

наукових праць.- Луцьк, 1999.- С. 1029-1032.

9. Следзевски Дариш. Физические нагрузки футболистов в полугодовом цикле тренировки // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації: IV Між народ.наук.конгрес. – К., 2000.- С. 253.

10. Шальнов В. А. Общая и специальная физическая подготовка футболистов в учебно –тренировочном процессе. – Ульяновск : УЛГТУ, 2009. – 22 с.

Чижасєв П.І., Ніколасєв В.А.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ЄДИНОБОРСТВАМИ НА ГОТОВНІСТЬ ДО МАЙБУТНЬОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ

В статті проведено теоретичне обґрунтування структурних компонентів готовності до майбутньої педагогічної діяльності, яке визначає його здатність самостійно, професійно грамотно трудитися на педагогічній ниві. Розв'язання цієї проблеми багато в чому залежить від формування готовності майбутніх учителів до педагогічної діяльності. Вона дає можливість певною мірою почуватися на місці вчителя, швидше адаптуватися до шкільних умов, успішно вирішувати складні завдання навчально-виховної роботи, вивчати особистісні якості та властивості учнів, визначати оптимальні засоби педагогічного впливу, глибоко аналізувати результати своєї діяльності, справлятися з емоційними, фізичними навантаженнями, оптимально будувати стосунки з школярами.

Ключові слова: єдиноборства, педагогіка, студенти, вчителі, готовність до професійної діяльності.

Чижасєв П.І., Николаєв В.А. Влияние занятий единоборствами на готовность к будущей педагогической деятельности студентов гуманитарной направленности. В статье проведено теоретическое обоснование структурных компонентов готовности к будущей педагогической деятельности, которое определяет его способность самостоятельно, профессионально грамотно трудиться на педагогической ниве. Решение этой проблемы во многом зависит от формирования готовности будущих учителей к педагогической деятельности. Она дает возможность уверенно чувствовать себя на месте учителя, быстрее адаптироваться к школьным условиям, успешно решать сложные задания учебно-воспитательной работы, изучать личностные качества и свойства учеников, определять оптимальные средства педагогического влияния, глубоко анализировать результаты своей деятельности, справляться с эмоциональными, физическими нагрузками, оптимально строить отношения со школьниками.

Ключевые слова: единоборства, педагогика, студенты, учителя, готовность к профессиональной деятельности.

Chizhaev P., Nikolaev V. Influence of engaging in single combats on readiness to future pedagogical activity of humanitarian orientation's students. In the article the theoretical ground of structural components of readiness is conducted to future pedagogical activity that determines his ability independently, professionally correctly to work on the pedagogical field. The decision of this problem in a great deal depends on forming of readiness of future teachers to pedagogical activity. She gives an opportunity confidently to feel in place of teacher, quicker to adapt oneself to the school terms, successfully to decide the difficult tasks of educational-educator work, study personality qualities and properties of students, determine optimal facilities of pedagogical influence, deeply to analyze the results of the activity, get along at emotional, physical activities, optimally to build relationships with schoolchildren. In fact readiness - it not only the supply of professional knowledge, abilities and skills but also such lines of personality, that will provide successful implementation of professional functions, : persuasion, pedagogical capabilities, interests, professional memory, thinking, attention, pedagogical orientation of idea, capacity, emotionality, moral potential of personality, relation, to the phenomena, events, professional duties from the point of view of moral public norms and requirements of select profession of teacher. Forming of readiness of future teachers to professional activity - it foremost accumulation of knowledge, abilities and skills of practical activity. Forming of readiness of students to practical work is sent to preparation of them to rational and perfect activity. Influence of engaging in single combats on readiness to future pedagogical activity of students of humanitarian orientation is extraordinarily meaningful, that in soy a turn was analysed and tested.

Key words: single combats, pedagogics, students, teachers, readiness to professional activity.

В статье проведено теоретическое обоснование структурных компонентов готовности к будущей педагогической деятельности, которое определяет его способность самостоятельно, профессионально грамотно трудиться на педагогической ниве. Решение этой проблемы во многом зависит от формирования готовности будущих учителей к педагогической деятельности. Она дает возможность уверенно чувствовать себя на месте учителя, быстрее адаптироваться к школьным условиям, успешно решать сложные задачи учебно-воспитательной работы, изучать личностные качества и свойства учеников, определять оптимальные средства педагогического воздействия, глубоко анализировать результаты своей деятельности, справляться с эмоциональными, физическими нагрузками, оптимально строить отношения со школьниками.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Стаття є складовою науково-дослідної проблеми Інституту фізичного виховання та спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова «Теорія і методика навчання в системі народної освіти».

Метою дослідження теоретично обґрунтувати структурні компоненти готовності майбутнього педагога до

професійної діяльності, визначити особливості методики формування професійної готовності до здійснення педагогічної діяльності.

Постановка проблеми Підготовка майбутніх педагогів до професійної роботи - це досить складний і тривалий процес, в результаті якого формується певна модель готовності до педагогічної діяльності.

Проблема готовності в педагогіці вивчалась у різних аспектах та дискурсах, виявленню особливостей готовності в різних видах діяльності присвячені роботи Б. Ананьева, Ю. Васильєва, Ф. Генова, В. Дорохіна, К. Дурай-Новакова, Л. Кандибовича, Л. Карамушки, Д. Каца, О. Ковальова, Л. Кондрашової, В. Копоруліної, О. Лазурського, С. Максименка, О. Мороза, В. Сластьоніна, М. Сметанського, Р. Хмелюка, Д. Узнадзе та інших. Досліджуючи професійну готовність (Д. Мазоха), професійно-педагогічну (В. Бондар, А. Капська, С. Корищенко, І. Пастир, І. Підласий, О. Ярошенко), методологічну підготовку педагога (В. Кушнір), психологічну готовність (В. Дорохін, С. Равіков, В. Моляко, А. Проскура), мотиваційну (Е. Томас), морально-психологічну (Л. Кондрашова, С. Ніколенко, Г. Штельмах) встановили, що процес професійного становлення особистості - складний процес, при якому особистість поступово переходить із одного стану в інший. Саме при формуванні готовності до майбутньої вчительської діяльності важливо акцентувати увагу на якостях і властивостях особистості, які становлять основу готовності до успішного виконання професійних функцій[1]. Так, в дослідженні А.Ф.Ліненко структура готовності до педагогічної діяльності складається з факторів особистісних і процесуальних. В цю модель включається: педагогічна самосвідомість, ставлення, інтерес до педагогічної діяльності і потреба в ній, мотиви діяльності, педагогічні здібності, знання предмета і способів діяльності, навички і уміння, професійно-значущі якості майбутнього педагога [3]. Формування готовності майбутніх педагогів до професійної діяльності - це перш за все накопичення знань, умінь і навичок практичної діяльності. Формування готовності студентів до практичної роботи спрямовано на підготовку їх до раціональної і досконалої діяльності. Праксеологічний підхід до формування досконалої педагогічної діяльності майбутнього педагога передбачає перш за все реалізацію таких принципів, як: формування у студентів потреби в роботі з дітьми; позитивне ставлення до неї; можливість самореалізації в цій педагогічній діяльності. Праксеологічний підхід до організації професійної підготовки майбутнього педагога - один із перспективних напрямів у справі формування педагогічних кадрів [5]. Досліджуючи місце і роль педагогічної рефлексії в формуванні готовності студентів до професійної діяльності як форму теоретичної діяльності людини, спрямованої на осмислення своїх вчинків і дій, педагоги, психологи визначають такі основні критерії педагогічної самосвідомості: розуміння соціального значення професії педагога; усвідомлення вимог до особи педагога; знання вимог до професійно-педагогічної діяльності; адекватна самооцінка можливостей для досконалої педагогічної діяльності; стала рефлексивна позиція, спрямована на самооцінку і самоаналіз своїх педагогічних дій [4]. Критеріальний підхід до виявлення і формування якісних показників і критеріїв готовності майбутніх педагогів до педагогічної діяльності дає можливість мати достовірні дані про сам процес професіоналізму. Це певна діагностична карта рівня сформованості педагогічної свідомості студента, зміст його педагогічної рефлексії. У психолого-педагогічних дослідженнях розроблені **основні критерії готовності до професійної діяльності майбутнього педагога**.

Це: педагогічна свідомість; самостійність емоційного позитивного ставлення до педагогічної діяльності; швидкість адаптації особистості в різних педагогічних ситуаціях; доцільність педагогічних дій; рівень сформованості педагогічних здібностей; володіння педагогічною технікою і технікою міжособистісного спілкування [2]. Диференціація на високий, достатній, середній і низький рівень готовності дає повну картину процесу формування готовності студентів до педагогічної діяльності, що, в свою чергу, створює умови для корекції процесу підготовки. В цілому **концепція формування готовності до професійної педагогічної діяльності** включає в себе: профорієнтацію і профвідбір на професію педагога; єдність довузівської і вузівської підготовки; вплив педагогічного процесу школи; індивідуалізація і диференціація навчально-виховної підготовки в педвузі. Важливою умовою практичної підготовки студента вищого педагогічного навчального закладу до педагогічної діяльності є формування в них професійного мислення. Адже невміння студентів приймати самостійні педагогічні рішення в нестандартних умовах, висловлювати незалежні в тих чи інших педагогічних ситуаціях думки, прогнозувати результати взаємодії з колективом, особистістю є проблемою в справі виховання педагогічних кадрів. Тенденція вузівської підготовки, спрямованої на накопичення знань у майбутніх педагогів, і недостатнє їх практичне застосування в навчальному процесі на педагогічній практиці породжує недоліки в подальшій роботі. Педагогічна підготовка в вузі повинна здійснюватись як єдиний процес методологічного і технологічного дослідження студентами системи загальних і особливих стосунків у педагогічних ситуаціях, які нескінченно і безперервно змінюються в своїй детермінації[6]. Нові стратегічні підходи і тактичні засоби формування професійного мислення студентів повинні знайти своє місце в роботі педагогічних вузів України.

Результати досліджень. Виконавши аналіз літературних джерел спрямований на дослідження готовності студентів до майбутньої педагогічної діяльності ми не знайшли відображення впливу занять єдиноборствами студентів майбутніх педагогів гуманітаріїв на подальшу професійну діяльність. Тому ми провели дослідження серед студентів які закінчили педагогічний виш та працюють вчителями в загальноосвітніх навчальних закладах за обраною спеціальністю в експериментальну групу ввійшло 20 вчителів випускників останніх років які займалися єдиноборствами та 20 учителів яку не займалися єдиноборствами під час навчання у ВУЗі. Нами були розроблені анкети які включали в себе питання які стосуються готовності до педагогічної діяльності на кшталт: знання, предмету, подолання страху перед великою аудиторією дітей, вирішення конфліктних питань з учнями та колегами, % впевненості в собі, працездатність під час проведення навчально-виховного процесу. Кожен обраний нами критерій містить декілька питань та шкалу відповідей на них які дозволили більш достовірно оцінити ситуацію. Необхідно зазначити, що питання стосувалися першого року роботи вчителів після закінчення педагогічного вишу. Таким чином ми виявили, що вчителі які під час навчання у Вузі відвідували заняття з єдиноборств (боротьба дзюдо, самбо, вільна боротьба та бокс) мають значно вищий відсоток готовності до педагогічної діяльності за умовами нашого анкетування ніж вчителі яку не відвідували заняття з єдиноборств (Рис. 1.).

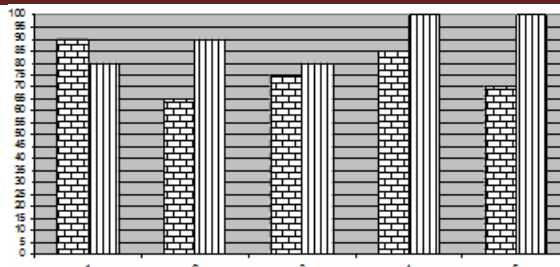


Рис.1 Узагальнена характеристика готовності вчителів до педагогічної діяльності

■ Контрольна група

▨ Експериментальна група

Де 1. знання, предмету, 2. подолання страху перед великою аудиторією дітей, 3. вирішення конфліктних питань з учнями та колегами, 4. відсоток впевненості в собі, 5. працездатність під час проведення навчально-виховного процесу.

Таким чином ми вивили, що в експериментальній групі значно вищий показник готовності до педагогічної діяльності ніж в контрольній, що складає різницю 65% (рис. 2.)

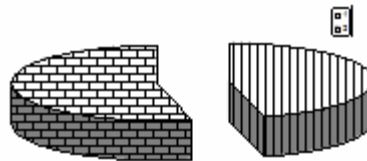


Рис.2. Порівняльна характеристика готовності вчителів до педагогічної діяльності

■ Контрольна група

▨ Експериментальна група

Взявши за концепцію вище викладене ми провели анкетування серед студентів майбутніх педагогів II-III курсів гуманітарного профілю які відвідують заняття з єдиноборств один рік та більше та студентів які не займаються єдиноборствами акцентувавши увагу на мотивацію до майбутньої професійної діяльності та враховуючи вище наведене дослідження ми розробили більш спрощене анкетування, що включає в себе питання що до мотивації до майбутньої педагогічної діяльності, впевненості в собі як в майбутньому педагогові та рівень працездатності під час навчання у ВУЗі (Рис. 3.).



Рис. 3. Узагальнена характеристика готовності студентів гуманітаріїв до майбутньої педагогічної діяльності

■ Контрольна група

▨ Експериментальна група

Де 1. мотивація до майбутньої педагогічної діяльності, 2. впевненість в собі як в майбутньому педагогові, 3. рівень працездатності під час навчання у ВУЗі. Що в свою чергу виявило загальний рівень готовності до майбутньої педагогічної діяльності студентів які займаються єдиноборствами (боротьба дзюдо, самбо, вільна боротьба та бокс) значно вищий на від студентів які не займаються єдиноборствами на 40 % (рис. 4).

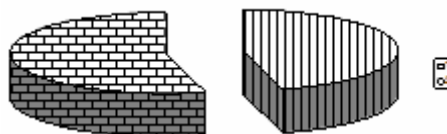


Рис.4. Порівняльна характеристика готовності студентів гуманітаріїв до майбутньої педагогічної діяльності

■ Контрольна група

▨ Експериментальна група

ВИСНОВКИ. Вплив занять єдиноборствами на готовність до майбутньої педагогічної діяльності студентів гуманітарної спрямованості є надзвичайно значущим, що в свою чергу було перевірено вже на працюючих вчителях гуманітаріях заняття єдиноборства сприяють підвищенню самооцінки, покращенню працездатності стійкості в складних моральних ситуаціях, виховують силу духу. Особливо ці якості необхідні не тільки в повсякденному житті, алей відіграють важливу роль у формуванні готовності до майбутньої професійної діяльності педагога.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо доцільним впровадження розвитку та пропаганду занять єдиноборствами в системі освіти в Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова

ЛІТЕРАТУРА

1. Гура О.І. Вступ до спеціальності "Педагогіка вищої школи": Навч. посібник: Вид. 2-ге, виправл. / Гура О.І. - Київ: Центр навчальної літератури, 2005. -188 с.
2. Жерносенко И.Ф. Повышение квалификации педагогических кадров/ под. ред. И.Ф.Жерносенка, М.Ю.Красовицкого, С.В.Крысюка. - Киев: Освита, 1992. - 190 с.
3. Щедровицкий Г.П. Рефлексия и ее проблемы / Г.П. Щедровицкий.// Рефлексивные процессы и управление. Международный научно-практический междисциплинарный журнал. - 2001. - №1.-июль-декабрь. - Т.1. — С. 47-54.

4. Hagglund M, Walden M, Balu R, Ekstrand J (2005) Methods for epidemiological study of injuries to professional players: Developing the UEFA model. *British Journal of Sports Medicine* 39: 340-346.
5. McCullough C (1990) Stretching for injury prevention. *Journal of Patient Management* 14(6): 79-85.

Чорній І.В., Чахвадзе Н.Ю., Редькіна М.А.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ВДОСКОНАЛЕННЯ ВИТРИВАЛОСТІ СТУДЕНТОК ГУМАНІТАРНОГО ПРОФІЛЮ ЗАСОБАМИ АКВААЕРОБІКИ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

В роботі застосовано використання аквааеробіки в процесі фізичного виховання студенток вищих навчальних закладів. Враховуючи те, що за останні роки стало особливо помітно прояв інтересу широкого кола людей до занять різними видами масового спорту і рухової активності для відпочинку і відновлення сил, для забезпечення гарної спортивної форми та стану здоров'я. Цьому значною мірою сприяли публікації, відеопродукція і велика кількість клубів здоров'я, основною метою яких є залучення людей до оздоровчих тренувань. Серед цих оздоровчих тренувань особливе місце зайняла аквааеробіка. Систематичні заняття аквааеробікою не тільки дозволяють підвищити рівень м'язової тренуваності і поліпшити стан серцево-судинної системи, але і доставляють величезне задоволення тим хто займається.

Ключові слова: аквааеробіка, студенти, витривалість, плавання, фізичне виховання.

Чорний І.В., Чахвадзе Н.Ю., Редькіна М.А. Совершенствование выносливости студенток гуманитарного профиля средствами аквааэробики в процессе физического воспитания. В работе применены использования аквааэробики в процессе физического воспитания студенток высших учебных заведений. Учитывая то, что за последние годы стало особенно заметно проявление интереса широкого круга людей к занятиям различными видами массового спорта и двигательной активности для отдыха и восстановления сил, для обеспечения хорошей спортивной формы и состояния здоровья. Этому в значительной степени способствовали публикации, видеопродукция и большое количество клубов здоровья, основной целью которых является привлечение людей к оздоровительным тренировкам. Среди этих оздоровительных тренировок особое место заняла аквааэробика. Систематические занятия аквааэробикой не только позволяют повысить уровень мышечной тренированности и улучшить состояние сердечно-сосудистой системы, но и доставляют огромное удовольствие тем, кто ей занимается.

Ключевые слова: аквааэробика, студентки, выносливость, плавание, физическое воспитание.

Chornii I., Chakhvadze N., Redkina M.A. Perfection of endurance of students of humanitarian profile by facilities of aquaerobica in the process of P.E. The use of aquaerobica is in-process applied in the process of P.E of students of higher educational establishments. Taking into account that in the last few years became especially notably professing interest of wide circle of people to engaging in the different kinds of mass sport and motive activity for rest and proceeding in forces, for providing of good sport form and state of health. It was largely assisted by publications, videoproducts and plenty of clubs of health, the primary purpose of that is bringing in of people to the health training. Among these health training special place was taken the by a aquaerobica. The systematic engaging in a aquaerobica not only allow to promote the level of muscular trained and improve the state of the cardiovascular system but also deliver enormous pleasure that who occupies. In theory and influence of engaging in a aquaerobica is practically analyzed in the process of P.E on a bodily condition and emotional state of students, meaningfulness of engaging in a aquaerobica is well-proven and reasonable during employments of the second half of day. Considerably activity of educational activity of students rose on what influenced musical accompaniment during engaging in a aquaerobica. Poured in engaging in a aquaerobica considerably improved the level of endurance of students, also there was an improvement of physical feel, the increase of motivation is educed to employments of P.E on the whole.

Key words: aquaerobica, students, endurance, swimming, P.E.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Стаття є складовою науково-дослідної проблеми Інституту фізичного виховання та спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова «Теорія і методика навчання в системі народної освіти».

Мета дослідження розробити орієнтовний зміст та етапи включення елементів аквааеробіки в структурні частини навчальних занять з плавання та конкретизувати шляхи формування витривалості засобами аквааеробіки.

Постановка проблеми У державних документах, що регламентують фізичне виховання студентської молоді [5;7], звертається увага на використання нетрадиційних інноваційних технологій як у навчальному процесі вузів, так і в позааудиторний час. Для вирішення цих проблем необхідно враховувати не тільки вимоги існуючих навчальних програм, а і застосовувати ті засоби фізичного виховання, які цікавлять студентів [1-4]. Одним із важливих засобів фізичного виховання у вузі є заняття з плавання. Відомо, що заняття плавання мають високий оздоровчий, загартувальний і тренувальний ефект, позитивний вплив на діяльність основних функціональних систем організму. Але проведення занять з плавання має ряд суттєвих особливостей [6;8]. По-перше, усі студенти нефізкультурних вищих навчальних закладів мають різну технічну підготовку, більш того, вони не володіють спортивними способами плавання. Окремої уваги заслуговують студенти, що не вміють плавати і для них необхідно проводити окремі заняття з використанням спеціального змісту. По-друге, студенти відрізняються рівнем фізичного розвитку, фізичної підготовленості і реакцією організму на фізичні навантаження [1; 4]. По-третє, не всі студенти бажають займатися за класичною системою навчання плавання, яка вимагає спеціальної тренувально-змагальної спрямованості. Звідси постає проблема: яким чином ураховувати всі індивідуальні особливості студентів і що