

спорту, в тому числі, актуальних наукових проблем, сутності та особливостей наукових досліджень у сфері фізичної культури, спорту та освіти;

- б) сформованість умінь аналізувати і систематизувати знання, формулювати науково-професійні проблеми;
- в) широту, реалістичність, системність, самостійність мислення.

Спеціальна компетентність включає:

а) знання в галузі спеціальних дисциплін (методики фізичного виховання, технологія спортивного тренування, основ фізичної рекреації, основ організації спортивно-масових заходів тощо), в тому числі, способів, технологій, методик реалізації конкретних професійних функцій; б) вміння конкретизувати знання, застосовувати їх на практиці, здійснювати контекстні наукові дослідження, вирішувати конкретні професійні проблеми;

- в) реалістичність, практикоорієнтованість, гнучкість, оригінальність мислення.

2) діяльно-поведінкові характеристики містять досвід спілкування, поведінки і діяльності, в яких формуються та проявляються певні компетентності, професійно значущі особистісні якості. названі види досвіду, в свою чергу, формуються і виявляються в ситуаціях, які відповідають певному компоненту професійної компетентності.

3) Морально-психологічні показники включають сукупність якостей і здібностей фахівця, що забезпечують розвиток конкретних компетенцій, вони безпосередньо відображають зміст професійно значущих особистісних якостей і професійної спрямованості особистості фахівця. Як і досвід, професійно значущі особистісні якості (організаторські, комунікативні, перцептивно-гностичні, експресивні, морально-вольові) формуються та конкретно проявляються при обговоренні відповідних загальнонаукових, загальнопрофесійних або спеціальних проблем. Професійна спрямованість включає професійно-ціннісні орієнтації, цілепокладання та мотивацію, які пов'язані з професійною самоосвітою та науково-технічним прогресом у сфері фізичної культури та спорту (загальнонаукова компетентність), розвитком фізкультурно-спортивної освіти (загальнопрофесійна компетентність) і становленням професіоналізму в конкретних видах фізкультурно-спортивної діяльності (спеціальна компетентність) [5, с. 147].

ВИСНОВКИ. Отже, при аналізі змісту професійної компетентності, нами були конкретизовані загальнометодичні положення компетентнісного підходу в контексті підготовки фахівців з фізичної культури і спорту. Для повноцінної реалізації компетентнісного підходу в професійній фізкультурно-спортивній освіті необхідно розробити критерії оцінки і вибрати відповідні методи діагностики рівня сформованості професійної компетентності фахівців з фізичної культури і спорту, тобто розробити інструментарій оцінки якості професійної освіти у сфері фізичної культури і спорту.

ПЕРСПЕКТИВИ. Перспективи подальшого дослідження вбачаємо у вивченні інших аспектів компетентнісного підходу до професійної фізкультурно-спортивної освіти.

ЛІТЕРАТУРА

1. Vilenskiy M. Fizicheskoe vospitanie v tselostnoy sisteme professionalnoy gotovnosti vyipusknika vyisshey shkoly / M. Vilenskiy // Zdorove studentov. – Vyip. 1. Zdoroviy obraz zhizni i fizicheskaya kultura studentov: Sotsiologicheskie aspekty / pod. red. V. Labskira, V. Stolyarova. – Harkov : Studservis, 1990. – S. 126-130.
2. Voevodina S. A. Kompetentnostnyiy podhod v podgotovke buduschih pedagogov / S. A. Voevodina // Vestnik Polotskogo gosudarstvennogo universiteta. – 2006. – №5. – S. 7–10.
3. Зимняя И.А. Ключевые компетенции - новая парадигма результата образования / И.А. Зимняя // Высшее образование сегодня. - 2003, -№ 5, с.4-5.
4. Тармаева Е. В. Коммуникативная компетентность будущего учителя / Е.В. Тармаева // Педагогический профессионализм в современном образовании: материалы III Международной научно-практической конференции. 21-22 февраля. 2007 г. – Новосибирск: НГПУ, 2007. – С. 147-154.

УДК 378.147:796.071.4

Корх-Черба О.В.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ОСНОВНИ НАПРЯМИ РЕАЛІЗАЦІЇ СИСТЕМНОГО ПІДХОДУ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФІТНЕС-ТРЕНЕРА

*У статті розглянуті основні напрями реалізації системного підходу у професійній діяльності майбутнього фітнес-тренера. Визначена можливість застосування основних принципів системного підходу у підготовці майбутніх фахівців з оздоровчого фітнесу в Україні. Удосконалена мета професійної діяльності майбутніх фахівців з рекреації, оздоровчої фізичної культури та фітнесу. **Ключові слова:** фітнес-тренер; системний підхід; оздоровчий фітнес; мета; напрями.*

Корх-Черба О.В.. Основные направления реализации системного подхода в профессиональной деятельности будущего фитнес-тренера. В статье рассмотрены направления реализации системного подхода в профессиональной деятельности будущего фитнес-тренера. Определена возможность внедрения принципов системного подхода в подготовку будущих специалистов оздоровительного фитнеса в Украине. Усовершенствована цель профессиональной деятельности будущих специалистов в области рекреации, оздоровительной физической культуры и фитнеса.

Ключевые слова: фитнес-тренер; системный подход; оздоровительный фитнес; цель; направления.

O. V. Korh-Cherba. Basic directions to realization of approach in the system are professional activity of the future fitness-trainer. *The analysis of the advanced studies of specialists and research workers on physical education, sport enabled to form basic directions of realization approach of the systems in professional activity the fitness-trainer. Approach of the systems in activity future fitness-trainer realized as follows. It is necessary to perceive people which visit employment on a fitness as an integral and purposeful system. It means that with the purpose of achievement of certain results, namely strengthening of health, forming of motive skills and development of physical internals (health fitness), achievements of sporting results (physical, sporting-oriented fitness), clearly to follow basic conformities to law of construction of health-training process and his influence on the organism of persons which engage in a fitness. Process of training to build as purposeful, probabilistic, such which has a difficult structure and hierarchy. It means foremost, that health work which is conducted with the group of people or individually is oriented to the set purpose. Consideration of process of the health training is on the whole during the selection of his parts. In a health fitness is an obligatory observance of distribution of training on basic parts and to recognize the Personal Trainer as a professional in the continuum of creating healthy lifestyles.*

Key words: Health Fitness Instructor; health fitness; purpose; directions.

Аналіз останніх публікацій. Аналіз наукових джерел засвідчив, що тривалий час спеціалізовані вищі навчальні заклади України були зорієнтовані, переважно на підготовку висококваліфікованих тренерських кадрів, що призвело до своєрідної прогалини в підготовці майбутніх фахівців для сфери фізкультурно-оздоровчої, рекреаційної і туристичної діяльності [6]. У сучасних умовах розвитку фітнес-послуг зростає попит на висококваліфікованих фахівців у цій галузі, але система державної фізкультурної освіти, як зазначає Т.Ю. Круцевич, незважаючи на прийняті нормативні й програмно-методичні документи, ще неповністю забезпечує підготовку фахівців нового профілю. Так, М.В.Дутчак і М.М.Василенко, розглянули проблему розподілу на кваліфікаційні рівні професію фітнес-тренера та запропонували наступні категорії: фітнес-тренер та персональний фітнес-тренер. Ними було обґрунтовано кваліфікаційну характеристику фітнес-тренера з представленням наступних розділів: «завдання та обов'язки», «повинен знати», «кваліфікаційні вимоги» та розроблено кваліфікаційні характеристики професії «фітнес-тренер». Отже, до програми сертифікації майбутніх фітнес-тренерів потрібно включати дисципліни зі спортивної науки, діагностики та контролю, виявлення факторів ризику захворювань, професійного обладнання і харчування, техніки виконання вправ, кінезіології, фізіології та анатомії, а також основних професійних компетенцій [1; 6; 7; 8-12].

Метою нашого дослідження є формування науково обґрунтованої стратегії застосування принципів системного підходу у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців з рекреації, оздоровчої фізичної культури та фітнесу.

Методи дослідження: метод системного аналізу; аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; передового вітчизняного та зарубіжного досвіду; метод порівняння і зіставлення.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота є складовою частиною тематичного плану науково-дослідних робіт Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова «Теорія та технологія виховання і навчання в системі освіти», який затверджено Вченою радою НПУ імені М.П. Драгоманова (протокол № 6 від 30 березня 2010 року).

Результати дослідження та їх обговорення. У наш час терміни «система», «системний підхід», «системний аналіз» надзвичайно часто використовуються фахівцями різноманітних галузей – від суто технічних до гуманітарних. Так, система – з грецької мови, означає: ціле, що складається з частин. Аналіз літературних джерел показав, що такі поняття, як «системний підхід», «теорія систем», «системний аналіз», «принцип системності» та інші, часто є синонімами. Так, на думку Ю.П. Сурміна, найбільш загальним поняттям, яке позначає усі можливі прояви систем - є «системність». Термін «системний підхід» у більш загальному значенні, змістовно відображає групу методів, за допомогою яких реальний об'єкт можна описати як сукупність взаємодіючих компонентів. Ці методи розвиваються в рамках окремих наукових дисциплін та загальнонаукових концепцій, які є результатом цього міждисциплінарного синтезу. Як зазначає В.М.Платонов (2005), досвід останній двох десятиліть показав, що особливо ефективними для розвитку теорії підготовки спортсменів та фахівців з фізичного виховання є методологічні можливості, які представлені системним підходом, теорією функціональних систем, теорією адаптації та іншими загальнонауковими дисциплінами і теоріями. Таким чином, сучасна теорія професійної підготовки фахівців з фізичного виховання і спорту спирається на можливості сумісних дисциплін, що дозволяє забезпечити систематизацію знань. Так, Л.П.Матвеев (1991) вказує, що системний підхід у галузі спорту отримав загальне визнання в якості інтегративного способу сучасного наукового пізнання. Звичайно, він не виключає аналітико-вибіркових підходів, але на перший план ставить установку на цілісне сприйняття об'єктів, які розглядаються в їх реальній розрізненості, з особливою увагою до основ, які упорядковані та систематизовані. Звісно, саме такий підхід повинен бути головним і в узагальнюючій теорії підготовки фахівців з рекреації та оздоровчого фітнесу. Таким чином, системний підхід, є невід'ємною складовою підготовки майбутнього фахівця з фітнесу [3; 4]. У наш час науковці, медики та педагоги вказують на необхідність реорганізації системи фізичного виховання дітей та молоді, тому більшого значення набуває поглиблений ретроспективний аналіз гімнастичних, ритміко-пластичних і танцювальних форм, які вже гарно себе зарекомендували у сучасному фітнесі. Так, для визначення основних принципів оздоровчо-розвиваючого тренування, ми спираємося на думку визнаного фахівця у сфері гімнастики і фітнесу – Т.С. Лисицьку (2009), яка виокремлює наступні принципи: принцип доступності; принцип «не нашкодь»; принцип біологічної доцільності; програмно-цільовий принцип; принцип полових та вікових відмінностей; принцип індивідуалізації; принцип гармонізації всієї системи ціннісних орієнтацій людини; принцип взаємозв'язку і взаємозалежності психічних і фізичних сил людини; принцип інтеграції; принцип краси і естетичної доцільності та принцип біоритмічної структури [2]. Результати ряду досліджень свідчать про те, що з усіх факторів, які впливають на залучення людини до

рухової активності і роблять ці заняття невід'ємним компонентом життя, найбільш важливим є особистість фахівця-професіонала в галузі оздоровчого фітнесу. У наш час, у сфері фітнесу частіше зайняті працівники, що закінчили короткотривалі курси з підготовки інструкторів (аеробіки, аквааеробіки, бодібілдингу та ін.), які за своєю професійною підготовленістю не відповідають сучасним вимогам фітнес-індустрії. Слід зазначити, що темп поновлення оздоровчих технологій, якість спортивного інвентарю й обладнання відомих зарубіжних фітнес-компаній (Міжнародна асоціація оздоровчих, тенісних і спортивних клубів – IHRSA, «Планета фітнес» та ін.) дозволяють їм розгорнути систему підготовки фахівців з фітнесу, що перевищує за якістю аналогічну підготовку фахівців у державних фізкультурних ВНЗ. Безперервний процес розвитку фізкультурно-оздоровчих технологій обумовлює диференціацію функціональних обов'язків фахівців та сприяє появі нових професій (персональний фітнес-тренер, фітнес-інструктор для роботи з літніми людьми та ін.) (Круцевич, 2008) [7]. Так, на основі вивчення практичних доробок фітнес-тренерів та аналізу професійної літератури, системний підхід у діяльності майбутнього фітнес-тренера реалізується за наступними напрямками. Процес оздоровчого тренування розглядається в цілому при виділенні його частин. У оздоровчому фітнесі – обов'язкове дотримання розподілу тренування на основні частини (розминка, основна частина та заминка). Напрямок взаємозв'язку, як чинник системоутворення на різних рівнях спілкування. Ця вимога системного підходу реалізується шляхом налагодження взаємодії на наступних рівнях: між спільно працюючими фітнес-тренерами, між тренерами і особами, які займаються фітнесом, між людьми і тренажерами, обладнанням (або середовищем). Сприймання осіб, які відвідують заняття з фітнесу як цілісну та цілеспрямовану систему. Це означає, що з метою досягнення певних результатів, а саме зміцнення здоров'я, формування рухових навичок і розвиток фізичних якостей (оздоровчий фітнес), досягнення спортивних результатів (фізичний, спортивно-орієнтований фітнес), чітко слідувати основним закономірностям побудови оздоровчо-тренувального процесу та його впливу на організм осіб, які займаються фітнесом. Напрямок побудови процесу оздоровчого тренування сприймати як цілеспрямований, імовірнісний, тобто такий, що має складну структуру та ієрархію. Це перш за все означає, що навчально-тренувальна та оздоровча робота, яка проводиться, орієнтована на означену мету. Напрямок обліку ресурсів, можливостей і обмежень. Постановка цілей і задач, а також проведення всього оздоровчо-тренувального процесу базується на основі ресурсів і можливостей. Можливості досягнення поставлених цілей і вирішення поставлених завдань узгоджуються з обмеженнями – внутрішніми і зовнішніми, тобто планування, організація і проведення оздоровчо-тренувального процесу здійснюються на основі обліку перш за все вікових, статевих і індивідуальних особливостей організму осіб.

Врахування «людського чинника». Реалізується цей напрям на основі використання фітнес-тренером у своїй роботі досягнень соціальної психології, теорії і практики сучасного фітнесу, застосування засобів і методів психологічної і морально-вольової підготовки з урахуванням конкретних властивостей особистості, його вікових, статевих, індивідуальних особливостей. Застосування сучасних методів контролю за особами, які займаються фітнесом, а саме: контроль фізичного стану є головною частиною системи діагностики у фізкультурно-оздоровчих клубах та фітнес-центрах (медична діагностика, соціологічна та психологічна діагностика, функціональна діагностика (оцінка початкової підготовленості осіб, розробка рекомендацій за індивідуальним графіком, оцінка ефективності тренувальної програми та внесення коректив). Контроль фізичного стану проводиться шляхом проведення антропометричних вимірів, фізичних та (або) функціональних тестів з аналізом даних та видачею рекомендацій. Фізичні тести використовуються для тестування фізичних якостей – сили, витривалості, гнучкості та ін. Профілактика травматизму та захворювань осіб, які займаються у фітнес-клубах, слід віднести до найбільш пріоритетних. Це пов'язано з оздоровчою спрямованістю занять фітнесом як окремої людини, так і української нації загалом.

ВИСНОВКИ. Аналіз наукових робіт фахівців та науковців з фізичного виховання та спорту дав змогу сформулювати основні напрями реалізації системного підходу у професійній діяльності тренера з фітнесу. Таким чином, фахівець з фітнесу повинен бути всебічно підготовленим до творчої професійно-педагогічної, фізкультурно-оздоровчої, агітаційної роботи з різними соціальними групами населення, володіти основами знань соціальних, гуманітарних, психолого-педагогічних, медико-біологічних, спеціально-педагогічних наук. Володіти знаннями анатомо-фізіологічних і психологічних особливостей стану здоров'я різних вікових груп населення тощо.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ пов'язуємо зі пошуком шляхів поглибленої інтеграції системного підходу щодо успішного забезпечення підготовки майбутніх вітчизняних фітнес-тренерів на освітньо-кваліфікаційних рівнях бакалавра і магістра.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дутчак М.В. Теоретическое обоснование квалификационной характеристики фитнес-тренера / М.В. Дутчак, М.Н. Василенко // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - 2013. - № 2. - С. 17-21.
2. Лисицкая Т. С. Аэробика: в 2 т. Т.1. Теория и методика / Т. С. Лисицкая, Л. В. Сиднева. – М. : Федерация аэробики России, 2002. – 232 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : Введение в предмет:учеб. для высш. спец. физкульт. учеб. заведений: доп. Гос. ком. РФ по физ.культуре и спорту / Л.П.Матвеев. Изд. 4-е, стер.СПб., Лань:Омега. Л, 2004.– 159 с.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н.Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
5. Сурмин Ю. П. Теория систем и системный анализ: Учеб. пособие. - К.:МАУП, 2003. — 368 с.
6. Суценок Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): Монографія / Л.П.Суценок – Запоріжжя: ЗДУ, 2003. – 442 с.
7. Теорія і методика фізичного виховання /за ред. Т. Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська література, 2008. - Т.2. - С.320
8. Хоули Э.Т. Оздоровительный фитнес / Э.Т. Хоули, Б.Дон Френкс. - К.: Олимпийская литература, 2000.- 367 с.
9. Эрл Роджер В. Основы персональной тренировки / Роджер В. Эрл, Томас Р. Бехль. — Киев: Олимпийская

література. — 2012, 724 с.

10. Earle, Roger. NSCA's Essentials of Personal Training. NSCA Certification Commission. 2004. pp. 162, 617.
11. Sharkey, B. Fitness and Health, 5th ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2002. 240 p.
12. The National Strength and Conditioning Association Personal Training Certificate – NSCA). Malek, M.N., D.P. Nalbon, D.E. Berger, and J.W. Coburn, Importance of health science education for personal fitness trainers. Journal of Strength and Conditioning Research, 2002. 16 (1), p. 19-24.

УДК373.2:796-058.862

Косівська С.В.

Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка

ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ-СИРИТ 3-6 РОКІВ ЗАСОБАМИ РОЗВИТКУ РУХОВОГО ІНТЕЛЕКТУ

Розглядається можливість покращення фізичного розвитку дітей дошкільного віку, які виховуються в умовах державних дитячих будинків інтернатного типу, за рахунок підвищення рівня рухового інтелекту. Розроблена комплексна методика розвитку рухового інтелекту покращила фізичний розвиток дітей-сиріт 3-6 років. Це дозволяє визначити ефективність розробленої методики щодо подолання наслідків комплексної депривації дітей-сиріт в процесі підготовки до шкільного навчання.

Ключові слова: комплексна депривація, діти-сироти, руховий інтелект, фізичний розвиток, шкільне навчання.

Косивская С.В. Улучшение физического развития детей-сирот 3-6 лет средствами развития двигательного интеллекта. Аннотация: Рассмотрена возможность улучшения физического развития детей дошкольного возраста, которые воспитываются в условиях государственных детских домов интернатного типа, за счет повышения уровня двигательного интеллекта. Разработанная комплексная методика развития двигательного интеллекта улучшила физическое развитие детей-сирот 3-6 лет. Это позволяет определить эффективность разработанной методики по преодолению последствий комплексной депривации детей-сирот в процессе подготовки к школьному обучению.

Ключевые слова: комплексная депривация, дети-сироты, двигательный интеллект, физическое развитие, школьное обучение.

Kosivska S.V. Improving the physical development of orphans 3-6 years by means of motor intellect. The purpose of the study is to examine the impact of complex methodology of motor intellect on physical development of orphans 3-6 years in preparation for schooling. Objectives of the research: 1) to make an analysis of scientific literature on the questions of the physical development of pupils residential care facilities; 2) to examine the impact of the developed methodology of motor intellect on physical development of orphans 3-6 years. Methods of the research: analysis of scientific and methodological literature; studying and analysis of medical records of orphans 3-6 years. The research was conducted at pupils residential cares facility for children of preschool and school age with compensating learning groups "Barvinok" in Kirovohrad. The experimental group (EG) – 23 children ages 3-4 years (12 boys and 11 girls). The control group (CG) – 25 pupils of preschool institution number 69 in Kirovohrad ages 3-4 years (13 boys and 12 girls). Basic forming natural pedagogical experiment lasted for three years. Developed methodology of motor intellect includes three blocks of forms and means of pedagogical influence. EG had 5 employments with accentuated influence on the psychophysical development and to 10 employments in a "small forms" psychophysical training combined with general subjects in the weekly cycle. The complex of correctional and developing tasks of recommended methodology is solved through the dominant development of the motor intellect, which is based on coordination abilities. In research process determined that strengthening the relationship of the motor intellect and mental abilities leads to improved rates of physical development of orphans 3-6 years. This allows determining efficiency of the developed methodology for overcoming the consequences of complex deprivation orphans in preparation for schooling.

Key words: complex deprivation, orphans, motor intellect, physical development, schooling.

Постановка проблеми. В Україні домінує державна система утримання, виховання та навчання дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківської опіки. Система роботи інтернатних закладів є незмінною протягом десятиріч. У вихованців дитячих будинків та інтернатів спостерігається прогресування явищ комплексної депривації, яка поєднує в собі прояви всіх її форм: рухової, сенсорної, когнітивної, емоційної, соціальної [5]. Встановлено, що у дітей, які осиротіли в ранньому дошкільному віці, був виявлений так званий "синдром сирітства", який включає деприваційну депресію і моторні розлади. Медичний аналіз синдрому сирітства вказує на його певну клінічну схожість з іншими психологічними симптомокомплексами, такими як дитячий аутизм та недиференційована розумова відсталість [8]. Саме тому за рівнем інтелекту, працездатності діти, що виховуються в умовах сирітства, лише нагадують дітей з розумовою відсталістю. Але після адекватного навчання, тренування, що певним чином заохочує, діти-сироти можуть виконувати завдання, що відповідають їх віку. Отже, розгляд медичних та психолого-соціальних аспектів сутності проблеми сирітства як певного "біосоціального феномену" дозволяє стверджувати, що корекційний вплив на наслідки комплексної депривації (або її окремих компонентів) принципово можливий стосовно більшості наведених функціональних розладів, оскільки вони носять зворотній характер при умові усунення причини її виникнення [1, 5, 9]. Але розпочинати корекційну роботу з дітьми-сиротами та дітьми, що позбавлені батьківського