

- відповідність місця проведення занять виду тренувань;
- якісний і відповідний інвентар для занять в робочому стані;
- усунення факторів ризику, якщо вони мають місце;

ВИСНОВКИ. В результаті дослідження ми прийшли до наступних тверджень:

1. Ризик серйозних негативних наслідків під час аеробних оздоровчих занять невисокий, якщо у людини не виявлений ризик розвитку серцево-судинних захворювань. Його можна виявити методом анкетування поділенням клієнтів на 3 групи ризику: практично здорові – клас А-1; люди з підвищеним ризиком – класи А-2 і А-3; особи, які мають серцево-судинні захворювання – класи В, С, D.

2. Для профілактики можливих негативних наслідків під час проведення аеробних оздоровчих занять велике значення має раціонально побудоване заняття з урахуванням віку, статі, статури і стану здоров'я клієнтів. Всі тести в оздоровчому клубі, повинні бути затверджені і рекомендовані спеціалістами. Найбільший ступінь ризику характерний для юних осіб і людей похилого віку, тому що останнім потрібен більш тривалий період відновлення.

3. Особам з фізичними обмеженнями і хронічними захворюваннями заняття руховою аеробною активністю дають можливість зберегти достатні фізичні кондиції та поліпшити стан здоров'я. Для того щоб вони могли оптимально і безпечно тренуватися, в оздоровчі програми слід вносити спеціальні корективи і заняття з ними повинні проводитись під наглядом спеціаліста.

Враховуючи результати дослідження можна стверджувати, що популяризація занять аеробною руховою активністю з метою підвищення рівня здоров'я населення, з кожним роком приводять до спортивно-оздоровчих клубів і центрів все більшу кількість осіб різного віку, з ризиком розвитку захворювань серцево-судинної системи, із захворюваннями опорно-рухового апарату і іншими хронічними нозологіями. В результаті з'являється нагальна потреба у фаховій підготовці та перепідготовці інструкторів з оздоровчих видів фізичної культури, які володіють необхідними знаннями і навичками щодо особливостей побудови програм тренувань для контингентів населення з різним рівнем здоров'я і фізичних можливостей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базовая аэробика в оздоровительном фитнесе: уч.пособие / Планета фитнес. – М.: ООО УИЦ ВЕК, 2006. – 72 с.
2. Спортивная медицина: практические рекомендации: пер. с англ. / ред. Р. Джексон. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – 384 с.
3. Хоули Э. Т. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Э.Т. Хоули, Б. Д. Френкс. – К.: Олімпійська література, 2004. – 375 с.
4. Юсупова Л.А., Миронов В.М. Аэробика: учебно-методическое пособие / БГУФК. – Мн: БГУФК, 2005. – 100 с.
5. Seibert Richard J. Group Strength Training. American Council on Exercise (FCE). 2000. - 134.
6. Wend-Uwe Boeckh-Behrens & Wolfgang Buskies. Fitness-Krafttraining. Die besten Uebungen und Methoden fuer Sport und Gesundheit. Rowohlt Taschenbuch Verlag. 2000. - 478.

УДК 796.32.071.4

Левків В.І.

Львівський державний університет фізичної культури

МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ ЗІ СПОРТИВНИХ ІГОР У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Модель формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах представлена як сукупність взаємопов'язаних структурних блоків: цільового, теоретико-методологічного, змістового, процесуального та результативного. Цільовий блок моделі складається з мети та завдань. Теоретико-методологічний блок моделі охоплює підходи, принципи реалізації моделі, функції. Змістовий блок моделі розкривається через структурні компоненти професійної компетентності. Процесуальний блок моделі охоплює форми і методи організації освітнього процесу. Результативний блок моделі включає проведення моніторингу динаміки і визначення рівня сформованості професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах.

Ключові слова: модель, формування, професійна компетентність, майбутні тренери-викладачі зі спортивних ігор, вищі навчальні заклади.

Левкив В. И. Модель формирования профессиональной компетентности будущих тренеров-преподавателей по спортивным играм в высших учебных заведениях. Модель формирования профессиональной компетентности будущих тренеров-преподавателей по спортивным играм в высших учебных заведениях представлен совокупностью взаимосвязанных структурных блоков: целевого, теоретико-методологического, содержательного, процессуального и результативного. Целевой блок модели состоит из цели и задач. Теоретико-методологический блок модели охватывает подходы, принципы реализации модели, функции. Содержательный блок модели раскрывается через структурные компоненты профессиональной компетентности. Процессуальный блок модели охватывает формы и методы организации образовательного процесса. Результативный блок модели включает проведение мониторинга динамики и определения уровня сформованности профессиональной компетентности будущих

тренеров-преподавателей по спортивным играм в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: модель, формирование, профессиональная компетентность, будущие тренеры-преподаватели по спортивным играм, высшие учебные заведения.

Levkiv V. I. Professional Competency Development Model for future coaches-teachers from sporting games in higher educational establishments. Professional Competency Development Model for future coaches-teachers from sporting games in higher educational establishments is presented as a system of interrelated structural units: goal-oriented, theoretical and methodological, contextual, procedural, and effective ones. The goal-oriented unit consists of a goal and tasks. The theoretical and methodological unit includes approaches (systematic, synergetic, individual-oriented, practice-oriented, competence, multi-subject, axiological, and acmological), the pattern development (regularity and continuity, theory and practice interrelations, interactivity), functions (motivating and stimulating, comprehensive and educational, consultative, communicative, developmental, cultural and innovative). The contextual unit comprises the structural elements of professional competency: cognitive, motivational, operative and one touch upon personal experience as well as communication and individual components. Every structural component has its own content. The procedural unit of the pattern includes forms and methods of educational process development that is designed to foster the students' educational activity and through the quasi-professional activity influence their educational and professional activity including various developmental stages. It is important to create an individually-oriented situation, to apply contextual, communication and game approaches, to actualize professionally valuable aspects of educational material and transfer them into activity-communication form. During the process of competence development solving the professional problem a student passes five stages: adaptive, informative and projective, integral and forming, individual transforming, and estimating and correcting. The effective unit of the pattern includes monitoring of professional competence dynamics, defining of professional competence level (reproductive, standard and productive, productive and creative) gained by prospective future trainers-teachers from sporting games in higher educational establishments. The practical implementation of the given model depends on the available academic conditions of students' in higher educational establishments.

Key words: model, forming, professional competence, future coaches-teachers from sporting games, higher educational establishments.

Вступ. Зміни, що відбуваються в економічному, політичному і соціокультурному житті українського суспільства, викликали відповідні зміни у системі вищої фізкультурної освіти. Створення єдиного освітнього й інформаційного простору, гуманізація і гуманітаризація, перехід до неперервної освіти висувають якісно нові вимоги до особистості тренера-викладача зі спортивних ігор. Аналіз закордонного досвіду професійної підготовки майбутніх фахівців вказує на те, що науковці різних країн спрямовують свою увагу на створення єдиної інтегрованої системи професійної підготовки у вищих навчальних закладах та в інших організаціях, яка ґрунтується на компетентнісній моделі фахівця, зокрема учителя (S. Juszczak [11], O. Ogienko, A. Rolyak [12]) та тренера з виду спорту (F. Camrone, M. Ruth [7], M. Crespo [8, 9], P. Duffy [10]). На необхідність створення моделі професійної компетентності майбутніх фахівців наголошують також українські (Н. О. Белікова [2], А. В. Сватъев [6]) та російські (В. В. Абрамова [1], М. Д. Ільцова [3], О. А. Кривко [4]) учені. Перехід на компетентнісну модель вищої фізкультурної освіти обумовлений низкою передумов: потребою ринкової економіки у високо кваліфікованих і мобільних фахівцях; глобальними інформаційними процесами, що визначають знання як основу економічного і соціального добробуту держави і суспільства; інтернаціоналізацією наукового знання, спрямованою на уніфікацію наукових дефініцій і вирішення проблеми якості вищої фізкультурної освіти; поглибленням теоретичних досліджень у галузі методології і технологій вищої фізкультурної освіти; позитивними тенденціями в системі вищої фізкультурної освіти, орієнтованими на її гуманізацію і гуманітаризацію; особистісними потребами майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у соціальному визнанні у сфері професійної діяльності.

Формулювання мети дослідження. Визначені аспекти окреслюють мету статті, яка полягає у створенні моделі формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах.

Результати дослідження. На підставі аналізу наукової літератури, вивчення освітньо-кваліфікаційних характеристик бакалаврів з галузь знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини напряму», які навчаються за напрямом 6.010202 «Спорт», вивчення навчальних планів вищих навчальних закладів, що здійснюють підготовку майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор, проведених бесід з викладачами випускових кафедр, тренерами-викладачами зі спортивних ігор, нами була розроблена модель формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах. Модель формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах представлена як система, що є сукупністю взаємопов'язаних структурних блоків (цільового, теоретико-методологічного, змістовного, процесуального, результативного). Цільовий блок складається з мети та завдань. Мета: формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах. Завдання: 1) розвиток інтеграційно-цілісного мислення майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор та їх позитивної мотивації до підготовки спортсменів; 2) стимулювання майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор до професійного вдосконалення у галузі фізичної культури і спорту; 3) формування професійної спрямованості особистості майбутнього тренера-викладача зі спортивних ігор.

Теоретико-методологічною основою є застосування таких підходів, як: системний, синергетичний, особистісно орієнтований, особистісно діяльнісний, практико-орієнтований, компетентнісний, полісуб'єктний, аксіологічний та акмеологічний. Вивчивши особливості організації навчального процесу із забезпечення якості підготовки майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах, ми виділили наступні принципи реалізації моделі формування їх

професійної компетентності: принципи системності і неперервності, зв'язку теорії і практики, активності, цілісності взаємодії. Необхідно відмітити, що усі принципи взаємопов'язані і взаємообумовлені. Вони складають певну систему, яка сприяє ефективності реалізації технологій вищої фізкультурної освіти. Змістовий блок моделі включає: визначення вимог, що ставляться до кваліфікованого тренера-викладача зі спортивних ігор з боку роботодавця: вимоги до змісту знань, умінь і навичок, необхідних для компетентного виконання професійної діяльності; визначення складових професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор; конструювання навчальних планів і програм; визначення технології формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах; розробки моніторингу освітнього процесу.

Роглядаючи з позиції педагогічної акмеології професійну компетентність педагога як здатність до вирішення певного класу завдань, А. К. Маркова виділила групи професійної компетентності: компетентність в професійній діяльності, компетентність в спілкуванні, компетентність в реалізації особистості професіонала, а також види компетентності у кожній групі [5, с. 13-14]. Тому до структурних компонентів професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор, що формується у вищих навчальних закладах, віднесено: когнітивний, мотиваційний, операційний, індивідуального досвіду, а також комунікативний та особистісний компоненти. Кожен структурний компонент має своє змістовне наповнення.

Когнітивний компонент охоплює науково-теоретичні знання про спеціальну термінологію, структуру і зміст майбутньої професійної діяльності, окремі властивості різних систем організму спортсмена, їх функціональні зв'язки та закономірності розвитку. Рівень розвитку когнітивного компонента професійної компетентності студентів визначається повнотою, системністю знань з теорії та методики обраного виду спорту, теорії і методики спортивної підготовки та інших навчальних дисциплін.

Мотиваційний компонент характеризує наявність у студента позитивних мотивів, інтересу до професії, впевненість студента у готовності до виконання професійних завдань, переконаність у власній професійній придатності, потребу особистості студента у самореалізації в умовах професійної діяльності. Цей компонент професійної компетентності покликаний формувати у майбутнього тренера-викладача зі спортивних ігор мотивацію до професійної діяльності, розуміння сенсу навчально-тренувальної і змагальної діяльності для розвитку особистості спортсмена, свою роль в досягненні спортсменом успішних результатів.

Операційний компонент охоплює схеми організації навчально-тренувального процесу та змагальної діяльності спортсменів, а також вміння особисто показати спортсменам спосіб виконання технічних прийомів гри чи тактичних дій. Рівень розвитку операційного компонента професійної компетентності студентів визначається вміннями методично грамотно складати документи планування навчально-тренувальної і змагальної діяльності спортсменів, адекватно застосувати методи контролю за педагогічним процесом та своєчасно корегувати параметри фізичного і психічного навантаження.

Компонент індивідуального досвіду виражає прикладний аспект професійної діяльності тренерів-викладачів зі спортивних ігор, оскільки, формування професійної компетентності в умовах навчального процесу можливе тільки при практичному виконанні студентом професійних завдань шляхом практичного застосування методик педагогічного впливу на різні сторони підготовленості спортсменів та способів організації їх навчально-тренувальної і змагальної діяльності, спрямованих на вирішення освітніх, оздоровчих та виховних завдань. Основним засобом формування професійної компетентності студента у вищому навчальному закладі, як вказує М. Д. Ільязова, є навчальна, професійно орієнтована ситуація, яка розгортається у процесі вирішення завдань, проблеми, виконання завдання [3, с. 34]. Навчальна професійно орієнтована ситуація розглядається М. Д. Ільязовою як одиниця спільної діяльності викладача і студента; як конструйована викладачем система зовнішніх (об'єктивна реальність) і внутрішніх (психологічна готовність, особистісний сенс) умов, які спонукають і опосередковують активність особистості, формування новоутворень у структурі професійної компетентності студента [3, с. 34].

Комунікативний компонент проявляється в умінні встановлювати міжособистісні зв'язки, погоджувати свої дії з діями колег, обирати оптимальний стиль спілкування з оточенням у різних ситуаціях, опановувати засоби вербального і невербального спілкування. Комунікативний компонент професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор, що формується у вищих навчальних закладах, відображає здатність студентів ясно і чітко викладати інформацію, відстоювати свою точку зору, не руйнуючи відносин, уміти консультувати з питань професійної діяльності, презентувати і публічно виступати, знаходити оптимальне вирішення у процесі групової або міжособистісної взаємодії.

Особистісний компонент професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор, що формується у вищих навчальних закладах, характеризує здатність знати і розуміти самого себе, свої власні здібності, мотиви, інтереси і можливості для самореалізації у професійній діяльності, готовність до самовираження і подальшого розвитку у професійній діяльності.

Процесуальний блок моделі орієнтований на здійснення педагогічної діяльності щодо формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор, на реалізацію етапів і педагогічних умінь, використання технологічних підходів у навчанні.

Професійна готовність викладача до реалізації моделі формування професійної компетентності як особистісної якості припускає: визначення можливостей створення особистісно орієнтованої професійної ситуації засобами навчальної діяльності; застосування прийомів контекстуалізації, діалогізації, ігровізації матеріалу; наявність створення особистісно орієнтованої професійної ситуації; уміння актуалізувати професійно-ціннісні аспекти матеріалу, що вивчається, переводити їх в діяльнісно-комунікативну форму.

Результативний блок моделі включає проведення моніторингу динаміки сформованості професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах. Узагальнюючим результатом є рівень

(репродуктивний, нормативно-продуктивний, продуктивно-творчий) сформованості професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах.

ВИСНОВКИ. Розроблено та теоретично обґрунтовано модель формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах, структура якої охоплює усі складові педагогічної системи. У моделі враховано сучасні вимоги до професійної підготовки фахівців з позицій інтеграції до європейського освітнього простору. Впровадження моделі формування професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів зі спортивних ігор у вищих навчальних закладах значно підвищить ефективність навчально-виховного процесу у вищій школі.

ЛІТЕРАТУРА

- 1.Абрамова В. В. Формирование профессиональной компетентности будущих учителей физической культуры : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Абрамова Валентина Владимировна. – Тирасполь, 2006. – 180 с.
- 2.Белікова Н. О. Підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності: теорія і методика : [монографія] / Белікова Наталія Олександрівна. – К. ТОВ «Козарі», 2012. – 584.
- 3.Ильязова М. Д. Концепция формирования профессиональной компетентности студентов-социологов / М. Д. Ильязова // Вестник Астраханского государственного технического университета. – 2008. – № 4. – С. 34-45.
- 4.Кривко О. А. Модель формирования профессиональной компетентности тренера по виду спорта / О. А. Кривко // Вестник Казахстанско-Американского свободного университета. Выпуск: Педагогика и образовательные технологии. – 2010. – № 1. – С. 45-48.
5. Маркова А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – М.: Знание, 1996. – 200 с.
- 6.Сватъєв А. В. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності : автореф. дис. ... на здобуття наук. ступ. доктора пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / А. В. Сватъєв. – Запоріжжя, 2013. – 40 с.
7. Campone F. The Voices At The Table: Perspectives On Coaching Practices And The Preparation Of Professionals. // Campone F., Ruth M. // The Future of Coaching Summit Charlotte, North Carolina (USA) 27-28 July 2012. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.gsaec.org/>
8. Crespo M. Tennis coaches competences for the international market // Crespo M. / Sports Scientific Colloquium Institute of Movement Science for Team and Racket Sports German Sports University Cologne 12 January 2010. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.miguelcrespo.net/>
9. Crespo M. The European Framework for the recognition of coaching competence and qualifications // Crespo M. / European Framework Coaching Qualifications-Crespo-London-2008. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.miguelcrespo.net/>
10. Duffy P. Implementation of the Bologna Process and Model Curriculum Development in Coaching Introduction // Duffy P. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://trainadores.pt/>
11. Juszczak S. Alfabetyzacja cyfrowa w procesie kształcenia i doskonalenia nauczycieli [w:] Informatyczne przygotowanie nauczycieli. Kompetencje i standardy kształcenia, // Juszczak S. / J. Migdalek, M. Zajac (red.), Krakow: APK, 2006, s. 169-175.
12. Ogienko O. Model of Professional Teachers Competences Formation: European Dimension. // Ogienko O. Rolyak A. // TEPE 3rd Annual Conference Teacher Education Policy in Europe: Quality in Teacher Education, May 2009, Umea University, Sweden, Proceedings. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tepe.wordpress.com/proceedings/tepe-2009-proceedings>.

УДК 616.85-009.86

Левченко В. А.

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника,
ДВНЗ «Івано-Франківський національний медичний університет»

ОЦІНКА СТАНУ АДАПТАЦІЙНИХ МЕХАНІЗМІВ В УМОВАХ СТРЕС-НАВАНТАЖЕННЯ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ДОСЛІДЖЕННЯ СПИНИ

Вивчалась можливість застосування імуноферментного аналізу слини для оцінки адаптаційних резервів організму, шляхом дослідження рівня тестостерону і кортизолу на висоті тредміл-навантаження серед дівчат і юнаків із різним ступенем фізичної підготовки. Встановлено, що у юнаків та дівчат першої групи, які систематично займалися в спортивних секціях (футбол, баскетбол) на висоті тредміл-тесту показники кортизолу та тестостерону в слині помірно підвищувалися. В групі ж молодих людей, які не займалися фізичною підготовкою виявлено зниження показників тестостерону в умовах стрес-тесту, як в юнаків так і в дівчат, на фоні зниженої толерантності до фізичного навантаження. При цьому приріст кортизолу на висоті стрес-тесту перевищував результат отриманий в першій групі. В групі дівчат із соматоформною вегетативною дисфункцією, базальні показники кортизолу були достовірно нижчими від результатів отриманих у дівчат перших двох груп, а на висоті досягнутого тредміл-навантаження показник тестостерону додатково знижувався, на тлі значного підвищення показників кортизолу. Виявлене зниження тестостерон-кортизолового співвідношення в слині на висоті фізичного навантаження, може бути маркером погіршення адаптаційних резервів в юнацькому віці.

Ключові слова: слина, імуноферментний аналіз, кортизол, тестостерон.