu este o disciplină în sine, ca studiu este un mod de gândire nou, ce are în vedere ansamblul științelor interdisciplinare, ca exemplu: biochimia, socio-pedagogia, psihopedagogia, biomecanica, științele medico-fiziologice, educație psihofizică și altele. Apariția științelor interdisciplinare a schimbat structura activității de predare-învățare în direcția dobândirii simultane a unor cunoștințe – capacități-atitudini complementare mai multor materii universitare, axată pe învățarea integrată a cunoștințelor [3, p.198]. Abordarea pluridisciplinară, ca de exemplu, bio-psiho-socio-cultură, bio-psiho-socio-pedagogia, propune rezolvarea unor probleme, sisteme, situații complexe dependente de mai multe discipline și principii organizatorice, ceea ce stimulează capacitatea de integrare a informației și de operaționalizare a acesteia la nivelul unor probleme sau sisteme importante [5, p.211-216].

La baza considerațiilor noastre, pe care le vom prezenta în comunicare stă ipoteza că informația/mesajul profesorului în timpul predării materiei aduce o integrare a cunoștințelor, se produce echivalarea energiei psihice și invers energia psihică este transformată în informație [6, p.61].

În bioenergie termenul „de integrare” este utilizat pentru descrierea circulației a energiei de la cap spre membrele inferioare și invers, datorită activității psihofizice de încordare și relaxare a sistemului nervos central și

neuromuscular. În percepția evoluției, după C.Guja, se conturează faptul că existenței corporale îi corespunde și o existență energetic-informațională, care evaluează paralel cu corpul fizic și care ar putea să transcende continuitatea informației și a individualității [6, p.236].

**Scopul cercetării** constă în identificarea învățământului în baza gândirii integronice în axiologia educației psihofizice.

**Obiectivele cercetării:** 1. Studiarea aspectelor metodologice ale învățământului interdisciplinar în vederea perfecționării și optimizării educației psihofizice. 2. Stabilirea cadrului interdisciplinar pe baza conceptului de interfață informațională, în vederea interacțiunii de reciprocitate. 3. Definirea conceptului axiologic de educație psihofizică în baza factorilor cosmici și biosferei care interacționează asupra activității de formare-dezvoltare a personalității.

**Metodologia cercetării științifice.** În cercetare s-a impus necesitatea integralității și interacțiunii câmpurilor electromagnetice cu utilizarea diverselor metode, care includ în mod egal atât tehnici și metode de cercetare, cât și principii, sisteme care duc spre cunoașterea științifică a învățământului integronic în formarea competențelor axiologice în educația psihofizică.

Pentru analiza materială a temei au fost utilizate următoarele metode:

✓ *metoda logică* cu operațiunile sale – analiza, sinteza, deducția, inducția, generalizarea – a fost utilizată pentru investigarea coerentă a tuturor aspectelor temei de cercetare;

✓ *metoda comparativă* – ca rezultat am reușit să confirmăm diferite prevederi pentru învățământul integronic ce se referă la integralitatea și interacțiunea câmpurilor electromagnetice din spațiu cosmic și biosferă;

✓ *metoda prospectivă (de prognoză)* – cu ajutorul căreia am constatat pe care-l pot avea unele prevederi ale învățământului integronic.

**Rezultatele obținute.** *Gândirea integronică* [6, p.40] reprezintă o modalitate de sinteză interdisciplinară, între teoria sistemelor cea cibernetică [9] și teoria informației, utilă pentru înțelegerea mai profundă a fenomenelor asupra activității umane pe baza conceptului de interfață informațională, în vederea sistemului cibernetic de relație (Figura 1).

În DEX se explică că gândirea este un instrument și potențialitate de cunoaștere, potențial energetic, psihic și creșterii tendinței spre eficiență [4, p.319], deși gândirea este energia, câmpul electromagnetic al omului, impune să activeze, să producă emoții [10, p.32-35]. În cadrul studierii manifestărilor fiziologice ale emoțiilor sau observat modificări ale ritmurilor cardiace, respiratorii, schimbări bioelectrice, spasme, tremurături [2, p.261-263].

Deși intergronica este o știință integrativă polivalentă, al cărui rezultat multivectorial este un sistem de rezultate științifice, sintetizator și integrator, al științelor sociopedagogice, tehnico-științifice, psihopedagogice, psihofizice, în vederea formării competenței axiologice [7], a prelucrării de informații

integratoare și adaptive, capabile funcționării și aplicării în orice mediu ale științelor teoretice și practice, să satisfacă calitativ și competitiv orice situație.

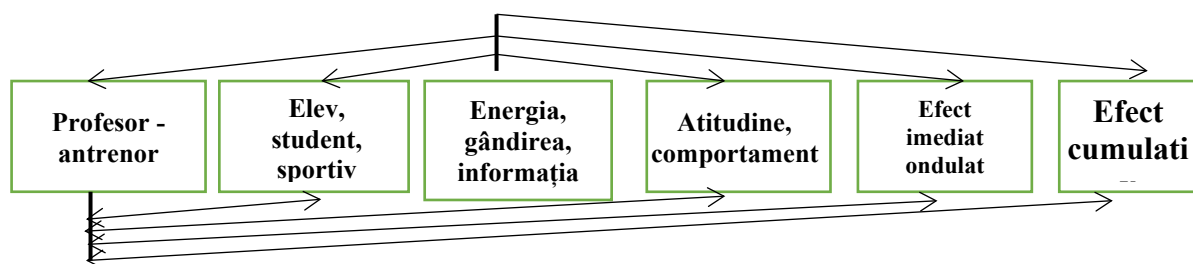


Fig.1. Structura sistemului cibernetic de relație

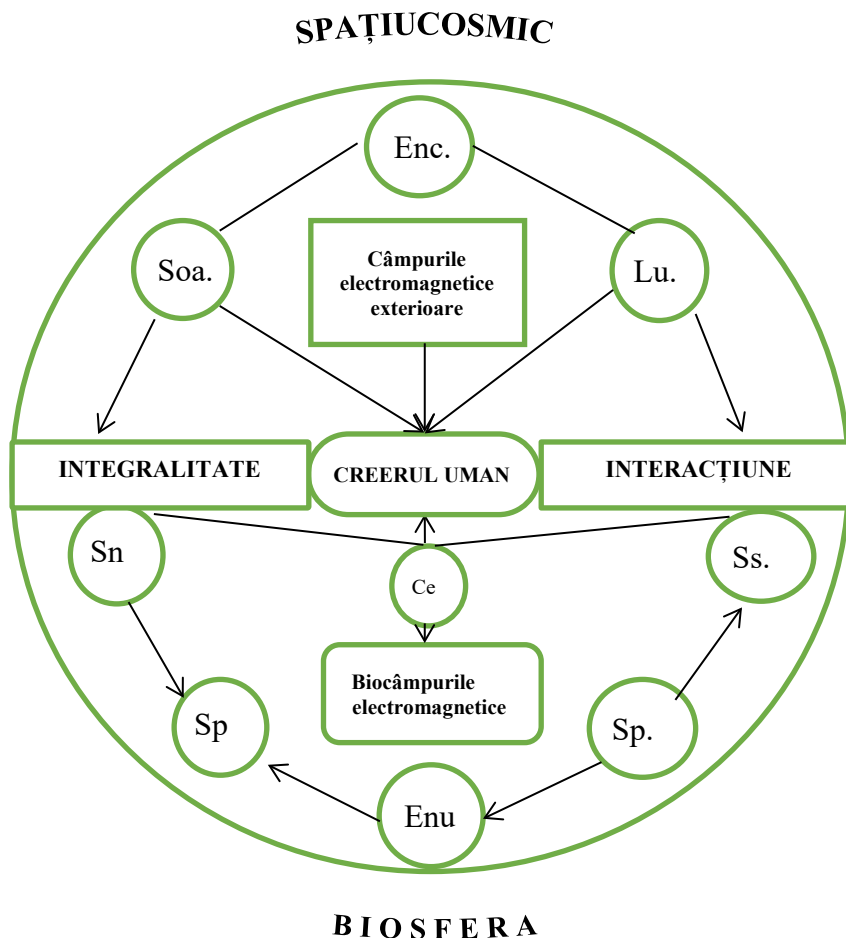
Interrelațiile biocâmpurilor electromagnetice interne ale celulelor [1] cu câmpurile electromagnetice exterioare pot constitui, în final o sursă de informații asupra proceselor care asigură echilibrul organismului, așa numită **homeostazie electrică** [6, p.40], ca proprietate a organismului de a menține, în limitele foarte apropiate, constantele mediului intern [4, p.463].

Putem afirma că realitatea fizică cu care suntem în contact permanent și nemijlocit este câmpul electromagnetic.

Existența câmpului electromagnetic este legată și de existența câmpurilor electrice și magnetice ca entități separate ale mediului nostru înconjurător [6, p.40] – universul – planetele, sistemul solar, luna, Pământul (Terra), spațiul cosmic (Figura 2). Putem afirma că prin energia electromagnetică organismul viu comunică cu universul.

Principalul unității dintre organismul uman și mediul din univers este **creerul** ca organ al gândirii și al conștiinței care prelucrează, stochează și folosește în permanență informațiile (din mediul înconjurător și din mediul intern) condiționând și integrând cultural adaptarea [4, p.237]. Radiația solară din spațiul cosmic cuprinde radiațiile ultraroșii, radiații luminoase și radiații ultraviolete (UV) cosmice-electromagnetice provenite din spațiu cosmic. Radiația UV reprezintă 5,0% din radiația solară care atinge suprafața pământului. Aceasta are un rol important din punct de vedere biologic, deoarece are cea mai mare energie și valoare fundamentală pentru schimbarea climatului și existența umană – sănătatea fizică și psihică.

Ființa umană este înconjurată și inundată cu energie universală, pe care o capătă, o folosește și apoi elimină energia uzată rezultată. Din punct de vedere energetic structura umană este constituită dintr-un număr de niveluri energetice: nivel fizic, mental (corpul fizic), nivel emoțional și spiritual (corpul energetic). Nivelul energetic colectiv și individual reprezintă *conștiința cosmică universală*. Ele sunt concentrate între ele prin intermediul centrelor energetice care permit trecerea energiei dintr-un nivel la altul, filtrând și adaptând energia universală, conform necesităților organismului respectiv [8, p.94-95].



**Fig.2. Factorii care interacționează de la cei cosmici până la fenomenele cuantice din creerul uman – integronic**

NOTĂ: Soa – soare; Enc – energie cosmică; Lu – luna; Sn – substanțe nutritive; Sp – substanțe proprii organismului; Enu – energia umană; Ss – substanțe simple; Ce – celula [1].

Conștiința vizează domeniul vieții interne și se exprimă prin stări psihice (încordare, bucurie, neliniște, durere, plăcere) ce se manifestă mai intens în interior și se conturează în cadrul exprimării externe. Starea fizică de mare intensitate a devenit recunoscută ca a patra stadiu de conștiință, primele trei fiind: curentă, activă și superactivă – cunoștința superioară, care demonstrează: informarea, energia și materia. Această teorie a fost implicată și în tematica de arteterapie, cele de provocare energetică, reconsiderată nu numai ca dimensiunile vieții cotidiene ci și cu marele *cosmos*, precum și implicațiile competenței psihofizicului în condițiile existențiale superioare de activitate [2, p.174].

### **Concluzii.**

1. Obiectul de studiu al integronicii îl constituie procesele de integrare și elementele lor componente, sistemele integrate a căror caracteristică esențială este

dată de stabilitatea lor compozițională, funcțională și comportamentală, de compatibilitatea dintre variația relațiilor energiei informaționale interne și variația relațiilor externe în cursul procesului de integrare.

2. Definierea conceptului de educație psihofizică evidențiază acele valori pedagogice fundamentale care cultivă integritatea și interrelațiile dintre psihic și fizic ca interacțiune ale câmpurilor electromagnetice interne și externe pentru existența umană – sănătatea fizică și psihică.

3. Competența axiologică a inegronicii vizează corelarea obiectivelor raportate la formarea-dezvoltarea fizică integrală cu cele dependente de formarea – psihică integrată, în baza energiei cosmice și umane.

Ca urmare a cercetărilor efectuate se desprinde următoarea recomandare – noile realizări și perspectivele educației psihofizice au determinat necesitatea de a include învățământul integronic în clasele primare și gimnaziale studii speciale privind interacțiunea câmpului electromagnetic asupra schimbărilor climaterice în biosferă și sănătății ființelor vii.

### Surse bibliografice

1. Bernaz N., Dandara O. *Repere conceptuale din didactica generală cu aplicare la procesul de predare-învățare-evaluare a biologiei*. Curriculum de liceu. Revista Pro-Didactică. Chișinău: Cartier educațional 2001, p. 22.

2. Crețu T., Dumitrașcu R., Golu M ș.a. *Dicționar enciclopedic de psihologie* (Coord. Ursula Șchiopu) București: Babel 1997, p. 174, 261-263.

3. Cristea D. *Interdisciplinaritatea pedagogică*. În Dicționar de pedagogie. Chișinău – București: Litera internațional, 2000, p.198.

4. *Dicționar explicativ al limbii române*. Ediția a II-a. București: Univers enciclopedic, 1996, p.237, 319, 463.

5. D'Hainaut L. *Program de învățământ și educația permanentă*. București: Didactică și Pdagogică. 1981, p. 211-216.

6. Guja C. *Aura corpului uman*. Introducere în antropologia individului. Iași: Polirom, 2000, p.40, 61, 236.

7. Guțu Vl. *Curriculum 2019: demersuri conceptuale, metodologie și manageriale*. În: Revista de teorie și practică educațională. Chișinău: Didactica Pro Nr. 4-5 (116-117) octombrie 2019, p. 3-9.

8. Hristenco D. *Reiki tradițional de la gradul I la maestru*. București: Teora, 2010, p.94-95.

9. Зациорский В.М. *Кибернетика. Математика. Спорт*. Москва: Физкультура и спорт, 1969, с.10.

10. Лоуэн А. *Психология тела. Биоэнергетический анализ* / Пер. с англ. С. Коляда. Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2002, p. 32-35.

## PARTICULARITĂȚILE DE UTILIZARE DE CĂTRE CADRELE DIDACTICE A ELEMENTELOR TEHNICE DIN TURISMUL PEDESTRU ÎN LECȚIILE DE EDUCAȚIE FIZICĂ CU ELEVII DIN CICLUL GIMNAZIAL

**Onoi Mihail, Grosu Maria, Mindrigan Vasile,**  
Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

***Abstract.** Tourism through its many forms (pedestrian, mountain, nautical tourism, etc.), is becoming more popular among the pupils, due to the diversity, the environment in which they are practiced, the benefits upon the skills, the abilities and the state of health. The use of the technical elements of pedestrian tourism in the physical education lesson can be a diversification of the lesson, but also an impetus for the pupils to obtain the necessary knowledge for life (lighting a fire, tightening the knots, providing first medical aid, etc.).*

***Keywords:** Pedestrian tourism, pupils, lessons, secondary school cycle, physical education, technique.*

**Actualitatea.** În procesul de reformă în diverse domenii, se acordă o atenție deosebită stării de sănătate și pregătirii fizice a populației, în special a elevilor de diferite vârste [4]. Acest proces este caracteristic și pentru Republica Moldova în contextul în care începând cu anul de studii 2019 a fost aprobat [1] și implementat noul Curriculum Național la educația fizică pentru ciclul gimnazial, în care se regăsește și turismul pedestru ca probă sportivă la alegere, fapt care creează premise pentru studii la acest domeniu.

Statisticile oficiale și studiile evidențiază că sănătatea și potențialul de dezvoltare a tinerei generații din țara noastră este amenințată, deși, pe parcursul ultimilor ani, unii indicatori ai sănătății (ex: morbiditatea generală a copiilor de 0-17 ani) s-a îmbunătățit [2, p.11].

Este cunoscut faptul că activitatea motrică este o condiție necesară pentru dezvoltarea firească a organismului în creștere. Mai mult, este necesar ca profesorii de educație fizică să organizeze activitățile motrice cu elevii în aer liber. În acest sens, lecțiile de educație fizică cu elevii din ciclul gimnazial ar trebui să prevadă activitatea fizică în diverse condiții, în afara sălilor de sport, dar care să fie argumentată științific.

În opinia noastră aceste cerințe pot fi asigurate de profesor, prin utilizarea diverselor elemente ale turismului pedestru, accesibile pentru elevii din ciclul gimnazial.

**Scopul cercetării** constă în analiza elementelor tehnice de turism pedestru utilizate de către profesori în cadrul lecției de educație fizică cu elevii din ciclul gimnazial.

**Organizarea cercetării** cercetarea s-a realizat în perioada septembrie-noiembrie 2019.

**Analiza rezultatelor.** Turismul reprezintă un mijloc al educației fizice ce poate fi util fiecărui elev, fiind necesar pentru dezvoltarea personalității, în cazul în care profesorii cunosc și pot alege acele mijloace și metode care să realizeze aceste obiective. Prin utilizarea de către profesor a diverselor forme de turism (turism pedestru, montan, nautic, orientarea sportivă etc.) și elementelor acestora, elevii își fortifică organismul și sănătatea, dezvoltă calitățile motrice, obțin priceperi și deprinderi de orientare în teren, traversarea obstacolelor naturale și artificiale, asigurare și autoasigurare etc. [5].

Abordarea tradițională de către profesor privind utilizarea mijloacelor și metodelor educației fizice nu este întotdeauna suficientă pentru a crește capacitățile funcționale ale elevilor și dezvoltarea eficientă a calităților motrice de bază.

În prezent, sunt dezvoltate noi curricule de educație fizică care au o orientare mai largă fiind bazate pe latura sportivă, recreativă, educațională etc. În noul curriculum aprobat de Consiliul Național la 17 iulie 2019 la disciplina educația fizică profesorii pot selecta module obligatorii, care cuprind probe precum: atletism, gimnastică, joc sportiv 1 și 2, dar și module la alegere, printre care regăsim și probe sportive recreative (Tabelul 1).

**Tabelul 1**  
**Probe incluse la modulul (probe sportive recreative) în cadrul curriculumului de educație fizică pentru ciclul gimnazial (ediția, 2019)**  
**[1, p.6]**

Clasa				
V	VI	VII	VIII	IX
Înot <b>Turism pedestru</b>	Înot <b>Turism pedestru</b>	Aerobică Înot <b>Turism pedestru</b>	Aerobică Înot <b>Turism pedestru</b>	Aerobică Înot <b>Turism pedestru</b>

Din Tabelul 1 vedem că una dintre probele la alegere care poate fi selectată de profesorii de educație fizică și este inclusă în noul curriculum la modulul probe sportive recreative este turismul pedestru.

**Turismul pedestru** – este o formă a turismului sportiv care reprezintă un marș turistic pe un anumit traseu. El presupune alegerea liberă a mai multor trasee, reprezentând un mare avantaj pentru cei ce practică această probă [3, p.2].

Elementele tehnice pe care ar trebui să le aplice profesorii în cadrul lecțiilor sunt:

➤ *tehnica turismului pedestru*, care reprezintă un complex de procedee și mijloace utilizate eficient pentru soluționarea obiectivelor turistice (ex: tehnica traversării obstacolelor, tehnica organizării bivuacului turistic, tehnica orientării în teren, tehnici de acordare a primului ajutor și transportarea accidentatului);

➤ *tactica turismului pedestru* care are menirea să asigure un echilibru necesar organismului elevilor între deplasare și odihnă.

În cadrul orelor de educație fizică, elementele tehnicii la turismul pedestru utilizate de profesori pot deveni un real sprijin pentru elevi în viața de zi cu zi, totodată trezind și interesul pentru lecții.

La *tehnica traversării obstacolelor*, profesorii de educație fizică ar putea mima depășirea obstacolelor naturale, ce ar include ca exemplu traversarea râului în vad cu viteza relativ mică, ar putea simula această traversare prin mai multe metode:

- de unul singur cu ajutorul unei prăjine (eventual utilizarea unui baston) de care elevul se va sprijini;
- în doi, stând față în față, brațele întinse cu mâinele pe umerii partenerului;
- în grup, aranjați în rând, brațele pe umerii partenerilor, cei mai puternici elevi se află la margini.

Profesorii *la tehnica organizării bivuacului turistic* ar trebui să învețe elevii să aleagă locul pentru bivuacul turistic (ex: pe teritoriul școlii), să monteze corturile, să construiască focul de tabără, să amenajeze un teren sportiv în condiții de drumeție (Fig. 1).



*Fig. 1. Amenajarea unui bivuac turistic*

*Tehnica orientării* – aici profesorul de educație fizică poate utiliza diverse metode:

- orientarea în teren după obiectele înconjurătoare și corpurile cerești (ex: soare), busolă și hartă topografică, care poate fi desenată de către profesor;



- orientarea sub formă de labirint, care se poate realiza în cadrul unei săli de studii din incinta școlii atunci când condițiile meteo sunt nefavorabile (Fig. 2).

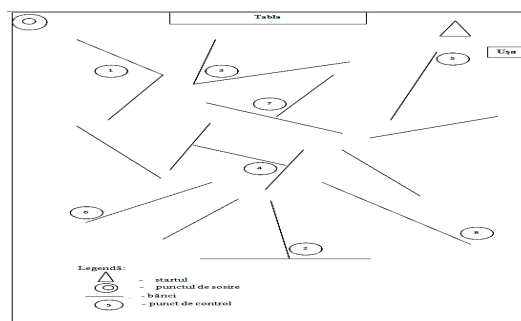


Fig. 2. Model de labirint și hartă utilizată pentru mini orientarea în sălile de clasă

O hartă pentru orientarea sub formă de labirint poate fi ușor întocmită de către profesorul de educație fizică, pentru o clasă sau sală de sport, utilizând obiectele înconjurătoare. Repere pentru orientare devin – scaunele, băncile, saltelele, inventarul sportiv (banca de gimnastică, aparatele pentru sărituri etc.) și alte obiecte.

Spectaculozitatea unor astfel de activități este maximă. Toate activitățile elevilor (privirea, mimica, acțiunile tehnice, tactice, topografice etc.) pot fi monitorizate de profesor.

*Tehnica de acordare a primului ajutor și transportarea accidentatului* – aceasta presupune ca profesorul în primul rând să le explice elevilor componența trusei medicale, după care le va demonstra metode de acordare a ajutorului medical în cazul diverselor traume, dar și de transportare utilizate în condiții naturale (Fig. 3).



Fig. 3. Tehnica de acordare a primului ajutor și transportarea accidentatului în cadrul turismului pedestru

Reeșind din definiția tacticii profesorul de educație fizică ar trebui să acorde atenție la regimul zilei într-un marș turistic pedestru, precum și la tempoul și ordinea deplasării grupei.

**Concluzii.** Utilizarea elementelor tehnice din turismul pedestru de către profesori în cadrul lecțiilor de educație fizică cu elevii din ciclul gimnazial, s-a observat un interes sporit în desfășurarea orelor. Totodată, la elementele tehnice propuse de profesori, elevii s-au implicat activ, ceea ce a condus la îmbunătățirea pregătirii fizice și funcționale a organismului.

Elementele tehnice selectate de profesori, care s-au desfășurat în partea de bază a lecției, confirmă faptul că acestea dezvoltă calitățile de coordonare și are ca scop îmbunătățirea dezvoltării mobilității, vitezei de reacție și calităților fizice. Studiul denotă faptul că utilizarea de către profesor în cadrul lecțiilor de educație fizică a elementelor din turismul pedestru, conduc la faptul că copiii dobândesc diverse abilități care contribuie la îmbunătățirea sănătății și la formarea personalității.

### **Surse bibliografice**

1. *Consiliul Național pentru Curriculum* (Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 609 din 17 iulie 2019). Curriculum național la disciplina educație fizică pentru clasele V-IX, p. 6.

2. Gaugaz O., Buciuceanu-Vrabie M. *Calitatea vieții copiilor – un factor de impact în dezvoltarea durabilă a Republicii Moldova*. În: Monitor Social Nr. 17. Chișinău, 2013, p. 11.

3. Крупенин С.В. *Дополнительная общеразвивающая программа «спортивный туризм»*. Москва, 2017, с. 2.

4. Печерская С.А. *Использование элементов туризма на уроках физической культуры в начальных классах*. Владимир, 2015 (accesat 14.10.2019); Access mode: <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/08/23/issledovatelskaya-rabota-po-teme-ispolzovanie-elementov>

5. Янкин В.М. *Воспитание здорового образа жизни учащихся посредством туризма* (accesat 20.10.2019); Access mode: <http://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/413014/>

## EVALUAREA LIMBAJULUI PROFESIONAL SCRIS ÎN CADRUL PROIECTULUI DIDACTIC AL MASTERANZILOR – VIITORII PROFESORI DE EDUCAȚIE FIZICĂ

**Timuș Maria,**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

***Summary.** The terminology of physical education and sport is presented as a useful and necessary field for the professional pedagogical activity. In the broad sense of the word, the terminology of physical education and sport encompasses the entire nomenclature used in the theory and practice of physical exercises.*

***Keywords:** specialized terminology, forms of written language, didactic project, evaluation criterion.*

Comunicarea pedagogică scrisă a profesorului de educație fizică și sport reprezintă activitatea principală, prin care se realizează și activitatea didactică, în cadrul căreia toate procesele se asigură într-un anumit limbaj profesional scris, care determină, în mare măsură, atât reușita profesională, cât și cea școlară, datorită dezvoltării concomitente a limbajului comun al subiecților egali încadrați în procesul de predare-învățare [4, 5].

Formarea limbajului scris studenților de cultură fizică și sport reprezintă una din componentele principale prin care se realizează și activitatea didactică, în cadrul căreia toate procesele se asigură printr-un anumit limbaj profesional.

Vorbirea profesională scrisă, concepută ca instrument de cunoaștere și comunicare, este indispensabilă atât activității științifice, cât și celei de practică profesională.

Terminologia educației fizice și sportului se prezintă ca un câmp util și necesar pentru desfășurarea activității profesionale pedagogice. În sensul larg al cuvântului, terminologia educației fizice și sportului cuprinde întreaga nomenclatură folosită în teoria și practica exercițiilor fizice [4, 7].

Din multitudinea de forme de limbaj scris practicate de către studenți, cele mai des întâlnite în procesul educațional sunt: cererea, notița, testul, lucrarea de control, expunerea, rezumatul, eseul, scrisoarea, procesul-verbal, comentariul, compunerea, referatul, raportul, proiectarea (anuală, semestrială), proiectul didactic, conspectul, articolul, teza de licență.

În continuare ne vom referi doar la un exemplu al formei de limbaj profesional scris, prezentate de către studenții masteranzi USEFS.

*Proiectul didactic* (al lecției) este definit ca scenariu didactic sau structură a unei lecții. Este o descriere anticipată a felului în care va fi desfășurată pas cu pas

activitatea didactică, astfel încât obiectivele stabilite să fie îndeplinite cu succes [3, 6].

*Proiectul de lecție* (centrat pe obiective, care devin realitate sub efectul activității profesorului) evidențiază modul cum devin operaționale conținuturile, cum se utilizează metodele și mijloacele, cum participă elevii, care sunt acțiunile de predare și învățare, cum devine profesorul managerul acțiunii didactice, care sunt modalitățile de evaluare preconizate, toate acestea la modul anticipativ. Proiectul este o schițare (desenare, creionare) a instruirii prin obiective, procedându-se la o abordare sistematică ce asigură eficiența managerială a procesului didactic. Proiectarea unei lecții este operația de identificare a secvențelor instrucționale ce se derulează în cadrul unui timp determinat, de obicei, o oră școlară [1, 2].

*Proiectarea lecției presupune parcurgerea unor etape:* 1. Formularea clară a obiectivelor operaționale. 2. Selectarea și analiza conținuturilor. 3. Analiza resurselor. 4. Adoptarea strategiei didactice. 5. Evaluarea instrumentelor și probelor de evaluare.

Studentilor-masteranzi din grupul experiment și martor ( $n = 14$ ) li s-a propus să realizeze în scris un proiect didactic al lecției de antrenament, de control, (Figura 1, 2).

În urma analizei tipologiei greșelilor din construcțiile gramaticale a proiectelor didactice prezentate de către studenții masteranzi am determinat 10 criterii de evaluare a limbajului profesional scris a unui proiect didactic (Tabelul 1).

**Criteriile de evaluare** sunt seturi de calități importante care se regăsesc în produsele învățării și care trebuie să se prezinte ca un sistem. În procesul evaluării criteriale se utilizează descriptorii care caracterizează modul în care studentul învață și reflectă rezultatele cantitative și calitative ale procesului de învățare (gradul de stăpânire a competențelor la disciplinele universitare, precum și nivelul de dezvoltare a personalității studenților) [9, p.2].

O altă sursă spune că „criteriul de evaluare – nivel de performanță prin intermediul căruia poate fi examinată posibilitatea atingerii anumitor standarde și/sau obiective” [10, p.5].

Dacă analizăm comparativ din punct de vedere statistico-matematic rezultatele evaluării limbajului profesional scris al unui proiect didactic la grupele martor și experiment la etapa inițială (Tabelul 1), observăm că  $t$ , calculat pentru toate criteriile de evaluare variază între 0,19-0,47 valoarea fiind mai mică decât  $t$  tabelar, fapt ce dovedește că diferențele între cele două grupe sunt ne semnificative ( $P > 0.05$ ).

PROIECTUL LECȚIEI DE ANTRENAMENT

Proiect pentru lecția de antrenament pentru echipa școlii, liceului

Școala: *Scoala Secundară „Nicolae Ceaușescu”*  
 Grupa/Clasa: *IX-2*  
 Data: *12.1.2014*  
 Proba/sportul: *volii*  
 Locul de desfășurare: *Sala de sport Nr. 1*  
 Materiale sportive: *mingi de volei, jlecan, etc.*  
*Sintrenas - Stavila Vasile*

<p><b>Temele lecției:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><i>Consolidarea tehnicii pantei de sus cu 2 mâini</i></li> <li><i>Consolidarea tehnicii blocajului individual</i></li> <li><i>Per. bilateral „volei” Repetiționarea procedurii</i></li> </ol>	<p><b>Obiectivele operationale:</b></p> <p><b>psihomotrice:</b>                  Să execute: <i>conștient</i>  <i>tema proiecte</i></p> <p><b>Cognitive:</b>                  Să descrie: <i>procedeu tehnice pe</i>  <i>elemente separate</i></p> <p><b>Afective:</b>                  Să se bucure: <i>de influența ex</i>  <i>ercițiului fizic asupra organismului</i></p> <p><b>Sociale:</b>                  Să concluzioneze: <i>în timpul antren</i>  <i>mentului cu foș</i></p> <p><b>Estetice:</b>                  Să sesizeze frumusețea: <i>dezvoltării</i>  <i>capacității organismului său</i></p>
--	--

Partea durată	Conținutul (sistemele de acționare)	Dozare	Strategii didactice	
			metode	indicații metodice
	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Aranjarea jucătorilor</i></li> <li><i>Verificarea echipamentului</i></li> <li><i>stabilirea obiectivelor.</i></li> </ul>	<i>1-2 minute</i>	<i>Frontal</i>	<i>1pt-0 linie</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Alergare cu rotirea, brațele înainte, înapoi.</i></li> </ul>		<i>Explicare</i>	<i>Brațele drepte</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Alergare cu ridicarea coapselor.</i></li> </ul>	<i>20-30 m</i>	<i>indicații</i>	<i>Ridicarea la 90° a coapselor</i>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Alergare câte 2 față-în-față transmiterea mingii de după cap și din față</i></li> </ul>			<i>Transmi-terea cu proz-</i>

Fig. 1. Model de proiect al lecției de antrenament elaborat de către studentul masterand (fragment)

Comparând datele statistico-matematice prezentate în Tabelul 1, observăm că rezultatele obținute de la etapa finală sunt în favoarea GrE ( $P < 0,05$ ), unde

valoarea lui  $t$  calculat la etapa finală pentru toate criteriile testate variază între 2,07-2,49 și este mai mare decât  $t$  tabelar, ceea ce dovedește că diferențele între cele două grupe sunt semnificative. Acestea fiind spuse, ne dovedește că eficacitatea programei aplicate la etapa finală a experimentului indică indici statistici superiori ai grupeii experiment față de grupa martor la nivelul  $P < 0,05$  la toți parametrii testați.

Etapa lecției	Subcompetențe	Conținuturi didactice	Durata etapelor min	Metodologia de organizare, predare și evaluare	Indicații metodice
Etapa pregătitoare 10-12 min	Scut și capacitate:	* tranșarea * Răboțul * Salutul profesurii	1-2 min	Frontal	Explicare clasa și conștient
	- să mențină disciplina în cadrul lecției	Exerciții la stăruie		Demonstrativ	Exerciții deportive
	să poată coordona mișcările de la 9 timp	1-2. Pas cu dreptul înainte 3-4. Pașii pe ambele la dreapta 5-6 pas lateral și drept 7-8. Pașii la stânga		Explicare	Exerciții deportive înainte
		→ Amintirea cernelor scrite.		Verbal	Amintirea pe tablă
		Varietăți de mers:			
	- să execute corect varietațile de mers	1. Mers pe stăruie într-un loc sau 2. Mers pe călcăi înaintea 3. Mers înaintea 4. Mers înaintea 5. Mers înaintea 6. Mers înaintea 7. Mers înaintea 8. Mers înaintea 9. Mers înaintea	10-11 min	Demonstrativ	Exerciții deportive înaintea
		Varietăți de alergări:			
	- să execute corect varietațile de alergare	1. Alergare înaintea 2. Alergare înaintea 3. Alergare înaintea 4. Alergare înaintea 5. Alergare înaintea 6. Alergare înaintea 7. Alergare înaintea 8. Alergare înaintea 9. Alergare înaintea	11-20 min	Mixt	Exerciții deportive înaintea
		Varietăți de sărituri:			
	- să execute corect varietațile de sărituri	1. Sărituri înaintea 2. Sărituri înaintea 3. Sărituri înaintea 4. Sărituri înaintea 5. Sărituri înaintea 6. Sărituri înaintea 7. Sărituri înaintea 8. Sărituri înaintea 9. Sărituri înaintea		Demonstrativ	Exerciții deportive înaintea
		Varietăți de aruncări:			
	- să execute corect varietațile de aruncări	1. Aruncări înaintea 2. Aruncări înaintea 3. Aruncări înaintea 4. Aruncări înaintea 5. Aruncări înaintea 6. Aruncări înaintea 7. Aruncări înaintea 8. Aruncări înaintea 9. Aruncări înaintea		Explicare	Exerciții deportive înaintea
		Varietăți de lăncșuri:			
	- să execute corect varietațile de lăncșuri	1. Lăncșuri înaintea 2. Lăncșuri înaintea 3. Lăncșuri înaintea 4. Lăncșuri înaintea 5. Lăncșuri înaintea 6. Lăncșuri înaintea 7. Lăncșuri înaintea 8. Lăncșuri înaintea 9. Lăncșuri înaintea		Explicare	Exerciții deportive înaintea

**Fig. 2. Model de proiect didactic al lecției de control elaborat de către studentul-masterand**

**Tabelul 1**  
**Criteriile de evaluare a limbajului scris a unui proiect didactic**

Nr. d/o	Criterii	Grupele și statistica	Indicatori statistici			
			Inițială $\bar{x} \pm m$	Finală $\bar{x} \pm m$	t	P
1	<i>Coresponderea conținutului temei cu amplitudinea subiectului predat</i>	M	7,21±0,46	7,50±0,44	0,69	> 0,05
		E	7,33±0,45	8,97±0,40	4,10	< 0,01
		T	0,19	2,49	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
2	<i>Nivelul de posedare a abilităților de descriere a mijloacelor și metodelor utilizate</i>	M	7,00±0,38	7,27±0,37	0,77	> 0,05
		E	7,19±0,36	8,36±0,29	3,77	< 0,01
		T	0,36	2,32	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
3	<i>Capacitatea de formulare și scriere a strategiei didactice alese</i>	M	6,92±0,46	7,36±0,44	1,05	> 0,05
		E	7,10±0,45	8,58±0,40	3,95	< 0,01
		T	0,28	2,07	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
4	<i>Nivelul de posedare a abilităților de formulare și scriere corectă a obiectivelor de referință</i>	M	7,21±0,46	7,60±0,44	0,93	> 0,05
		E	7,34±0,45	8,87±0,40	3,82	< 0,01
		T	0,20	2,15	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
5	<i>Abilități de formulare și scriere corectă a subcompetențelor formate</i>	M	7,00±0,46	7,42±0,44	1,00	> 0,05
		E	7,21±0,45	8,72±0,39	3,77	< 0,01
		T	0,33	2,20	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
6	<i>Stilistica limbajului scris al proiectului didactic</i>	M	7,00±0,46	7,24±0,45	0,56	> 0,05
		E	6,80±0,44	8,49±0,40	4,23	< 0,001
		T	0,31	2,08	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
7	<i>Utilizarea terminologiei profesionale specifice temei predate</i>	M	7,00±0,33	7,42±0,34	1,31	> 0,05
		E	7,18±0,32	8,33±0,27	4,10	< 0,01
		T	0,39	2,12	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
8	<i>Relevanța surselor bibliografice utilizate în realizarea proiectului didactic</i>	M	6,92±0,43	7,43±0,41	1,27	> 0,05
		E	7,20±0,42	8,71±0,38	3,97	< 0,01
		T	0,47	2,28	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
9	<i>Nivelul de posedare a abilităților de autoevaluare și elucidare a recomandărilor ce reies din autoevaluare</i>	M	7,00±0,46	7,46±0,45	1,07	> 0,05
		E	7,22±0,47	8,87±0,41	3,93	< 0,01
		T	0,33	2,31	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
10	<i>Nivelul posedării abilităților de descriere a scenariului didactic (conținutului didactic)</i>	M	6,78±0,45	7,29±0,44	1,21	> 0,05
		E	7,05±0,46	8,68±0,42	3,88	< 0,01
		T	0,42	2,27	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—

Legendă: E – Grupa experiment, M – Grupa martor; n = 14; P – 0,05; 0,01; 0,001; r = 0,553  
f = 26; t = 2,056; 2,779; 3,707  
f = 13; t = 2,160; 3,012; 4,221

Analizând din punct de vedere statistic dinamica dintre testările criteriilor de evaluare a LPS (limbajul profesional scris) al unui proiect didactic al grupei martor la etapa inițială și cea finală, observăm că  $t$  calculat pentru fiecare criteriu variază în diapazonul 0,56-1,31 valoarea fiind mai mică ca  $t$  tabelar, ceea ce dovedește că între testarea inițială și cea finală a criteriilor de evaluare a limbajului profesional scris nu sunt diferențe între cele două etape ale experimentului sau acestea sunt necernificative ( $P > 0,05$ ).

Totodată, analizând statistico-matematic dinamica dintre testările criteriilor de evaluare a limbajului profesional scris a unui proiect didactic al grupei experiment, la etapele inițială și finală, observăm că diferențele între cele două etape sunt semnificative în favoarea grupei experiment ( $P < 0,01-0,001$ ). Interpretând diferențele dintre rezultatele obținute la etapele inițială și finală, de grupa experiment, observăm că „ $t$ ” calculat variază între 3,77-4,23, fiind mai mare ca „ $t$ ” tabelar, ceea ce dovedește că diferențele statistice obținute sunt semnificative.

Analiza datelor și evaluarea rezultatelor experimentului de formare a limbajului profesional scris în cele două eșantioane, constituie un prilej pentru a conștientiza lucruri importante de eficientizare a procesului de formare a limbajului profesional scris la studenții-masteranzi, aflați în mediul academic modern [218, p.46-51].

**Concluzii.** Drept consecință, nivelul de formare la cadrele didactice școlare și universitare a competențelor de comunicare pedagogică și de realizare a actelor de limbaj profesional scris este nesatisfăcător, fapt care menține la același nivel nu numai competența lor profesional-comunicativă, dar și influențează negativ însușirea bazelor teoretico-metodologice ale profesiei.

### Surse bibliografice

1. Ciolan L. *Învățarea integrată. Fundamente pentru un curriculum transdisciplinar*. Iași: Polirom, 2008. 280 p.
2. Cucoș C. (coord). *Psihopedagogie pentru examenele de definitivare și grade didactice*. Iasi: Polirom, 1998, p. 9-27.
3. Grif M., Grimalschi T., Grimalschi D. *Model pedagogic de dezvoltare curriculară din perspectiva competențelor de educație fizică*. In: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3(28), 2012, p. 29-32.
4. Nanu M.C. *Formarea limbajului profesional pentru comunicarea pedagogică la studenții facultăților de educație fizică și sport*. Teza dr. ped. Chișinău, 2006. 168 p.
5. Timuș M., Danail S. *Unele aspecte privind posedarea limbajului profesional scris de către studenții – viitorii profesori-antrenori*. În: Activitățile



psihomotrice din perspective interdisciplinare. București: Universitatea din București, 2009, p. 32-37.

6. Timuș M. *Comunicarea profesională a specialistului de cultură fizică și sport*: Note de curs. Chișinău: Valinex, 2013. 274 p.

7. Tomșa N. *Pregătirea studenților facultăților de educație fizică și sport pentru comunicarea dialogo-didactică*: Autoref. dis. ... dr. în ped. Chișinău: INEFS, 2003. 28 p.

8. Timuș M. *The efficiency criteria of the “professionaal written language formation” program and the values of the written professional language at the physical education students*. În: Sport și societate, Vol. 15, Nr.2, 2015, p. 46-51.

9. file:///D:/pentru%20articol/reg-metodologia\_privind\_evaluarea\_criteriala\_prin\_descriptori.pdf, p. 2.

10. file:///D:/pentru%20articol/strategia%202016-2021.pdf, p. 5.

**ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ ПОДХОД В ФОРМИРОВАНИИ РИТМА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
(АКМЕОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ)**

**Афтимичук Ольга,**

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Annotation.** The article presents the stages of the implementation of the system-activity approach in the framework of the formation of the rhythm of professional and pedagogical activity of a specialist in physical education, which is indicated by the process of organizing components of holistic didactic activity (motor and speech activity), which are interconnected and have their own substructures that perform strictly defined functions.*

***Key words:** rhythm, activity, teacher of physical culture.*

**Актуальность.** Современное высшее образование отличается своей направленностью на разрешение одной из злободневных проблем качественного формирования специалиста, развитие у уже состоявшихся дидактических кадров мотивации к постоянному обновлению профессиональных знаний и умений, к творческому саморазвитию, направленности на достижение высот профессионализма. Разрешением данной проблемы занимается акмеология, одним из направлений которой является определение закономерностей, механизмов, условий и факторов творческого развития личности в рамках деятельности до вершины профессионала.

Продуктивность профессионального развития будущего специалиста по физической культуре обусловлена его стремлением к самосовершенствованию и мастерству в педагогической деятельности. Здесь необходимо определение возможностей создания и функционирования акмеологически обоснованной системы подготовки специалиста по физической культуре как совокупности взаимодействующих акмеологических условий, факторов и технологий, способствующих эффективному решению задач формирования творческого потенциала преподавателя в области физической культуры и его самореализации в деятельности на пути достижения в ней вершин профессионализма и мастерства [5, 6].

В структуре деятельности как учителя физического воспитания на уроке, так и в профессиональной деятельности спортивного тренера, выделяют гностический, проектировочный, конструктивный, организаторский, коммуникативный и двигательный компоненты [3]. Последний компонент акцентирует наше внимание, поскольку именно он демонстрирует особенность деятельности специалиста физической культуры. И здесь имеет место говорить о двигательных компетенциях будущих учителей/тренеров, заключающихся в технике выполнения физических упражнений преподавателем по физической культуре или двигательных элементов соревновательных упражнений тренером. Правильный показ упражнений определяет эффективность учебно-воспитательного процесса.

К тому же, дидактическая деятельность преподавателя физического воспитания представляет собой сложный комплекс вербальной, кинесической и двигательной деятельности, в процессе осуществления которых синтезируется координационная структура адекватных подструктурных элементов, образующих собой определенный алгоритм упомянутых деятельности. При этом, дидактическое общение преподавателя физической культуры определяется компетенциями педагогической техники (в широком смысле), ритмовая структура которой синтезируется на основе координации и интеграции, адекватных подструктурных элементов. Учитывая, что педагогическое общение в рамках урока/занятия является результатом симбиоза речевой и кинетической деятельности, техника общения в процессе их взаимодействия претерпевает уровень рече-двигательной координации [2].

Непрерывный процесс модернизации образования связан с возможностью внесения изменений в процесс обучения, что обуславливает способность педагога видеть целостный дидактический процесс, понимать закономерности его развития, проявлять свои профессиональные качества. Важную роль в этом играет системное интегральное качество – дидактическая культура. Уровень сформированности дидактической культуры преподавателя в значительной степени определяется его технолого-инновационной готовностью к решению дидактических задач, в том числе в ситуациях постоянного обновления содержания обучающей деятельности. При рассмотрении содержания дидактической деятельности специалиста по физической культуре необходимо отметить ее специфику, заключающуюся в симбиозе коммуникативного и двигательного компонентов. И только законы ритмоструктурной организации могут способствовать формированию целостной педагогической/дидактической деятельности [1].

**Цель исследования** заключалась в установлении акмеологической направленности ритмической категории в системе физкультурного образования, а также значимость системно-деятельностного подхода в формировании умений ритма профессионально-педагогической деятельности будущего специалиста.

**Основной материал и обсуждение результатов.** Понятие процесса формирования какой-либо деятельности предполагает организацию ряда последовательных действий для достижения определенного результата. В этом аспекте формирование ритма профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре обозначено процессом организации составляющих целостной дидактической деятельности (двигательная и речевая деятельности), находящихся во взаимосвязи и имеющих свои подструктуры, выполняющие строго определенные функции.

В соответствии с системным подходом разрешение настоящей проблемы проходило поэтапно (рис. 1). Вначале осуществлялся качественный анализ категорий «Деятельность» и «Ритм». Изыскивались и соотносились характеристики изучаемых объектов на предмет научных исследований и достижений по ритмотематике. В исследовании были задействованы различные области – философия, психология, физиология, педагогика, ритмология, музыка. Каждая из них претерпевала ретроспективный содержательный и функциональный анализ.

В рамках данного анализа обозначалось выявление и формулировка проблемы формирования ритма деятельности преподавателя по физической культуре. В результате чего определились структурные означенные выше компоненты профессионально-педагогической деятельности изучаемой области.

Следующий этап предполагал технологию количественной и качественной детерминации состава доминант учебного процесса, включающий его ритмопоказатели. Проводился корреляционный анализ исследуемых параметров деятельности. Проектировались с математическим расчетом модели ритмоструктурной организации деятельности, предусматривающие и двигательный, и речевой, и координационный аспекты. Состоявшиеся разработки позволили определить алгоритмы формирования каждой из деятельностей, что в итоге обусловило алгоритм формирования целостной деятельности на координационном уровне.

Далее разрабатывались программы по формированию ритма двигательной [8, 11], речевой деятельностей [4, 10], а также комплексной интегративной деятельности [9, 12]. Определялись формы организации, средства и методы воспитания умений ритма данных деятельностей для

дальнейшего внедрения экспериментальных программ в практику учебно-воспитательных процессов вуза.



Рис. 1. Содержание системного подхода

В этом ракурсе стоит отметить демонстрацию деятельностного подхода к процессу формирования ритма деятельности в рамках системного подхода. Принимая во внимание, что деятельностный подход к обучению является альтернативой методу передачи готовых знаний и их пассивного усвоения студентами, все разработки настоящего исследования были направлены на организацию их активной учебно-познавательной деятельности. За основу была взята теория деятельности А.Н. Леонтьева [7], предусматривающая подразделение ее на действия и операции. В нашем исследовании всякая изучаемая деятельность (двигательная, речевая, целостная) предполагала поэтапное формирование ее ритмо-структурных компонентов путем их дифференцирования на микро, мезо и макроструктуры/деятельности. Каждая имела свое внутреннее ритмо-строение, согласно целям и задачам конкретного учебного процесса. Умения ритмо-проектирования и ритмо-моделирования всех составляющих означенных деятельностей закреплялись в рамках учебной и педагогической практиках, что и знаменует специфику деятельностного подхода в формировании компетенций, направленную на становление

педагогического мастерства. На этом, завершающем этапе развиваются творческие способности, предполагающие, в нашем случае, организацию дидактических ситуаций различного порядка (макро, мезо, микро) согласно актуальным условиям их реализации. Здесь наряду с организацией активной учебно-познавательной деятельности, осваиваются отдельные технологии, закладывается прочный методологический фундамент своей будущей профессии.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Таким образом, процесс формирования ритма профессионально-педагогической деятельности преподавателя в области физической культуры предполагает системно-деятельностный подход, проявляющийся в формировании личности будущего специалиста и продвижении его в процессе собственной деятельности, направленной на «открытие новых знаний».

Использование разработанных нами методик регистрирования ритма двигательной, коммуникативной и целостной интегративной дидактических деятельностей, по нашему мнению, должно быть обязательным условием для формирования у студентов соответствующих педагогических компетенций, являясь ориентировочной основой, как для оценивания и самооценки, так и для проектирования ритма профессиональной деятельности. Последнее положение предопределяет осуществление ряда педагогических экспериментов, позволяющих установить ряд общих и частных закономерностей формирования профессиональных компетенций ритма конкретной деятельности.

#### **Литературные источники**

1. Афтимичук О.Е. *Закономерности диалектики ритмоструктурной организации дидактической деятельности преподавателя физической культуры*. В: Научно-практический журнал «ЧЕЛОВЕК, ИКУССТВО, ВСЕЛЕННАЯ»: по матер. 5-ой Междунар. конф. в Сочинском гос. ун-те, 2018, с. 178-186.

2. Афтимичук О.Е. *РИТМ, МУЗЫКА, ОБЩЕНИЕ*: Монография. Кишинев: «Valinex» SRL, 2017. 208 р.

3. Афтимичук О.Е. *Теоретические подходы к проблеме профессиональной деятельности в области физической культуры: (Ритмовой аспект)*: Монография. Chișinău: Valinex, 2018. 127 р.

4. Афтимичук О.Е. *Значение курса методических разработок по формированию знаний и умений ритма дидактического общения у будущих учителей физической культуры*. В: Современные концепции научных исследований, № 8(17), 2015, Ч. 1, с. 94-97.

5. Деркач А.А., Зазыкин В.Г. *Методы акмеологических исследований*: учебное пособие. Москва: Изд-во РАГС, 2010. 166 с.

6. Кузьмина Н.В. *Методы акмеологического исследования*. Москва: ИЦ «Академия», 2002. 194 с.

7. Леонтьев А.Н. *О дальнейшем психологическом анализе деятельности*. В: Избр. психолог. произв.: В 2-х т.т. Москва: Педагогика, 1983, Т. 2, с. 247-250.

8. Полевая-Секэрэну А., Афтимичук О. *Проблема ритма в структурной организации двигательного действия борцов*: В: Система профессиональной подготовки в спортивных единоборствах. VIII межд. научно-практ. конф. посвященной памяти ЗМС, ЗТСССР, профессора Чумакова Е.М. Москва: РГУФКСИТ, 2008, с. 88-94.

9. Aftimiciuc O., Gönczi-Raicu M. *Conținutul cunoștințelor necesare al studenților pentru realizarea activității didactice integrative*. În: A dualității și perspective în educația fizică și sportivă de performanță: Conf. internaț. de comun. și refer. științ. Galați: Univ. „Dunărea de Jos” Galați, 2003, p. 65-68.

10. Aftimichuk O. *Course Program on The Formation of The Didactic Communication Rhythm of Physical Education Teacher*. In: Journal of Exercise, Sports & Orthopedics, 2018, 5(2): 1-7.

11. Faur M.-L., Aftimiciuc O. *Eficacitatea metodicii elaborate privind formarea ritmului de activitate motrică în baza conținuturilor interdisciplinare*. În: Olympia. Sesiunea anuală de comun. științ. și referate a FEFS. Brașov: Univ. „Transilvania”, 2004, p. 19-25.

12. Gönczi-Raicu M., Aftimiciuc O. *Analiza experienței și procesului de pregătire a profesorilor de educație fizică pentru activitatea didactică integrativă*. În: Studii și cercetări în domeniul Educației Fizice, Sportului și Kinetoterapiei. Iași: Univ. Tehnică “Gh. Asachi”, 2004, p. 18-25.

## ПОДГОТОВКА БУДУЩИХ ФИТНЕС-ТРЕНЕРОВ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ УКРАИНЫ

Данилевич Мирослава, Грибовская Ирина, Свистельник Ирина,  
Львовский государственный университет физической культуры  
им. Ивана Боберского, г. Львов, Украина

**Abstract.** *The social demand for high-quality provision of fitness services has actualized the issue of a new-format personnel training. Questionnaire has been used to explore the peculiarities of higher education training of the prospective fitness coaches in physical education institutions of Ukraine. The training of competitive specialists has been found to require increased time for practical training and broader use of modern forms and methods of teaching.*

**Keywords:** *training, higher educational institutions, fitness industry, fitness coach.*

**Актуальность.** Сегодня существует социальный запрос на специалистов новой формации, способных оказывать качественные фитнес-услуги населению. Это связано с ориентацией приоритетов общества на здоровый образ жизни и динамичным развитием фитнес-индустрии в Украине.

Во второй половине XX столетия в мире резко возросла популярность двигательной активности как средства оздоровления. Однако, в Украине существенный прогресс в вопросах привлечения населения к рекреационно-оздоровительной двигательной активности отмечается только в начале XXI века. Сегодня в стране наметилась положительная тенденция к росту числа лиц, использующих различные виды и формы двигательной активности с оздоровительной целью [1, 3].

Активное развитие фитнес-индустрии в течение последних 20 лет привел к созданию различных фитнес-центров, предоставляющих услуги в соответствии с предпочтениями, возрастом и состоянием здоровья занимающихся. При этом, отмечается несоответствие уровня подготовленности будущих фитнес-тренеров требованиям рынка труда и отсутствие у большинства из них профильного высшего образования [2, 5]. Поэтому специалисты занимаются поиском инновационных путей реформирования системы высшего физкультурного образования, при этом уделяют особое внимание трансформации содержания, форм и методов профессиональной подготовки будущих специалистов рекреационно-оздоровительной сферы, в том числе и фитнес-тренера [4, 6, 7, 8 и др.].

**Цель и организация исследования.** Цель работы – изучить особенности использования современных форм и методов обучения в



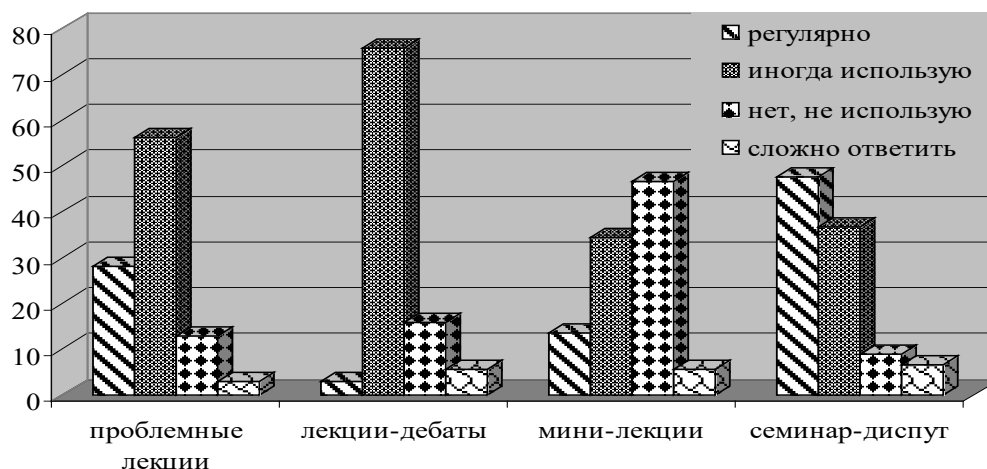
процессе подготовки будущих фитнес-тренеров в физкультурных учреждениях высшего образования Украины.

Для изучения особенностей профессиональной подготовки будущих фитнес-тренеров в профильных физкультурных учреждениях высшего образования Украины нами был произведен опрос студентов и преподавателей.

**Основной материал и обсуждение результатов.** Опрос студентов свидетельствует о сознательном выборе профессии фитнес-тренера: 52,93% респондентов давно об этом мечтали; 23,57% – выбрали обучение из любопытства; 15,78% – сами занимаются фитнесом; 2,74% – выбрали профессию по совету друзей и 4,99% опрошенных затруднились ответить.

Неотъемлемой составляющей профессиональной подготовки будущего специалиста по физическому воспитанию и спорту является практическая подготовка. Полученные результаты свидетельствуют, что 72,20% опрошенных студентов ощущают потребность в дополнительной практической подготовке.

Для создания эффективной системы подготовки квалифицированных специалистов необходимо обеспечить широкое использование современных технологий в учебном процессе. Опрос преподавателей учреждений высшего образования физкультурного профиля позволил выяснить, какие формы обучения они используют в своей работе (рис. 1).



**Рис. 1. Использование современных форм обучения в подготовке будущих специалистов рекреационно-оздоровительной сферы (%)**

Определено, что регулярно применяют проблемные лекции 28,12% респондентов; семинары-диспуты – 47,47%; мини-лекции – 13,47% и лекции-дебаты – только 3,03% преподавателей. При этом, не используют в учебной деятельности лекции-дебаты 15,82% преподавателей; мини-лекции – 46,63%; семинары-диспуты – 9,09%; проблемные лекции – 12,79% опрошенных преподавателей.

Кроме того, в ходе исследований мы выяснили какие современные методы обучения применяют преподаватели в процессе профессиональной подготовки будущих фитнес-тренеров. К эффективным методам обучения относятся деловые и ролевые игры, кейс-стади, метод проектов, тренинги и блиц-опрос. Именно эти методы и были предложены в качестве вариантов ответа (рис. 2).

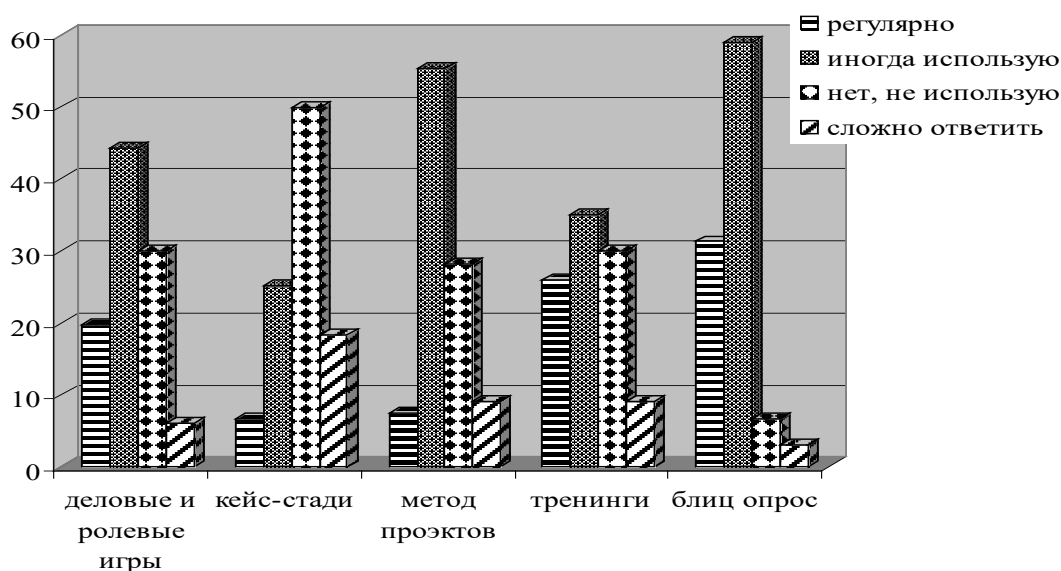


Рис. 2. Использование современных методов обучения в подготовке будущих специалистов рекреационно-оздоровительной сферы (%)

Как свидетельствуют результаты опроса, регулярно применяют блиц-опрос 31,31% респондентов, деловые и ролевые игры – 19,70% преподавателей; тренинги – 25,93%; метод проектов – 7,40%; кейс-стади – 6,73% преподавателей. При этом, используют в своей работе кейс-стади 49,83% преподавателей; метод проектов – 28,12% опрошенных; тренинги и деловые и ролевые игры – по 30,00% преподавателей, соответственно.

В ходе анкетирования мы также изучили необходимость проведения практики студентов в соответствующих учреждениях (фитнес-центрах). Результаты свидетельствуют, что 85,35% опрошенных преподавателей считают такую практику целесообразной; остальные 14,65% – скорее нет, чем да. Эти данные подтверждаются в ответах студентов о необходимости увеличения часов на практическую деятельность.

**Выводы.** Проведенные нами исследования позволяют сделать ряд выводов. Неотъемлемой составляющей профессиональной подготовки будущего специалиста по физическому воспитанию и спорту является практическая подготовка. Полученные результаты свидетельствуют, что 72,20% опрошенных студентов и 85,35% преподавателей считают целесообразным увеличить объем часов, отведенных на практическую

подготовку фитнес-тренера. Также следует отметить, что в процессе профессиональной подготовки будущих фитнес-тренеров в учреждениях высшего образования физкультурного профиля недостаточно используются современные формы и методы обучения.

Результаты исследования свидетельствуют о необходимости внесения изменений в существующую систему подготовки кадров по физическому воспитанию и спорту для работы в сфере фитнес-индустрии, а применение современных технологий обучения позволит повысить конкурентоспособность будущих фитнес-тренеров на рынке труда.

### **Литературные источники**

1. Дутчак М. *Перспективи формування та реалізації національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні*. В: Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матер. ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів, 2014, с. 142-149.

2. Жданова О., Данилевич М., Грибовська І., Чеховська Л. *Зміст підготовки магістрів зі спеціальності «фітнес і рекреація»*. В: Фізична активність, здоров'я і спорт. Львів, 2014, № 1 (15), с. 62-69.

3. *Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація" – 2016* [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772>

4. Приступа Є.Н., Данилевич М.В., Грибовська І. Б. *Особливості професійної підготовки фітнес-тренерів в умовах сучасної парадигми вищої школи*. В: Науковий часопис нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): [зб. наук. праць]. Київ, 2017, Вип. 9 (91), с. 96-99.

5. Приступа Є., Музика Ф., Жданова О., Чеховська Л. *Сучасний стан підготовки кадрів для сфери оздоровчого фітнесу*. В: Науковий часопис НПУ ім. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): [зб. наук. пр.]. Київ, 2017, Вип. 7(89), с. 19-22.

6. Malek MN, Nalbon DP, Berger DE, Coburn JW. *Importance of health science education for personal fitness trainers*. In: Journal of Strength and Conditioning Research, 2002, Vol. 16(1), p. 19-24.

7. Danylevych M., Romanchuk O., Hribovska I., Ivanochko V. *Pedagogical Conditions of Innovative Educational Technologies Introduction into the Professional Training of Future Specialists in the Field of Physical Education and Sport*. В: Journal of Physical Education and Sport, 2017, Vol. 17 (3), Art 171, p. 1113-1119. doi:10.7752/jpes.2017.03171

8. Vasilenko M., Duthak M. *Components, criteria, indicators and levels of professional competence formation of future fitness-trainers at higher educational institutions*. In: EUREKA: Social and Humanities, 2018, Vol. 2, p. 45-51. DOI: 10.21303/2504-5571.2018.00586.

## АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ И СОДЕРЖАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИТНЕС-ТРЕНЕРОВ В УКРАИНЕ

**Дутчак Мирослав,**

Национальный университет физического воспитания и спорта  
Украины, Киев

**Жданова Ольга, Чеховская Любовь, Чеховская Марьяна,**

Львовский государственный университет физической культуры  
имени Ивана Боберского, Львов, Украина

***Abstract.** There is presented information on aspects of preparation and content of professional activity of fitness trainers in Ukraine. There is presented comparative description of aspects of the activity of a sports coach and fitness trainer also. Training of fitness staff should be consistent with the National Qualifications Framework. The problem of training and certification of specialists for work in health fitness is mentioned.*

***Keywords:** training, professional is presented activity, fitness trainer.*

**Актуальность.** Гарантами успешной профессиональной деятельности современного специалиста физической культуры и спорта являются: активность, творчество, глубокие знания, умения и навыки как предметно-профессионального, так и специфического характера, что связано с особенностями ее содержания.

**Цель** – изучить особенности подготовки и содержание профессиональной деятельности фитнес-тренера в Украине.

**Методы исследования:** теоретический анализ и обобщение научной литературы, информации мировой сети Интернет, системный метод, сравнительный анализ, метод абстрагирования, обобщения и аналогии.

**Основной материал и обсуждение результатов.** В Украине, так же как в других странах Европы и США, профессиональная подготовка будущих фитнес-тренеров может осуществляться в высших учебных заведениях (профильное образование) [3] и в коммерческих организациях – «школах фитнеса» (неформальное образование).

Касательно формального образования, постановлением Кабинета Министров Украины (КМУ) № 1719 в 2006 г. были утверждены направления подготовки бакалавров: 6.010201 – «Физическое воспитание», 6.010202 – «Спорт», 6.010203 – «Здоровье человека», а в 2010 г. Постановлением № 787 была введена в действие специальность «Фитнес и

рекреация», по которой осуществлялась подготовка студентов образовательно-квалификационного уровня «специалист» и «магистр» в высших учебных заведениях. В соответствии с приказом Министерства образования и науки Украины № 618 от 28.05.2013 г., был введен в действие Отраслевой стандарт высшего образования отрасли знаний 0102 «Физическое воспитание, спорт и здоровье человека» образовательно-квалификационного уровня «бакалавр» направления подготовки 6.010203 – «Здоровье человека». Таким образом была заложена система подготовки будущих фитнес-тренеров в высших учебных заведениях.

Как утверждает М.М. Василенко [1], и мы согласны с ее аргументами, это было обусловлено социальным запросом качества и ассортимента оздоровительных услуг, популяризацией оздоровительного фитнеса, его разнообразием, легализацией профессии «фитнес-тренер». Несмотря на то, что в 2010 году в Национальный классификатор Украины «Классификатор профессий» ДК 003:2010 было введено новое профессиональное название работы – 3475 «фитнес-тренер», нет единого понимания ее содержания [4]. Кроме того, в действующем Справочнике квалификационных характеристик профессий работников (ДКХП), Выпуск 85 «Спортивная деятельность» – отсутствуют квалификационные характеристики фитнес-тренера [5] и другого фитнес-персонала. Таким образом отсутствуют конкретные требования к уровню их профессиональной теоретической и практической подготовленности и указания относительно признаков необходимой квалификации.

Системный анализ свидетельствует о существовании разночтений в определении понятия «тренер» и «фитнес-тренер». Отметим, что фитнес-тренер – это такой специалист, который проводит групповые и персональные тренировки для разных групп населения с целью достижения ими оптимального уровня физического состояния.

Нами предпринята попытка сравнить аспекты профессиональной деятельности тренера по виду спорта и фитнес-тренера (табл. 1).

Таким образом, существуют особенности в содержании работы фитнес-тренера, которые нужно обязательно учитывать в процессе подготовки специалистов в вузах [6,8] и в дальнейшей их профессиональной подготовке (аттестация, сертификация, повышение квалификации и др.).

Отметим, что интеграция Украины в европейское образовательное пространство обусловила необходимость согласования отраслевых знаний и специальностей, по которым осуществляется подготовка соискателей высшего образования. Так, постановлением КМУ № 266 (2015 г.) был изменен и утвержден перечень новых отраслей знаний и специальностей, по которым осуществляется подготовка студентов вузов.

**Таблица 1**  
**Сравнительная характеристика аспектов деятельности тренера по виду спорта и фитнес-тренера**

<b>Аспекты</b>	<b>Тренер по виду спорта</b>	<b>Фитнес-тренер</b>
<b>Цель</b>	Стремление к высоким спортивным достижениям, совершенствованию спортивного мастерства, проявлению гипервозможностей организма спортсмена	Укрепление здоровья, формирование здорового способа жизни, повышение/стабилизация уровня физического состояния клиента Ориентация на цель клиента Формирование культуры тела
<b>Контингент</b>	Спортсмены (учащиеся, студенты и др.)	Клиенты (разные группы населения)
<b>Необходимые знания</b>	Знания медицины, анатомии, физиологии, биомеханики, биохимии, теории и методики спорта, основ психологии и питания, основ менеджмента	Знания медицины, анатомии, физиологии, биомеханики, биохимии, теории и технологии оздоровительно-рекреационной двигательной активности, основ психологии и питания, основ менеджмента та маркетинга
<b>Необходимые умения</b>	Использование знаний по теории и методике избранного вида спорта. Проведение учебно-тренировочного процесса, предоставление рекомендаций по питанию	Использование знаний по теории и методике оздоровительной тренировки. Умение использовать разные базовые фитнес-программы. Проведение собеседования, инструктажа по технике безопасности, функционального тестирования клиентов, составления индивидуальной программы занятий (силовой, аэробной направленности, контроль техники выполнения) для людей разного пола, возраста, физического состояния и места тренировок, рекомендации по питанию

<b>Средства, методы</b>	Выбирает средства, методы и организационные формы занятий в соответствии с программой подготовки спортсмена	Выбирает средства, методы и организационные формы занятий с учетом цели занятий и пожеланий клиента
<b>Взаимодействие</b>	Взаимодействует с руководством и коллегами-тренерами, врачами, психологами и др.	Взаимодействует с руководством и персоналом (медицинские работники, психологи, диетологи и др.).
<b>Время занятий</b>	В соответствии с расписанием, от 60 минут Количество занятий в неделю зависит от группы подготовки	В соответствии с оговоренным расписанием, 45-60мин. Количество занятий в неделю согласовывается с клиентом
<b>Эмоциональное состояние</b>	Не всегда берется во внимание тренером	Всегда берется во внимание фитнес-тренером, стремление поддерживать позитивные эмоции
<b>Требования к профессиональной деятельности</b>	Уровень физических нагрузок разный (в зависимости от вида спорта); Высокий эмоциональный характер деятельности; Требования к соответствующему внешнему виду Регулярное повышение квалификации: курсы, самосовершенствование	Значительный уровень физических нагрузок тренера в течение рабочего дня. Высокий эмоциональный характер деятельности; Требования к внешнему виду; Регулярное повышение квалификации: курсы, фитнес-конвенции, мастер-классы, дополнительное обучение, самосовершенствование Поддержание концепции клуба

<b>Зависимость размера зарплаты</b>	Количество часов занятий в неделю Уровень образования Должность Наличие тренерской категории: высшей, I, II	Количество клиентов Количество часов занятий
---	--	---

К сожалению, указанная выше специальность «фитнес и рекреация» была изъята. Учреждения высшего образования, получивши автономию академических прав, начали создавать необходимые образовательные программы в рамках лицензированных специальностей. Большинство ВУЗов в рамках отрасли знаний 01 Образование / Педагогика, по специальности 017 «Физическая культура и спорт» первого или/и второго уровня высшего образования осуществляют набор на образовательную программу «фитнес и рекреация», которая еще не прошла аккредитацию. Поэтому сегодня существует проблема подготовки и аттестации специалистов для работы в оздоровительном фитнесе. Темпы развития которого увеличиваются, но остается недостаточно обоснованным его организационное и кадровое обеспечение.

На постсоветском пространстве, по мнению специалистов, не хватает профессионально подготовленных фитнес-тренеров с достаточным багажом знаний, опытом практической работы в современных тренажерных залах, фитнес-клубах и т.д. Это обусловлено множеством причин: высокими темпами обновления фитнес-технологий, спортивного оборудования; дефицитом подготовленных специалистов, поэтому рабочие места в оздоровительном фитнесе заполняются тренерами по видам спорта, учителями физической культуры, лицами, которые закончили курсы по подготовке инструкторов (по аэробике, бодибилдингу и т.д.) Подготовка специалистов в фитнес-центрах, фитнес-клубах и т.д. осуществляется с ориентацией на получение прибыли, а сертификат, который выдается по окончании курсов, не соответствует Национальной рамке квалификации [7], которая используется учебными заведениями. Так, результат обучения в вузе имеет свой квалификационный уровень, который определяется совокупностью компетентностей, характерной для квалификаций соответствующего уровня образования. Однако в системе оздоровительного фитнеса отсутствуют организационные основы этого процесса.

Отметим и то, что требования потребителей фитнес-услуг и работодателей к компетентностям фитнес-персонала с каждым годом повышаются. В странах Евросоюза и США для оценки деятельности фитнес-персонала существуют профессиональные стандарты [9]. К



сожалению, в Украине подобные документы отсутствуют.

На сегодняшний день передовым по внедрению профессиональных стандартов фитнес-тренера является опыт Европейского Союза. Под эгидой Европейской ассоциации здоровья и фитнеса EuropeActive с 2010 года профессиональные стандарты EuropeActive, которые приняты в оздоровительном фитнесе, согласовываются с Европейской рамкой квалификаций (The European Qualifications Framework – EQF) [9,10]. В 2015 году был основан Комитет по разработке профессиональных стандартов в оздоровительном фитнесе, в результате деятельности которого было утверждено 13 профессиональных стандартов. Основу EQF составляют 8 уровней, которые включают описание того, что учитель/педагог/тренер знает, понимает и умеет делать – «результаты их обучения». Каждому виду профессиональной деятельности в фитнесе отвечает определенный уровень квалификации EQF, который, в свою очередь, определяет условия допуска к профессиональной деятельности, как например – наличие высшего специального образования, квалификационные характеристики, трудовые функции, действия, другое. Рассмотрим квалификационные уровни (2-й-6-й) для профессий оздоровительного фитнеса, которые приведены в соответствии с EQF (табл. 2).

Кроме того, в большинстве стран мира существует категоризация профессиональной деятельности фитнес-тренера. Так, в Латвии существует разделение фитнес-тренеров на А, В, С – категории, которые можно получить после сдачи сертификационного экзамена в Совете спортивных федераций Латвии – *Latvijas Sporta federāciju padome (LSFP)* [2]. В Украине только тренеры по видам спорта могут иметь I, II и высшую категории; инструкторов-методистов тренажерного зала разделяют по должностям: инструктор-методист тренажерного зала и старший инструктор-методист тренажерного зала (при этом квалификационные уровни - отсутствуют). Для длительной качественной профессиональной деятельности необходимо постоянно совершенствовать свои компетентности, однако существует неопределенность организационных условий внедрения современной системы непрерывного профессионального совершенствования фитнес-персонала в Украине.

**Выводы.** Выявлены особенности профессиональной деятельности фитнес-тренеров, варианты их подготовки в Украине и соответствующий международный опыт. Доказана необходимость контроля и оценки качества работы фитнес-персонала, постоянное повышение его квалификации. Подготовка фитнес-персонала должна отвечать национальной рамке квалификаций.

**Таблица 2**

**Соответствие должностей фитнес-персонала Европейской рамке квалификаций [9]**

Уровни EQF	Должности фитнес-персонала, который работает с разными группами населения	Должности фитнес-персонала, клиенты которого имеют особые потребности
7 и 8		
6	Ведущий специалист по здоровью и физическим упражнениям	
5		Специалист по физическим упражнениям для здоровья Специалист по физическим упражнениям для больных диабетом Специалист по коррекции массы тела Специалист по физическим упражнениям для беременных и женщин в после родовый период
4	Персональный тренер. Тренер по пилатесу	Фитнес-тренер для молодежи (12-17 лет) Фитнес-тренер для детей (6-11 лет) Тренер для лиц старшего возраста (активное старение)
3	Фитнес инструктор Инструктор групповых фитнес-программ Инструктор групповых программ под музыку Инструктор по аквафитнесу	
2	Ассистент тренера по фитнесу	

**Перспективами дальнейших исследований** является разработка профессиональных стандартов для фитнес-персонала Украины.

#### **Литературные источники**

1. Василенко М.М., Дутчак М.В. *Історичні передумови формування системи професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти*. В: Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М.П. Драгоманова.

Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. пр. Київ, 2018, Вип. 3К (97)18, с. 103-107.

2. Василенко М.М. *Досвід підготовки тренерів з фітнесу в країнах Балтії*. В: Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Чернігів, 2013, Вип. 107, т. 1, с. 85-89.

3. Грибовська І.Б., Приступа Є.Н., Данилевич М.В. *Особливості професійної підготовки фітнес-тренерів в умовах сучасної парадигми вищої школи*. В: Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. пр. Київ, 2017, Вип. 9 (91)18, с. 96-99.

4. Дутчак М.В., Василенко М.М. *Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера*. В: Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2013, № 2, с. 17-21.

5. *Національний класифікатор України: класифікатор професій ДК 003-10*. Київ: Держстандарт України, 2010.

6. Приступа Є., Музика Ф., Жданова О., Чеховська Л. *Сучасний стан підготовки кадрів для сфери оздоровчого фітнесу*. В: Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М.П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. пр. Київ, 2017, Вип. 7(89), с.19-22.

7. *Про затвердження Національної рамки кваліфікацій*: постанова Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1341.

8. Чеховська Л., Бубела О., Баховський І. *Зміст підготовки фахівців фізичного виховання до рекреаційно-оздоровчої діяльності*. В: Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали VII Всеукр. наук.-практ. конф. Львів: ЛДУФК, 2010, с. 336-338.

9. *EuropeActive Standards* [Electronic resource]. Access mode: <http://www.ehfa-standards.eu/es-standards> (date of application: 03.04.2018).

10. *The IHRSA Global Report 2018* [Electronic resource]. Access mode: [http://download.ihrsa.org/pubs/2018\\_IHRSA\\_Global\\_Report\\_Preview.pdf](http://download.ihrsa.org/pubs/2018_IHRSA_Global_Report_Preview.pdf) (date of application: 2.09.2019).

## СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ТРЕНЕРОВ ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ СПОРТА СРЕДСТВАМИ АЭРОБИКИ

**Крайждан Ольга,**

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Summary:** In this work is presented the improvement of professional training of coaches for various sports by means of aerobics. Professional and pedagogical activity of sports trainers has a number of abilities: practical, methodological, coordinating, physical, communicative defined in verbal and non-verbal groups. In the process of this study, a model was developed to improve the professional training of trainers of various sports, which provides for the development and improvement of the above listed pedagogical abilities combined in 5 blocks. And also has been used in practice, the model for the development and improvement of professional pedagogical abilities.*

***Keywords:** professional training, professional pedagogical abilities, aerobic, trainers, coaches for various sports.*

**Актуальность исследования.** В последнее время в связи с реформами в образовании и острой нехваткой профессиональных и компетентных кадров в образовательных учреждениях по спорту, были открыты курсы по переподготовке кадров с педагогическим образованием при университете физического воспитания и спорта.

В рамках курсов тренеры проходят многочисленные дисциплины, среди которых и такую дисциплину как «Музыкально-ритмическое воспитание». «Музыкально-ритмическое воспитание» включает следующие средства: музыку, гимнастические шаги, танцевальные шаги, народные танцы, а также базовые шаги аэробики, различные вариационные комбинации и аэробические комплексы. В данной дисциплине предлагалось акцентировать внимание на совершенствование профессиональной подготовки тренеров по различным видам спорта средствами аэробики.

**Цель исследования.** Совершенствование профессиональной подготовки тренеров по различным видам спорта средствами аэробики.

**Основной материал.** Изучая научно-методическую литературу по проблеме профессиональной подготовки тренеров по различным видам спорта средствами аэробики, было выявлено, что данная проблема на сегодня еще остается мало изучена. В работах Н.В. Гущина, [1]; а также

Ю.Д. Железняк [2], Л.П. Матвеева [5], Н.Г. Озолина [6], В.Г. Приходько [7], В.П. Филина [8] освещают общие вопросы по организации и внедрению новых средств в практику тренерской работы.

Профессионально-педагогическая деятельность спортивных тренеров обусловлена обладанием рядом способностей: практико-методическими, координационными, физическими, коммуникативными, определенных в вербальные и невербальные группы.

В процессе данного исследования была разработана модель по совершенствованию профессиональной подготовки тренеров различных видов спорта, предусматривающая развитие и совершенствование выше перечисленных профессионально-педагогических способностей, объединенных в 5 блоков (табл. 1).

**Таблица 1**  
**Модель по совершенствованию профессиональной подготовки тренеров различных видов спорта**

<b>Профессионально-педагогические способности</b>				
<b>Б Л О К И</b>				
<b>Первый</b>	<b>Второй</b>	<b>Третий</b>	<b>Четвертый</b>	<b>Пятый</b>
<b>Коммуникативные способности</b>	<b>Практико-методические умения и навыки</b>	<b>Физические способности</b>	<b>Психомоторные способности</b>	<b>Методико-оценивающий</b>
- вербальные – словесные; - невербальные – символы, жесты	- показ и демонстрация техники движений; - правила техники страховки безопасности движений; - правила судейства в различных видах спорта и др.	- силовые способности; - выносливость; - скорость; - гибкость; - координация	- двигательная координация; - точность; - чувство ритма; - чувство темпа; - чувство ориентации в пространстве; - чувство равновесия	- специальные упражнения аэробики (шаги), аэробные несложные связки, комплексы; - тесты; - текущие критерии оценивания уровня педагогических способностей

Как представлено в Таблице 1, Модель по совершенствованию профессиональной подготовки тренеров различных видов спорта включает 5 блоков.

Для развития коммуникативных способностей на уроке были использованы словосочетания, связанные с методическими замечаниями по показу и выполнению аэробных шагов. Например, курсант исполнял аэробный шаг, при этом старался в рифму сказать методическое замечание на каждый счет, стараясь не сбиться с заданного музыкального ритма.

Для воспитания практико-методических способностей в рамках занятий был поставлен акцент на формирование координационных способностей, средствами аэробики, так как они являются наиболее важными в профессиональной деятельности тренера. Воспитание координационных способностей предполагало такие виды, как двигательная координация, точность, чувства ритма, темпа, ориентации в пространстве, равновесия.

На занятиях выполнялись координационные связки на воспроизведение ритма движений, выполнение за преподавателем аэробных шагов базовой и танцевальной аэробики с последующим повтором их самостоятельно по линейному методу, сложения и методу блока. Затем тренеры выполняли несложные комплексы аэробики, которые могли быть использованы ими на своих тренировочных занятиях в подготовительной части.

Также предлагались упражнения для развития кратковременной памяти.

В последнее время в спорте многие тренеры прибегают к нетрадиционным средствам подготовки своих спортсменов, только чтобы получить положительный результат на соревнованиях. В различных видах спорта аэробика широко применяется в подготовительной части тренировки, для разогрева организма, для улучшения состояния функциональных систем, для поднятия пульса и в то же время, с целью координационной подготовки спортсменов.

Основными задачами координационной подготовки в физкультурной и спортивной деятельности, по В.И. Ляху [4], являются: систематическое овладение новыми двигательными действиями, совершенствование и адекватное применение их в вариативных условиях тренировки и соревнований; развитие общих и специфически проявляемых координационных способностей: способностей к дифференцированию пространственных, силовых и временных параметров движений, приспособлению и перестроению двигательных действий, ориентированию, быстрому реагированию, ритму, равновесию, согласованию, а также

способности к произвольному расслаблению мышц и других, которые особенно важны для соответствующих видов спорта; развитие психофизиологических функций (сенсорных, перцептивных, мнемических, интеллектуальных), связанных с развитием общих и специфических координационных способностей.

Частными задачами координационной подготовки, которые в определенной мере совпадают с задачами физической подготовки спортсмена, являются совершенствование вышеназванных координационных способностей в сочетании с развитием физических способностей [3].

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Разработанная нами модель по совершенствованию профессиональной подготовки тренеров различных видов спорта продемонстрировала положительные результаты, отраженные в финальной аттестации специалистов, прошедших курсы по повышению квалификации.

Профессиональная подготовка специалистов физической культуры и спорта на сегодня остается еще пока в перспективах исследования.

#### **Литературные источники**

1. Гущина Н.В. *Формирование профессиональной компетентности будущего тренера по спортивной аэробике в процессе обучения дисциплине "педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование"*. Дисс. ... канд. пед. наук. Чебоксары, 2009; Режим доступа: <http://nauka-pedagogika.com/pedagogika-13-00-08/dissertaciya-formirovanie-professionalnoy-kompetentnosti-buduschego-trenera-po-sportivnoy-aerobike-v-protseste-obucheniya-distsipline>

2. Железняк Ю.Д., Кашкаров В.А., Кравцевич И.П. и др. *Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Ю.Д. Железняка*. 2е изд., испр. Москва: Издательский центр «Академия», 2005. 384 с.

3. Крайждан О. *Профессиональная подготовка преподавателей физической культуры и тренеров по спорту средствами "Музыкально-ритмического воспитания"*. In: *Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: (proiect instituțional): Mater. Conf. șt. int., Ed. a 4-a, 7 dec. 2018. Chișinău, 2018, p. 95-100.*

4. Лях В.И. *Координационно-двигательное совершенство в физическом воспитании и спорте: история, теория, экспериментальные исследования*. В: *Теория и практика физической культуры*, 1995, № 11, с. 16-24.

5. Матвеев Л.П. *Общая теория спорта и ее прикладные аспекты*: учебник для вузов. 4-е изд., испр. и доп. СПб.: изд-во «Лань», 2005. 384 с.

6. Озолин Н.Г. *Настольная книга тренера: Наука побеждать*. Москва: Аст Астрель, 2002. 864 с.

7. Приходько В.Г. *Особенности профессиональной подготовки тренеров* ДЮСШ; Режим доступа <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalnoy-podgotovki-trenerov-dyussh>

8. Филин В.П. *Теория и методика юношеского спорта*. Москва: Физкультура и спорт, 1987. 128 с. 89.



## ИССЛЕДОВАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ИНФОРМАЦИОННОЙ, ПСИХОМОТОРНОЙ И МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Лисица Степанида,

Теоретический лицей им. Ивана Вазова, г. Тараклия,  
Республика Молдова

*Annotation.* A condition for predicting the attacking actions of volleyball players is the earlier recognition of the beginning of such actions in the structure of visual-informational images that provide the proper standards of sports readiness.

*Key words:* anticipation, prediction, physical development, body mass index, morphological maturity index.

**Актуальность.** В современном классическом волейболе особую роль играют исследования, направленные на изучение резервных возможностей организма спортсменов. К таким возможностям относятся реакции антиципации (лат. *anticipatio* – предвосхищение), как обязательное условие эффективности технико-тактических действий волейболистов. В процессе решения технико-тактических задач по ходу соревнований мышление волейболиста не является только оценочным за уже совершившимися действиями. Чаше всего оно направлено на разгадывание замыслов соперников, их намерений и поэтому является прогнозирующим (антиципирующим). По мнению Е.Н. Суркова [14], А.О. Акопяна [1] «... умение человека учитывать возможные комбинации соперника и производить выбор за соперника, т.е. занимать его позицию – важнейший элемент тактического мастерства и основа той поразительной интуиции, которая позволяет опытному спортсмену предугадывать любой движение соперника и предупредить его».

**Цель исследования** предполагает экспериментально-аналитические исследования факторов, определяющих возможности спортивного совершенствования в классическом волейболе, определение роли наглядно-образного мышления, ориентированного на информационные действия соперников сформировать способности юных волейболистов к опережающим действиям для достижения преимущества в игре.

**Методы и организация исследования.** В ходе исследования использовался контент-анализ научно-методической литературы и

документальных данных, педагогических наблюдений учебно-тренировочного и соревновательного процессов, что позволило установить:

- блокирование – это организованная система действий, включающая 4 относительно обособленные части (стадии), связанные в едином технико-тактическом приеме;

- оптимальные тактические решения волейболист формирует на основе наглядно-образного мышления [3, 5]. Объектами информационного обеспечения, блокирующего в игровом процессе являются связующие и атакующие игроки, как наиболее значимые регуляторно-информационные образы: положение кистей рук связующего игрока при второй передаче, траектория полета мяча после второй передачи, направление разбега атакующего игрока при выполнении атакующего удара, ударное движение бьющей руки при выполнении атакующего удара (табл. 1).

**Таблица 1**

**Наиболее значимые наглядно-информационные образы**

<i>1-я стадия</i>	<i>2-я стадия</i>	<i>3-я стадия</i>	<i>4-я стадия</i>
Положение кистей	Форма траектории	Направление разбега	Движение бьющей руки

**Оценка физического развития** и его дееспособности осуществлялась по общепринятой методике с определением роста и веса тела, ЖЕЛ, кистевой и становой силы, площади поверхности тела (ППТ м<sup>2</sup>) с последующим расчетом индекса Кетле (ИК г/см), жизненного индекса (ЖИ мл/кг), индекса массы тела (ИМТ кг/м<sup>2</sup>), индекса морфологической зрелости (ИМЗ), индексов относительной кистевой и становой силы (ИОКС, ИОСС).

**Тесты психомоторики** для оценки быстродействия в простых сенсомоторных реакциях (ЗМР, СМР) и реакциях на движущийся объект (РДО), максимальной быстроты движений (теппинг-тест, 10 с), специальной физической подготовленности [8, 10].

Под наблюдением находились юные волейболисты 17-18 летнего возраста, практически здоровые, учащиеся теоретического лицея им. Ивана Вазова г. Тараклия РМ в составе 24 человек занимающихся в условиях внеклассных учебно-тренировочных занятий.

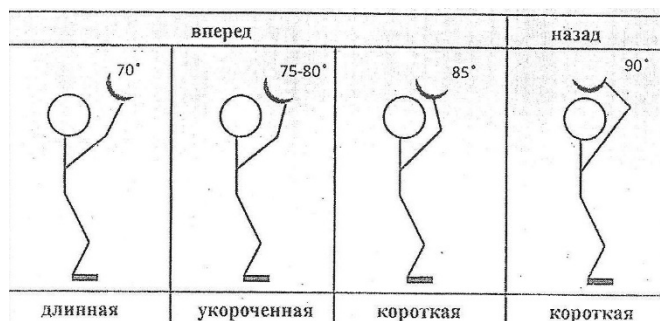
Количественные данные, полученные в ходе исследования обработаны доступными математическими методами Б.А. Ашмарин [2].

**Результаты исследования и их обсуждение.** Современный классический волейбол, как вид спорта, относится к точно-целевым действиям, выполняемых в условиях физического контакта при совместно-взаимосвязанных действиях в отсутствии какой-либо паузы для принятия

очередного, соответствующего ситуации тактического решения, выбора наиболее рационального приема [11].

В этой связи антиципация позволяет предвидеть на основе восприятия летящего мяча направление и место его падения, что позволяет своевременно выбрать место на площадке, выйти на летящий мяч и эффективно взаимодействовать с партнерами.

В процессе педагогических наблюдений за связующими игроками нами определено, что кисти их рук перед ударом по мячу расположены перед лицом – направление передачи последует вперед, кисти рук расположены над головой – направление передачи назад (рис. 1), направление передачи зависит от угла вылета, который может стать пусковым признаком.



**Рис. 1. Положение кистей рук при различных вариантах второй передачи для нападающего удара партнера**

При анализе игр определено, что в игровом процессе чаще всего применяется атакующий удар «по ходу разбега», т.е. направление полета мяча после удара является продолжением направления разбега атакующего игрока. Установлено, что направление полета мяча (траектория) после выполнения атакующего удара «по ходу» является наиболее точным (85,6%) продолжением направления последнего шага разбега атакующего игрока.

При анализе движения бьющей руки нами определено, что бьющая (ведущая), чаще правая состоит из 2-х частей: замах для увеличения пути разгона ударника (кисти руки) и собственного удара.

Таким образом, одним из факторов подготовленности волейболиста выступает развитие антиципации. Общую ценность представляет перцептивная антиципация, позволяющая ускорить процесс восприятия объектов и ситуаций. Спортсмены антиципируют и другие психические процессы, что позволяет им максимально быстро реагировать при совместно взаимосвязанных действиях [9].

У подготовленных волейболистов происходит автоматизированная идеомоторная реакция антиципирующего действия, как преднастройка к выполнению технического приема. Неподготовленный «мечется» между вариантами, упуская игровую ситуацию. Планируя преднамеренное действие соперника, спортсмен руководствуется тактическим мышлением и автоматизированным двигательным интеллектом, что позволяет освободить сознание от контроля за деталями движений и переключить его на достижение основной двигательной цели в конкретных условиях, выбор и применение наиболее рациональных для ее решения приемов, т.е. обеспечить эффективное функционирование высших механизмов управления движениями [7, 13].

Выполнение преднамеренных технико-тактических действий в классическом волейболе должны обеспечиваться наличием должных спортивных нормам психомоторной подготовленности, являющиеся интегрирующим катализатором физического развития как условная мера физической дееспособности организма, определяющий суммарный рабочий эффект [12].

Определено (табл. 2), что рост тела у юношей и девушек в среднем составлял 184,4 см и 173,5 см, вес несколько отставал, достигая 74,3 кг и 63,8 кг соответственно.

**Таблица 2**

**Показатели физического развития юных волейболистов в условиях полового диморфизма**

Пол	Антропометрические показатели					
	Рост, см	Вес, кг	ЖЕЛ, мл	Становая сила, кг	Кистевая сила	
					Правая, кг	Левая, кг
<i>Юноши</i>	184,4±5,0	74,3±3,8	54,20±125	135,0±15	51,8±5,6	47,6±4,5
<i>Девушки</i>	173,5±6,1	63,8±5,2	41,00±95	86,0±18	36,4±4,2	32,8±3,6
<i>Различия, %</i>	6,4	17,5	31,7	56,9	41,7	49,1

Оценка аппарата внешнего дыхания показала относительно высокую жизненную емкость легких, которая у юношей в среднем достигала 5400 мл, у девушек 4100, что на наш взгляд обусловлено с одной стороны высоким ростом тела, с другой – многолетней спортивной тренировкой. Анализ величин общесиловых способностей, одного из факторов, обеспечивающих переместительные действия спортсменов, выраженные в максимальной становой и кистевой силе, которые достигают 135 кг; 86 кг; 51,8 кг и 36,4 кг у юношей и девушек соответственно.

Таким образом, более высокие показатели физического развития юношей по сравнению с девушками (см. табл. 1) по мнению А.А. Виру и

сотр. [6] обусловлены мужскими гормонами андрогенами и большей концентрацией тестостерона; способствуя увеличению мышечной массы, физической силы и ЖЕЛ по сравнению с женскими эстрагенами.

Кроме того, уровень физического развития не только морфологический, но и функциональный показатель характеризующий его физическую дееспособность. Из таблицы 3 следует, что функциональные возможности юных волейболистов детерминированы диморфическими различиями.

**Таблица 3**  
**Показатели морфофункциональной подготовленности юных волейболистов в условиях полового диморфизма**

Пол	Индексы физического развития						
	Индекс Кетле, г/см	Жизненный индекс, мл/кг	Индекс массы тела, кг/м <sup>2</sup>	Индекс морф. зрелости, усл.ед	Площадь поверхности тела, (ППТ м <sup>2</sup> ) м <sup>2</sup>	Относительная сила	
						Кисти, кг	Становая, кг
<i>Юноши</i>	403±56	72,7±8,5	22,9±2,4	9,16±0,8	1,84±0,4	70±6,8	186±18,0
<i>Девушки</i>	367±45	64,3±9,3	23,1±3,2	6,03±1,3	1,71±0,5	56±4,3	136±23,0
<i>Различия, %</i>	9,8	13,1	0,9	52,0	7,6	24,1	36,8

Известно, что для освоения и совершенствования технико-тактических действий волейболистов предполагается определенный уровень морфологической зрелости, представленной в ИМЗ опорно-двигательного аппарата и в ИК, отражающие уровень атлетизма, обеспечивающие основу игрового амплуа. Нами определено, что ИМЗ и ИК у юношей в среднем достигают 9,16 и 6,03; 403 г/см и 367 г/см, соответственно. У девушек эти показатели значительно меньше, обусловленные полом, но в целом соответствуют должным спортивным нормам подготовленности этого возраста. В дополнение вышеизложенного следует указать на компонентный состав массы тела, представленный в ИМТ, характеризующий уровень безжировой, активной массы тела, что выгодно отражается на дееспособности организма, повышая его физические возможности. В частности, ИМТ у юношей достиг 22,9 кг/м<sup>2</sup>, у девушек 23,1 кг/м<sup>2</sup>. кроме того, рассчитанные ЖИ, ИК, ИКС и ИСС в сочетании с площадью поверхности тела (ППТ м<sup>2</sup>) увеличивают кислородную насыщенность крови и освобождение ее от избытка углекислоты и таким образом повышаются энергетические ресурсы организма.

Таким образом, установленный уровень морфологической зрелости, оптимальной безжировой активной массы тела, высокие показатели развития аппарата внешнего дыхания экстраполируются с параметрами психомоторики, основы когнитивно-моторного компонента, включающего сенсомоторные, перцептивные и интеллектуальные способности психофизической деятельности волейболистов. Из таблицы 4 следует, что в показателях быстродействия, юноши опережают девушек во времени реагирования в простых ЗМР и СМР на 14,1 и 16,0% соответственно. При этом следует отметить более быстрые ЗМР по сравнению со СМР, что связано взаимодействием спортсменов с летящим мячом. В РДО (падающая линейка) юноши и девушки адекватно реагируют с преимуществом юношей. У юношей отмечается большая быстрота движений в теппинг-тесте за 10 с – 78 точек, у девушек 71 точка – различия 9,0%.

**Таблица 4**  
**Показатели психомоторной подготовленности юных волейболистов в условиях полового диморфизма**

Пол	Тесты психомоторики				
	ЗМР, мл/с	СМР, мл/с	РДО (падающая линейка), см	Быстрота (темпинг-тест, 10 с), кол-во точек	Равновесие (проба Ромберга), с
<i>Юноши</i>	163±7,8	176±8,9	5,6±1,2	78±12	38±5,6
<i>Девушки</i>	185±8,6	189±9,4	7,9±1,7	71±14	47±7,2
<i>Различия, %</i>	13,5	7,4	41,0	9,9	23,7

**Таблица 5**  
**Показатели специальной физической подготовленности юных волейболистов в условиях полового диморфизма**

Пол	Тесты СФП				
	Бег 30 м, с	Прыжок вверх с места, см	Бег 6x5 м, с	Бросок набивного мяча, м	Бег «елочка», с
<i>Юноши</i>	4,5±0,3	59,5±6,2	10,73,1	9,81,2	25,63,8
<i>Девушки</i>	5,2±0,5	46,3±4,5	11,8±4,2	7,5±1,0	28,0±4,3
<i>Различия, %</i>	15,5	28,5	10,3	30,7	9,4

Анализ показателей статодинамического равновесия, как способности мгновенной оценки и контроля положения тела в пространстве имеет исключительное значение в волейболе при блокировании нападающего удара. Определено, что девушки значительно превосходят

юношей на 23,7%, в статодинамическом равновесии, обусловленное отличительными анатомическими и биомеханическими особенностями женского организма.

Наряду с относительно высоким уровнем психомоторной подготовленности юных волейболистов, который за пределами этого возраста будет улучшаться в настоящее время они обладают комплексом базовых двигательных-координационных качеств, соответствующих структуре соревновательной активности при совместно взаимосвязанных действиях. Из таблицы 5 следует, что уровень специальной физической подготовленности соответствует должным спортивным нормам, позволяющие своевременно и эффективно противодействовать соперникам в атакующих и оборонительных взаимодействиях.

**Выводы.** Основой повышения специальной подготовленности волейболистов является механизм долговременной адаптации их организма к условиям тренировочной и соревновательной деятельности, что внешне выражается в его морфофункциональной специализации. Последнее понимается как избирательное приспособительное совершенствование тех функциональных возможностей организма, которые имеют преимущественное значение для блокирующих игроков и развитие таких морфологических перестроек, которые выступают в качестве материальной основы специализированной гиперфункции.

Важным условием оптимального прогнозирования действий атакующих игроков соперника является ранее распознавание начала таких действий в структуре наглядно-информационных образов, оценивать действия соперников, позволяющие обороняющимся своевременно занимать выгодное место на площадке, выйти на летящий мяч, его прием и эффективно взаимодействовать с партнерами команды.

#### **Литературные источники**

1. Акопян А.О. *Реакции предугадывания атакующих действий в боксе.* В: Теория и практика физической культуры. М., 2017, №2, с. 17-19.
2. Ашмарин Б.А. *Обработка результатов исследования.* В: Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. М.: Просвещение, 1978, с. 168-176.
3. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. *Возможности методов экстраполяции при прогнозировании в спорте.* В: Прогнозирование в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1986, с. 103-105.
4. Белова Н.Ю., Фомин Е.В., Пшеничная А.М. *Эффективность технико-тактических действий центрального блокирующего в*

современном волейболе в аспекте педагогического анализа. В: Физическая культура: воспитание, обучение, тренировка. М., 2017, №2, с. 20-21.

5. Брушинский А.В. *Мышление и прогнозирование*. М.: Наука, 1979. 232с.

6. Виру А.А., Кырге П.К. *Изменение реакции эндокринных желез на физические нагрузки при тренировке*. В: Гормоны и спортивная работоспособность. М.: Физкультура и спорт, 1981, с. 88-90.

7. Коренберг В.Б. *Идеомоторика – недооцениваемое оружие тренеров*. В: Теория и практика физической культуры. М., 2012, №2, с. 3-8.

8. Лях В.И. *Падающая линейка*. В: Тесты в физическом воспитании школьников. М.: АСТ, 1998, с. 112-113.

9. Малков О.Б., Романов А.А. *Принципиальные различия в тактике применения боевых действий по самоприказу и по пусковым сигналам в боксе и тхэквондо*. В: Теория и практика физической культуры, М.: 2018, №7. – С. 56-58.

10. Марищук В.Л., Блудов М.Б., Плахтиенко В.А., Серова Л.К. *Исследование сенсомоторных реакций*. В: Методики психодиагностики в спорте. М.: Просвещение, 1990, с. 192-210.

11. Марков К.К., Лебединский В.Ю. *Формирование психомоторных качеств в современном спорте: теоретические и методологические проблемы*. В: Теория и практика физической культуры. М.: 2014, №6, с. 52-54.

12. Озеров В.П. *Ретроспективный анализ взаимосвязи психомоторных способностей и процесса физического воспитания спортсменов*. В: Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. М., 2018, №3, с. 18-21.

13. Платонов В.Н. *Двигательные умения и навыки*. В: Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 2004. 271 с.

14. Сурков Е.Н. *Антиципация как интегратор эффектов психомоторных действий спортсменов*. В: Психомоторика спортсмена. М.: Физкультура и спорт, 1998, с. 67-69.



## МОДЕРНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ ИННОВАЦИОННОГО ПРОСТРАНСТВА ВУЗОВ УКРАИНЫ

**Отравенко Елена,**

Государственное учреждение «Луганский национальный университет  
имени Тараса Шевченко», г. Старобельск, Украина

***Annotation.** Innovation is the basis for the modernization of a higher education system. We interpret the concept of “training system for the future physical education teacher in the innovative space of higher education institutions” as an integration of the structure, content as well as educational, scientific and innovative goals of the applicants, their mastery of professional skills, ability to build up creative potential, show good results in scientific, educational, health-improving and sports activities and meet the requirements of society, the labor market and employers.*

***Key words:** training system, quality of education, future physical education teachers, innovative space of a higher educational institution.*

**Актуальность.** Модернизация системы подготовки будущих учителей в заведениях высшего образования обусловлена вхождением Украины в европейское образовательное и научное пространство, ростом новой информации, научных новшеств и новейших технологий. Приоритетным направлением национальной системы высшего образования является подготовка высококвалифицированного специалиста, имеющего высокий уровень знаний, мобильности, адаптированного к работе в условиях рыночной экономики, готового к постоянному профессиональному росту и самореализации.

Концептуальные положения относительно качественной подготовки будущих специалистов в учебных заведениях определены в Законах Украины «Об образовании», 2017; «О высшем образовании», 2014; «О научной и научно-технической деятельности», 2017; «О приоритетных направлениях развития науки и техники», 2001, с изменениями 2015; «О приоритетных направлениях инновационной деятельности в Украине», 2011; «Стандарты и рекомендации по обеспечению качества на Европейском пространстве высшего образования (ESG)», 2015 и др.

Необходимо подчеркнуть, что в «Стандартах и рекомендациях по обеспечению качества на Европейском пространстве высшего образования (ESG)», сделан акцент на то, что высшее образование, научные

исследования и инновации имеют решающее значение в поддержании социального единства, экономического роста и глобальной конкуренции [4, с.4].

Различные подходы к профессиональной подготовке будущих специалистов физической культуры и спорта в учреждениях высшего образования разработаны в научных трудах А.Ю. Ажиппо, Г.В. Безверхней, Т.Ю. Круцевич, Н.В. Москаленко, Н.И. Степанченко, Л.П. Сущенко, О.В. Тимошенка, А.В. Цьося и др. Проблемы качества профессиональной подготовки в учреждениях высшего образования занимались М.Б. Євтух, D.D. Dill, В.Г. Кремень, Е.В. Отравенко, О.В. Чорна и др. Проблемы инноваций в педагогике являются в центре внимания таких ученых, как: Л.М. Ващенко, С.Г. Гордиенко, И.М. Дичковская, М.Ю. Кадемия, Е.О. Савченко и др.

**Цель и организация исследования.** Цель работы: на основе научных подходов обобщить опыт работы по модернизации системы подготовки будущих учителей физической культуры в условиях инновационного пространства учреждений высшего образования.

Исследование проводилось в учебно-научном институте физического воспитания и спорта Государственного учреждения «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко». В анкетировании и опросе приняли участие 90 студентов 1-4 курсов дневной формы обучения специальности «Среднее образование (физическая культура)».

**Основной материал и обсуждение результатов.** Методологическую основу качества профессиональной подготовки соискателей высшего образования составляют основные положения ведущих научных подходов, в частности:

– *системно-целостного подхода*, предполагающего рассмотрение учебного процесса в учреждении высшего образования как системы;

– *лично-деятельностного подхода*, ориентированного на реализацию идеи управления качеством профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры, исходя из приоритета их профессионального и личностного роста;

– *компетентностного подхода*, направленного на определение важных компетенций соискателя высшего образования. Реализация основных положений компетентностного подхода в процессе профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры позволит сделать основной акцент на их практическую подготовку;

– *средового подхода*, ориентированного на развитие отношения к процессу образования через организацию образовательной среды. М.В. Братко считает, что с помощью этого подхода в определенной среде

приобретается ряд характеристик, позволяющих студенту успешно реализовать полиструктурную образовательную функцию [1, с.17];

– *технологического подхода*, позволяющего четко определить последовательные шаги на разработку и реализацию системы подготовки соискателей образования в условиях инновационного пространства, реализацию организационно-методического обеспечения;

– *интегративно-деятельностного подхода*, обуславливающего определение основных характеристик через понятие интеграция и деятельность;

– *практико-ориентированного подхода*, направленного на ориентацию учебного процесса на конечный результат обучения, которым выступает формирование и выработка у соискателей образования практических навыков применения современных технологий обучения.

Таким образом, модернизация системы высшего образования предполагает изменение цели и запланированного результата обучения, сокращение объема обязательного содержания, укрупнение кредитов на один предмет, изменения методов и технологий усвоения содержания учебного материала на первом (бакалаврском) и втором (магистерском) уровнях высшего образования, индивидуализацию образовательного процесса, возможность вариативных систем обучения на основе студентоцентрированного подхода.

В «Стратегии развития Государственного учреждения «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко» на 2019-2025 гг.» взят курс на постоянное совершенствование содержания образования, ориентацию на новейшие технологии и методики обучения, максимальное использование в учебном процессе современных информационно-коммуникационных систем, студентоцентрированный подход. Студентоцентрированное обучение учитывает разнообразие студентов и их потребности, делая гибкие учебные траектории; поддерживает ощущение автономности студента, одновременно обеспечивая ему соответствующее сопровождение и поддержку со стороны преподавателя. Цифровой репозиторий ЛНУ имени Тараса Шевченко занимает ведущее место среди репозиторий украинских высших учебных заведений [5, с.7].

Инновационное образовательное пространство в учреждениях высшего образования является полиструктурным и направлено на разработку, распространение и применение образовательных инноваций. В инновационную деятельность входят следующие элементы: уровни управления нововведениями, содержание инновационного процесса, деятельности, субъекты инновационного поиска и формы организации [2].

Инновационная направленность высшего образования способствует

созданию условий для учебного процесса путем интеграции научных знаний, качественного обновления содержания и организации образовательной, научной и инновационной деятельности на основе студентоцентрированного обучения. Подчеркнем, что инновационная образовательная деятельность может осуществляться на общегосударственном, региональном уровнях и на уровне отдельного учебного заведения. Уровень инновационной образовательной деятельности определяется ее содержанием (разработка, распространение или применения инноваций), масштабностью изменений вносится в систему образования в результате применения предложенной инновации.

Цель обучения будущих учителей физической культуры – максимальное развитие у каждого соискателя образования его возможностей и способностей в областях педагогики, физической культуры и спорта, перерастание количественных показателей в качественные, постоянное совершенствование содержания образования.

Качество профессиональной подготовки будущего учителя физической культуры в заведениях высшего образования трактуется нами как соответствие уровня подготовки профессиональным требованиям, предъявляемым к соискателю образования как к креативному, мобильному, конкурентоспособному специалисту, который понимает и осмысливает ценностно-смысловой контекст профессионально-педагогической деятельности, наращивает творческий потенциал, соответствует требованиям общества, рынка труда, работодателей; показывает высокие результаты в научной, учебной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, способен к профессиональному росту, самоопределению и самореализации [3, с.116].

Следует отметить, что качество подготовки специалистов в значительной степени зависит от содержания образования, методов и приемов обучения, применения информационных технологий.

К основным формам организации, методам и приемам такого обучения относим: лекцию-презентацию, дискуссию, «Мозговой штурм», «Круглый стол», «Деловую игру», «Кейс-метод», «Веб-квест», практические групповые и индивидуальные упражнения, моделирование педагогических ситуаций, обсуждение видеозаписей (в т.ч. запись собственных действий) и т.д. (таблица 1).

При разработке образовательно-профессиональной программы и учебных планов подготовки будущих учителей физической культуры, с учетом европейских требований мы увеличили количество кредитов на одну дисциплину до 5,0 кредитов за счет интеграции двух смежных дисциплин (межпредметные связи), увеличили количество часов на производственную

практику: с 8,0 до 15,0 кредитов на первом (бакалаврском) и до 12,0 кредитов на втором (магистерском) уровнях высшего образования.

**Таблица 1**

**Применение новых информационных технологий в процессе подготовки будущих учителей физической культуры**

<b>Техническое обеспечение</b>	<b>Технологии</b>	<b>Программное обеспечение</b>
Компьютеры, планшеты, смартфоны	Образовательный портал	Электронные учебники, программное обеспечение учебных дисциплин
Проекторы	Технология организации видео-конференций	Мультимедийные программы, аудио, видеозаписи
Интерактивные доски	Кейс-технология	Компьютерное тестирование

Следовательно, повышение качества подготовки будущих учителей физической культуры требует актуализации учебно-познавательной и научно-исследовательской деятельности соискателей, стимулирования творческой активности, использование новейших методов обучения и достижений технической науки: проектирование, визуальное сопровождение, моделирование ситуаций и т.д. Чтобы достойно конкурировать с другими заведениями высшего образования, следует на каждом занятии внедрять инновационные технологии, постоянно работать над совершенствованием образовательного процесса, поиска и апробации различных методик обучения.

Далее проследим выбор предпочтения формам организации, методам и приемам обучения среди девушек и юношей учебно-научного института физического воспитания и спорта (таблица 2).

При подготовке бакалавров специальности «Среднее образование (физическая культура)» в учебно-научном институте физического воспитания и спорта на практических занятиях по теории и методике физического воспитания преподаватели активно используют «Кейс-метод», который способствует развитию критической рефлексии, вооружает студентов умениями решать проблемы и критически их анализировать. Соискатели высшего образования анализируют педагогические ситуации, которые могут произойти на уроках физической культуры с различным контингентом.

Таблица 2

Выбор предпочтения формам организации, методам и приемам обучения среди девушек и юношей, n=90

Формы организации, методы и приемы обучения	Девушки, %, n=16	Ранговое место	Юноши, %, n=74	Ранговое место
1. Лекции-презентации	72,5	4	72,8	3
2. Интерактивные методы обучения (круглый стол, дебаты, проекты, деловые игры, мозговой штурм)	92,4	1	66,4	4
3. Тренинги	48,2	8	54,6	6
4. Творческие задания, групповые и индивидуальные упражнения	78,4	3	61,5	5
5. Мастер-класс	57,4	7	43,7	8
6. Веб-квест	62,3	5	78,2	2
7. Кейс-метод, моделирование педагогических ситуаций	88,6	2	90,3	1
8. Видео-конференция	66,2	6	52,8	7

Популярными среди магистров являются исследовательский, информационный и творческий проекты. Исследовательский проект по структуре напоминает научное исследование. Информационный проект направлен на сбор информации, объектов или явлений с целью анализа, обобщения и представления информации для аудитории. Творческий проект предлагает максимально свободный и нетрадиционный подход к его выполнению и презентации результатов.

**Выводы.** Таким образом, инновационная деятельность является основой модернизации системы высшего образования и обеспечивает конкурентоспособность ВУЗов Украины. Понятие «система подготовки будущего учителя физической культуры в условиях инновационного пространства высших учебных заведений» мы трактуем, как единство структуры, содержания и целей учебного, научного, инновационного процессов соискателей образования, овладение ими профессиональными умениями и навыками, способных осуществлять профессиональное и личностное образование, направленное на творческое развитие и самореализацию личности, умение проектировать дальнейшую профессиональную карьеру.

Качественное изменение системы подготовки будущего учителя физической культуры в условиях инновационного пространства заведений высшего образования, на наш взгляд, произойдет, если:

- 1) функционирование системы будет непрерывным, управляемым,

комплексным, носить инновационный характер, обеспечивать учебный процесс, направленный на формирование креативного мышления, профессиональных навыков у будущих учителей;

2) начальным условием обновления этой системы является последовательная реорганизация сознания, фундаментом которой будут предпосылки демократии и гуманизма, студентоцентрированное обучение;

3) при подготовке специалистов физической культуры необходимо придерживаться основных принципов профессиональной подготовки: непрерывность и ступенчатость, дифференциация и интеграция, демократизация и стандартизация, вариативность и инновационность, мобильность и практичность, открытость достижений мировой и отечественной науки и образования.

**Перспективы дальнейших исследований.** В дальнейшей работе следует обратить внимание на то, что основным индикатором качества подготовки соискателей высшего образования является успешное трудоустройство выпускников. Для этого необходимо высшим учебным заведениям решать вопросы занятости выпускников.

#### **Литературные источники**

1. Vratko M. *Environmental approach in higher education: methodological aspects*. В: Неперервна професійна освіта: теорія і практика. Випуск 4(45), 2015. Серія: педагогічні науки, с. 13-18.

2. Москаленко Н.В., Власюк О.О., Степанова І.В., Шиян О.В. *Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів*: навч. посібник (для студ. вищ. навч. закл.). Дніпропетровськ: Інновація, 2011. 238 с.

3. Отравенко Е.В. *Проблема качества профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры в контексте европейских требований*. În: Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice. Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția a 4-a, 7 decembrie 2018, Chișinău, Republica Moldova / col. red.: Aftimiciuc Olga [et al.]. Chișinău: USEFS, 2018 (Тірогр. "Valinex"), p. 113-119.

4. *Стандарти і рекомендації щодо забезпечення якості в Європейському просторі вищої освіти (ESG)*. К.: ТОВ «ЦС», 2015. 32 с.

5. *Стратегія розвитку Державного закладу «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» 2019-2025*. Режим доступу: [http://luguniv.edu.ua/wp-content/uploads/2019/10/Strategiya-rozvitku-LNU\\_2019-2025.pdf](http://luguniv.edu.ua/wp-content/uploads/2019/10/Strategiya-rozvitku-LNU_2019-2025.pdf).

## ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ИНДЕКСОВ ПРИ ОЦЕНКЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ

**Побурный Поликарп,**

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Annotation.** The article examines the importance of a comprehensive assessment of a person's physical development in order to determine his legal capacity and morphological maturity, which determine the processes of long-term adaptation of the body of students of a sports university in conditions of sexual dimorphism.*

***Key words:** educational sport, anthropometry, physical preparedness tests, physical development.*

**Актуальность.** В современных условиях одним из условий эффективной подготовки специалистов в сфере физического воспитания и спорта является контроль и учет морфофункциональных параметров физического развития и его дееспособности студентов как одного из основных факторов их отдаленного здоровья. Обучение в Государственном университете физического воспитания и спорта Республики Молдова является важным этапом, как в социальном, так и в морфофункциональном аспектах для студентов, обусловленных спецификой организации учебно-воспитательного процесса, сочетающего освоение научно-теоретических дисциплин и формирование двигательных умений и навыков в условиях учебного спорта.

В практике для оценки физического развития и его дееспособности используется метод индексов, представляющий собой соотношение отдельных антропометрических показателей, выраженных в априорных математических формулах. Его преимущество по сравнению с абсолютными значениями заключается в том, что он позволяет дать комплексную оценку физического развития и его дееспособности по совокупности признаков в их взаимосвязи [3, 5, 6].

**Цель исследования** – комплексная оценка физического развития, его дееспособности и морфологической зрелости, определяющих процессы долговременной адаптации организма студентов физкультурного вуза в условиях полового диморфизма.

**Материалы и методы исследования.** Для оценки физического развития, его дееспособности и морфологической зрелости использовались данные антропометрических обследований. Обследовано 205 студентов



(149 юношей, 56 девушек) в возрасте 21-22 года, практически здоровые с соблюдением всех требований, предъявляемых к проведению антропометрического обследования [3, 5].

В процессе исследования проведено измерение длины тела (ДТ), веса тела (ВТ), окружности и экскурсии грудной клетки (ОГК, ЭГК), жизненной емкости легких (ЖЕЛ), динамометрии правой и левой кисти и становой силы (ДПК, ДЛК, ДСС).

Применяемый индекс Кетле (ИК) позволяет оценить соответствие веса тела, его длине, отражающий атлетизм, индекс массы тела ( $ИМТ = ВТ/ДТ^2$ ) характеризует пропорциональность телосложения и гармоничность физического развития. Жизненный индекс ( $ЖИ = ЖЕЛ/ВТ$ ) в сочетании с площадью поверхности тела ( $ППТм^2$ ) характеризуют аэробные возможности, силовые индексы динамометрия правой и левой кисти, динамометрия становой силы, (ДПК, ДЛК, ДСС) определяют уровень общесиловых способностей. Индекс морфологической зрелости в комплексе с относительной кистевой и становой силой характеризуют пропорциональность и созревание опорно-двигательного аппарата.

**Тесты психомоторики** для оценки быстродействия, общей максимальной быстроты движений и статодинамического равновесия [9, 8].

Количественные данные, полученные в ходе обследования обработаны доступными математическими методами в соответствии с рекомендациями Б.А. Ашмарина [1], П.П. Демченко [4].

**Результаты исследования и их обсуждение.** Физическое развитие отражает процесс формирования структурных и морфофункциональных свойств организма, детерминированное устойчивой генетической программой индивидуума. На реализацию этой программы, безусловно, оказывают влияние условия жизни и, в частности, организованная двигательная активность студентов, как в рамках учебного спорта, так и в условиях занятий избранным видом спорта.

Сравнительный анализ показателей физического развития студентов показал (табл. 1), что отмеченная двигательная активность обусловила своеобразную спортивную экологическую нишу, оказывая существенное воздействие на исследуемые параметры. Определено, что студентов всех факультетов отличает своеобразный комплекс физического развития при несколько пониженном весе тела, 67,7-76,35 кг у юношей и 55,4-62,8 кг у девушек, различия составляют 22,0%, у юношей рост тела выше среднего и высокий, согласно регионарных стандартов, достигая в среднем 176,6-184,7 см, у девушек 165,3-172,0 см, различия 6,6%.

При этом следует отметить, что росто-весовые показатели физического развития в определенной степени обусловлены спортивной

направленностью учебной деятельности студентов. В частности, у студентов-юношей спортивного факультета рост в среднем достигает 184,7 см, вес 76,6 кг, у девушек 172,6 см и 62,8 кг соответственно, далее в порядке уменьшения у юношей-кинетотерапевтов – 183,0 см и 77,6 кг; фитнес-туристы 182,3 см и 75,6 кг; педагоги 176,6 см и 67,7 кг. Девушки в весе тела разместились в иной последовательности: спортивный, 76,5 кг; педагогический 60,5 кг, фитнес-туризм 55,4 кг; кинетотерапевты 55,4 кг.

**Таблица 1**  
**Показатели физического развития студентов ГУФВС РМ в условиях полового диморфизма**

Тесты антропометрии	Пол	Факультет			
		Спортивный	Педагогический	Кинетотерапия	Фитнес-туризм
Рост, см	М	184,7±8,6	176,6±5,8	183,0±5,8	182,3±4,6
	Ж	172,6±4,2	167,8±7,5	16,8±6,3	165,3±5,6
Вес, кг	М	76,5±10,5	67,7±9,3	77,6±6,5	75,6±7,5
	Ж	62,8±2,6	60,5±9,5	55,4±5,0	58,3±6,2
ОГК, см	М	98,9±5,6	97,6±9,3	100,5±2,2	101,3±3,1
	Ж	85,4±2,3	85,1±6,4	72,2±4,8	75,8±5,2
ЭГК, см	М	8,6±1,5	7,9±1,2	7,9±1,7	7,6±1,5
	Ж	7,8±0,7	7,6±1,1	7,6±1,4	8,6±2,3
ЖЕЛ, мл	М	4450±586	4441±670	4390±120	4280±600
	Ж	3850±397	3368±558	3169±360	3283±350
F <sub>max</sub> , правой кисти, кг	М	52,5±5,4	49,3±6,4	52,2±8,2	53,3±6,7
	Ж	36,6±5,2	31,8±8,9	27,6±4,8	33,6±3,6
F <sub>max</sub> , левой кисти, кг	М	48,3±4,9	45,4±6,1	48,6±8,2	48,8±5,5
	Ж	35,4±3,2	29,8±9,5	25,5±6,0	30,2±5,2
F <sub>max</sub> , станова, кг	М	137,7±25	132,6±18,8	143,2±8,5	129,6±24,0
	Ж	91,4±17,9	79,4±15,0	65,4±8,4	82,9±9,2

Анализ величин аппарата внешнего дыхания, характеризующие функциональное состояние организма студентов в возможности насыщения крови кислородом и освобождение ее от избытка углекислоты выражается в высоких значениях ЖЕЛ, ОГК, ЭГК, ППТ м<sup>2</sup>.

Определено, что указанные показатели аппарата внешнего дыхания обусловлены с одной стороны – спортивной направленностью, с другой росто-весовыми параметрами физического развития. В частности, у студентов спортивного факультета, как у юношей, так и у девушек ЖЕЛ в среднем 4450 мл и 3850 мл соответственно. Далее следуют педагоги – 4441 мл и 3368 мл; кинетотерапевты 4390 мл и 3169 мл; замыкают аранжировку

фитнесс-туристы 4280 мл и 3283 мл. При этом следует отметить, что у юношей ЖЕЛ, ОГК, ЭГК и ППТ значительно больше на 28,5%; 27,3%; 7,75%; 14,3% соответственно по сравнению с девушками.

Сравнительная характеристика жизненного индекса (ЖИ) и силовых индексов (ДПК, ДЛК, ДСС), которые отражают уровень функциональных возможностей и способности организма адаптироваться к условиям учебно-воспитательного процесса в университете и реализовать генетическую программу студенты спортивного факультета превосходят своих сверстников других факультетов (табл. 2).

**Таблица 2**  
**Показатели морфофункциональной подготовленности студентов**  
**ГУФВС РМ в условиях полового диморфизма**

Расчетные индексы подготовленности	Пол	Факультет			
		Спортивный	Педагогический	Кинетотерапия	Фитнесс-туризм
ИК – индекс Кетле, г/см	М	423±38,1	395±23,5	424±21,6	414±3,6
	Ж	362±62,0	360±41,9	329±14,4	354±23
ИМТ – индекс массы тела – кг/м <sup>2</sup>	М	23,6±1,1	22,5±10,0	23,6±0,5	23,3±0,8
	Ж	21,8±2,6	21,0±1,8	20,4±0,2	21,4±0,9
ИМЗ – индекс морфологической зрелости, усл. ед.	М	8,79±0,7	9,40±0,5	9,19±0,5	8,79±1,2
	Ж	6,52±0,3	6,49±0,9	5,63±0,8	6,46±1,2
ЖИ – жизненный индекс, мл/кг	М	66,7±5,9	63,7±3,4	52,3±5,9	56,6±4,8
	Ж	61,8±0,9	55,7±1,8	57,2±1,7	56,3±5,2
ППТ м <sup>2</sup> – площадь поверхности	М	1,93±1,0	1,78±9,9	1,90±0,7	1,87±0,9
	Ж	1,69±0,4	1,65±0,15	1,57±0,7	1,62±1,1
ИСК – индекс относит. силы сильнейшей кисти, %	М	67,0±3,2	70,7±2,4	67,3±5,3	70,7±8,6
	Ж	58,3±5,8	57,5±6,1	49,8±3,9	57,6±4,2
ИСС – индекс становой силы, %	М	189,0±6,8	190,2±19,0	184,5±22,0	172,0±8,9
	Ж	145,5±22,4	130,5±15,0	118,0±5,5	141,4±8,2

Известно [2], что обучение, совершенствование техники физических упражнений и развитие двигательных способностей предполагает определенный уровень морфологической зрелости опорно-двигательного аппарата, как структурная и функциональная основа обучения, которая может соответствовать (быть адекватной) новому движению или быть несовершенной. Во втором случае процесс с обучения и совершенствования затягивается. Поэтому создание прочной морфофункциональной основы для обучения новым действиям рассматривается как наиболее рациональный путь обучения. В контексте вышеизложенного, следует

отметить, что исследуемые студенты второго курса освоили программу лицейского физического воспитания и программы учебного спорта первого курса университета и таким образом их организм обладает необходимой должной спортивной нормой подготовленности, подготовленности к освоению программ учебного спорта.

Нами определено (табл. 2), что морфологическая зрелость, выраженная в ИМЗ, находится в пределах оптимальных должных спортивных норм у юношей и достигает 8,79-9,40, у девушек 5,63-6,52 услов.ед. в содружестве с должными нормами относительной кистевой и становой силы, обеспечивающие возможность обучения новым видам учебного спорта, результаты которого отражены в успешной сдаче контрольных нормативов.

Кроме того, подтверждением положительного влияния занятий учебным спортом является наличие оптимальной безжировой, т.е. активной массы тела у юношей в пределах 22,5-23,6 кг/м<sup>2</sup>, у девушек 20,4-21,8 кг/м<sup>2</sup>, что выгодно отражается на дееспособности их организма, повышающая его физические возможности, увеличивая кислородную насыщенность, обеспечивая ресинтез АТФ [12].

Известно, что избыточное содержание жира в организме (ИМТ = 25 кг/м и выше) может быть сдерживающим фактором в росте спортивных результатов за счет снижения уровня мышечной выносливости и мобильности тела [11].

По мнению В.П. Озерова [10] психомоторика человека является ядром двигательных способностей, что предполагает не только совершенствование моторного компонента спортивного действия, но и формирование правильного двигательного образа, совершенствование сенсорного механизма управления движениями и эффективное хранение, и автоматизированное воспроизведение двигательного эталона. Моторный компонент, в свою очередь обеспечивает быстроедействие в простых сенсомоторных реакциях, максимальную общую быстроту движений, обусловленные статодинамическим равновесием, как одного из двигательных-координационных качеств, совершенствование которого зависит от морфофункциональной зрелости опорно-двигательного аппарата и психомоторной подготовленности студентов.

Из таблицы 3 следует, что в тестах быстроедействия в простых зрительно-моторных и слухо-моторных реакциях (ЗМР, СМР) и реакции на движущийся объект (РДО) студенты-юноши опережают своих сверстниц, в то же время в показателях максимальной быстроты движений (темпинг-тест, 10 с) девушки опережают юношей на 7,8% ведущей рукой и уступают юношам в не ведущей руке на 8,3%, кроме спортивного факультета – девушки сохранили преимущество и не ведущей рукой на 11,6%.

Сравнительный анализ параметров статодинамического равновесия, определяющим вестибулярным анализатором показал явное преимущество

девушек, которое обусловлено их анатомо-биомеханическими особенностями: шире таз, ниже общий центр тяжести. В этой связи вестибулярный аппарат, как древнейшая сенсорная система является стимулятором физического развития, культуры движений и личностного развития студентов.

**Таблица 3**  
**Показатели психомоторной активности студентов ГУФВС РМ в условиях полового диморфизма**

Тесты психомоторики	Пол	Факультет			
		Спортивный	Педагогический	Кинетотерапия	Фитнесс-туризм
ЗМР, мл/с	М	127,0±21,0	138,8±40,5	140,0±20,7	137,5±35
	Ж	138,6±14,9	142,7±22,0	156,0±22,8	143±22
СМВ, мл/с	М	115,8±1,1	136,6±29,3	127,0±10,6	135±15
	Ж	126,6±13,2	134,8±22,0	131±16	140±28
РДО, см падающая линейка	М	5,9±3,2	9,8±2,7	8,6±1,5	7,4±1,3
	Ж	3,4±0,9	9,4±2,5	11,9±3,4	8,6±2,1
ЖИ – жизненный индекс, мл/кг	М	66,7±5,9	63,7±3,4	52,3±5,9	56,6±4,8
	Ж	61,8±0,9	55,7±1,8	57,2±1,7	56,3±5,2
Темпинг-тест, 10 с (ведущая кисть) кол-во точек	М	70,8±7,8	71,3±9,3	72,4±6,9	71,4±8,0
	Ж	88,1±8,4	75,3±9,5	74,5±9,6	73,4±9,3
Темпинг-тест, 10 с (не ведущая кисть) кол-во точек	М	69±7,3	66,7±12,2	70,2±8,9	69,0±7,6
	Ж	77,2±4,9	64,5±13,6	64,1±8,4	58,6±7,1
Статодинамическое равновесие: проба Ромберга, с	М	48,3±12,1	32,1±19,2	37,9±7,2	41,3±5,6
	Ж	97,0±38,9	55,4±15,4	46,8±39,7	48,6±7,8

**Выводы.** Учебная деятельность в университете физического воспитания и спорта Республики Молдова в сочетании со спортивным совершенствованием в избранных видах спорта положительно отражается на физическом развитии компонентах массы тела, морфологической зрелости и других показателях физического здоровья студентов, выраженные в уроне роста и развития органов и систем, основу которых составляют морфологические и функциональные возможности, обеспечивающие их адаптацию к условиям учебного процесса.

Уровень физического развития студентов, обусловленный полом не только морфологическими, но и функциональными показателями, характеризуют его физическую дееспособность и здоровье студентов.

### **Литературные источники**

1. Ашмарин Б.А. *Обработка результатов исследования*. В: Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. М.: Просвещение, 1997, с. 168-179.
2. Дворкина Н.И., Доркин Л.С., Попов А.И. *Возрастная динамика морфологической зрелости школьников 7-16 лет, занимающихся различными видами двигательной активности*. В: Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. М., 2017, №3, с. 5-8.
3. Дембо А.Г. *Исследование физического развития и опорно-двигательного аппарата*. В: Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1998, с. 187-193.
4. Демченко П.П. *Математико-статистические методы обработки результатов измерений*. В: Математико-аналитические методы в структуре педагогических исследований физической культуры. Кишинев, 2009, с. 182-194.
5. Дубровский В.И. *Исследование оценка физического развития*. В: Спортивная медицина: Учебник. М.: Владос, 2006, с. 49-63.
6. Калюжный Е.А., Михайлова С.В., Маслова В.Ю. *Применение метода индексов при оценке физического развития студентов*. В: Лечебная физкультура и спортивная медицина, 2014, №1, с. 21-27.
7. Криворучко Т.С. *Справочник по физическому развитию и физической подготовленности детей и подростков Молдавской ССР*. Кишинев, Картя Молдовеняскэ, 1978. 110 с.
8. Лях В.И. *Падающая линейка*. В: Тесты в физическом воспитании школьников. М.: АСТ, 1998, с. 112-113.
9. Марищук В.Л., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А., Серова Л.К. *Исследование сенсомоторных реакций*. В: Методики психодиагностики в спорте (учебное пособие). М.: Просвещение, 1990, с. 192-210.
10. Озеров В.П., Небытова Л.А., Катренко М.В., Журавлева Ю.И. *Ретроспективный анализ взаимосвязи психомоторных способностей и процесса физического воспитания спортсменов*. В: Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, М.: 2018, №3, с. 18-21.
11. Хакимуллина Д.Р., Габдрахманова Л.Д., Ахметов И.И. *Антропометрические и морфологические характеристики гребцов-академистов*. В: Лечебная физкультура и спортивная медицина. М.: 2015, №5, с. 4-6.
12. Шварц В.Б. *К методике определения жировой и активной массы тела у спортсменов*. В: Теория и методика физической культуры. М.: 1991, №1, с. 21-22.

## ПРОЕКТИРОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» ДЛЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Пожидаев С.Н., Ляшко Г.И.**

Ростовский-на-Дону государственный университет путей сообщения,  
Ростов-на-Дону, Россия

**Пожидаева И.Л.**

Донской государственный технический университет,  
Ростов-на-Дону, Россия

***Annotation.** When developing the discipline «Physical Culture and Sports» for higher education on the basis of innovative design of pedagogical objects, with the correct use of a variety of theoretical and methodological innovations, the tasks of higher education are solved, as well as the quality of the discipline increases, without losing its meaning and integrity.*

***Keywords:** academic discipline, quality of education, innovative design, theoretical and methodological innovations.*

**Актуальность.** В современном высшем образовании, при переходе на новые стандарты и открытия новых уровней подготовки, происходит модернизация учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» («ФКиС»). Причем, сама трансформация строится, как на основе случайно-интуитивного поиска, в опоре на законодательно-нормативные документы, образовательный стандарт и рекомендуемые компетенции, так и на применении методик типа «мозгового штурма» к конструкциям и содержанию дисциплины [1]. Это негативно сказывается на качестве содержания дисциплины, приводит к разрушению ее традиционных конструкций.

**Цель исследования** – спроектировать содержание учебной дисциплины «ФКиС» без утраты ее качества, смысла и целостности.

**Основной материал исследования.** В качестве разрабатываемого нами подхода, предлагается методология инновационного проектирования педагогических объектов физической культуры и спорта [3]. Причем, основой такой работы является применение разнообразных теоретико-методических новшеств, бесконфликтно встраиваемых в базовый образовательный процесс дисциплины.

Кратко необходимо отметить, что современное высшее образование строится, преимущественно, на дисциплинарной системе преподавания, в

которой, при проектировании учебной дисциплины, по нашему мнению, необходимо выделять следующие компоненты (теоретико-методических новшества):

- процессно-содержательные конструкции самих дисциплин [5];
- базовые содержательные процессы, описываемые дисциплиной;
- модели видов обучения [4].

Так из процессно-содержательных конструкций самих дисциплин нами выбраны модели теоретической, практической и исследовательской дисциплины включающие следующие компоненты:

- онтологическую схему объекта и предмета, задачи дисциплины, средства выражения – специфические и неспецифические понятия, модели частных объектов;
- факты и проблемы, инструменты и процедуры научно-исследовательской работы;
- виды и функции практической деятельности, средства и методы работы, формы занятий.

В то же время, можно указать, что в учебной дисциплине «ФКиС» к содержательно-базовым процессам, описываемых дисциплиной, можно отнести:

- освоение норм физической культуры;
- оздоровительно-рекреационную тренировку;
- спортивную тренировку;
- профессионально-прикладную физическую подготовку;
- производственную гимнастику (физическую культуру);
- собственно физическое воспитание в вузе.

Опираясь на модели различных видов обучения, здесь, процесс обучения, определен нами, как интеграция развивающего репродуктивно-поискового вида с проблемно-поисковым, а также объяснительно-иллюстративным.

Таким образом, в соответствии с этими типовыми компонентами разновидностей дисциплин, нарабатывается содержание работы по лекционным, исследовательско-методическим и практическим формам занятий.

Так, при проектировании лекционного курса содержания дисциплины «ФКиС», нами использован метод «восхождения от абстрактного к конкретному» [6].

При использовании этого метода:

- основной, «содержательной» клеточкой построения является модель «Физического воспитания», как деятельности;



– первым шагом развертывания «клеточки» является описание процессов освоения норм физической культуры, оздоровительной и спортивной тренировки, профессионально-прикладной физической подготовки, как видов деятельности, с модельными характеристиками;

– вторым шагом развертывания «клеточки» происходит выделение объяснительных «механизмов» этих процессов путем описания работы биологических систем организма человека;

– третий и конечный шаг развертывания базовой «клеточки» – физическое воспитание в конкретном вузе с конкретными программами и формами обучения.

На основании проблемно-поискового вида обучения, в исследовательско-методических формах занятий, прорабатывается работа со студентами по разрешению практических проблем осанки и телосложения, здоровья и физического развития, физической и специально-профессиональной подготовленности, т.д.

В ходе практических форм занятий, осваиваемый материал соответствует практическим проблемам и выстраивается по схеме: рекреационно-оздоровительная тренировка и физическая подготовка – освоение и коррекция техники движений и упражнений видов спорта – спортивно-массовая и профессионально-прикладная подготовка – спорт высших достижений [2]. Здесь, преимущественно, используется объяснительно-иллюстративный вид обучения.

На основании вышеизложенного, можно сказать, что при разработке учебной дисциплины «ФКиС» для высшего образования на основе инновационного проектирования педагогических объектов, при корректном использовании разнообразных теоретико-методических новшеств, решаются задачи высшего образования, а также повышается качество дисциплины, без утраты ее смысла и целостности.

На основании проведенного исследования можно сделать следующие **ВЫВОДЫ:**

1. В качестве подхода модернизации учебной дисциплины «ФКиС» рекомендуется инновационное проектирование педагогических объектов физической культуры и спорта.

2. При разработке дисциплины применяются процессно-содержательные конструкции, описываемые дисциплиной процессы, модели видов обучения, в качестве теоретико-методических новшеств.

3. Лекционный курс основывается на содержательном методе «восхождения от абстрактного к конкретному».

4. Исследовательско-методическая работа прорабатывается по разрешению практических проблем осанки, телосложения и фигуры,

социально-психологического и физического здоровья, физического развития, физической и специально-профессиональной подготовленности.

5. В практических занятиях появляются рекреационно-оздоровительная тренировка и физическая подготовка, коррекция техники движений видов спорта и спортивно-массовая тренировка, профессионально-прикладная подготовка и спорт высших достижений.

В качестве **перспективы дальнейших исследований** можно указать, что:

– проектировочные модули и конструкции предлагаемого подхода позволяют создавать эффективные построения различных учебных дисциплин;

– сконструированные модели дают возможность разработать корректную систему этапно-текущего контроля по различным формам обучения дисциплине «ФКиС»;

– методология инновационного проектирования обладает потенциалом модификации различных педагогических объектов физической культуры и спорта.

#### **Литературные источники**

1. Ларионова Н.Н. *Заметки к вопросу оптимизации физической культуры в вузе*. В: Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма: сб. мат. XXII Всерос. науч.-практ. конф. (23-28 сентября 2019 года, пос. Новомихайловский). Ростов н/Д: Издательско-полиграфический комплекс РГЭУ (РИНХ), 2019, с. 75-77.

2. Пожидаев С.Н., Евсеев Ю.И. *Инновационное педагогическое проектирование физического воспитания в вузах*. В: Физическая культура и спорт в системе инновационного потенциала образования студентов: сб. науч. тр. по матер. междун. науч.-метод. конф., посвященной 70-летию образования кафедры физической культуры Ставропольского государственного университета (15 апреля 2009 года) / под ред. Г.М. Соловьева, О.В. Резеньковой. Ставрополь: Сервисшкола, 2009, с. 49-51.

3. Пожидаев С.Н. *Инновационное проектирование педагогических объектов – инструмент повышения качества высшего профессионального образования физической культуры и спорта*. В: Образование. Наука. Инновации: Южное измерение, 2010, № 5 (15), с. 28-35.

4. Пожидаев С.Н. *Интегративная технология обучения сложно-координационным движениям*. В: Теория и практика физической культуры, 2012, № 1, с. 57-61.

5. Пожидаев С.Н., Пожидаева И.Л. *Структуры и характеристики учебных дисциплин высшего образования*. В: Миссия университетского

педагогического образования в XXI веке: мат. Междун. науч.-практ. конф. и I науч.-пед. чтений памяти академика РАО Е.В. Бондаревской «Гуманитарная методология и практика современного образования» (26-28 мая 2019 года, Россия, г. Ростов-на-Дону). Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2019, с. 224-230.

6. Щедровицкий Г.П. *Исходные представления и категориальные средства теории деятельности*. В: Г.П. Щедровицкий Избранные труды. М.: Шк. Культ. Полит., 1995, с. 233-280.

## СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ ФИТНЕС ТРЕНЕРА

Полякова Варвара,

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Annotation.** The article substantiates the use of pedagogical technologies in the vocational training system of university education. The author considers the most acceptable future fitness trainers to be used in the educational process: developmental training, design methods, technology for developing critical thinking, technology for game methods, training in cooperation, information and communication technologies, interactive learning technologies.*

***Key words:** educational technology, fitness trainer, professional training.*

**Актуальность.** Социальные преобразования, наблюдаемые в обществе в последние десятилетия, способствовали реформированию системы высшего образования. На повестку дня выносятся новое понимание цели образования: формирование у студентов готовности к саморазвитию, обеспечивающей интеграцию личности в национальную и мировую культуру. Реализация данной цели определена разрешением следующих задач:

– *обучение деятельности* – умение ставить цели, организовывать свою деятельность для их достижения и оценивать результаты собственной деятельности;

– *формирование личностных качеств* – мышления, воли, чувств, творческих способностей, познавательных мотивов деятельности;

– *формирование, системы базисных смысловых образований мировосприятия личности*, адекватных уровню знаний и уровню образовательной программы.

Традиционная дидактическая система оказалась недостаточной для решения задач модернизации образования, что привело ученых и практиков к попыткам «технологизировать» учебный процесс. Таким образом, понятие «образовательная технология» предполагает своего рода производственно-технологический процесс с гарантированным результатом. В документах ЮНЕСКО [8] *технология обучения* представлена системным методом создания, применения и определения всего учебного процесса преподавания, а также усвоения знаний с учетом человеческих и

технических ресурсов в их взаимодействии. В этом ключе технологичность учебного процесса заключается в его полной управляемости.

С этих позиций, на сегодняшний день идет поиск методов, допускающих творчески, по-новому, организовать процесс обучения, взаимоотношения учителя и учеников. В трудах В.В. Гузеева [2], Н.Ю. Пахомовой [6], Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркиной, М.В. Моисеевой, А.Е. Петрова [7] и др. аргументируется необходимость включения в учебно-воспитательный процесс деятельностные, групповые, игровые, ролевые, практико-ориентированные, проблемные, рефлексивные и другие формы и методы обучения, что позволяет решать такие учебно-воспитательные задачи, как связь обучения с жизнью, развитие самостоятельности и творческой активности студентов в учебном процессе, развитие умений адаптироваться в современном социальном пространстве, умений коммуникации, сотрудничества с людьми в разных видах деятельности.

**Целью исследования** является выявление актуальных педагогических технологий для образовательной системы подготовки тренера по фитнесу.

**Основной материал и обсуждение результатов.** На сегодняшний день существует множество образовательных технологий, имеющих под собой различные содержательные основы. В целом, они ориентированы на индивидуализацию, дистанционность и вариативность образовательного процесса, академическую мобильность обучаемых независимо от возраста и уровня образования, предоставляющие возможность улучшать качество подготовки специалиста, более эффективно использовать стационарное учебное время и снижать долю репродуктивной деятельности обучающихся за счет сокращения времени, отведенного на выполнение внеаудиторных заданий.

**Любая образовательная технология** представляет собой комплекс, включающий: некое предвидение ожидаемых результатов обучения; средства диагностики обучаемых; подбор моделей обучения; критерии определения оптимальной модели для реальных условий обучения.

Из сказанного следует, что педагогическая/образовательная технология определяется тремя аспектами:

- *научным*: изучение и разработка целей, содержания и методов обучения, участвующих в проектировании педагогических процессов;
- *процессуально-описательным*: описание процесса, совокупность целей, содержания, методов и средств для достижения ожидаемых результатов обучения;
- *процессуально-действенным*: осуществление педагогического процесса, действенность всех личностных, инструментальных и методологических педагогических средств [3].

В настоящем выделяют следующие образовательные технологии [5]:

- развивающее обучение;
- коллективная система обучения;
- технология решения исследовательских задач;
- исследовательские и проектные методы;
- технология модульного и блочно-модульного обучения;
- технология «дебаты»;
- технология развития критического мышления;
- лекционно-семинарская система обучения;
- технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых и других видов обучающих игр;
- обучение в сотрудничестве;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровье-сберегающие технологии;
- система инновационной оценки «портфолио»;
- технологии интерактивного и дистанционного обучения.

Для системы подготовки фитнес тренера из вышеперечисленных технологий, на наш взгляд, более адекватны такие, как *развивающее обучение, проектные методы, технология развития критического мышления, технология игровых методов, обучение в сотрудничестве, информационно-коммуникационные технологии, технологии интерактивного обучения.*

*Развивающее обучение* предполагает организацию учебных занятий в форме проблемных ситуаций, обуславливающих активную самостоятельную деятельность обучающихся по их разрешению, следствием чего происходит креативное овладение профессиональными знаниями, навыками, умениями в результате развития интеллектуальных/мыслительных способностей (формулирование гипотезы, определение способов ее проверки, разработка, аргументация и проведение наблюдений, экспериментов, анализ их результатов) [4].

*Метод проектов* направлен на стимулирование интереса обучающихся к конкретным проблемам, подразумевающим владение определенным объемом знаний, который в результате проектной деятельности помогает разрешению этих проблем, умению практически применять полученные знания.

Развитие *критического мышления* направлено на воспитание способности не принимать ничего на веру без доказательств, критически относиться к любым утверждениям, но при этом не игнорировать новые идеи и методы. Критическое мышление отождествляют с качественным

мышлением, формирующимся в результате свободы выбора, осуществления качества прогноза, воспитании ответственности за собственные решения.

*Игровая технология* предусматривает игровой сюжет, помогающий активизировать учебный процесс, с целью более эффективного усвоения учебных материалов. Игровые методы позволяют осуществлять более свободный, психологически раскрепощенный контроль за приобретенными знаниями, сформированными умениями и навыками. Применение методов игрового обучения стимулирует познавательную деятельность, активизирует мыслительная деятельность, совершенствует процессы памяти, усиливает мотивацию к процессу обучения.

*Обучение в сотрудничестве* (англ. *cooperative learning*) предполагает обучение в малых группах. Как показывает практика, процесс коллективного обучения вызывает больший интерес к предмету изучения, акцентируя внимание занимающихся на концентрацию усвоенных знаний и приобретенного опыта, что увеличивает эффективность его результатов. В результате совместной деятельности вырабатывается новое знание, получаемое всеми участниками группы. Работая вместе, обучаемые коллективно конструируют и моделируют новые знания, в отличие от получения их в уже готовом виде при одностороннем преподавании.

Использование *информационных технологий* является более интересным для обучающихся, поскольку повышается уровень наглядности на уроке, что допускает демонстрацию явлений, невозможных увидеть в реалии. К тому же данный вид технологий предоставляет большие возможности для индивидуального подхода и дифференциации в обучении. Современные информационные программы с помощью анимации и звука позволяют моделировать необходимые учебные ситуации, дают возможность предоставления в мультимедийной форме редких информационных материалов (книг, видеоматериалов и др.), что способствует визуализации изучаемых явлений и процессов, а также их допустимой взаимосвязи.

*Интерактивное обучение* представляет собой специальную форму организации познавательной деятельности, осуществляемую в форме совместной деятельности обучаемых, предполагающей взаимодействие друг с другом, обмен информацией, совместное решение проблем, моделирование ситуаций, оценивание действия других и свои собственные. Для этого используются компьютерные симуляции, деловые и ролевые игры, организуются психологические тренинги в сочетании с внеаудиторной работой [1].

Представленные выше технологии имеют тесную связь с профессией фитнес тренера, ориентированные на формирование и совершенствование коммуникативного, проектировочного, организаторского, творческого компонентов его деятельности.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Обозначенные педагогические технологии не теряют своей актуальности при подготовке тренера по фитнесу, хотя некоторые из них являются академическими.

Ряд представленных технологий не являются новыми, но по-прежнему исследуются психолого-педагогической наукой, социологией и философией образования, что позволяет сделать вывод о необходимости использования личностно-ориентированной модели образования для обогащения содержания образования творческими и эмоционально-оценочными компонентами, повышения роли и места обучаемого в образовательном процессе, что, в свою очередь, предполагает перспективы дальнейших исследований в этом направлении.

#### **Литературные источники**

1. Двучичанская Н.Н. *Интерактивные методы обучения как средство формирования ключевых компетенций*. В: Наука и образование: электронное научно-техническое издание, 2011; Режим доступа: <http://technomag.edu.ru/doc/172651>
2. Гузев В.В. *Планирование результатов образования и образовательная технология*. М.: Народное образование, 2001. 240 с.
3. Коджаспирова Г.М. *Педагогика: учебник для академического бакалавриата*. 4-е изд., перераб. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2019. 719 с.
4. Косолапова М.А. *Технологические подходы в организации профессиональной подготовки к педагогической деятельности в высшей школе*. Томск: Томский гос. пед. ун-т., 2007. 177 с.
5. Лазутченкова Е.Г. *Образовательные технологии подготовки специалистов СПО: Методическое пособие*. Санкт-Петербург 2014. 35 с.
6. Пахомова Н.Ю. *Метод учебного проекта в образовательном учреждении: Пособие для учителей и студентов педагогических вузов*. 3-е изд., испр. и доп. М.: АРКТИ, 2005. 112 с.
7. Полат Е.С., Бухаркина М.Ю., Моисеева М.В., Петров А.Е. *Новые педагогические и информационные технологии в системе образования*. Учебное пособие для ст-тов пед. вузов и системы повышения квалификации пед. кадров. М.: Издательский центр «Академия», 1999. 224 с.
8. WWW.UNESCO.ORG



## ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Прихода Игорь,**

Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко, Луганск,  
Луганская Народная Республика

***Annotation.** In article from modern positions of education, science and practice are generalized, systematized, analyzed and stated the didactic bases of sports and pedagogical training of future specialists in adaptive physical culture for professional activities, given their brief description. Structural and substantial levels of this preparation and also orientation of process of training of students of this direction of preparation to the principle of specialization are especially allocated and considered.*

***Key words:** didactic bases, sports and pedagogical training, future specialists in adaptive physical culture, profession activity.*

**Введение.** Здоровье населения в целом и подрастающего поколения в частности является надежным залогом социальной успешности каждого общества и экономического процветания любого государства. Без него любые социально-экономические реформы лишены всякого смысла, ибо здоровье наряду с жизнью являются главными личными и общественными ценностями, основными двигателями социального прогресса и государственного развития. К большому сожалению, в настоящее время количество учащихся с отклонениями в состоянии здоровья в учреждениях образования различного уровня стремительно возрастает. Не составляют исключение и учреждения среднего и высшего профессионального образования. Теперь практически в каждой академической группе есть студенты, которым необходимо спортивно-педагогическое взаимодействие со специалистом по адаптивной физической культуре [3]. Задача инструктора-методиста и/или тренера-преподавателя по адаптивной физической культуре в этих учреждениях – скорректировать развитие организма и личности обучающихся средствами адаптивной физической культуры и мотивировать их к дальнейшему физическому, психическому, духовному и социальному развитию [8].

**Цель исследования** – разработать и обосновать систему уровневой профессиональной подготовки специалиста по адаптивной физической культуре.

**Основной материал и обсуждение результатов.** В связи с этим, будущему специалисту по адаптивной физической культуре нужны широкие и глубокие, системные и целостные знания о психофизиологических особенностях развития аномальных детей и подростков, закономерностях их психофизиологического развития в процессе обучения и воспитания [1].

*Первый (специальный) уровень* этой подготовки представлен в вузах специальными психолого-педагогическими дисциплинами, среди которых «Коррекционная педагогика с элементами специальной психологии» и «Специальная психология». Ведущими в содержательном блоке «Специальная психология» являются: категория развития в специальной психологии, понятие о соотношении психического развития и деятельности, понятие аномального развития (дизонтогенеза) и его параметры. Здесь рассматриваются типы нарушения психического развития: недоразвитие, задержанное развитие, поврежденное развитие, искаженное развитие, дисгармоничное развитие. На основе понятия «аномальный ребенок» определяются особенности аномального развития, выделяются отрасли специальной психологии – олигофренопсихология, тифлопсихология, сурдопсихология, логопсихология, психология детей с задержкой психического развития, нарушениями нервной системы, опорно-двигательного аппарата, психология детей дошкольного возраста с аномалиями развития и др. [5]. Далее в курсе «Коррекционная педагогика с элементами специальной психологии» изучаются объект, предмет, цели, задачи, принципы, формы и методы специальной педагогики, а также основные категории специальной педагогики. Согласно с гуманистической парадигмой образования, обучение, воспитание и развитие аномальных детей рассматриваются как обязательный, целенаправленный процесс формирования личности и деятельности, передачи и усвоения знаний, умений и навыков, дающий аномальным детям основное средство подготовки их к жизни и труду. В связи с этим формулируются структура, содержание, принципы, формы и методы обучения и воспитания аномальных детей, изучаются понятия коррекции и компенсации, социальной реабилитации и социальной адаптации [5].

*Второй (обобщенный) уровень* реализуется в курсе спортивно-педагогических дисциплин, общих для всех базовых физкультурно-спортивных направлений подготовки: «Теория и методика физического воспитания», «Теория и методика спортивной тренировки», «Теория и

методика адаптивной физической культуры». Блочно-модульное построение программ по этим спортивно-педагогическим дисциплинам позволяет выделить инвариантные содержательные части блоков и вариативные модули, направленные на специализированную подготовку студентов по каждому направлению отдельно. Здесь также формируются все три стороны спортивно-педагогической компетентности будущего специалиста по адаптивной физической культуре: спортивно-педагогические знания; мотивация и направленность на профессиональную деятельность и иные важные профессиональные и личностные качества, все компоненты спортивно-педагогического взаимодействия [5]. Все учебные элементы этих курсов структурированы с учетом принципа профильности. Логика изложения учебного курса согласуется с логикой, осваиваемой студентами науки, однако все учебные элементы направлены на спортивно-педагогическую подготовку будущего специалиста к профессиональной деятельности именно по своему направлению подготовки в учреждениях среднего и высшего профессионального образования [4].

*Третий (интегративный) уровень* – это спортивно-педагогические знания, способы спортивно-педагогического взаимодействия и личностные качества специалиста по адаптивной физической культуре, актуализирующиеся в ходе обучения дисциплинам иных блоков – медико-биологического, социально-гуманитарного и др. [5].

Важную роль в процессе спортивно-педагогической подготовки будущего специалиста по адаптивной физической культуре к профессиональной деятельности в учреждениях среднего и высшего профессионального образования играет непрерывная учебная и производственная практика. Она имеет огромное значение в профессиональном становлении будущих специалистов по адаптивной физической культуре, которым предстоит выполнять работу по оздоровлению и реабилитации студенческого контингента. Для этого разработана программа заданий по спортивно-педагогическому блоку для каждого базового направления подготовки, в том числе и адаптивной физической культуры [6].

Особую роль в спортивно-педагогической подготовке будущих специалистов по адаптивной физической культуре к профессиональной деятельности в учреждениях среднего и высшего профессионального образования играет система самостоятельной и индивидуальной работы [2]. Здесь нами предложена система, адаптированная к реалиям профессиональной деятельности в конфликтных и проблемных ситуациях. Самостоятельное и индивидуальное решение этих ситуаций позволяет актуализировать у студентов знания, умения и навыки по всему блоку

спортивно-педагогических дисциплин, выявить зоны улучшения знаний и скорректировать знания по этой теме. Составление подобных ситуаций заставляет студента развивать педагогическую наблюдательность, педагогическую интуицию, актуализирует и развивает в нем педагогическую направленность и иные важные профессиональные и личностные качества. Этот вид работы в активной форме подготавливает студентов к научной организации своего взаимодействия с очень сложным контингентом студентов – лицами с отклонениями в состоянии здоровья, учит их адекватному спортивно-педагогическому взаимодействию [9]. Другим важным методом организации самостоятельной и индивидуальной работы студентов по дисциплинам спортивно-педагогического блока является составление и решение заданий тестового типа. Их преимущество заключается в том, что они в краткой, конкретной и четкой форме позволяют структурировать содержание учебного материала. Составление тестовых заданий поможет студентам лучше понять пробелы в структуре и содержании своей спортивно-педагогической компетентности, а их решение – устранить выявленные недостатки [9].

Система спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по адаптивной физической культуре потребовала создания новых приемов, форм и методов работы в рамках физкультурно-спортивного цикла [8]. Так, специалисты по адаптивной физической культуре, работающие в системе учреждений среднего и высшего профессионального образования, давно и успешно используют преимущество моновидовых и поливидовых секций по адаптивной физической культуре. В моновидовых секциях студенты получают подготовку в рамках одного вида спорта (например, баскетбола), а в поливидовых – в нескольких (например, ряда спортивных игр) [9].

Для секционной работы специалистов по адаптивной физической культуре нами был разработан метод избыточного инструктажа. Главная особенность состоит в том, что технико-технологический инструктаж, совмещенный с показом выполнения различных упражнений, ведет один из студентов (имеющий хорошую физическую подготовку и обучающийся в одной академической группе с учащимися с отклонениями в состоянии здоровья). Специалист по адаптивной физической культуре в это время осуществляет «избыточный инструктаж», а именно: подходит во время выполнения к каждому учащемуся и применяет необходимые мотивационные приемы (ободряет их, уточняет и исправляет технику выполнения, обращает внимание на успехи учащегося и пр.) [9].

Дневники оздоровления и реабилитации, которые ведут занимающиеся в этих секциях, также позволяют специалисту по адаптивной физической

культуре реализовать индивидуальный подход, ведь именно это зачастую нужно больше всего учащимся с отклонениями в состоянии здоровья – позитивное внимание педагога, констатация их достижений и ободрение в начале каждого последующего этапа деятельности, на каждом занятии. Для формирования профессионально и личностно важных качеств будущему специалисту по адаптивной физической культуре требуется также особая спортивно-педагогическая подготовка. Она осуществляется с учетом введенного нами частнодидактического принципа личностной и спортивной биографичности. Согласно этому принципу для построения спортивно-педагогической компетентности будущего специалиста по адаптивной физической культуре требуется диагностировать и учитывать не только актуальный уровень его личностных качеств и способ формирования его личности, но и историю его спортивной жизни [8].

**Выводы.** Таким образом, следует констатировать, что система спортивно-педагогической компетентности будущего специалиста по адаптивной физической культуре, осуществляющего профессиональную деятельность в учреждениях среднего и высшего профессионального образования, имеет особую структуру и содержание, и требует комплексного и целостного подхода к ее построению. Это осуществляется за счет ориентации процесса обучения студентов данного направления подготовки на принцип профильности, который основан на дифференциально-интегративном подходе и за счет блочно-модульного структурирования учебного материала. Формирование индивидуальной, уникальной в каждом конкретном случае, системы профессиональных и личностных качеств будущего специалиста по адаптивной физической культуре должно происходить с учетом требований принципа личной и спортивной биографичности на основе гуманистической парадигмы образования.

**Перспективы дальнейших исследований** состоят в изучении и анализе спортивно-педагогической подготовки будущих специалистов по адаптивной физической культуре к профессиональной деятельности в других учреждениях (здравоохранения, социальной защиты населения).

#### **Литературные источники**

1. Балашова В.Ф. *Научно-теоретические основы формирования компетентности специалиста по адаптивной физической культуре*: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.08. Москва, 2009. 418 с.
2. Белова И.Ю. *Становление профессиональной компетентности специалистов адаптивной физической культуры в системе вузовского образования*: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Чита, 2008. 192 с.

3. Иванов А.А., Блеер А.Н., Полиевский С.А., Лаптев А.П. *Концепция формирования здорового образа жизни: «Здоровый образ жизни – норма жизни РГУФКСТ»*: Концепция ИПИ ТИП-С. Москва: РГУФКСТ, 2011. 21с.

4. Карпюк Р.П. *Теоретические и методические основы профессиональной подготовки будущих специалистов по адаптивному физическому воспитанию в высших учебных заведениях*: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04. Киев, 2010. 541 с.

5. Литош Н.Л. *Концепция подготовки специалистов по адаптивной физической культуре в СибГУФКе*. В: Теория и практика физической культуры, 2005, № 10, с. 20-21.

6. Лубышева Л.И. *Профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта: новые вызовы современности*. В: Теория и практика физической культуры, 2018, № 10, с. 91-92.

7. Прихода И.В. *Актуальные проблемы профессиональной подготовки будущих специалистов по адаптивной физической культуре в системе высшего образования: вопросы и задачи, ответы и решения*. В: Образование Луганщины: теория и практика, 2018, № 6, с. 19-25.

8. Прихода И.В. *Многогранность профессиональной подготовки будущих специалистов по адаптивной физической культуре к практической деятельности*. В: Вестник Шадринского государственного педагогического университета, 2019, № 2 (42), с. 96-102.

9. Прихода И.В. *Теоретические основы формирования профессиональной готовности будущих специалистов по адаптивной физической культуре к практической деятельности*. В: Олимпийский спорт, физическая культура, здоровье нации в современных условиях: материалы XVI Международной научно-практической конференции (Луганск, 17-18 апреля 2019 года) / Редкол.: М.С. Скляр (гл. ред.), А.И. Федоров (отв. ред.) [и др.]. Луганск: Книта, 2019, с. 341-351.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ НЕВЕРБАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ ТРЕНЕРА ПО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКЕ

**Райко Оксана,**

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Annotation.** Training in fitness aerobics involves professional communication, where, along with terminology, means of non-verbal communication are used.*

*The article defines the means of non-verbal communication of the fitness aerobics trainer used during the classes.*

***Key words:** non-verbal communication, fitness coach, fitness aerobics*

**Актуальность.** Оздоровительная аэробика – это вид физической культуры, зародившийся в США. Проведение тренировочных занятий предполагает профессиональное общение, где наряду с терминологией (вербальный компонент) используют средства невербальной коммуникации. Поскольку вся терминология, используемая на занятиях по аэробике, звучит на искомом английском языке, невербальное общение решает принцип доступности тренировочного процесса.

С помощью средств невербального общения иной раз можно сказать больше, чем с помощью слов. «Наблюдения показывают, что в процессах общения 60-95% информации передается именно с помощью системы невербалики» [2, с.276-277].

Знание языка жестов и телодвижений позволяет свести к минимуму время на объяснения упражнений, проводить аэробные комплексы поточным способом, а также предвидеть дальнейшее действие тренера.

**Цель и организация исследования.** Целью исследования является установление средств невербального общения тренера по оздоровительной аэробике, используемых при проведении занятий и определяющих уровень его профессиональной компетентности.

Исследование проводилось в Государственном университете физического воспитания и спорта РМ, в фитнес клубах Aexia и Aquaterra.

**Основной материал и обсуждение результатов.** Невербальная коммуникация представляет собой общение, предполагающее обмен информацией между тренером и группой без использования речевых и языковых средств, представленных в какой-либо знаковой форме. Инструментом невербального общения становится тело человека,

обладающее широким диапазоном средств и способов передачи и/или обмена информации, включающее все формы самовыражения человека. Жестикуляция базовых шагов аэробики помогает облегчить речевое напряжение фитнес тренера.

Анализ литературы психолого-педагогических источников позволил дифференцировать средства невербальной коммуникации в следующие группы: кинесика, статика, проксемика, внешний вид, акустические средства, ольфакторные средства [1, 3, 4].

Наблюдения, проведенные в процессе групповых оздоровительных тренировок, а также на конвенциях и семинарах по различным видам аэробики, позволили выделить основные группы средств невербальной коммуникации, оформленные в таблице 1.

В Университете физического воспитания и спорта на учебных занятиях, освещающих подготовку фитнес тренеров по аэробике, разработаны задания-тесты по воспитанию как вербальной, так и невербальной коммуникации при проведении оздоровительной тренировки. Студентам предлагается подготовить комплексы по аэробике с разработанными дидактико-методическими текстами к упражнениям для вербального их сопровождения, а также невербальную символику к тому же блоку движений.

Таблица 2 демонстрирует форму оценивания одного из заданий по дисциплине «Техника фитнес аэробики» для студентов 3 курса обучения.

**Таблица 1**

**Средства невербального общения тренера по оздоровительной аэробике в процессе проведения занятий**

<b>НЕВЕРБАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ОБЩЕНИЯ</b>			
<i>КИНЕСИКА</i>	<i>ГОЛОСОВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ</i>	<i>ТАКЕСИКА</i>	<i>ПРОКСЕМИКА</i>
Походка	Просодика (высота, громкость, тембр голоса)	„Проводка” по ходу исполняемого движения при его обучении	Дистанция (персональное пространство, расстояние до собеседника)
Жесты			
Мимика			
Хлопки, щелчки пальцами	Экстралингвистика (речевые паузы, смех)	Объятия, поглаживание, похлопывание, рукопожатия	Ориентация (место расположения)



Таблица 2

Задание-тест по дисциплине «Техника фитнес аэробики»

Разработать и провести <i>аэробную часть</i> из 8 аэробных шагов с жестикуляцией <i>методом сложения</i> на 64 счета								
Шаги (к-во)	8	7	6	5	4	3	2	1
Оценка (балл)	10	9	8	7	6	5	4	3

Как показала практика, студенты, систематически выполняющие такие задания, намного быстрее усваивали новые виды оздоровительной аэробики.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Анализ литературных источников, а также наблюдения, осуществленные в процессе оздоровительных тренировок по аэробике в фитнес клубах г. Кишинева, конвенциях и семинарах, проведенных приглашенными специалистами из стран Европы (Италия, Румыния, Франция) позволили определить группы средств невербального общения, используемые тренером на занятиях. Полученная информация предполагает дальнейшее исследование проблемы профессиональной компетентности тренера по фитнес аэробике в аспекте невербальной коммуникации.

**Литературные источники**

1. Афтимичук О.Е. *Кинестетическая деятельность учителя в системе урока физического воспитания*. În: *Politică de promovare a culturii fizice și sportului în RM: Mater. semin. teor.-științ.* Chișinău: INEFS, 2004, p. 92-100.
2. Афтимичук О.Е. *Оздоровительная аэробика*. Теория и методика: [учебное пособие]; Гос. ун-т физ. восп. и спорта. Кишинев: „Valinex” SRL, 2011. 310 с.
3. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. *Аэробика*: В 2 тт., Т. I. Теория и методика. Москва: Федерация аэробики России, 2002. 232 с.,
4. Нестерова Т.В., Овчинникова Н.А. *Техника базовых элементов, терминология и язык профессионального общения в аэробике*: Учеб.-метод. пособие. Киев: УГУФВС, 1998. 33 с.

## ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ СИСТЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В УКРАИНЕ

Романчук Ольга, Данилевич Мирослава, Иваночко Виктория,  
Гуцуляк Виктория

Львовский государственный университет физической культуры  
им. Ивана Боберского, г.Львов, Украина

***Abstract.** Many historical and pedagogical studies are devoted to the theory and practice of the professional education of physical education specialists. The article describes the peculiarities of personnel support in the sphere of school physical education on the territory of Ukraine during the 19th-21st centuries. The practice of physical education teachers' professional training, directions of the system improvement according to the current needs of the society and school are presented in the paper.*

***Key words:** historiography, professional training, specialists in physical education.*

**Актуальным** вопросом современного общества является здоровье подрастающего поколения. Представители различных научных отраслей пытаются успешно разрешить эту проблему, разрабатывая и предлагая различные теории, концепции, методики физического воспитания, обеспечивающие надежную основу для сопровождения детей на пути их физического роста и развития.

При этом ни одну концепцию физического воспитания невозможно реализовать в полном объеме без качественно подготовленных специалистов этой отрасли, которые выполняют главную роль в организации и осуществлении учебно-воспитательного процесса [9]. Укрепление здоровья, развитие физических качеств с целью гармоничного формирования личности, невозможно без наличия высоко квалифицированных специалистов.

**Цель и организация исследования.** Цель работы – проанализировать исторические особенности становления системы профессиональной подготовки специалистов по физическому воспитанию в Украине.

Для достижения цели использовался теоретический анализ и обобщение научной и научно-педагогической литературы, системный анализ и сравнение, а также документальный метод.

**Основной материал и обсуждение результатов.** Проблема профессиональной деятельности учителя физической культуры и специфика подготовки к ее эффективному осуществлению занимает важное место в украинской научно-педагогической литературе. Выдающиеся педагоги XIX века Н. Пирогов и К. Ушинский обращали внимание на важность систематической, целенаправленной подготовки педагогических кадров для решения задач физического воспитания молодых поколений [5, 6]. Аргументированно доказывая необходимость внедрения гимнастики как обязательного предмета в систему школьного обучения, обосновывая цели и содержание, методы и формы физического воспитания детей и молодежи, педагоги отметили большое значение качественной подготовки учителей, предусматривающей их вооружение общепедагогическими, медико-биологическими, специально-методическими знаниями и умениями.

В их трудах содержатся ценная информация по вопросам построения системы школьного физического воспитания, ее содержательных, организационных, методических основ и соответствующие рекомендации относительно кадровых проблем этой сферы. Эти работы являются ценным источником информации об истоках отечественной системы подготовки кадров в области физического воспитания детей, ее первоначальных организационных форм, структурных и содержательно-методических особенностей.

В первой половине XX века исследования проблем профессиональной подготовки педагогических кадров физкультурного профиля набирает новые обороты. Значительный вклад в этот процесс сделали В. Блях [1], С. Гайдучок [3], В. Ястржибский [8], которые обосновали необходимость внедрения качественно новых подходов к образованию специалистов по физическому воспитанию в соответствии с потребностями школы, запросами общества, достижениями науки.

Исходным моментом их исследований стали тенденции социокультурной и политической жизни, образования и воспитания молодого поколения того периода. Авторы акцентировали внимание на необходимости обеспечения будущих учителей физической культуры всесторонним образованием, то есть глубокими знаниями по истории и теории физического воспитания, методике обучения различным видам спорта, основ биомеханики и медицины, анатомии и физиологии, педагогики и психологии, а также умениями и навыками проведения занятий по физической культуре, спортивных соревнований и праздников. В таком ракурсе ученые рассмотрели вопросы содержания учебных дисциплин, разработки учебных программ, подготовки учебников и

пособий, форм и методов обучения будущих учителей физической культуры.

В своих трудах исследователи также раскрываются состояние кадрового обеспечения сферы школьного физического воспитания на территории Украины в указанный период, практику организации процесса их профессиональной подготовки, направления ее совершенствования в соответствии с текущими потребностями школы и общества. Они позволяют сформировать научное представление о проблемах школьного физического воспитания детей в то время, направления обновления поля профессиональной деятельности педагога физкультурного профиля, приоритеты развития учителей физической культуры.

Научная литература по проблемам профессиональной подготовки педагогических кадров физкультурного профиля второй половины XX века, в частности работы М. Виленского [2], В. Сластенина [4], Б. Шияна [7] и др., раскрывают тогдашнее восприятие сущности и особенности профессиональной деятельности специалистов по физическому воспитанию, освещают реалии и условия труда физкультурно-педагогических кадров, знакомят с теоретическими подходами и практикой их профессионального образования в указанный период.

Особый интерес в этих работах вызывают сведения о концептуальных основах профессиональной подготовки педагогических кадров физкультурного профиля, анализ нормативных документов по вопросам физкультурно-педагогического образования, характеристику учебных планов и программ. Исследования раскрывают структуру и организацию системы профессионального образования специалистов по физическому воспитанию, содержание и методические аспекты обучения будущих учителей физической культуры.

На основании анализа теории и практики подготовки специалистов по физическому воспитанию, выявление ее преимуществ и недостатков, ученые выражают собственные соображения относительно возможностей дальнейшего совершенствования системы профессионального образования педагогических кадров физкультурного профиля, предлагают оригинальные идеи по обновлению содержания образования будущих учителей физической культуры, выдвигают интересные авторские методики и технологии их обучения. Все это, несомненно, делает их наработки ценным источником информации для современных исследователей проблемы профессионального образования педагогических кадров физкультурного профиля.

Современная украинская историография проблемы профессиональной подготовки специалистов по физическому воспитанию характеризуется

разнообразием направлений исследования. Среди работ важное место занимают исследования творческого наследия выдающихся педагогов прошлого с целью решения актуальных проблем подготовки специалистов по физическому воспитанию, поиска рациональных технологий формирования их личностных и профессиональных компетенций.

Особое внимание привлекают исследования И. Боберского, К. Ушинского, В. Ястржибского, осуществивших весомый вклад в разработку систем физического воспитания и совершенствования теории и практики профессиональной подготовки ее кадрового обеспечения. Изучая указанные вопросы в наследии выдающихся педагогов, ученые представляют их достижения в совокупности исторических, общественных, культурных и личностных связей.

Научные исследования этого направления посвящены вопросам становления и развития взглядов выдающихся деятелей и педагогов прошлого на проблему физического воспитания и подготовки специалистов этого профиля, характеристику основных положений их концепций формирования профессиональной компетентности выпускников высшей школы, определение условий, факторов, методов, средств и организационных форм процесса их подготовки к педагогической деятельности. Труды выдающихся деятелей и педагогов прошлого в этой области оцениваются современными исследователями как неисчерпаемая сокровищница идей для решения проблем профессионального образования кадров сферы физического воспитания в сегодняшних условиях.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Можно сделать вывод о высоком уровне дифференцированности направлений современной украинской историографии профессиональной подготовки специалистов по физическому воспитанию. Многие историко-педагогические исследования касаются теории и практики профессионального образования педагогических кадров физкультурного профиля. Важное место также занимают исследования творческого наследия выдающихся педагогов прошлого, чьи наработки являются ценным источником информации для современных исследователей проблемы профессионального образования кадров физкультурного профиля.

Прежде всего ученые направляют усилия на изучение теоретических и методических основ профессиональной подготовки специалистов физического воспитания, указывая на наличие многочисленных противоречий в системе профессиональной подготовки педагогических кадров физкультурного профиля, решение которых требует основательного переосмысления и определения конструктивных путей их решения.

**Литературные источники**

1. Блях В. *Проблема кадрів викладачів фізичної культури на Україні*. Київ: Мол. більшовик, 1935. 78 с.
2. Виленский М.Я. *Система профессиональной направленности физического воспитания в педагогических институтах*. В: Теория и практика физической культуры, 1978, № 6, с. 44-47.
3. Гайдучок С. *Вплив фізичного виховання на вдачу нашої молоді*. Львів, 1938. 12 с.
4. Слостенин В.А. *Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки*. Москва: Просвещение, 1976. 164с.
5. *Сочинения Н.И. Пирогова*: [в 2 т.]: издание в память столетия со дня рождения Николая Ивановича Пирогова, 1810 – 13 Ноября – 1910 / [авт. предисл. С.Я. Штрайхъ]. Киев: Изд. Пироговского т-ва, 1910, Т.1. 962 с.
6. Ушинський К.Д. *Педагогічна подорож Швейцарією*. В: К.Д. Ушинський. Твори. В 6 тт. Київ: Радянська школа, 1954, Т. 2, с. 17-122.
7. Шиян Б.М. *Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних закладах*: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04. Київ, 1997. 48 с.
8. Ястрижибський В. *Піднести культурно-педагогічний рівень викладавця фізкультури*. В: Фізкультурник України, 1931, № 1, січень, с. 7-8.
9. Protsenko U., Pantiuk T., Romanchuk O., Danylevych M. *Improvement Features of the Ukrainian Physical Education System*. В: Journal of Physical Education and Sport, 2016, Vol 16 (1), Art 19, p. 113-117. doi:10.7752/jpes.2016.01019.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ПО ПРОФИЛЮ АКВАФИТНЕС С ЖЕНЩИНАМИ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

**Рышняк Борис, Рышняк Эвелина,**  
Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Summary.** In the presented article, an attempt was made to investigate the features of professional training of students in one of the areas of fitness "aquafitness". The results showed the effectiveness of the introduction of aquafitness in improving the professional training of students for different groups of students, namely middle-aged women.*

***Keywords:** professional training, aquafitness, middle-aged women.*

**Актуальность.** В настоящее время накоплен определенный опыт применения средств и методов физической культуры в работе с различными возрастными категориями населения. Заслуживает особый интерес внедрения современных средств физического воспитания в двигательную деятельность женщин среднего возраста (35-45 лет). Так как в этом периоде начинается процесс накопления жировых отложений, которые в значительной степени располагается на животе, бедрах, шее и других местах тела. Научными исследованиями установлено, что избыточный вес отмечается в более чем 60% женщин климактерического возраста, где виной всему не только гормональные изменения в организме, а в первую очередь малоподвижный образ жизни и неправильное питание.

В связи с этим возникает необходимость проведения многочисленных научных исследований общих и частных проблем, направленных на разработку методологии внедрения современных средств физического воспитания для улучшения психомоторного и функционального состояния женщин среднего возраста.

Для успешной реализации данной методологии назрела острая необходимость в подготовке специалистов, которые бы обеспечили внедрения соответствующих современных средств таких как аэробика, аквааэробика, спортивные, оздоровительный туризм, терапевтическое плавание, рекреационные игры. Методика их использования имеет определенную специфику при работе с женщинами среднего возраста.

**Цель работы:** заключалась в разработке и внедрении методики формирования профессиональной педагогической компетентности и

профессионально педагогической направленности студентов в рамках специализации «Фитнесса».

**Задачи исследования:**

1. Определить более эффективные методы и современные средства фитнеса и в частности аквафитнесса способствующие подготовке и совершенствованию педагогической компетентности специалиста для дальнейшей работы с женщинами среднего возраста.

2. Научно и экспериментально обосновать методику внедрения средств аквафитнесса в учебно-педагогический процесс студентов с последующей направленностью в работе с женщинами среднего возраста.

**Методы исследования:** анализ научно-методической литературы, анализ методики планирования учебной документации, метод оценки профессиональной компетентности студентов, тестирование и метод математической статистики.

**Основной материал.** В связи с изложенными задачами исследования необходимо отметить, что в результате анализа литературного обзора установлено мнение недостаточного исследования проблемы основ профессиональной подготовки специалистов для современной индустрии фитнеса, в частности эта форма получения образования, повышения квалификации и переподготовки кадров, модели специалистов, технологии и структуры учебного процесса подготовки студентов, программы практик, содержание программного материала по дисциплинам способствующих формированию специалиста по фитнесу.

Учитывая современную притягательность лиц различных возрастных категорий в частности женщин среднего возраста к занятиям разнообразными видами фитнеса, подготовка специалистов по фитнесу предусматривает проведение процесса обучения на личностно-ориентированном подходе, на учете психологических факторов, связанных со склонностью будущего специалиста в этой сфере.

Анализ данных специальной литературы связанной с вопросами влияния занятий фитнесом на организм женщин показал, что современный этап развития сферы рекреации и оздоровительной физической культуры характеризуется динамическим расширением применяемых технологий фитнеса.

В новых социально-экономических условиях жизни общества возникает потребность в подготовке специалистов на перспективу, а это влечет за собой создание новых учебных технологий, организационных структур, учебно-методической и научно-исследовательской работы.

В процессе нашего исследования был проведен социологический опрос студентов первого и второго курса педагогического факультета ГУФВС.



Результаты социологического исследования показали, что наибольшей популярностью у студентов пользуется физические упражнения оздоровительно-рекреационной направленности. Студенты отдают предпочтение разнообразным видам оздоровительной гимнастики (аэробика 21%, фитнес 28%, шейпинг 18%, плавание 18%, аквафитнес 23%, восточные единоборства 13%, туризм 17%, игровые виды 24%).

Полученные результаты свидетельствуют, что студенческая молодежь заинтересована в приобретении знаний и умений, а также в внедрении современных средств физического воспитания в их дальнейшей профессиональной деятельности. В тоже время при проведении опроса студентов методом интервью было установлено значительные пробелы методологии их внедрения в особенности для лиц среднего и старшего возраста.

Многообразный спектр современных физических средств, появившихся и широко используемых в двигательной деятельности различных слоев населения позволило изучить методику их применения в частности, как и на сколько правильно методически внедряются средства аквафитнеса в работе с женщинами среднего возраста.

Для определения данного состояния дел были подвергнуты анализу разработанные учебные планы, учебные программы и в целом куррикулярная система внедрения средств фитнеса в учебный процесс профессиональной подготовки студентов. Проведенный анализ показал практическую и методическую значимость в решении профессионально педагогических задач стоявшие перед будущими специалистами в плане освоения новых современных средств физического воспитания.

Однако процесс технологизации распространяется с огромной скоростью во все направления учебно-воспитательной деятельности в том числе и в профессиональной подготовки специалистов университетского образования.

В связи с данной констатацией куррикулярная система подготовки студентов по специальности «Фитнес», не достаточно апробирована и внедрена с учетом современных требований новых информационных технологий в процессе учебно-методической работы.

Основываясь на выше упомянутые мнения нами была предпринята попытка внести ряд дополнений в содержание куррикула по специальности фитнес.

Где технология конструирования модели содержит ряд методических указаний (требований по продолжительности внедрения, по количеству часов, применяемых методических средств аквафитнеса, интенсивности занятий.)

При этом в процессе обучения студентов особо акцентировалось на умение целенаправленно выбрать вид оздоровительного занятия; подбор музыки с определенным числом ритмических ударов в минуту; записи фонограмм всего занятия, конструирование упражнений и хореографических соединений, разучивание разработанной программы вместе с преподавателем ведущий курс аквафитнесса.

Важным аспектом учебного процесса студентов это было проведение технолого-педагогической практики с контингентом женщин среднего возраста на базе университетского бассейна. Студенты участвующие в данном педагогическом процессе, вели наблюдения за занимающимися женщинами, определив тем самым их интересы к занятиям по аквафитнесу. В связи с этим женщины акцентировали значимость музыки – 20%, физическая нагрузка – 50%, эмоциональный фон и атмосфера в группе – 20%. улучшение фигуры, избавление от лишнего веса, укрепление здоровья, снижение стресса, общение и взаимоотношение с коллегами.

**Вывод.** Следовательно, аквафитнес, значимый феномен современной культуры, который создает большие возможности для удовлетворения физических, психологических, эстетических и нравственных потребностей самых различных слоев населения.

#### **Литературные источники**

1. Арбузова Н.А., Мехтелева Е.А. *Аквааэробика как средство коррекции фигуры женщин 40-50 лет.* В: Международный Научный Конгресс «Современный Олимпийский Спорт и Спорт для всех. Алматы, 2009, 2 т., с. 6-9.

2. Ломакина Е.Д. *Становление будущего специалиста в сфере физической культуры и спорта в вузе.* В: Международный Научный Конгресс «Современный Олимпийский Спорт и Спорт для всех. Алматы, 2009, 2 т., с. 503-505.

3. Манойлов А.А. *Проблема подготовки специализированных специалистов по физической культуре и спорту на современном этапе развития высшего профессионального образования.* В: Международный Научный Конгресс «Современный Олимпийский Спорт и Спорт для всех. Алматы, 2009, 2 т., с. 514-518.

## СУЩНОСТЬ И ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТВОРЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Соколенко Елена,

Государственное учреждение «Луганский национальный университет  
имени Тараса Шевченко», г. Старобельск, Украина

***Annotation:** The priority mission of higher pedagogical education is focus on formation of professional competencies including the creativity. The article provides a view on a nature of professional competencies and gives the characteristics of professional competencies of the future teachers of physical education. Scientists' views on the concept of «competency-based approach», «competency», «creativity», «creative competency» are also analyzed.*

***Key words:** competency-based approach, competency, creativity, creative competency.*

**Актуальность.** Важной проблемой высших учебных заведений в Украине является поиск путей формирования ценностей, профессионально значимых качеств будущих учителей, которые владеют самостоятельностью, мобильностью, готовностью к постоянному развитию и самоусовершенствованию, а также условий для развития их профессиональной компетенции.

Прежде всего, учитель физической культуры должен быть одним из более компетентных специалистов. Ведь именно он координирует план работы школы по физическому воспитанию, организует работу учащихся на уроках физической культуры и внеурочных занятиях, взаимодействует с педагогическим коллективом и родителями в создании оптимальных условий физического воспитания и ведения здорового образа жизни.

Вопросы педагогического творчества и творческого потенциала исследовали ученые А. Алексюк, В. Бондарь, Е. Кривилева В. Моргун и др.

Становление и развитие творческой компетентности будущего учителя рассматривается в работах А. Тутолмина.

Но, анализ научной литературы показал, что проблема раскрытия сущности и характеристики творческой компетенции как составляющей профессиональной компетенции будущих учителей физической культуры остается мало изученной.

**Цель статьи и организация исследования.** На основе анализа научной литературы раскрыть сущность творческой компетенции как

составляющей профессиональной компетенции будущих учителей физической культуры.

Исследование проводилось на базе учебно-научного института физического воспитания и спорта государственного учреждения «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченка».

**Основной материал и обсуждение результатов.** В современных условиях развития украинского общества усложняется задача профессиональной подготовки будущих учителей, которые не только имеют достаточные знания и умения, а также владеют творческой индивидуальностью и готовы успешно реализовать свой творческий потенциал. Поэтому образовательный процесс в высших учебных заведениях должен быть направлен на развитие познавательной и творческой деятельности будущих специалистов, в том числе, будущих учителей физической культуры. А также это активизирует важность формирования у них всех составляющих профессиональной компетентности, в том числе – творческой.

На данный момент понятие компетентности становится актуальным.

По мнению О. Сытник [6], компетентности – это индикаторы, которые позволяют определить готовность будущих специалистов к жизни, их дальнейшего развития и активного участия в жизни общества, а у педагога – развитие профессионально-значимых личностных качеств, то есть профессионализм.

Для раскрытия сущности творческой компетенции будущих учителей физической культуры кратко проанализируем основные понятия: «компетентностный подход», «компетенция», «компетентность», «творчество», «творческая компетенция».

Компетентностный подход в высших образовательных учреждениях, по мнению ученых Л. Антонюк, Н. Василькова и др. [3], это такая организация учебного процесса, которая сосредоточена на том, что студенты в результате обучения выполняют или умеют делать, а не то, чему они должны научиться. Обучение на основе компетентностного подхода формирует у студентов качества для реализации профессиональной деятельности, которые необходимы для рынка труда, а критерии и параметры оценки результатов образования унифицируются и выражаются в сроках и результатах, которые могут быть интерпретированы и учтены в любом образовательном учреждении любой страны.

Компетентностный подход, как определяет И. Мединцева [4], не приравнивается к знаниево-ориентированному компоненту, а предполагает целостный опыт решения жизненных проблем, выполнения

профессиональных качеств и ключевых функций, социальных ролей и компетенций.

Авторы первого подхода подчеркивают, что эти понятия, хотя и происходят от одного корневого слова «competency», имеют разное значение, различными способами бытия.

А. Хуторской [7] разделяет понятия «компетентность» и «компетенцию» следующим образом: «Компетенция в переводе с латинского *competentia* означает круг вопросов, в которых человек хорошо осведомлен, обладает познаниями и опытом. Компетентный в определенной области человек обладает соответствующими знаниями и способностями, позволяющими ему обоснованно судить об этой области и эффективно действовать в ней. Для разделения общего и индивидуального будем отличать синонимически используемые часто понятия «компетенция».

Компетенция включает совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов и необходимых для качественной продуктивной деятельности по отношению к ним. Компетентность – владение, обладание человеком соответствующей компетенцией, включающей его личностное отношение к ней и предмету деятельности [7].

О. Гура [2] определяет компетентность как владение человеком соответствующей компетенцией, содержащий ее личностное отношение к предмету деятельности. То есть, компетенцию следует понимать, как заданное требование, норму образовательной подготовки личности, а компетентность – как ее реально сложившиеся личностные качества и опыт деятельности.

Понятие «компетенции» включает не только когнитивную и операционно-технологическую составляющие, но и мотивационную, этическую, социальную, поведенческую стороны (результаты образования, знания, умения, систему ценностных ориентаций) [8].

Мы согласны с мнением Н. Русовой [5], что компетентность – это обладание определенной компетенцией, т.е. знаниями и опытом собственной деятельности, позволяющими выносить суждения и принимать решения.

Поэтому творческую компетентность мы будем считать составляющей профессиональной компетенции.

Развитие творчества личности принадлежит к самым актуальным проблемам общественной жизни и требует глубокого научного обоснования психологической сущности факторов этого процесса.

Д. Богоявленская [1] определяет творчество как ситуативно нестимулированную активность, которая проявляется в стремлении выйти за пределы заданной проблемы, так и готовность к познанию за рамками требований заданной ситуации, то есть как способность к развитию деятельности.

Ученые рассматривают творчество как системное явление, определенную совокупность взаимосвязанных элементов, к которым относят способности, творческий процесс, степень индивидуального развития именно творческих способностей, определенные качества личности.

Творчество является ключевым компонентом способностей, свойством мышления и деятельности, уровнем формирования умений, содержанием и способом реализации образовательного процесса.

Творческая компетентность будущего учителя физической культуры заключается в том, что он осуществляет свою профессиональную деятельность на творческой основе стабильно и непрерывно. Это самый высокий уровень развития его профессиональной компетентности.

В структуру творческой компетентности будущего учителя физической культуры входят личностно-развивающий, деятельностно-развивающий; коммуникативный; профессиональный компоненты, а также овладение опытом.

Показателями достижения творческой компетентности будущего учителя физической культуры являются: ценностно-педагогическая, мотивационная, психолого-педагогическая, организационная, методическая, дидактическая, информационная компетенции, вербально-коммуникативная и невербальная, компетенция самосовершенствования, понятийное и творческое мышление.

Профессиональное образование будущего учителя физической культуры – это целостная психолого-педагогическая система, которая обеспечивает потребность студента в творческой компетентности.

Развитие творческой компетентности будущих учителей физической культуры должно осуществляться на основе начального, диагностического и развивающего этапов.

На развивающем этапе образовательный процесс в учреждениях высшего образования должен быть направлен на: развитие творческого мышления; стремление к самосовершенствованию; развитие педагогического общения будущего учителя как творческого процесса; развитие мотивации к самостоятельной творческой обработке материала; развитие творческих способностей в деятельности; развитие профессиональной подготовки, понятийного мышления;

Учебная деятельность, должна быть построена таким образом, в ходе которой студенты могли реализовать себя как творческие личности; обеспечивать конструктивное постоянство обратной связи; устанавливать партнерское педагогическое общение; обеспечивать мотивацию к исследовательской деятельности, активность и креативность во время занятий; организацию учебного процесса с целью более глубокого овладения студентами учебным материалом.

Прогнозируемым результатом процесса формирования творческой компетенции будущих учителей физической культуры является повышение уровня сформированности отдельных ее компонентов, развитие определенных личностных характеристик (качеств и способностей), перемещение студентов с одного уровня готовности к педагогическому творчеству на другой – более высокий уровень. Эффективность подготовки студентов будет высокой, если у выпускника специальностей физическая культура будет сформирована готовность к творческой деятельности, а вместе с тем и сформирована компетенция творчества.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Таким образом, будущий современный учитель физической культуры – это безусловно творческая личность. Он должен быть активным, коммуникабельным, динамичным, работоспособным, волевым, уверенным в себе, толерантным, высоко компетентным и творческим.

Дальнейшее исследование планируется в разработке проблемы поиска путей формирования творческой компетенции будущих учителей физической культуры.

#### **Литературные источники**

1. Богоявленская Д.Б. *Психология творческих способностей*. Москва: Издательский центр Академия, 2002. 320 с.

2. Гура О. І. *Професійні компетенції та професійна компетентність педагога вищої школи: порівняльний аналіз понять*. В: Наука і сучасність: зб. наук. праць Націон. педаг. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. К., 2006, Т. 54, с.3-12.

3. Антонюк Л., Василькова В., Ильницкий Д., Кулага И. В. Турчанінова *Компетентнісний підхід у вищій освіті: світовий досвід*; Режим доступа: <https://www.google.com/search?q=компетентнісний+підхід+у+вищій+освіті&oq=компетентнісний+підхід+у+вищій+освіті&aqs=chrome.69i57j0l3.43554j1j8&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

4. Мединцева И.П. *Компетентностный подход в образовании*. В: Педагогическое мастерство: материалы II Междунар. науч. конф.

(г. Москва, декабрь 2012 г.). М.: Буки-Веди, 2012; Режим доступа: URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/65/3148/>

5. Русова Н.Ю. *Современные технологии в науке и образовании*. Магистерский курс. Программа и терминологический словарь [Текст]. Нижний Новгород: НГПУ, 2002.

6. Ситник О.П. *Професійна компетентність вчителя*. В: Управління школою, 2006, № 14, с. 2-9.

7. Хуторской А. В. Технология проектирования ключевых и предметных компетенций [Электронный ресурс]. В: Электронный журнал Эйдос. Режим доступа: <http://www.eidos.ru/journal/2006/0505.htm>

8. *Tuning Education Structures in Europe*. 2nd Edition. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://tuning.unideusto.org>. 2008. 126 p.



## ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ КАДРОВ ДЛЯ КУОРТОРОВ АЗОВО-ЧЕРНОМОРСКОГО РЕГИОНА РОССИИ

**Томилини Константин,**

Сочинский государственный университет, г. Сочи, Россия

***Abstract.** Created and tested systems for training highly qualified specialists for the South of Russia, using the «cyclic» and «game» teaching methods. As well as the justification of psychological and pedagogical influences, taking into account age-related changes in the interests of potential clients of spa resorts.*

***Keywords:** Training of specialists, SPA resorts, technologies.*

**Введение.** На протяжении 20 лет в сочинском университете разрабатывалась прогностическая, инвариантная «Модель специалиста» работающего на Юге России в новых социально-экономических условиях, которая включала: I блок – «Логико-методологический» (основные методологические подходы к построению модели и ее существенные характеристики); II блок – «Структурно-функциональный» (личностные и профессиональные требования к специалисту); III блок – «Технологический» (осуществляющий переход от модели специалиста к модели его подготовки).

«Модель специалиста» рассматривается как целостная, разносторонняя, многоцелевая, и учитывающая новую технику, новые технологии, организацию и содержание труда на курорте в настоящий момент времени, а также тенденции к изменениям на 10-20 лет вперед.

Исследования выявили малопродуктивные жесткие рамки Государственного образовательного стандарта высшего образования, не позволяющих готовить специалистов сферы физической культуры и спорта, с учетом уникальных условий Черноморского региона. И, прежде всего учебных и производственных практик, кратковременность которых делает невозможным санаториям СПА-курорта (в напряженный летний сезон) принять на кратковременную практику будущих специалистов. Что, во многих случаях, для студентов делает такую практику формальной [8].

Анализ передового мирового и отечественного опыта позволил акцентировать внимание на «цикловом методе обучения» (одновременно по двум-трем дисциплинам), при полном погружении занимающихся в профессиональную среду. А также «игровом методе» обучения, который, по

мнению некоторых исследователей, может быть господствующей в системе педагогического образования [3].

**Цель исследования.** Создание и апробация системы подготовки высококвалифицированных специалистов для Юга России, с использованием «циклового» и «игрового» методах обучения [6, 9], а также обоснования психолого-педагогических воздействий, с учетом возрастных изменений интересов потенциальных клиентов СПА-курортов.

**Результаты исследования.** Апробированы «цикловой» (по две недели ежедневных 4-х часовых занятий по двум видам спорта) и «игровой» методы обучения студентов: парусный спорт (2, 4 семестры), горнолыжный спорт (1, 3, 5, 7 семестры), аэробика, танцы (2 семестр), «стритбол» (1 семестр), пляжный волейбол (2 семестр), сплавы по горной реке на катамаранах (3 семестр), подводное плавание (4 семестр). Особое внимание уделялось «Инструкторской практике» (3 курс, 6 семестр), а также «производственным практикам» (4 курс, 8 семестр и 5 курс, 9 семестр), которые, не нарушая требования Госстандарта, давали возможность студентам работать все лето с отдыхающими на реальных «рабочих местах» (инструкторами, тренерами, руководителями спортивных площадок и т.д.) на протяжении 3-4 месяцев (используя и свои каникулы).

Проводился анализ возрастных изменений потенциальных клиентов СПА-курортов и внедрение специальных технологий для повышения их двигательной активности на воде и у воды. Использовалась методика С. Деллингер [2], которая позволяла определить типологию клиента: по его внешнему виду – «языку тела» (характерные позы, походка, жесты), одежды и украшений, его речи (направленность, эмоциональность, последовательность), поведения (общительность, дисциплинированность, ведущему стилю общения) и т.д. [9].

*Детство.* Первые недели жизни новорожденного ребенка характеризуются отсутствием даже самого примитивного «Я» [4]. Но, тем не менее, уже в этот период жизни маленького человечка можно приучать к водным видам рекреации (за счет врожденного рефлекса по автоматическому задерживанию дыхания при погружении в воду). Оптимальным сроком начала таких занятий, по мнению И.Б. Чарковского [11], считается возраст от 10-14 дней (когда заживет пупочная ранка) до 3 месяцев. Если это проводить позднее, то придется заново учить ребенка задерживать дыхание при погружении в воду.

Водные занятия способствуют умственному и физическому развитию ребенка; укрепляются мышцы, развивается вестибулярный аппарат (чувство равновесия); происходит закаливание организма.

*В шесть лет проявляется «возраст игры» – особая форма поведения*

ребенка, который, благодаря особым приемам («ролевой игры»), моделирует отношения между людьми и вещами. И эта возможность должна быть реализована, если ребенок до сих пор не научился любить воду.

*Школьный возраст – начальные классы.* Появление более устойчивой формы личности и мировоззрения, новых прав и обязанностей. Для большинства детей это время прихода в спортивную секцию.

*Окончание младшего школьного возраста.* Овладение своими мыслительными процессами; окончательное формирование внутренней речи; потребность в одобрении товарищами; большое количество интересов. Потребность искать для себя новое и необычное, желательно использовать для приобщения детей к сложно-техническим видам спорта на воде (парусного спорта, гребле, слалом на байдарках и т.д.).

*Подростковый возраст.* Возраст открытия своего «Я», оформления личности, становления мировоззрения; «врастание в культуру». Потребность к самоутверждению, к завоеванию авторитета и признанию у товарищей (потребность утвердиться), самостоятельности, «взрослости» [1]. Хорошая возможность в этот сложный возрастной период для подростка красиво самоутвердиться – это спорт. В настоящее время есть много спортивных школ и видов спорта, где подросток может показать свои физические возможности и стать победителем. Не получилось в одном виде спортивной деятельности – есть другие виды спорта, а также многочисленные соревнования для ребят и девушек этого возраста, вплоть до юношеских Олимпийских игр.

*Старший школьный возраст.* Формирование научного и морального мировоззрения. Потребность следования определенному нравственному образцу. Учебно-профессиональная деятельность по Д. Эльконину [12]. Подготовка к поступлению в институт для дальнейшего обучения. Для многих подростков старший школьный возраст становится периодом окончания активных занятий спортом, и поиском новых для себя интересов. Для летного периода года наибольшей эффективностью обладают разнообразные водные виды рекреации, занятия которыми будут способствовать оздоровлению.

По сравнению с длительным плаванием в морской воде, традиционном для отдыхающих российских курортов, технические виды водной рекреации (так популярные среди современной молодежи) способствуют активизации практически всех систем и органов тела человека. Двукратное и иногда трехкратное увеличение проводимости БАТ проходило по большинству меридианов ( $p < 0,01 \div 0,001$ ). Но каждый из обследуемых видов рекреации по-своему воздействовал на активность по некоторым меридианам, следовательно, и по некоторым отдельно взятым системам и

органам человека [5, 9].

*Студенческая жизнь.* Студенческие годы накладывают значительный отпечаток на последующую жизнь человека. Уменьшается влияние родителей и преподавателей, и устойчивые качества личности, интересы, предпочтения, привычки пришедшего в вуз молодого человека начинают проявляться в полной мере. Анализ результатов проведенного нами анкетирования сочинской молодежи ( $n = 188$ ) позволил установить, что большинство опрошенных положительно относится к занятиям физической культурой в связи с желанием улучшить свое телосложение, фигуру, осанку, преодолеть свои физические недостатки (68,3 %), укрепить и сохранить здоровье (63,4 %), поддерживать на необходимом уровне общую физическую подготовленность (63,4 %), а также достигнуть более высоких спортивных результатов (56,1 %).

Основным мотивом, влияющим на формирование положительного интереса к физкультурной деятельности, является удовлетворение, получаемое ими во время двигательной активности (36,6 %), разнообразные и интересные программы занятий по физической культуре (68,3 %), занятия необычными видами спорта (61,0 %), наглядный показ отрицательных изменений в здоровье человека, методика их устранения (56,1 %), а также личный пример близких людей (51,2 %). Причинами, которые не позволяют активно заниматься физическими упражнениями, молодые люди считают отсутствие желания и интереса (68,3 %), собственную пассивность (63,4 %), отсутствие подходящих условий для занятий (63,4 %), а также отсутствие уверенности в необходимости занятий физкультурой вообще.

На последнем курсе университета у студентов несколько изменяются чувства, переживания и состояния, которые они испытывают от занятий физическими упражнениями. В этот период даже у студентов с активной жизненной позицией частота и продолжительность занятий физическими упражнениями стали больше зависеть от внешних факторов. Теперь уже ни убежденность, ни привычка к многолетним систематическим занятиям не имеют такого существенного значения, как это было ранее.

*В тридцатилетнем возрасте* идет переоценка человеком своих жизненных целей. Начинаются первые проблемы со здоровьем, которые заставляют заниматься физкультурой. Эксперименты в сочинском санатории «Ставрополье» [9] показали, что только 25,8 % приехавших в санаторий прошли медицинские обследования (реальный процент людей, имеющих проблемы со здоровьем существенно больше), то именно эти отдыхающие будут воспринимать рекомендации по укреплению своего здоровья на СПА-курорте. О профессиональных занятиях спортом для большинства 30-ти летних людей уже думать не приходится, и для летнего

отпуска с семьей необходимо выбрать что-нибудь спокойнее. Например, яхтенный туризм, который крайне популярен в мире. В Швеции имеется более 1200 000 яхт (по яхте на каждые 7 жителей страны), в Великобритании – 500 000, во Франции – 190 000, Германии – 125 000 яхт.

Чтобы взять в прокат для своей семьи яхту необходимо пройти специальную подготовку и сертификацию. В парусном туризме этим занимаются Британская Королевская яхтенная ассоциация «Royal Yachting Association» (RYA) (обучение проводится только на английском языке) [4, 7], американская интернациональная школа «International Yachtmaster Training» (IYT), «International Sailing Schools Association» (ISSA). Филиалы этих школ имеются в России. Сертификат компетентности «Bareboat Skipper» говорит о том, что обладатель диплома имеет навыки и знания достаточные для плавания на яхте до 50 футов и удалением от берега до 20 морских миль в качестве капитана (Skipper), преимущественно в дневное время суток; имеет право брать яхту в аренду («bareboat charter») и заниматься парусным туризмом самостоятельно [7, 10].

Походы с семьей под парусом по Средиземному морю, с посещением исторических мест на побережье Израиля, Египта, Турции, Греции, Италии, Франции, принесут много впечатлений и положительных эмоций, особенно для детей (которые после будут гордиться своим папой-капитаном). Такое путешествие можно дополнить рыбалкой, спусками с аквалангом, подводной охотой, подводной видеосъемкой.

*Выход человека на пенсию* является мощным стрессом, с перспективой резкой смены финансового благополучия, востребованности на производстве, возможности прерывания профессионального общения. Важным моментом на этом жизненном этапе является здоровье человека, которое (в случае ухудшения) может срывать планы по продолжению интересных путешествий. Поэтому контроль своего здоровья, и занятия физкультурой – обязательны. Ученые настаивают на выполнении 10 тысяч шагов ежедневно, чтобы поддерживать в этом возрасте здоровье на приемлемом уровне. Но регулярное плавание в бассейне для этого более эффективно.

В Москве 70-ти летний бывший яхтсмен А. Козлов, чтобы поучаствовать в парусных гонках Чемпионата России в классе «Финн», восстановил (после инсульта) организм и повысил выносливость еженедельными часовыми тренировками в бассейне. Специально закалялся (круглогодичным купанием в холодной подмосковной речке), и после такой подготовки на регате опережал половину экипажей, вызывая уважение своих молодых соперников. А Пол Брэгг – основоположник лечебного голодания, пропагандист здорового образа жизни, кроме плавания еще

катался на серфинге (доске для скольжения по большим волнам), на которой и закончил свою жизнь возрасте 81 года. Это трагичное, но красивое окончание интересной и долгой его жизни.

**Выводы.** Реализационная эффективность разработанного комплекса с использованием «циклового» и «игрового» методах обучения была положительно оценена: по динамике показателей функционального состояния отдельных систем организма, физического развития и физической подготовленности студентов факультета физической культуры СГУ; по изменению структуры потребностей, мотивов и интересов; по качеству овладения профессиональными знаниями дисциплин специализации; по итогам учебно-исследовательской работы студентов; отличиям в формировании компетенций выпускниками факультета физической культуры [8]. Что делает перспективным использование этих технологий («циклового» и «игрового» методов обучения) при подготовке кадров для СПА-курорта.

#### **Литературные источники**

1. Божович Л.И. *Личность и ее формирование в детском возрасте*: монография, цикл статей. Санкт-Петербург: Питер, 2009. 400 с.
2. Власюк Г.В. *Проективная методика исследования личности Сьюзан Деллингер*. Методические указания к лабораторной работе, деловой игре и исследовательской работе по дисциплинам «Основы менеджмента» и «Социологические и прикладные исследования». М.: МИИТ, 2011. 110 с.
3. Занько С.Ф., Тюнников Ю.С., Тюнникова С.М. *Игра и учение. Теория, практика и перспективы игрового обучения*. Часть I-II. М.: Владос, 1992. 268 с.
4. Пиаже Ж. *Теория, эксперименты, дискуссии*: Учеб. пособие для студентов психол. специальностей и направлений / Под ред. Л.Ф. Обуховой, Г.В.Бурменской. М.: Гардарики, 2001. 624 с.
5. Томилин К.Г., Мазур В.В. *Водные виды рекреации – эффективное средство оздоровления людей на курорте*. В: Адаптивная физическая культура, 2003, № 4, с. 22-26.
6. Томилин К.Г., Овсянникова И.Н. *Игровые виды рекреации на СПА-курортах* [Электронный ресурс]: Учебное пособие. Электрон. дан. и прогр. (8 Мб). Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. 176 с. Режим доступа: URL: <http://www.iprbookshop.ru/83823.html> (Дата обращения 25.04.2019).
7. Томилин К.Г. *Парусный туризм: сертификация квалификаций яхтенных капитанов*. В: Молодая спортивная наука Беларуси: Материалы Международной научно-практической конференции, в 3 частях (Ч. 2.), г.Минск, 8-10 апреля 2014 г. Минск: БГУФК, 2014, с. 38-41.

8. Томилин К.Г. *Подготовка высококвалифицированных кадров для СПА курортов Азово-Черноморского региона России*. В: Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice (Proiect instituțional): Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția a 4-a, 7 decembrie 2018, Chișinău, Republica Moldova. Chișinău: USEFS, 2018 (Tipogr. «Valinex»), p. 151-158.

9. Томилин К.Г. *Управление рекреационной деятельностью на СПА-курортах* [Электронный ресурс]: Монография. Электрон. текстовые данные. Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. 249 с. Режим доступа: URL: <http://www.iprbookshop.ru/83825.html> (Дата обращения 25.04.2019).

10. Томилин К.Г. *Яхтинг: молодежный спортивный и спортивно-оздоровительный туризм*. В: Молодежный спортивный и спортивно-оздоровительный туризм: современное состояние и перспективы развития: Материалы Всероссийской научно-практической конференции, г. Сочи, 17-20 мая 2016 г. Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2016, с. 65-69.

11. Чарковский И.Б. *Водные предки человека*. Москва: Медицина, 1997. 253 с.

12. Эльконин Д.Б. *Избранные психологические труды*: [детская и педагогическая психология]. Москва: Педагогика, 1989. 560 с.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РАМКАХ ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ

Цыгура Галина,

Национальный университет «Черниговский колледж»  
имени Т. Г. Шевченка, г. Чернигов, Украина

***Summary.** The article deals with the question of involving experts of physical training and sports in the educational activities for sustainable development, also the relevant legal documents are analyzed. The features of competencies in the field of sustainable development for the professional and personal growth of a specialist in physical training and sports are shown.*

***Key words:** sustainable development, education, physical culture teachers, specialists in physical education and sports.*

**Актуальность.** Развитие современного человечества сопровождается целым спектром глобальных проблем, которые являются реальной угрозой для его существования. Для выхода из сложившейся ситуации на Конференции ООН по окружающей среде и развитию в Рио-де-Жанейро (3-14 июня 1992 года) международным сообществом был предложен путь устойчивого развития и соответствующая концепция, которую поддержали 179 стран, в том числе и Украина. Тем самым, были взяты обязательства следовать курсу устойчивого развития, т.е. стремиться к такому пути развития общества, при котором нынешнее и будущее поколения будут иметь достаточные ресурсы для жизни [3]. С 1992 года основной движущей силой устойчивого развития было признано образование, а с 2018 года еще одним важным фактором его обеспечения становится спорт [4].

Таким образом, считаем актуальным привлечение специалистов физической культуры и спорта к образовательной деятельности по вопросам устойчивого развития.

**Цель исследования.** В связи с этим, *целью* нашей работы было показать необходимость формирования и особенности компетентностей в области образования в интересах устойчивого развития для специалистов физической культуры и спорта с целью их личностного и профессионального роста.

**Основной материал и обсуждение результатов.** После международной конференции ООН по окружающей среде и развитию в Рио-де-Жанейро (1992 г.), устойчивое развитие становится неоспоримой целью



международной и национальной политики и объединяет экономический рост, социальный прогресс и защиту окружающей среды. Начинается разработка национальных стратегий устойчивого развития, большое значение уделяется образованию для устойчивого развития. В научном обиходе термин «образование в интересах устойчивого развития» подразумевает такой подход к организации образовательного процесса, который включает информирование членов общества об основных проблемах устойчивого развития и способствует формированию соответствующего мировоззрения. Наиболее успешно и интенсивно эти процессы осуществляются в странах Евросоюза (Великобритания приняла стратегию устойчивого развития в 1994 году) [5].

Украина, к сожалению, очень сильно отстает в этом вопросе. Впервые Указ Президента Украины «О Стратегии устойчивого развития «Украина – 2020», был издан в 2015 году [2]. Среди первоочередных приоритетов реализации Стратегии – реформа образования. Новый закон Украины об образовании вышел в 2017 году и одной из целей образования определено повышение образовательного уровня граждан для обеспечения устойчивого развития Украины и ее европейского выбора [1].

Для успешного осуществления образования в интересах устойчивого развития международным сообществом было предусмотрено включение вопросов устойчивого развития в учебные программы на всех уровнях формального образования, особенно для подготовки педагогов, а также в сферу неформального образования [7].

В Украине не спешат с такими нововведениями. Первыми откликнулись аграрные и технические вузы, которые начали разрабатывать и внедрять курсы по устойчивому развитию. Но это были единичные усилия. Параллельно, О.И. Пометун с коллегами разрабатывали. Более активными в продвижении образования в интересах устойчивого развития в Украине являются общественные организации, которые действуют в рамках неформального образования. В последние годы дисциплины об устойчивом развитии стали появляться в образовательных программах подготовки педагогов естественных специальностей. Но широкого распространения образования для устойчивого развития в Украине до сих пор нет, хотя стартовавшая реформа образования поспособствовала внедрению новых подходов. Учебные программы по всем предметам теперь имеют содержательные линии, которые напрямую отражают положения Стратегии устойчивого развития: «Экологическая безопасность и устойчивое развитие», «Гражданская ответственность», «Здоровье и безопасность» и т.п. Также новые учебные программы призваны формировать у выпускников школ такие ключевые образовательные компетентности как:

компетентность в естественных науках и технологиях, умение учиться на протяжении жизни, инициативность и предприимчивость, социальная и гражданская компетентности, экологическая грамотность и здоровая жизнь и др. Формирование указанных компетентностей учеников предусмотрено учебными программами по всем дисциплинам, в т.ч. и по физической культуре. Очевидно, что преподаватели физической культуры также должны обладать этими компетентностями. Подтверждение этому находим в Стандарте высшего образования Украины по специальности 017 «Физическая культура и спорт» [6]. Т.е. теперь к профессиональным компетентностям специалиста по физической культуре и спорту должны быть включены компетентности в области образования в интересах устойчивого развития. Конечно, можно отстаивать точку зрения, что основное в профессиональной деятельности учителя физической культуры – это физическое развитие ученика и сохранение его здоровья благодаря двигательной активности. Но сейчас в Украине очень сложная экологическая, экономическая и социальная обстановка. Загрязнение воздуха, воды, продуктов питания, почвы, вещей быта, нездоровый способ жизни, вредные привычки, информационная и эмоциональная нагрузка – все это имеет катастрофическое влияние на здоровье подрастающего поколения, что отражается на здоровье нации. Поэтому считаем, что ни один учитель не должен оставаться к этому безразличным. Особенно важно преподавателю перехватить «инициативу улицы», когда ребенок находится в подростковом возрасте и родители постепенно утрачивают авторитет. Если подросток начинает посещать спортивную секцию, наибольшим авторитетом для него практически всегда есть тренер. Поэтому именно учителя физической культуры, тренера важно подключить к процессу формирования у учеников необходимых компетентностей и соответствующего мировоззрения, которое поможет им сохранить свое здоровье и возможность жить в гармонии с природой и обществом, несмотря на достаточно сложные условия окружения.

К сожалению, среди ученых постсоветского пространства нет единого определения компетентностям в области образования в интересах устойчивого развития. Чаще всего их рассматривают с позиций одной из основных составляющих устойчивого развития – экологической, экономической или социальной.

Считаем, что выше названные компетентности не могут рассматриваться отдельно. Должен быть симбиоз экологических, экономических, социальных и др. компетентностей, которые отвечают конкретным Целям устойчивого развития [9]. За основу формирования таких компетентностей будущих преподавателей должны быть взяты

положения, о которых повествует ЕЭК ООН в одном из своих документов [8]. А именно, компетентности должны касаться конкретно образования в интересах устойчивого развития. Важнейшими их характеристиками есть: целостный подход (включает три компонента: интеграционное мышление, инклюзивность, рассмотрение сложных вопросов), предвидение изменений (касается аспектов учебы на опыте прошлого, побуждению к участию в современной жизни, изучению альтернативных вариантов будущего), реализации преобразований (пересмотр содержания понятия «преподаватель», трансформация педагогики и образовательной системы в целом) [8].

Для содействия формированию компетентностей в области образования в интересах устойчивого развития у специалистов физической культуры и спорта нами предлагается специально разработанная программа и адаптированный курс «Основы устойчивого развития общества». Это будет способствовать дальнейшему профессиональному и личностному росту специалиста физической культуры и спорта, а также его соответствию требованиям нового времени.

Таким образом, опираясь на международные документы о том, что основными движущими силами устойчивого развития есть образование и спорт, принимая во внимание изменения в образовательных программах в Украине, предлагаем способствовать профессиональному и личностному росту специалистов физической культуры и спорта благодаря их привлечению к образовательной деятельности в интересах устойчивого развития.

#### **Литературные источники**

1. *Об образовании*: Закон Украины от 05.09.2017 г. № 2145-VIII. Режим доступа: URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата доступа: 23.11.2019).

2. *О Стратегии устойчивого развития «Украина – 2020»*: Указ Президента Украины от 12.01.2015 г. № 5/2015. Режим доступа: URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5/2015> (дата доступа: 23.11.2019).

3. *Повестка дня на XXI век*. Режим доступа: URL: [https://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/pdf/agenda21.pdf](https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/pdf/agenda21.pdf). (дата доступа: 20.11.2019).

4. *Резолюция Генеральной Ассамблеи от 3.12.2018 года. A/RES/73/24* Спорт как фактор обеспечения устойчивого развития. Режим доступа: URL: <https://undocs.org/pdf?symbol=ru/A/RES/73/24>. (дата доступа: 23.11.2019).

5. Ситникова Н.П. *Опыт стратегического планирования устойчивого развития в странах Европейского Союза*. В: Экономика и государство,

2012, №11, с. 11-14.

6. *Стандарт высшего образования Украины по специальности 017 «Физическая культура и спорт» отрасли знаний 01 «Образование / Педагогика» для первого (бакалаврского) уровня высшего образования.* К.: МОН, 2019. Режим доступа: URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2019/04/25/017-fizichna-kultura-i-sport-bakalavr.pdf>. (дата доступа: 23.11.2019).

7. *Стратегия ЕЭК ООН для образования в интересах устойчивого развития.* Режим доступа: URL: <http://nltu.edu.ua/images/stories/ESD/UnecseStrategyESD2005.pdf>. (дата доступа: 23.11.2019).

8. *Учиться в интересах будущего: компетенции в области образования в интересах устойчивого развития. Шестое совещание ЕЭК ООН. Женева, 7 и 8 апреля 2011 года.* Режим доступа: URL: [http://www.unecce.org/fileadmin/DAM/env/esd/6thMeetSC/Learning%20for%20the%20Future\\_%20Competences%20for%20Educators%20in%20ESD/ECE\\_CEP\\_AC13\\_2011\\_6%20COMPETENCES%20RU.pdf](http://www.unecce.org/fileadmin/DAM/env/esd/6thMeetSC/Learning%20for%20the%20Future_%20Competences%20for%20Educators%20in%20ESD/ECE_CEP_AC13_2011_6%20COMPETENCES%20RU.pdf). (дата доступа: 23.11.2019).

9. *Цели устойчивого развития: Украина. Национальный доклад 2017.* Режим доступа: URL: [http://un.org.ua/images/SDGs\\_NationalReportUA\\_Web\\_1.pdf](http://un.org.ua/images/SDGs_NationalReportUA_Web_1.pdf). (дата доступа: 23.11.2019).

## СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ

**Чебан Татьяна,**

Приднестровский государственный университет им. Т.Г.Шевченко,  
г. Тирасполь, ПМР

**Данаил Сергей,**

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова, Кишинев

***Annotation.** The article contains theoretical and methodological materials on the problem of the socio-pedagogical aspect of applied physical education at a university. Higher education should contribute to the development of the necessary knowledge and skills, as well as the formation of professionally significant and personal qualities of students that they need in their future professional activities. The author emphasizes that the purpose of training is the formation of a system of knowledge, skills that will be used by the student in his future life.*

*It is proved that applied physical education in higher education is not only a means of strengthening and maintaining health, but also a way to develop personality traits that will be in demand in future professional activities.*

***Keywords:** health, applied physical culture, students.*

**Актуальность исследования.** Одной из важнейших задач высшего образования является подготовка молодого человека к дальнейшей профессиональной жизни. Высшее образование должно способствовать развитию личности, дать возможность человеку найти пути к самообразованию, саморазвитию, самосовершенствованию.

В современном мире одним из наиболее необходимых условий для успешного обучения молодого поколения и дальнейшей продуктивной профессиональной деятельности, является применение инноваций. В условиях прогрессивных преобразований в обществе, инновации – это вектор, направленный на все сферы жизнедеятельности, в том числе на образование, спорт и физическую культуру.

Анализ современных литературных источников [1, 2] показывает, что парадигма высшего образования в качестве основной цели выдвигает профессиональное, личностное развитие и саморазвитие студента как будущего специалиста. Важно чтобы главную роль в формировании личности играют воспитание и обучение. Образование должно быть

направлено не только на получение знаний, усвоение различных умений и навыков, но и на формирование качеств и свойств личности, необходимых им для будущей жизни.

Благополучие жизни человека обуславливается состоянием его здоровья, возможностью использования его психофизического ресурса. Все направления жизни человека в социальном плане – трудовое, экономическое, социальное, семейное, бытовое – ориентируются на состояние здоровья.

Высокий уровень качества образования необходим для устойчивого и уверенного развития общества, особенно в условиях напряженных социально-экономических изменений. Высшему образованию также необходимо обновление, создание новейших педагогических технологий, встраивание в образовательный процесс инновационных моментов, увеличение творческого потенциала, как педагогов, так и студентов [3].

Студенты являются одним из компонентов современного общества. Это одна из динамичных структур общества, которая адаптируется к различным факторам окружающей среды. В результате увеличения психических и физических нагрузок риск для здоровья студентов и подростков высок. Многие студенты пришли в высшее учебное заведение, и в состоянии здоровья были разные проблемы: физическое состояние, боли в спине и психические расстройства. Это говорит о том, что школа обязана подготавливать будущих студентов к взрослой жизни, противостоящих стрессам и нагрузкам, благодаря их всестороннему развитию.

**Цель работы:** показать значимость социально-педагогического аспекта прикладной физической культуры в вузе.

**Изложения научного материала.** Прикладная физическая культура в вузе является одной из важных частей базового образования, закладывая основные принципы физического и духовного развития, без чего невозможно всестороннее формирование личности человека.

Прикладная физическая культура как одно из главных средств в системе образования и воспитания молодого поколения помогает в формировании здорового образа жизни, организации отдыха и досуга, восстановлении и развитии психофизических возможностей студентов. Это является основной ценностью прикладной физической культуры, как для самой личности, так и для общества в целом, раскрывая ее образовательное, воспитательное, оздоровительное и общекультурное значение. Прикладная физическая культура в высших учебных заведениях является не только средством укрепления и сохранения здоровья, но и способом для развития таких качеств личности, которые будут востребованы как в будущей профессиональной деятельности, так и в обычной жизни.

Годы, проведенные в вузе, являются важным моментом в развитии и становлении личности, когда раскрываются потенциальные задатки, развивается и совершенствуется интеллект, усваивается социальный опыт [1].

Физическое воспитание в вузе характеризуется тремя основными направлениями.

*Во-первых* – это развитие двигательных качеств у студентов, получение необходимых знаний, умений и навыков, пригодных для успешного выполнения профессиональной деятельности, повышение учебной и трудовой активности, сохранение и укрепление своего здоровья.

*Во-вторых*, прикладная физическая культура приобщает молодых людей к систематическим занятиям физическими упражнениями, активному участию в различных спортивных мероприятиях вуза.

*В-третьих*, занятия физическими упражнениями помогают в развитии личностных черт характера, социальной активности, способствуют нравственному развитию личности студента.

Основной задачей прикладной физической культуры является оптимизация физического развития, совершенствование физических качеств и способностей в сочетании с воспитанием духовных и нравственных качеств [2].

Для достижения поставленной цели прикладная физическая культура в высшем учебном заведении решает ряд комплексных задач: специфических и общепедагогических.

К специфическим задачам относятся задачи по оптимизации и совершенствованию физического развития молодых людей и специальные образовательные задачи.

Оптимизация и совершенствование физического развития должно способствовать оптимальному развитию физических качеств, укрепление и сохранение своего здоровья, совершенствование телосложения и гармоничное развитие функциональных систем организма.

Специальные образовательные задачи включают в себя:

– обучение двигательным умениям и навыкам, необходимым для дальнейшей обычной жизни;

– обучение двигательным умениям и навыкам, необходимым для занятий физической культурой и спортом;

– приобретение ключевых знаний научного и практического характера;

– приобретение навыков здорового образа жизни [1].

Главные общепедагогические задачи ставятся перед всей системой образования. Это задачи по формированию личности человека.

Обучение в вузе – это важнейший этап формирования необходимых качеств и профессиональных компетенций, в процессе которого необходимо использовать специальную обучающую систему как инновационный подход к его подготовке.

Обучая студентов в вузе, педагоги способствуют приобретению умений и навыков в виде опыта и разноплановых форм деятельности и поведения, развитию способностей и формированию свойств и качеств личности.

В процессе личностно ориентированного образования ученик является активным субъектом образовательного процесса. Но, несмотря на различные заявления о субъектности студента, он по-прежнему представляет собой «объект» в проблеме выбора содержания образования и технологий организации учебного процесса.

В отличие от других дисциплин, представленных в программе высшего образования, прикладная физическая культура дает возможность сделать самостоятельный выбор для занятий альтернативной физкультурной деятельностью. Этот выбор способствует формированию субъектных качеств личности, повышает мотивационные процессы обучения, увеличивает активность и социальную ответственность, улучшает физическую и психическую подготовленность студентов [3].

Занятия прикладной физической культурой дают возможность студентам реализовать себя как личность. Во время занятий приобретаются необходимые для жизни знания и умения, закладывается база для разнообразных видов деятельности. На занятиях по прикладной физической культуре педагог решает важные задачи обучения, воспитания и развития личности студента, прибегая к различным методам обучения.

Целью обучения является формирование системы знаний, умений и навыков, которые будут применяться студентом в его дальнейшей жизни. Воспитание включает в себя нравственное, профессиональное, эстетическое и физическое совершенствование студентов. Развитие представляет собой психическое развитие личности студента, его сенсомоторной, интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы.

**Выводы.** В контексте анализа предлагаемой концепции необходимо отметить, что задача прикладной физической культуры в высших учебных заведениях – это подготовка будущих специалистов к профессиональной деятельности, воздействуя на социальный фактор, который определяет работоспособность и здоровье человека. Высокий уровень сформированности профессионально значимых качеств и психофизическая готовность к качественному выполнению профессиональной деятельности создаст фундамент для прогрессивного профессионального развития и



стабильного социально-экономического положения на протяжении всей жизни. Все это определяет социальный компонент здоровья будущего специалиста.

### **Литературные источники**

1. Чебан Т.Н. *Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов физико-математического факультета и естественно-географического факультета ПГУ им. Т.Г. Шевченко*. În: Mater. Congresului științific Internațional (2016; Chișinău). Consacrat aniversării a 65-a organizării învățămîntului superior de cultură fizică din Republica Moldova. Chișinău: USEFS, 2016, p. 620-626.

2. Чебан Т.Н. *Современные проблемы профессионально-прикладной физической культуры в системе университетского образования*. В: Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка «Фізичне виховання, Випуск 10. За 2017, с. 574.

3. Чебан Т.Н. *Профессионально-прикладная физическая культура при формировании здоровьесберегающих компетенций в жизненных стратегий студентов*. В: Сборник научных трудов. Ялта: РИО ГПК, 2017, Выпуск 57, Часть 3, с. 184-189.

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФОРМАЛЬНОГО И НЕФОРМАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ФИТНЕС-ТРЕНЕРОВ В РЕСПУБЛИКЕ МОЛДОВА

**Швец Наталья,**

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Annotation.** The paper presents the analyses of the interest of fitness trainers to continuous education. Nowadays life is described by fast changes in any field, including physical culture, sports, fitness. In order to “stay on board” and keep high level of professional skills, a fitness trainer has to follow a life-long learning education. There are different types of continuous education in fitness; courses, workshops, master-classes, fitness conventions (conferences). In this paper we will analyse the interest of fitness trainers in Moldova to conventions as a step of continuous education.*

***Key words:** continuous education, fitness convention, professional, trainer, education in fitness, fitness conference.*

**Актуальность исследования.** Быстрое развитие всех сфер современного общества, технологий, колоссальный объем информации в социуме приводят к тому, что полученного один раз образования недостаточно. Знания устаревают, и для поддержания своего профессионального и личностного развития специалисту необходимо обучение на протяжении всей жизни. На повестку дня встает проблема определения значимости непрерывного обучения, предполагающего два типа: формальное и неформальное обучение, в системе профессиональной подготовки фитнес-тренера.

Актуальность данной темы заключается в том, что именно комбинирование формального и неформального образования, несмотря на их существенные различия, приводит к успешному развитию профессионала.

**Цель и методы исследования.** Цель исследования – определение различий между характеристиками формального и неформального образования фитнес-тренеров в Республике Молдова. Методы исследования – изучение и анализ научно-методической литературы, наблюдение.

**Основной материал и обсуждение результатов.** Роль непрерывного образования в развитии любого человека подчеркивается, начиная с прошлого столетия. Английский ученый Ф. Джессап [3] говорил: «Если

временный перерыв в образовании естествен, то его окончательное прекращение равносильно ампутации мышления».

Говоря о непрерывном образовании, следует дать определение понятиям, встречающимся в литературе в настоящее время [5]:

1. Образование на протяжении всей жизни (*life-long learning education*).
2. Образование взрослых (*adult education*).
3. Непрерывное профессиональное образование (*continuing vocational education and training*).

**Непрерывное профессиональное образование** подразумевает постоянное повышение квалификации на протяжении всей профессиональной жизни. Посредством непрерывного образования у обучающихся развивается ответственность и самостоятельность, способность быстро реагировать и адаптироваться к изменениям внешней среды.

Н.Л. Борщева и М.И. Глухова [2] дают следующую классификацию непрерывного профессионального образования:

1. *Формальное образование* – система учебных заведений, которые обеспечивают набор взаимосвязанных учебных программ в качестве основного занятия для детей и молодежи.

2. *Неформальное образование* – любая организованная и продолжающаяся учебная деятельность, которая не попадает под определение формального образования. Неформальное образование не задается целью аттестовать учащегося. Оно может иметь как профессиональную направленность, так и общекультурное значение.

3. *Информальное образование* – образование, включающее все виды учебной деятельности и отличается отсутствием организации, и может осуществляться как индивидуально, так и на групповом уровне. Существует мнение, что данный тип образования наиболее эффективно изменяет установки и модели поведения людей в повседневной жизни.

В рамках **формального образования** определены две формы обучения: *экстенсивно-материальная* и *интенсивно-формальная*. Сторонники экстенсивно-материальной формы обучения придерживаются мнения, что основная цель образования – передача обучающимся большого количества знаний из различных областей науки. В данном контексте, считается, что способности человека развиваются по мере овладения знаниями, в связи с этим требуется увеличить сроки обучения и объем учебного материала.

Сторонники же интенсивно-формального образования считают, что главной задачей образовательного учреждения является развитие когнитивных способностей учащихся, например, мышления, воображения,

памяти, а не передача как можно большего объема информации. Другими словами, образовательная система должна научить человека учиться [4].

Формальное образование, включающее, в рамках андрагогики, средние и высшие учебные заведения, характеризуется стандартизированными и, зачастую, жесткими организационными формами.

По мнению Бабаевой Э.С. [1], неформальное образование, протекающее вне официальных учебных заведений, обладает следующими характеристиками:

- *Личный интерес.* Знания, передаваемые в системе неформального образования, подстроены под структуру личности обучающегося, акцент ставится на обучении человека самостоятельному принятию решений, а следственно, развитие активности во всех сферах жизни.

- *Исследование* – основной метод неформального образования. Обучающийся на всем протяжении образовательного процесса проводит исследование информации на интеллектуальном уровне, прикладной, чувственном.

- *Выбор* – один из инструментов неформального образования. В рамках данного типа образования, участник имеет возможность выбирать наиболее интересный материал, нужное ему направление обучения, способ подачи материала и другие аспекты.

При сравнении характеристик формального и неформального образования анализировали такие составляющие образовательного процесса, как цель, время, содержание, место, ресурсозатратность, контроль обучения, педагогическое сопровождение после обучения.

В Таблице 1 представлен сравнительный анализ двух форм обучения.

Применив данную информацию к системе подготовки фитнес-тренеров в Республике Молдова, можем отметить, что формальное образование тренеров проходит в Государственном университете физического воспитания и спорта и включает два цикла обучения: 3 года на первом цикле и 2 года на втором цикле, итого 5 лет. Содержание обучения структурировано и, в то же время, включает в себя актуальные предметы, знания которых необходимы фитнес-тренеру в его работе.

Неформальное обучение фитнес-тренеров в Республике Молдова включает в себя несколько направлений:

- трехмесячные курсы подготовки тренеров от Государственного университета физического воспитания и спорта;

- специфические краткосрочные курсы по различным направлениям: степ-аэробика, силовые тренировки, методология проведения тренировок и др., организованные негосударственными предприятиями;

- мероприятия для встреч тренеров и обмена опытом, как фитнес-конвенции, мастер-классы и пр.

**Таблица 1**

**Сравнительный анализ формального и неформального образования  
(по Бабаевой Э.С. [1])**

<b>Критерии</b>	<b>Формальное образование</b>	<b>Неформальное образование</b>
<b>Цель обучения</b>	Долговременная, более общая. Сопровождается выдачей официального документа об образовании.	Кратковременная и специфическая. Официальный документ об образовании не обязателен.
<b>Время обучения</b>	Длительный цикл, полный день	Короткий цикл, неполный день
<b>Содержание обучения</b>	Стандартизировано Академическое Жестко структурировано Входные требования определяют контингент обучающихся	Индивидуализировано Практическое Гибкое Обучающиеся определяют входные требования
<b>Место обучения</b>	В учреждениях образования	Ориентировано на близость от места жительства
<b>Ресурсозатратность обучения</b>	Ресурсозатратное	Ресурсосберегающее
<b>Контроль обучения</b>	Внешний / иерархический	Внутренний / демократический
<b>Педагогическое сопровождение после обучения</b>	Слабо выражено	Основано на самоуправлении

**Выводы.** Проанализировав характеристики формального и неформального образования и пронаблюдав за работой фитнес-тренеров в Республике Молдова, мы пришли к выводу, что наилучший результат в подготовке фитнес-тренера дает грамотное сочетание программ формального и неформального обучения. Формальное обучение

обеспечивает базу знаний, на которой в дальнейшем, через неформальное обучение, специалист развивается и достигает мастерства.

Стандартизация образования является положительной характеристикой, и при использовании жесткой структуризации формального обучения и гибкого подхода неформального обучения, можно добиваться необходимого уровня подготовки фитнес-тренеров.

Таким образом, в ходе сравнения формального и неформального образования, следует акцентировать внимание не на различиях между этими двумя подходами, а на смягчении границ и установлении отношения взаимодополнения.

### **Литературные источники**

1. Бабаева Э.С. *Сравнительный анализ формального и неформального образования*. В: Вестник университета, 2014, №6, с. 234-237.

2. Борщева Н.Л., Глухова М.И. *Непрерывное образование: Различие подходов*. В: Вестник Московского Университета МФД России, 2013, №12, с. 163-165.

3. Гвильдис Т.Ю., Окерешко А.В. *Опережающее непрерывное профессиональное образование как основа становления современного педагога*. В: Человек и образование, 2016, №2 (47), с. 134-139.

4. Горшкова В.В. *Взаимодействие формального, неформального и информального образования как современное направление развития человека*. В: Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2014, Т. 26, с. 176-180; Режим доступа: URL: <http://e-koncept.ru/2014/64336.htm>.

5. Зайцева О.В. *Непрерывное образование: Основные понятия и определения*. В: Вестник ТГПУ, 2009, Выпуск 7 (85), с. 106-109.

## ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ БАКАЛАВРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА К ОРГАНИЗАЦИИ РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДСТВАМИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ФИТНЕСА

**Шинкарева Елена,**

Государственное Учреждение «Луганский национальный университет им. Тараса Шевченко», г. Старобельск, Украина

***Annotation.** Analysis and justification of the current state of readiness of future bachelors of physical education and sports for organizing recreational activities by means of health-improving fitness in higher education institutions reveal the possibilities and prospects of using recreational activities to increase the number of people involved in physical activity in order to satisfy leisure needs.*

***Key words:** teacher of physical culture, recreation, wellness fitness.*

**Актуальность.** Современные отечественные ученые М. Бердус [2], А. Бондарь [3], В. Бочелюк [4], М. Дутчак [6], Т. Круцевич [8], Е. Приступа [10] и другие подчеркивают в своих работах возрастание роли рекреационных занятий для здоровья человека. Это обусловлено необходимостью совершенствования оздоровительно-воспитательного процесса, в основе которого лежит сознательное использование средств физической культуры (физкультурно-оздоровительных мероприятий, форм физической рекреации, фитнес-технологии и т.д.) во всех учебных заведениях (общеобразовательных, внешкольных, высшей школы) как целостной системы, в которой формируются и закрепляются ценности физической культуры и приобретаются новые качества. На этом также акцентируют внимание в своих трудах О. Андреева [1]; Г. Грибан [5]; О. Отравенко [9]; Е. Шинкарева [11] и др.

Анализ процесса готовности будущих бакалавров физической культуры и спорта к организации рекреационной деятельности средствами оздоровительного фитнеса и собственный многолетний опыт преподавания дисциплин «Фитнес с методикой преподавания», «Спортивно-педагогическое совершенствование по фитнесу» и «Оздоровительный фитнес» в ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко» позволяет признать существование противоречий между потребностью в специалистах физической культуры и спорта, которые имеют глубокие знания в области организации рекреационной деятельности средствами оздоровительного фитнеса, фитнес-технологий, и

существующей традиционной практикой преподавания в учреждениях высшего образования.

Эта проблема требует решения ряда основных противоречий, которые характеризуются:

- необходимостью повышения уровня образованности соискателей в информационном пространстве физической культуры и спорта и их готовностью к рекреационной деятельности;
- повышением уровня двигательной активности студенческой молодежи, и проявлением ее в освоении новых методов и способов практической деятельности в профессиональной подготовке будущих бакалавров сферы физической культуры и спорта.

**Цель исследования** заключается в анализе и обосновании современного состояния готовности будущих бакалавров физической культуры и спорта к организации рекреационной деятельности средствами оздоровительного фитнеса в учреждениях высшего образования.

Исследование проводилось в учебно-научном институте физического воспитания и спорта Государственного учреждения «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».

**Основной материал.** Как утверждает О.В. Андреева, «из-за отсутствия сильной школы подготовки кадров сферы физической рекреации возник устойчивый дефицит специалистов в этом сегменте рынка труда» [1, с. 221]. Автор акцентирует внимание на том, что это «приводит к возникновению проблем, связанных с кризисной ситуацией в сфере физической рекреации и обусловлено следующими факторами: ограниченная двигательная активность, несоответствие услуг потребностям населения, невысокая престижность профессий в сфере физического воспитания и спорта, низкий уровень материального поощрения работников бюджетного сектора этой сферы и неэффективная система подготовки кадров» [1, с.222].

Вместе с тем, научно-понятийный аппарат, используемый в рекреационных исследованиях, характеризуется отсутствием четко определенной системы, а также их многозначностью и многообразием. Это объясняется тем, что, во-первых, научные исследования, которые ведутся в этой области, начались не так давно; во-вторых, они являются динамическими; в-третьих, исследования ведутся в нескольких направлениях: рекреационная география, экономика рекреации и туризма, социология туризма, образование (в рамках профессиональной подготовки кадров для отрасли), туристический менеджмент и маркетинг и тому подобное [2, 8].

В Национальной стратегии по оздоровительной двигательной активности в Украине на период до 2025 года «Двигательная активность –



здоровый образ жизни – здоровая нация» утверждается, что в данный момент в Украине наблюдается положительная тенденция к росту числа лиц, использующих различные виды и формы оздоровительной двигательной активности. В определении понятия «рекреация» ученые единодушны в том, что она связана с воспроизведением физических, психических, духовных, интеллектуальных сил человека, которое происходит в процессе оздоровительной, познавательной, спортивной, культурно-развлекательной деятельности [8].

Так, например, известно большое количество определений одного из основных понятий данного направления – «рекреация» (табл. 1).

Считаем, что, к сожалению, выпускники не способны в полной мере удовлетворить спрос на кадры рекреационно-оздоровительной подготовки, который существует в разных регионах страны. Отсутствие квалифицированных специалистов, по мнению М. Дутчака [6], тормозит процесс развития рекреационно-оздоровительной отрасли.

Одним из видов рекреационных услуг по функциональному назначению является спортивно-оздоровительные. Одним из направлений которого является оздоровительный фитнес.

Т. Круцевич, О. Андреева, О. Благий [8] подчеркивают, что при регулярном посещении фитнес-занятий совершенствуются сердечно-сосудистая и дыхательная системы, активизируются обменные процессы в организме, улучшается самочувствие, снижается масса тела, повышается работоспособность. Применение фитнес-программ разной направленности обеспечивает всестороннее влияние на организм.

Проанализированы результаты изучения интересов студентов 1-4 курсов специальности «Среднее образование. Физическая культура» и «Физическая культура и спорт. Спорт» к различным видам фитнес-тренировок. В исследовании брали участие 38 юношей и 23 девушки. Юноши демонстрируют рост популярности таких видов, как Бодибилдинг (31%) и Кроссфит (22%), а девушки предпочитают упражнения, которые делают под музыку – танцевальную аэробику (24%) и степ-аэробику (22%) (рис. 1).

Созданием и внедрением новых фитнес-программ занимаются физкультурно-оздоровительные организации, научно-исследовательские лаборатории, институты и отдельные ученые, а также представители современной фитнес-индустрии.

Таблица 1

Определение понятия «рекреация» разными авторами

Автор	Определение
Дж. Келли (США)	восстановление духовных и физических сил
Дж. Шиверс	проведение досуга с целью удовлетворения, средство релаксации и восстановления сил
М. Мироненко	совокупность явлений и отношений, возникающих в процессе использования свободного времени на специализированных территориях, расположенных вне населенного пункта, который является местом их постоянного проживания
М. Нудельман	процесс воспроизводства физических, духовных и нервно-психических сил человека
Ю.Хромов	все формы досуга человека в закрытых помещениях, открытом пространстве и урбанизированной среде
Т. Круцевич	форма развлечения и удовольствия, средство свободного времяпрепровождения; отдых, восстановление сил человека, которые были потрачены в процессе труда; любые виды деятельности на досуге, в которых люди участвуют добровольно, получая удовольствие
В. Выдрин	процесс использования физических упражнений, игр, развлечений, а также природных факторов для активного отдыха, изменения вида деятельности, отвлечение от процессов, вызывающих физическую, психическую и интеллектуальную усталость, получения удовольствия от занятий физическими упражнениями
Н. Фоменко	процесс восстановления физических, духовных и нервно-психических сил человека, который обеспечивается системой мер и осуществляется в свободное от работы время на специализированных территориях

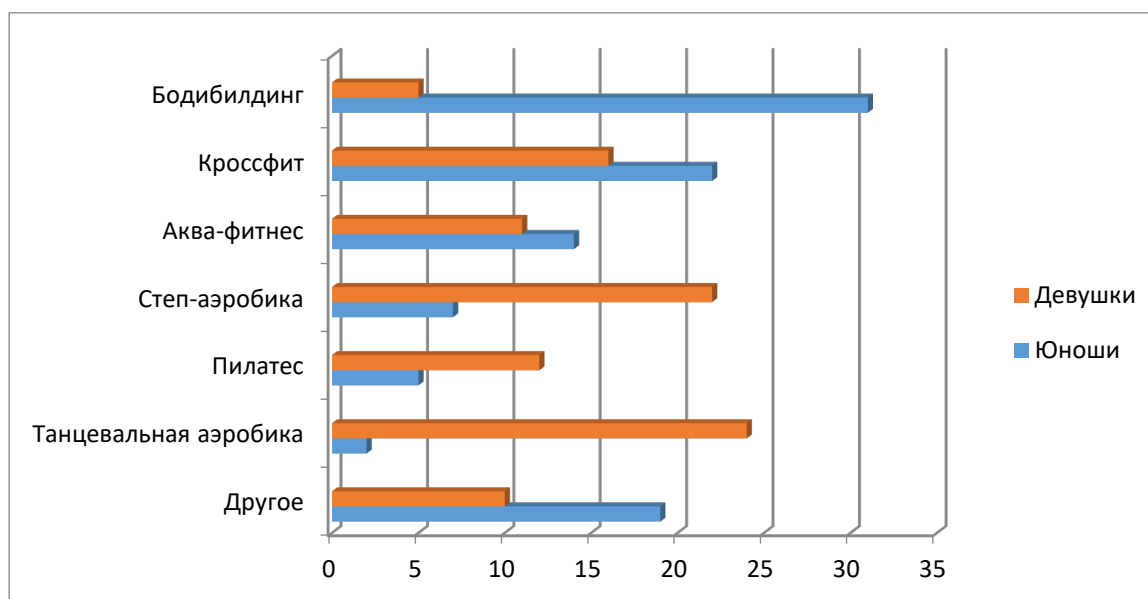


Рис. 1. Популярность различных фитнес-программ среди студентов (%)

Основные факторы, способствующие созданию и внедрению в практику новых фитнес-программ:

- результаты научных исследований по проблемам гиподинамии и оптимальной двигательной активности;
- появление нового спортивного инвентаря и оборудования (степ-платформы, тренажеры, фитболы, спинбайки и др.);
- инициатива и творческий поиск профессионалов фитнес-индустрии [3].

В современных условиях развития фитнес-услуг растет спрос на высококвалифицированных специалистов в области биологии, психологии, гигиены, методики физического воспитания, экономики, которые обладают широким арсеналом организаторских и управленческих навыков проведения физкультурно-оздоровительной работы с различным контингентом.

Результаты ряда исследований свидетельствуют о том, что из всех факторов, влияющих на привлечение молодежи к двигательной активности и здоровому образу жизни, наиболее важным является личность специалиста-профессионала в области оздоровительного фитнеса [7, 9, 11].

Профессиональная деятельность специалиста по рекреации и оздоровительной физической культуре направлена на достижение и сохранение высокого уровня физического состояния у различных групп населения путем организации и проведения:

- комплексных мероприятий по формированию здорового образа жизни и различных физкультурно-развлекательных праздников, соревнований, конкурсов, шоу с учетом национальных традиций Украины;
- работы по внедрению физической культуры на предприятиях, по месту жительства и в зонах массового отдыха людей.

Специалист по рекреации и оздоровительной физической культуры должен быть всесторонне подготовленным к творческой профессионально-педагогической, физкультурно-оздоровительной, агитационно-пропагандистской работе с различными группами населения, владеть основами знаний социальных, гуманитарных, психолого-педагогических, медико-биологических, педагогических наук.

**Выводы.** Анализ и обоснование современного состояния готовности будущих бакалавров физической культуры и спорта к организации рекреационной деятельности средствами оздоровительного фитнеса в учреждениях высшего образования раскрывают возможности и перспективы использования рекреационной деятельности для вовлечения молодежи в сознательную двигательную активность с целью удовлетворения досуговых потребностей.

**Перспективы дальнейшего исследования** будут направлены на более глубокое изучение вопроса формирования готовности будущих бакалавров физической культуры и спорта к организации рекреационной деятельности.

#### **Литературные источники**

1. Андреева О.В. *Фізична рекреація*: монографія. Київ: НВП Поліграфсервіс, 2014. 244 с.
2. Бердус М.Г. *Формирование теории физической рекреации в контексте основ ее метатеории*: дис... канд. пед. наук: спец. 13.00.04. М.: РГБ, 2003. 215 с.
3. Бондар А.С. *Менеджмент рекреаційно-оздоровчої роботи*. Х., 2010. 176 с.
4. Бочелюк В.Й., Бочелюк В.В. *Дозвілєзнавство*: навч. посіб. К.: Центр навч. л-ри, 2006. 208 с.
5. Грибан Г.П. *Життєдіяльність та рухова активність студентів*: монографія. Житомир, 2009. 594 с.
6. Дутчак М.В. Малкова, Д. *Актуалізація дослідження проблеми оцінювання якості фітнес-послуг в Україні*. В: Спортивний вісник Придніпров'я, 2017, № 3, с. 37-41.
7. Кірсанов В.В. *Рекреаційні вимоги до організації спортивного дозвілля*. В: Вісн. КНУКіМ. Сер.: Педагогіка, 2001, № 3, с. 26-34.

8. Круцевич Т.Ю., Андреева О.В., Благій О.Л. *Рекреативні заняття як чинник формування дозвільної культури*. В: Спорт. вісник Придніпров'я, 2008, №1, с. 3-7.

9. Отравенко О.В. *Впровадження оздоровчих фітнес-програм у рекреаційну діяльність студенток ВНЗ*. В: Вісник ЛНУ імені Т. Шевченка, № 4(301), 2016, с. 137-146.

10. Приступа Є.Н., Жданова О.М., Линець М.М. *Фізична рекреація* [та ін.]; за наук. ред. Є. Приступи. Львів: ЛДУФК, 2010. 447 с.

11. Шинкарьова О.Д. *Сучасний стан готовності майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до організації позааудиторної діяльності з фітнесу*. В: Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка, Педагогічні науки, №4 (327), Ч. 2, 2019, с.124-133. DOI: 10.12958/2227-2844-2019-4(327)-2-124-133.

## ВОСПИТАНИЕ ЭСТЕТИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ТРЕНЕРОВ ПО СПОРТИВНОМУ ТАНЦУ

Шипилова Светлана,

Государственный университет физического воспитания и спорта  
Республики Молдова

***Annotation.** The article attempts to determine the complex of aesthetic qualities of a sports dance trainer. A brief description of the content of the academic disciplines of the State University of Physical Education and Sport, developed for the specialization "Sports and Modern Dance", solving the problems of raising aesthetic qualities of future trainers is given.*

***Keywords:** dance sport, coach, aesthetic qualities, students.*

**Актуальность.** Подготовка занимающихся спортивными танцами обуславливает необходимость поиска новых путей рационализации и повышения эффективности учебно-тренировочного процесса юных спортсменов. Повышение результативности учебно-тренировочного процесса может быть достигнуто посредством изучения особенностей работы тренера-преподавателя по спортивным танцам.

Основой танцевальных движений является классическая хореография. Специализированная хореографическая подготовка танцоров должна содержать элементы экзерсиса, общеразвивающие упражнения, ритмические задания, координационные задачи, музыкально-образовательный материал и творческие паузы, которые формируют у занимающихся представления об эстетике движений, способствуют формированию собственного творчества в выполнении соревновательной программы. Все это развивает музыкально-ритмические качества, являющиеся основой всякого музыкального движения. Следовательно, тренеру необходимо обладать такими качествами, чтобы их воспитать у своих учеников.

**Цель и организация исследования.** Цель исследования заключается в определении эстетических качеств, необходимых тренеру по спортивному танцу для полноценного осуществления учебно-тренировочного процесса. Исследование проводилось в Государственном университете физического воспитания и спорта со студентами по специализации «Спортивный и современный танец».

**Основной материал и обсуждение результатов.** Замысел урока воплощается в его музыкальном сопровождении. Музыка помогает

реализовать систему педагогических требований. Движения, фигуры танца рассчитаны на определенное количество музыкальных тактов. В балльной хореографии в основном используется музыка с музыкальным размером 2/3, 3/4, 4/4. Каждая первая доля в танце, как и в музыке, акцентируется. Но иногда в танце акцентируется вторая доля, или движение начинается с этой доли, тогда говорят о *синконе*. Танцевальная музыка носит определенный характер, и танцор должен его передать движением, поэтому в описаниях музыки и танца указывается его характер исполнения. Темп танца определяется темпом музыкального сопровождения, который может быть медленным, умеренно-быстрым, быстрым [5]. В этой связи возникает вопрос о таком качестве, как музыкальность.

**Музыкальность** – это способность переживать содержание музыкального произведения, чувствовать музыкальный образ. Умение создавать музыкально-двигательный образ заключается в логическом объединении восприятия музыки и танцевального движения. Музыка вызывает у любого человека моторную реакцию. Для естественного выявления этих моторных реакций и нужно создавать необходимые условия. Кроме танцев музыкальность помогают воспитывать еще и упражнения ритмики, гимнастики, музыкальные игры.

Движение и музыка в каждом танце, упражнении, игре органически связаны содержанием и формой музыкального произведения. В этом смысле восприятие музыки и двигательная реакция на нее должны протекать одновременно. Только при этом условии возникает целостный музыкально-двигательный образ. Для танцоров должно стать естественным точно заканчивать движение вместе с окончанием музыкальной мысли после ходьбы и бега, или в упражнениях, выполняемых на месте. Движение должно продолжаться, пока не затихнет музыка, последний ее звук. Если музыка заканчивается коротким громким аккордом, то и движение должно быть резко законченным. Многие обучающиеся танцу умеют внимательно слушать музыку и воспринимать ее логическое заключение, но во время движения, танца, не могут вовремя остановиться, так как им мешает плохая координация, над улучшением которой нужно работать и работать систематически, так как это качество считается врожденным, а поэтому трудновоспитуемым [3, 6]. Однако для воспитания двигательной координации в рамках дисциплины «Музыкальное и ритмическое воспитание» разработаны музыкально-двигательные задания, в которых окончание музыки подчеркивается игровым моментом, что на первых этапах помогают студентам внимательнее следить за развитием мелодии, чувствовать ее устремление к тонике. Постепенное усложнение музыкально-двигательного материала развивает способность воспринимать

музыку с более развернутым содержанием и более сложной формой, как музыкальный рассказ.

Для воспитания четкой ритмичности движений большое значение имеют такие упражнения, которые студенты, будущие тренеры по спортивному танцу, выполняют сообща или держась за руки, или воплощая коллективный образ. Танцующих всегда захватывает общий ритм, темп, и их движения тогда четко согласуются с музыкой [7].

В музыкально-двигательном материале темп и ритм движений определяется всем характером музыки, а не только ее временной организацией. Необходимо обучать студентов определять темп и ритм своих движений, осознано относиться к этой теме. Если их индивидуальное решение соответствует характеру музыкального, двигательного образа, то это уже хорошо, даже если оно четко отличается от стандарта. В этой ситуации необязательно передавать ритмический рисунок совершенно одинаково.

Необходимо также развивать восприимчивость к музыкальной динамике, к понятию «тихо», «громко». Нужно воспитывать устойчивую связь между увеличением или уменьшением силы звучания музыки и изменением в этой ситуации степени мышечного напряжения (чем громче и ярче музыка, тем энергичнее и амплитуднее движение). Яркий динамический контраст сильно воздействует на танцующих и выявляется в их моторной реакции. На этом фоне нужно следить, чтобы задания выполнялись с полной нагрузкой [1].

**Чувство ритма** воспитывается прежде всего ритмическими упражнениями двигательного характера. Их используют в занятиях в течении всего курса дисциплины «Музыкальное и ритмическое воспитание». Это способствует воспитанию ритмичности в движении. На первых занятиях обучения студентов учат начинать движение после музыкального аккорда, двигаться в характере и темпе аккомпанемента, заканчивать движение вместе с концом музыкальной фразы, части. Перед разучиванием упражнения акцентируется внимание на характере музыки. Определяется музыкальная фраза, такты, размер музыкального произведения, отмечаются сильные и слабые доли такта, число счетов, затем все это повторяется в движении.

Начинают с элементарных шагов и упражнений. Сочетание движений и ритмов в процессе занятий изменяются и усложняются в зависимости от степени подготовленности студентов [7, 8].

Большую роль в формировании специальных качеств танцора играет осанка. **Правильная осанка**, по Н.Т. Беляковой [2], – это привычное положение тела при стоянии и ходьбе. Голова должна держаться прямо,



плечи слегка опущены, отведены назад и находятся на одном уровне, живот подтянут, колени выпрямлены, грудь немного выступает вперед. Такое положение тела называется правильным и зависит от напряжения мышц и натяжения связок, окружающих позвоночник. Нарушение правильной осанки возникает в результате изменения формы позвоночного столба, паталогических изменений, которые приобретаются из-за постоянного неправильного положения тела.

В танце осанка является первостепенным элементом, поскольку о ее правильного положения будет зависеть вся танцевальная композиция. Поэтому в первую очередь будущий тренер по танцам должен обладать соответствующей осанкой.

Правильная осанка не возникает сама по себе. Ее необходимо формировать с самого раннего детства. Она образуется так же, как и другие сложные условные рефлексы, приобретаемые и закрепляемые в течение всей жизни. Для воспитания правильной осанки имеет значение не только сила мышц, но и равномерное их развитие, распределение мышечной тяги и их гармоничная работа, позволяющая сохранить правильную осанку тела. Воспитание правильной осанки является одной из основных задач будущего тренера на этапе отбора и начальной подготовки в спортивном танце [2, 10].

С правильной осанкой связан вопрос о выразительности движений, так как искривленное положение тела не вызывает эстетических восприятий. Кроме того, правильная осанка является основой для освоения техники движений.

**Выразительность** – это сложное понятие. В спорте она может быть заданной или импровизационной. При заданной выразительности тренер или постановщик программы требует от исполнителя точного выполнения заданий. В произвольных танцах квалифицированных танцоров, где существует музыкальная специфика, выразительность ограничивается, прежде всего, рамками музыкальных требований и плюс техническое совершенство, артистизм. Выразительному выполнению заданий нужно учиться. В процессе импровизационной выразительности формируется индивидуальность исполнения. В этом случае пластика обогащается новыми деталями, оригинальными элементами, танцевальными шагами. Индивидуальность танцоров проявляется в собственном стиле исполнения соревновательной программы. Эту категорию выразительности тренер должен учитывать при формировании пары, которая должна работать в унисон. Собственный стиль исполнения пары свойственен мастерам высокого класса [5].

Таким образом, выразительность – это сложное понятие, включающее в себя технические, эмоциональные качества и артистичность.

Выразительность определяется как умение создавать характер выполняемых композиций на высоком уровне технического и психотехнического самовыражения [11]. При обучении выразительности придается большое значение эмоциональной окраске исполняемых заданий. Это и есть первая ступень выразительности. А.Я. Вагонова [4] отмечала, что способность к эмоциональному переживанию – это еще не выразительность. Эмоциональность должна облекаться в прекрасную пластическую форму. Выразительность не существует без высокой техники исполнения. Как отмечал В. Фокин (по А.Я. Вагоновой [4]), сначала должно быть мастерство, затем полнота и искренность чувств, ясность их выражения. Красота формы, цельность стиля, характерность. Все эти качества и составляют выразительность.

Воспитание выразительности очень трудный, неординарный процесс, который во многом зависит от врожденных качеств занимающихся. В рамках дисциплины «Телесная выразительность» разработаны упражнения/задания, где при исполнении движений должны активно работать не только тело, но и руки, и голова. Эмоциональность невозможно передать и воспринять с пассивными руками. Движения головой помогают в создании характера исполнения заданий. Обучение этим качествам, включая техническую сторону исполнения, представляет собой сложный, трудоемкий процесс воспитания танцевальной выразительности [7].

Если характер исполнения можно объяснить словесно, то для объяснения понятия «*артистичность*» словесных характеристик недостаточно. Необходимо расширять диапазон знаний в области искусства, в частности музыки и танца. Артистичность движений в спорте входит в понятие выразительности. Под этим понимается некая манерность и свобода движений, но не расхлябанность. В основе артистичности должна быть определенная культура движений. Можно быть высоко техничным, но не артистичным. Все пары, идентичные по технике исполнения, могут отличаться артистичностью. В спортивном танце, как считает Гарри Смит-Хэмпшир [9], назрела необходимость оценивать выступления пар по двум критериям: техническое мастерства и артистичность, при этом понятие артистичности он определяет, как относительное. В обучении, тренировках и судействе критерий технического мастерства должен быть основным. Но, как указывает Г. Смит-Хэмпшир, существует проблема сравнения равно совершенных явлений, и нельзя сказать, какие из них лучше, в силу индивидуальности представления понятий эстетики. Сегодняшний танец использует более свободное и широкое движение, что придает артистичность исполнению, но при этом страдает грамотность работы стопы. Побеждает тот, кто работает технично.

**Выводы.** Исходя из выше сказанного, констатируем, что прежде, чем обучать спортивному танцу, тренеру необходимо самому обладать комплексом профессиональных личностных качеств, некоторые из которых составляют их эстетический уровень.

Как показал анализ доступной нам литературы, в области спортивного танца наблюдается достаточно скудный информационный материал, поэтому есть необходимость в осуществлении исследований по всем уровням профессиональной подготовки тренеров спортивного танца.

### **Литературные источники**

1. Бекина С.И. и др. *Музыка и движение*. М., Просвещение, 1981. 292с.
2. Белякова Н.Т. *Формирование правильной осанки*. В: Физкультура в школе, 1999, №4, с. 55-60.
3. Ботяев В.А. *Специфика проявления и контроль координационных видов спорта*. В: Теория и методика физической культуры, 2010, №2, с. 73.
4. Ваганова А.Я. *Основы классического танца*. Л-д: Искусство, 1984, с. 192.
5. Гавердовский Ю.К. *Стиль, композиция, мода*. В: Гимнастика. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М.: Физкультура спорт, 1989, с. 5-9.
6. Лях В.Н. *Развитие координационных способностей*. В: Физкультура в школе, 1991, №10, с. 18-22.
7. Сербина Л.П. и др. *Взаимодействие музыки и движения*. В: Теория и практика физической культуры, 2000, №5, с. 42-45.
8. Сердюкова В.П. *Классический танец*. Методическая разработка для преподавателей детских хореографических школ и институтов. М.: ПРМК РСФСР, с. 28.
9. Смит-Хемпшир Г. *Артистизм и техника*. В: Звезды на паркете, 2002, №12, с. 11-12.
10. Шипилова С.Г. *Танцевальные упражнения как средство воспитания культуры движений*. В: Матер. Республиканская научн. конф. Кишинев: Штиинца, 1979, с. 42-44.
11. Шипилова С.Г. *Основы спортивной хореографии*. В: Гимнастика, 25 лет. Кишинев: Мин. науки и образования РМ, 1993, с. 133-145.

## STRUCTURE OF LEARNERS' ACTIVITIES DURING PROCESS OF DIDACTIC COMMUNICATION AT LESSONS OF PHYSICAL EDUCATION

**Wiesner Wojciech,**

Academy of Physical Education in Wrocław, Poland

*Аннотация. Структура обучения движениям во время дидактических коммуникаций на уроках физической культуры. Обучение двигательным действиям происходит коммуникационным процессом между учителем и учеником. В работе показаны действия учителя.*

*Ключевые слова: учебная коммуникация, интеракция учитель-ученик, структура действий учителя.*

**Introduction.** Didactic communication as the subject of scientific research has not been given much attention. However, there seems to be a lot of room in this context for the improvement of effective learning/teaching. The main principle of didactic communication is the fact that both teachers and learners are senders and receivers of information. It seems that not enough attention has been given to learners' information, especially verbal information. Verbal communication is one of the most significant aspects in human communication [4, 5, 10, 16, 17). Nonverbal communication involves various ways of exchanging information using human body [11]. Learners are also receivers of information sent by teachers. The analysis of didactic communication during the physical education classes carried out in this paper aims at getting to know the structure of feedback between teachers and learners.

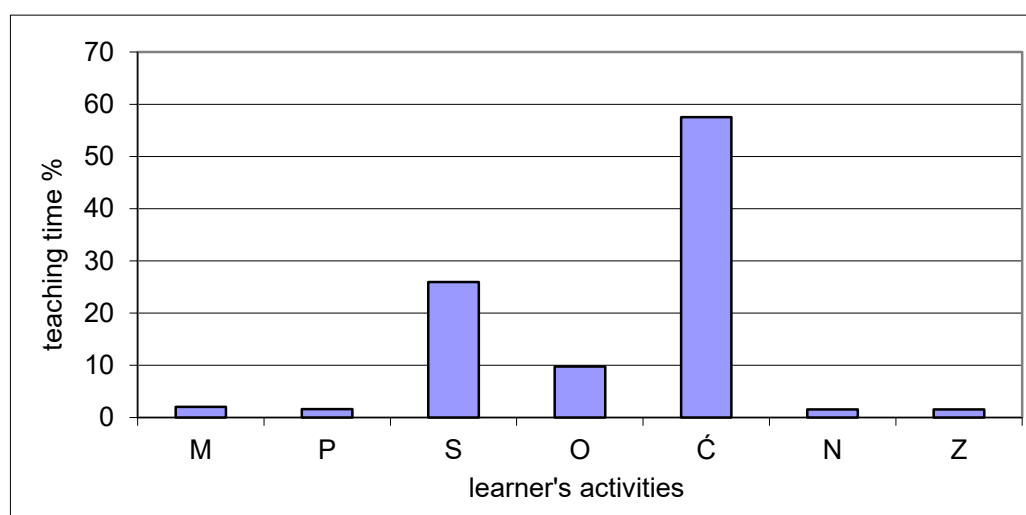
**Research method.** For the purpose of this work we have analysed didactic activities of teachers and learners (speaking, demonstration, listening, observation, lack of participation). Moreover, among learners we also studied exercising and interference. On the other hand, in teachers, we have analysed correction, positive and negative reinforcement, organizing and other perception related activities. These activities were recorded at 10-second intervals during physical education classes. Observations were recorded on the sheet prepared by the author. Due to the necessity of comparing frequencies of particular didactic activities, they have been compared in proportion to all activities recorded during particular lessons. The work of Flanders [6] has served as an inspiration to analyze interaction between teachers and learners. The research was conducted in primary schools in Wrocław and the surrounding area. The total of 168 lessons was

analyzed. In total, we recorded 17 963 didactic activities of teachers and the same number of those performed by learners, which amounts to 106, 9 interactions per lesson. The teaching process ranged between 6 and 24 minutes. Calculation and statistical analyses were conducted in the Section of the Statistics at the Academy of Physical Education in Wrocław.

### **Learners' didactic activities**

Particular didactic activities of learners occur at various frequencies. Practical exercises were the most frequent activity performed by learners (Fig. 1).

It must be stressed that learners were very rarely passive (N) or interfered in the teaching process (Z). The difference between the learners' sending and receiving information was 33.2%. It proves that the learners very rarely act as senders of information in the process of didactic communication at physical education classes. This phenomenon proves that there is asymmetry in communication. During the process of motor teaching learners mostly listened to teachers and performed activities required by them. This proves that there is a high correlation of teachers and learners' activities in interaction speaks/listens and shows/observes (Tab. 1).



Exercises (Ć) accounted for 57.7% of all the activities. Listening (S) to the information given by teacher accounted for 25.9% of the time, and observation (O) for 10%. Other activities were less frequent and they accounted for 2% of the total teaching time. What is interesting is the low percentage of learners' verbal activities (M) of 2.1% and demonstrating activities (P) of 1.6%.

*Description: M. – speaks, P – demonstrates, S – listens, O – observes, Ć – does exercises, N – does nothing, Z – interferes*

**Fig. 1. Average frequency of particular didactic activities during didactic communication at physical education lessons**

### Verbal communication structure

Learners are mostly silent at classes. This was shown by the low percentage of their verbal activities recorded. Teachers speak almost twenty times more frequently than learners. In this time learners are silent. The longer the teachers' utterances, the shorter the learners' responses. When analyzing the reasons for this communication asymmetry, one must bear in mind the context of this communication. It takes place in formalized conditions of school environment. The proportion of teacher's verbalism in relation to learners' utterance at lessons was described as 66% to 33% [1, 7, 8]. An interesting formula was put forward by Flanders [6] who claimed that this proportion is 2/3. Verbal message accounts for two thirds of every lesson, and teacher's utterances account for two thirds of this time. Dominant role of a teacher is clear in this context.

**Tabel 1**  
**Correlation between teachers' and learners' activities Spearman's  $\rho$  rank correlation was applied. Correlations statistically significant ( $\alpha = 0,05$ ) were highlighted**

Teachers' didactic activities	Learners' activities						
	M.	P	S	O	Ć	N	Z
M.	0,05	0,03	<b>0,59</b>	-0,06	0,004	0,11	-0,13
P	-0,08	0,06	0,00	<b>0,69</b>	-0,07	-0,04	-0,07
S	<b>0,78</b>	<b>0,17</b>	-0,09	0,07	<b>0,20</b>	0,07	0,10
O	<b>0,27</b>	0,01	-0,09	-0,09	<b>0,59</b>	-0,06	0,14
I	<b>0,18</b>	0,08	-0,01	0,11	-0,01	0,02	<b>0,18</b>
W+	<b>0,18</b>	<b>0,26</b>	0,02	0,04	0,07	<b>0,20</b>	<b>0,18</b>
W-	<b>0,20</b>	0,06	0,01	-0,13	0,08	0,13	<b>0,49</b>
G	-0,05	-0,06	0,14	0,00	<b>0,32</b>	-0,02	-0,07
N	<b>0,21</b>	<b>0,16</b>	0,05	0,03	0,13	<b>0,35</b>	<b>0,29</b>
K	-0,04	-0,05	0,02	-0,11	<b>0,20</b>	-0,10	-0,15

Description: M. – speaks, P – shows, S – listens, O – observes, I – other perception, W – reinforces (positively or negatively), G – organizes, K – corrects, N – does not perform any activities Ć – performs activities, Z – interferes

Verbal communication's effectiveness at physical education classes is additionally limited by the surrounding noise, learners' physical activity, etc. In these circumstances verbal channel is prone to substantial communication interference. Most probably that is why learners' verbal communication is often considered to be less effective and not always reliable. Moreover, verbal communication, as all conversations at physical education classes, limits learners'

physical activity, thus the lesson's intensity. This minimum level of learners' verbal activity does not prove, however, that they are treated as subjects during lessons.

### ***Exercise as a form of didactic communication***

Exercise takes prominence amongst all didactic activities (almost 60% of all activities). Performing exercises means learning through action [12]. In the process of learning, exercising does not signify improving fitness and repeating movement but is rather it is a discovering, informative process. Jan Amos Komeński [9] emphasized this aspect of learning postulating to *teach actions through actions*. Exercising is at the basis of motor learning process as it allows receiving kinesthetic information.

Kinesthetic information influences the image and the performance of the movement [2, 3, 5, 13, 14]. Kinesthetic analyzer collects and processes information on force, velocity, muscle flexion, movement range. Threshold analyzer controls changes in the body position and balance, and sensory analyzer controls direct contact stimuli [3].

During the process of exercising also sight and sound analyzers are involved in information perception [13]. Verbal and visual information is complemented by kinesthetic information and thus a full image of the movement being the subject of learning is created (ibid, and also Tomaszewski [15]). “*Word is verified by demonstration, and word and demonstration are verified by sensory experience*” [5, p.109]. Mutual proportion of this information in relation to each other is an interesting subject of scientific research.

Kinesthetic information flow in the process of motor learning is a very important, yet little known aspect of didactic communication in physical education.

While performing exercises learners are the subject of teachers' observation. Performing exercises correlates significantly with observation (Tab. 1). It is a dominant interaction in the process of teaching at physical education classes. It must then be stated that observing learners by a teachers is a way for them to gather significant information on the learner and on the process of learning itself. May the information flow be studied in the relation symmetry/asymmetry? This implication proves that thanks to the interaction „learners perform exercises and the teacher observes” didactic communication between learners and teacher maintains its balance and symmetry.

**Conclusion.** Exercising as learners' didactic activity is a significant communication category in the motor learning process. While performing exercises a learner is an active receiver of kinesthetic and proper information from a teacher. At the same time, a learner is a sender of information to a teacher.

**Works cited**

1. Barnes D. (1988) *Nauczyciel i uczniowie. Od porozumiewania się do kształcenia*, WSiP Warszawa.
2. Bernstein N.A. (1975) *Bevegungphysiologie*. Leipzig 1975.
3. Bullock (2000). *Fizjologia*. W: Wydawnictwo Medyczne, s. 96-120, Wrocław.
4. Czabański B. (1980) *Model uczenia się i nauczania sportowych czynności motorycznych*. Studia i Monografie AWF 1. Wrocław.
5. Czabański B. (2000) *Kształcenie psychomotoryczne*. AWF Wrocław.
6. Flanders N.A. (1970) *Analyzing Teaching Behavior*. Massachusetts.
7. Jakubowska U. (1994) *Porozumiewanie się na lekcjach. Umiejętności komunikacyjne nauczyciela*. W: Psychologia Wychowawcza 3, s. 225-234.
8. Janowski A. (1980) *Psychologia społeczna a zagadnienia wychowawcze*. Ossolineum. Wrocław.
9. Komeński J.A. (1956) *Wielka dydaktyka*. Ossolineum. Wrocław.
10. Linhart J. (1972) *Proces i struktura uczenia się ludzi*. PWN Warszawa.
11. Matuszewicz C. (1979) *Komunikacja niewerbalna*. Przegląd zagadnień. W: Przegląd Psychologiczny t. XXII, 2.
12. Okoń W. (1987) *Wprowadzenie do dydaktyki ogólnej*. PWN Warszawa.
13. Schmidt R.A. (1988) *Motor Control and Learning*. HKP Champaign, Illinois.
14. Starosta W. (1978) *Dokładność wrażeń kinestetycznych a poziom mistrzostwa sportowego*. Monografie nr 115. AWF Poznań.
15. Tomaszewski T. (1976) *Psychologia*. W: PWN Warszawa, kończyn górnych u koszykarzy, Roczniki Naukowe AWF Katowice nr. 20, s. 63-70.
16. Zatoń K. (1981) *Skuteczność informacji werbalnej w procesie nauczania czynności motorycznych w pływaniu*. W: Rozprawy Naukowe AWF Wrocław XVI, s. 218-282.
17. Zatoń K. (1995) *Przekaz słowny na lekcjach wychowania fizycznego*. Studia i monografie AWF Wrocław, 48.



## CUPRINS

<b>CUVÂNT INTRODUCATIV</b> .....		<b>3</b>
<b>Buftea Victor</b>	<i>Aspecte metodologice de formare profesională a antrenorilor în pregătirea sportivelor de performanță..</i>	<b>5</b>
<b>Carp Ion, Jurat Valeriu</b>	<i>Formarea și evaluarea competențelor profesionale ale studenților facultății de pedagogie.....</i>	<b>11</b>
<b>Gîrlea Natalia</b>	<i>Evaluarea și autoevaluarea competențelor profesionale ale studenților privind posedarea Competențele profesionale de către studenți.....</i>	<b>15</b>
<b>Goncearuc Svetlana, Samoteeva Raisa, Cijic Ștefan</b>	<i>Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale.....</i>	<b>21</b>
<b>Gonciaruc Svetlana, Vrabie Elena</b>	<i>Stimularea creativității cadrelor didactice în educația incluzivă a elevilor cu CES.....</i>	<b>28</b>
<b>Grimalschi Teodor</b>	<i>Previziuni pentru învățământul intergronic în axiologia educației psihofizice .....</i>	<b>33</b>
<b>Onoi Mihail, Grosu Maria, Mindrigan Vasile</b>	<i>Particularitățile de utilizare de către cadrele didactice a elementelor tehnice din turismul pedestru în lecțiile de educație fizică cu elevii din ciclul gimnazial.....</i>	<b>38</b>
<b>Timuș Maria</b>	<i>Evaluarea limbajului profesional scris în cadrul proiectului didactic al masteranzilor – viitorii profesori de educație fizică .....</i>	<b>43</b>

Афтимичук Ольга	<i>Деятельностный подход в формировании ритма профессионально-педагогической деятельности специалиста физической культуры (акмеологический аспект).....</i>	50
Данилевич Мирослава, Грибовская Ирина, Свистельник Ирина	<i>Подготовка будущих фитнес-тренеров в учреждениях высшего образования Украины.....</i>	56
Дутчак Мирослав, Жданова Ольга, Чеховская Любовь, Чеховская Марьяна	<i>Аспекты подготовки и содержания профессиональной деятельности фитнес-тренеров в Украине.....</i>	60
Крайждан Ольга	<i>Совершенствование профессиональной подготовки тренеров по различным видам спорта средствами аэробики.....</i>	68
Лисица Степанида	<i>Исследование показателей информационной, психомоторной и морфофункциональной подготовленности юных волейболистов.....</i>	73
Отравенко Елена	<i>Модернизация системы подготовки будущих учителей физической культуры в условиях инновационного пространства вузов Украины.....</i>	80
Побурный Павел	<i>Применение метода индексов при оценке физического развития студентов.....</i>	88

Пожидаев С.Н., Ляшко Г.И., Пожидаева И.Л.	<i>Проектирование содержания учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» для высшего образования.....</i>	<b>95</b>
Полякова Варвара	<i>Современные образовательные технологии в системе подготовки фитнес тренера.....</i>	<b>100</b>
Прихода Игорь	<i>Дидактические основы спортивно- педагогической подготовки будущих специалистов по адаптивной физической культуре к профессиональной деятельности.....</i>	<b>105</b>
Райко Оксана	<i>Профессиональная компетентность невербального общения тренера по оздоровительной аэробике.....</i>	<b>111</b>
Романчук Ольга, Данилевич Мирослава, Иваночко Виктория, Гуцуляк Виктория	<i>Исторические аспекты становления системы профессиональной подготовки специалистов по физическому воспитанию в Украине.....</i>	<b>114</b>
Рышняк Борис, Рышняк Эвелина	<i>Профессиональная подготовка студентов по профилю аквафитнес с женщинами среднего возраста.....</i>	<b>119</b>
Соколенко Елена	<i>Сущность и основные характеристики творческой компетенции будущих учителей Физической культуры.....</i>	<b>123</b>

<b>Томилин Константин</b>	<i>Особенности подготовки квалифицированных кадров для курортов азово-черноморского региона России.....</i>	<b>129</b>
<b>Цыгура Галина</b>	<i>Профессиональный и личностный рост специалиста физической культуры и спорта в рамках образования для устойчивого развития....</i>	<b>136</b>
<b>Чебан Татьяна, Данаил Сергей</b>	<i>Социально-педагогический аспект прикладной физической культуры в вузе.....</i>	<b>141</b>
<b>Швец Наталья</b>	<i>Сравнительный анализ формального и неформального образования фитнес-тренеров в Республике Молдова.....</i>	<b>146</b>
<b>Шинкарева Елена</b>	<i>Формирование готовности будущих бакалавров физической культуры и спорта к организации рекреационной деятельности средствами оздоровительного фитнеса.....</i>	<b>151</b>
<b>Шипилова Светлана</b>	<i>Воспитание эстетических качеств тренеров по спортивному танцу.....</i>	<b>158</b>
<b>Wiesner Wojciech</b>	<i>Structure of learners' activities during process of didactic communication at lessons of physical education.....</i>	<b>164</b>

## **PROBLEMELE ACMEOLOGICE ÎN DOMENIUL CULTURII FIZICE**

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport a  
Republicii Moldova  
2024, Republica Moldova, mun. Chișinău, str. A. Doga 22

Departamentul Activității Editoriale,  
Poligrafie și Aprovizionare cu Carti

Firma poligrafică „VALINEX” SRL,  
Chișinău, str. Florilor, 30/1A, 26B  
tel./fax 43-03-91  
e-mail: [info@valinex.md](mailto:info@valinex.md)  
<http://www.valinex.md>

Bun de tipar 17.11.2019  
Coli editoriale 8,60. Coli de tipar conv. 10,06.  
Format 60x84 1/16. Garnitura „Times”.  
Hirtie ofset. Tirajul 300.