

студентів. Отже, третина володіє знаннями про методи формування здорового способу життя старшокласників.

ВИСНОВКИ. Визначено критерії, показники та рівні сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'язбережувальних технологій у старшій школі.

ПЕРСПЕКТИВИ вбачаємо у виявленні, теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов підготовки майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'язбережувальних технологій у старшій школі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Жуков О. Ф. Структура, содержание, методики оценки профессиональной готовности учителя к здоровьесберегающей деятельности [Электронный ресурс] / О. Ф. Жуков. – Режим доступа // <http://www.portalus.ru/modules/shkola/rus>.

2. Русанов В. П. Валеологизация процесса физического воспитания – основа здоровьесбережения современных школьников [Электронный ресурс] / В. П. Русанов, Р. А. Грачева. – Режим доступа // <http://www.vestnik-kafu.info/journal/5/160>.

3. Cavill N. Physical activity and health in Europe: evidence for action / eds. N. Cavill, S. Kahlmeier, F. Racioppi. – Copenhagen : WHO Regional Office for Europe, 2006. – 40 p.

4. Talbot M. The case for Physical Education / M. Talbot // World summit on Physical Education. – Berlin, 2001. – P. 39.

Захаріна Є.А.

Класичний приватний університет м. Запоріжжя

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ

Розглянуто проблему професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування технологій оздоровчого фітнесу. Наведено аналіз публікацій вчених про різновиди змісту підготовки майбутніх вчителів фізичної культури. На основі аналізу літературних джерел з'ясовані деякі особливості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Подано розподіл теоретичного та практичного матеріалу на прикладі навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу». Доведено актуальність і доцільність обраної проблеми дослідження.

Ключові слова: *фітнес, технології, підготовка, майбутній вчитель фізичної культури.*

Захарина Е.А. Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к применению технологий оздоровительного фитнеса. *Рассмотрена проблема профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к применению технологий оздоровительного фитнеса. Приведен анализ публикаций ученых о разновидностях содержания подготовки будущих учителей физической культуры. На основе анализа литературных источников выяснены некоторые особенности профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры. Подано распределение теоретического и практического материала на примере учебной дисциплины «Теория и методика оздоровительного фитнеса». Доказана актуальность и целесообразность выбранной проблемы исследования.*

Ключевые слова: *фитнес, технологии, подготовка, будущий учителя физической культуры.*

Zakharyna Ye. A. Professional training of intended teachers of physical education to the applying of recreational fitness technologies. *The article deals with the problem of the professional training for the intended teachers of physical education to the applying of technologies of recreational fitness; this problem does not addressed enough in the educational process of higher educational institutions. The students do not master fitness technologies in the amount and at the level, which are demanded by the modern educational practice. The article contains the analysis of researchers' publications about the kinds of training's content for the intended teachers of physical education. Some features of the professional training for the intended teachers of physical education were disclosed on the ground of the literature sources' analysis. The classification of theoretical and practical material was given through the example of «The theory and methodology of the recreational fitness» discipline. The discipline's tasks are: insight into the course and creation of students' idea about the kinds of dimensions and modern styles of the recreational fitness (basic aerobics, dance aerobics, stretching and callanetics, fitball, step aerobics, pilates, yoga); offering to the intended teachers of physical education the necessary knowledge about the structure of the recreational fitness classes; mastering of necessary skills in the sphere of holding of the recreational fitness' classes; formation of technique of the basic steps performance and their kinds in the recreational fitness. This discipline is aimed at the mastering by students the foundations of theoretical, methodological knowledge and practical skill of the recreational fitness, at the providing of level increase of the pedagogical competence of students; active implementation of innovational tools and methods in the holding of the recreational fitness classes by the intended teachers of physical education and the discipline is playing the backbone part in the process of the students' specific training, it is the connecting link between the theoretical mastering of knowledge during the first years of education and its practical implementation in the actual environment of modern school and it is extending the students' idea about the kinds of the recreational fitness classes. The importance and usefulness of the chosen research problem is proved.*

Key words: *fitness, technologies, training, intended teacher of physical education.*

Постановка проблеми та її зв'язок із важливішими науковими та практичними завданнями. Теперішнє суспільство вимагає від системи вищої педагогічної освіти професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, які володіють фундаментальними знаннями, вміннями та навичками, здатних творчо підходити до вирішення неординарних питань, бути конкурентоспроможними на ринку праці, морально і фізично здорових. Оновлення та переорієнтація змісту фізичного виховання в сучасній загальноосвітній школі зумовлює необхідність вирішення багатьох проблем підготовки

майбутніх учителів фізичної культури, які повинні бути орієнтованими на виховання здорового підростаючого покоління. Так, формування готовності майбутнього учителя фізичної культури до застосування технологій оздоровчого фітнесу є одним із значущих завдань у професійній педагогіці. У зв'язку з цим, в загальноосвітніх навчальних закладах актуалізована проблема збереження здоров'я дітей і підлітків, орієнтації школярів на ведення здорового способу життя, що спричиняє за собою необхідність професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування технологій оздоровчого фітнесу, можливих в умовах вищої школи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Перед майбутніми учителями фізичної культури постає завдання по формуванню нової ідеології та культури зміцнення здоров'я учнів, без вирішення якого суспільство може понести досить помітні й невідторжні втрати людського потенціалу, що поза всяким сумнівом негативно позначиться на виробничій інфраструктурі, добробуті, якості життя та культурі. Аналіз цієї проблематики є актуальним, тому що здоров'я належить до першочергових, непересічних цінностей людини. В освітньому процесі вищих навчальних закладах формуванню готовності майбутніх учителів фізичної культури до застосування технологій оздоровчого фітнесу приділяється недостатня увага, студенти не володіють фітнес технологіями в тому обсязі і на тому рівні, які затребувані сучасною освітньою практикою. Теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах розглядали вітчизняні вчені В.І. Завацький, Р.П. Карпюк, О.С. Куц, Л.П. Сущенко, О.В. Тимошенко, Б.М. Шиян, Ю.М. Шкретій та ін. Різні аспекти професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури досліджували І.В. Городницька О.Ю. Дорошенко, Л.О. Демінська, Л.І. Іванова, О.А. Стасенко. До розряду невирішених проблем належать питання про цілі, склад, особливості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування технологій оздоровчого фітнесу, їх місце і роль у створенні умов для забезпечення фізичного, психічного і соціального благополуччя школярів в загальноосвітній школі [5, 7, 8]. Продовжують залишатися актуальними і багато проблем, пов'язаних з пошуком ефективних підходів і засобів для навчання студентів інноваційним фітнес технологіям.

Мета статті: проаналізувати особливості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування технологій оздоровчого фітнесу.

Методи дослідження: теоретичний аналіз, контент-аналіз психолого-педагогічної літератури та мережі Інтернет.

Завдання дослідження: провести аналіз психолого-педагогічної літератури та літератури з фізичної культури і спорту, інформації з мережі Інтернет щодо застосування технологій оздоровчого фітнесу майбутніми вчителями фізичної культури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Зміст підготовки фахівців з фізичної культури до оздоровчої роботи як наголошує Ю.М. Кравченко, визначається «спрямованістю, стратегією, змістом і технологією процесу навчання й виховання у вищій школі, яка готує фахівців з фізичної культури; один з найефективніших шляхів розв'язання цієї проблеми – широке використання проблемних методів навчання» та вважає, що «сьогодні у вищих педагогічних навчальних закладах недостатньо високий рівень готовності майбутніх викладачів у галузі оздоровчої роботи» [2, с. 21]. Оновлення змісту професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури, як зазначає Л.І. Іванова, «передбачає формування підготовленості випускників до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів та творчого вирішення завдань здоров'язберігаючої освіти майбутніх учителів фізичної культури» [1, с. 18]. Завданнями спеціальної підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту повинні стати: формування мотивації та інтересу студентів до нових ідей і освоєння передового досвіду; навчання методам пошуку і відбору інформації про інновації; розвиток здатності перенести інноваційний досвід у власну педагогічну діяльність; формування інтересу і здатності до розробки нововведень; навчання основам науково-дослідницької діяльності, організації та проведення педагогічного експерименту; навчання передачі власного інноваційного досвіду [3, 4, 6].

Розглянемо більш детально зміст навчальної дисципліни навчального плану Класичного приватного університету для підготовки майбутніх учителів фізичної культури в галузі знань «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» напрямку підготовки 6.010201 «Фізичне виховання». Доповнює професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури до застосування технологій оздоровчого фітнесу навчальна «Теорія та методика оздоровчого фітнесу». Ця дисципліна спрямована на оволодіння студентами основами теоретичних, методичних знань і практичних навичок з оздоровчого фітнесу, забезпечення підвищення рівня педагогічної компетентності студентів; активне впровадження інноваційних засобів і методів у проведенні занять з оздоровчого фітнесу майбутніми учителями фізичної культури. Навчальна дисципліна «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» відіграє системотвірну роль у процесі фахової підготовки студентів, є проміжною ланкою між теоретичним засвоєнням знань на молодших курсах і їх практичним застосуванням у реальних умовах сучасної школи та розширює уявлення студентів про різновиди занять з оздоровчого фітнесу. Навчальна дисципліна «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» входить до складу варіативної частини («За вибором студента») професійної та практичної підготовки. На її вивчення «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» відведено 540 год. (15 кредитів), з них 24 год. лекцій, 180 год. практичних занять та 336 год. самостійної роботи. Протягом навчання студенти у другому, третьому, четвертому, шостому семестрах складають залік, у восьмому семестрі пишуть курсову роботу, підсумковий вид контролю – іспит у восьмому семестрі. Мета навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» полягає в оволодінні студентами знаннями про різновиди занять з оздоровчого фітнесу, практичними вміннями й навичками проведення занять з оздоровчого фітнесу.

Завданням навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» є: ознайомлення та створення уявлення у студентів про різновиди напрямів і сучасних стилів оздоровчого фітнесу (базова аеробіка, танцювальна аеробіка, стретчинг та каланетика, фітбол, степ-аеробіка, пілатес, йога); надання майбутнім учителям фізичної культури необхідних знань про структуру занять з оздоровчого фітнесу; оволодіння необхідними вміннями та навичками щодо проведення занять з оздоровчого фітнесу; формування техніки виконання основних кроків та їх різновидів з оздоровчого фітнесу.

Після вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» студент повинен

знати: понятійний апарат з предмета; значення, завдання та зміст оздоровчого фітнесу; правила і форми запису занять з оздоровчого фітнесу; зміст окремих частин занять, їх структуру та організацію проведення занять з оздоровчого фітнесу; техніку виконання основних кроків та їх різновиди; техніку безпеки на заняттях з оздоровчого фітнесу; показники

оптимального навантаження та їх вплив на організм тих, хто займається, під час занять з оздоровчого фітнесу; методи виховання і самовиховання тих, хто займається, особливості взаємодії в групі, способи корекції та регуляції психоемоційного стану за допомогою засобів оздоровчого фітнесу;

umitu: володіти технікою основних базових кроків з оздоровчого фітнесу та виявляти помилки техніки й засоби їх усунення; проводити всі частини занять з оздоровчого фітнесу; рецензувати проведення окремих частин і занять у цілому; розкласти базові кроки на заняттях з оздоровчого фітнесу згідно з музичним супроводом; складати та конспектувати вправи для заняття з оздоровчого фітнесу; формувати уміння й навички самовиховання у тих, хто займається, в процесі занять з оздоровчого фітнесу.

Зміст навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» відповідає завданням підготовки майбутніх учителів фізичної культури. У ньому проаналізовано основні закономірності і принципи програм з оздоровчого фітнесу, розкрито історичні аспекти виникнення оздоровчого фітнесу, визначено позитивний вплив занять оздоровчим фітнесом на організм людини, подано класифікацію основних вихідних положень, рухів руками та ногами, визначено вимоги до навантаження на заняттях з оздоровчого фітнесу та структуру тривалості й інтенсивності етапів заняття, охарактеризовано музичний супровід на заняттях з оздоровчого фітнесу, вказано побудову структури розминки, основної та заключної частини занять з оздоровчого фітнесу, наведено модифікації та формулу дизайну вправ, зазначено особливості використання різних методів на заняттях з оздоровчого фітнесу.

У змісті навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» нами виокремлено чотирнадцять навчальних модулів. Для організації самостійної діяльності при вивченні навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» студентам запропоновано: роботу з літературними джерелами стосовно оздоровчого фітнесу; відвідування занять з оздоровчого фітнесу в клубах міста; аналіз методики проведення занять з оздоровчого фітнесу; пошук інформації щодо характеристики видів оздоровчого фітнесу; підбір та описання вправ з оздоровчого фітнесу; складання окремих частин і комплексів занять з оздоровчого фітнесу; перегляд наочних навчальних посібників, телепередач та аналіз побаченого; складання програми розвитку рухових якостей з використанням засобів оздоровчого фітнесу; визначення рівня фізичної працездатності та підготовленості тих, хто займається, описання та порівняння цих показників.

Оцінювання рівня знань студентів з навчальної дисципліни «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» відбувається відповідно до кредитно-модульної форми організації навчально-виховного процесу за рейтинговою шкалою. Форми контролю підібрані так, щоб можна було оцінити рівень засвоєння теоретичних знань студентом, його практичні навички виконувати завдання, вміння самостійно працювати над змістом навчальної дисципліни. Завдання до практичних занять, модульного контролю, індивідуальне завдання складені з урахуванням складності. Кожному завданню надається певна максимальна кількість балів.

Студент може отримати 100 балів: виходячи з того, що опанування лекційного матеріалу частково передбачає роботу студента з електронним варіантом і самостійне складання конспекту окремих питань, за остаточний конспект лекцій студент може отримати 8 балів (ураховується повнота і зміст конспекту), ця оцінка може зменшуватись. За проведення на практичних заняттях комплексу вправ та окремих частин з оздоровчого фітнесу, розробку нових зв'язок, комбінацій студент може отримати 30 балів (оцінюється новизна та емоційність проведення). За вчасне виконання самостійної, індивідуальної і творчої роботи, наприклад, підготовку мультимедійної презентації на тему: «Методика проведення занять з фітболу», студенти отримують 12 балів. Результати самостійної роботи студентів визначаються якістю її підготовки, вона виконується протягом семестру. Для виконання завдання допускається використання інформації з бібліотечних та електронних видань, джерел Інтернету. За виконання студентом двох модульних контрольних робіт у формі тестування передбачається 26 балів. За вміння планувати, організувати і проводити заняття з оздоровчого фітнесу та професійно спілкуватися з тими, хто займається, студент може отримати 24 бали. Перед майбутніми учителями фізичної культури стоїть складне завдання щодо активного залучення дітей у фізкультурно-спортивну діяльність, орієнтації їх на свідоме освоєння цінностей фізичної і спортивної культури, формування усвідомленого ставлення школярів до здоров'я, звички систематично займатися обраними видами рухової діяльності.

ВИСНОВКИ. Майбутні вчителі фізичної культури повинні використовувати такі методи і прийоми оздоровчого фітнесу, які би сприяли залученню школярів до систематичних занять фізичної культури та формували б ціннісні орієнтації та переконання щодо введення здорового способу життя. Нами обґрунтовано їх значення у підготовці майбутніх учителів фізичної культури технологій оздоровчого фітнесу. Дисципліна «Теорія та методика оздоровчого фітнесу» відіграє важливу роль у професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури та допомагає студенту оволодіти знаннями про структуру занять з оздоровчого фітнесу, придбати практичні і організаторські уміння та навички проведення оздоровчих занять.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК полягають у розробці навчально-методичного забезпечення з метою підвищення ефективності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури

ЛІТЕРАТУРА

1. Іванова Л. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів : автореф. на здоб. наук. ступ. канд. пед. наук спец. : 13.00.04 "Теорія та методика професійної освіти" / Л.І. Іванова. – Київ, 2006. – 24 с.
2. Кравченко Ю. М. Підготовка майбутніх учителів до професійного розв'язування педагогічних задач : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук спец. : 13.00.04 "Теорія і методика професійної освіти" / Ю. М. Кравченко. – К., 2006. – 21 с.
3. Сущенко Л.П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах / дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: 13.00.04 "Теорія і методика професійної освіти" / Людмила Петрівна Сущенко. – Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. – К., 2004. – 442 с.

4. Тимошенко О.В. Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / О.В. Тимошенко. – К., 2009. – 38 с.
5. Joint Committee on National Health Education Standards. – National Health Education Standards, Achieving Health Literacy: An Investment in the Future. – Reston VA : Association for the Advancement of Health Education. – 1995.
6. Malina R.M. Fitness and performance: Adult health and the culture of youth. In R.J. Park & H.M. Eckert (Eds.), The Academy Papers: Vol. 24. New possibilities, new paradigms. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers. – 1991. – P. 30–38.
7. Pate R.R., Pratt M., Blair S.N. et al. Physical activity and public health // Journal of the American Medical Association. – 1995. – № 273. – P. 402–407.
8. Physical education for lifelong fitness: the physical best teachers guide /American Alliance for Health, Physical education, Recreation, and Dance, 1999. – 398p.

Конох А.П., Притула О.Л.
Запорізький національний університет

ВИХОВАННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ТРАДИЦІЯХ ЗАПОРІЗЬКОГО КОЗАЦТВА

У статті подано науковий аналіз проблеми виховання сучасної молоді в традиціях запорізького козацтва, основою якої була духовна підготовка і на якій вже мали фундамент інші види і методи навчання. Показано особливість процесу виховання в запорізькому козацтві, яка полягала в тому, що козаки набували свої знання на основі духовної підготовки і на ній вже мали фундамент інші види і методи навчання. Визначене, що перспективним напрямом розвитку професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищих педагогічних університетах є покращення якості їх професійної підготовки з врахування інтересів особистості та її підтримка в процесі розвитку, що призведе до задоволення потреб нашої країни у висококваліфікованих конкурентноспроможних фахівцях. Показано, що саме існування шкіл козацьких бойових мистецтв, шкіл джур є позитивним явищем в козацтві і робота цих шкіл має базуватися на тих позитивних традиціях, які залишили в спадок нам наші пращури. Це чітко прослідковується сьогодні на прикладах існування шкіл козацького бойового мистецтва «Спас», де поряд з бойовим мистецтвом вивчається і наука характерництва та шкіл джур, де ведеться підготовка молодих козаків-воїнів.

Ключові слова: фізична культура, молодь, майбутній фахівець, виховання, традиції, запорізьке козацтво.

Конох А.П., Притула О.Л. Воспитание будущих специалистов физической культуры в традициях запорожского казачества. Воспитание молодежи в традициях запорожского казачества. В статье подан научный анализ проблемы воспитания современной молодежи в традициях запорожского казачества, основой которой была духовная подготовка и на которой уже имели фундамент другие виды и методы учебы. Определено, что перспективным направлением развития профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры является улучшение качества их профессиональной подготовки в высших учебных заведениях с учетом интересов личности и ее поддержка в процессе развития, что приведет к удовлетворению потребностей нашей страны в высококвалифицированных специалистах. Показано, что само существование школ казацких боевых искусств, школ джур является позитивным явлением в казачестве и работа этих школ должна базироваться на тех позитивных традициях, которые оставили в наследство нам наши предки. Это четко прослеживается сегодня на примерах существования школ казацкого искусства "Спас", с боевым искусством изучается и наука характерництва и школ джур, где ведется подготовка молодых казаков-воинов. Доказано, что процесс возрождения казацкой педагогики – это долговременный процесс, но те результаты, которые получило казачество уже через 15-18 лет существования таких школ, имеют позитивный характер. Однако самым главным является тот факт, что формируется при этом связь поколений, которая является основой казацкой традиции воспитания. Учитывая многовековой позитивный опыт, именно казацкая педагогика должна стать одной из основ современной национальной педагогики в Украине.

Ключевые слова: учитель, физическая культура, молодежь, воспитание, традиции, запорожское казачество.

Konoch A.P., Prytula O.L. Educating of future specialists physical education in the tradition of zaporizhzhya Cossacks. Educating young people in the tradition of Zaporizhzhya Cossacks. The paper offers a scientific analysis of the problem of education of today's youth in the traditions of Zaporizhzhya Cossacks, which was based on spiritual preparation and which is already founded on other types and methods of study. It was determined that a promising direction of development of professional training of future teachers of physical education is to improve the quality of their professional training in higher education, taking into account the interests of an individual and his support in the process of the development, which will result in meeting our country's demands in well-qualified specialists. It is shown that the existence of the Cossack martial arts schools, jur schools is a positive phenomenon among the Cossacks and the work of these schools should be based on the positive traditions that are the legacy left to us by our ancestors. Today this is clearly illustrated by the examples of Cossack schools "Spas", where the science of harakternitstvo and jur schools, are studied as well as martial arts, to prepare young Cossack warriors. It is proved that the revival of Cossack pedagogics is a long-term process, but the results that Cossacks have achieved after 15-18 years of existence of such schools are positive. However, the most important fact is that the connection between generations is formed which is the basis of Cossack traditions of education. Given the positive experience of many centuries, it is the Cossack pedagogics that should become one of the foundations of modern national pedagogics in Ukraine.

Key words: teacher, physical culture, youth, education, tradition, Zaporizhzhya Cossacks.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Провідною сферою у соціально-економічному, духовному та культурному розвитку України є освіта, яка на сучасному етапі розвитку зазнає суттєвих змін під впливом