

О. М. ШКОЛА

канд. пед. наук, доц., завідувач кафедри фізичного виховання
Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради, м. Харків

А. В. ОСІПЦОВ

д-р пед. наук, доц., завідувач кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини
Маріупольській державний університет, м. Маріуполь

В. В. СЕМАНЕНКО

студент магістратури
Маріупольській державний університет, м. Маріуполь

**ПІДГОТОВКА ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ З ФІТНЕСУ З ВИКОРИСТАННЯМ
СУЧАСНИХ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ**

В статті розглянуто результати соціологічного дослідження серед студентів кафедр фізичного виховання закладів вищої освіти. Мета дослідження: виявлення соціально-педагогічних передумов впровадження сучасних фітнес-технологій навчання у процесі фахової підготовки тренерів-викладачів з фітнесу.

Досліджено систему підготовки кваліфікованих фітнес-тренерів, конкурентоспроможних на ринку праці, здатних до самостійної творчості, професійного саморозвитку в галузі фітнесу, розробку, освоєння та впровадження інноваційних програм з фітнесу різної спрямованості.

Для впровадження сучасних форм навчання з фізичного виховання, зокрема з фітнесу, а також для забезпечення активізації пізнавального процесу студентів, що буде переважно у такій навчальній роботі, в статті виявлено, що у закладі вищої освіти педагогічного спрямування існують певні організаційно-педагогічні передумови.

Ключові слова: *студенти, сучасні фітнес-технології, суб'єкт-суб'єктне навчання.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Загальновідомо, що на сьогодні сучасний стан фізичного виховання в Україні не відповідає умовам життєдіяльності людства. Дійсно, постійне оновлення змісту, форм та засобів фізичного виховання, про що свідчить постійне вдосконалення навчальних програм та нормативних актів (Концепція загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012-2016 роки, нова редакція Закону України «Про фізичну культуру та спорт» (2010 р.), в цілому призводить до зниження ефективності фізичної підготовки молоді, тим самим впроваджує тенденцією зниження рівня їх здоров'я.

Із усього різноманіття видів рухової активності було обрано фітнес різної спрямованості.

Фітнес-технології – це новий спосіб підготовки фахівців в галузі фізичної культури і спорту, що носить інноваційний характер і де використовується нова сучасна методика навчання з впровадженням в освітній процес різних фітнес-програм. Ці фітнес-технології були використані для фахової підготовки тренерів-викладачів з фітнесу.

Аналіз останніх досліджень та публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор. Основною причиною вказаного вище є недооцінка в суспільстві провідної ролі здорового способу життя в процесі формування ставлення до свого здоров'я, зокрема рухової активності на думку провідних вчених М. Булатової, М. Гончаренко, Г. Грибана, М. Дутчака, М. Носка та інших.

На сьогодні в закладах вищої освіти спостерігається низька ефективність традиційної системи фізичного виховання. Вона спрямована на підвищення стану фізичної

підготовленості молоді, але підготовка фахівців не має належної мотивованої системи навчання.

З точки зору таких науковців, як: Г. Апанасенко, М. Віленський, С. Єрмаков, Л. Лубишева, Л. Матвеев, О. Тимошенко та ін., покращити ситуацію може синхронізація мети сучасної системи фізичного виховання в закладах вищої освіти, а саме формування здоров'я та особистісної фізичної культури, з його змістом – тобто, «виховання тілесного через духовне» (П. Лесгафт). Саме тому змінюються навчальні програми, переорієнтовуючись з освітньо-спортивного напрямку на компетентісно-діяльнісний (О. Хугорський, І. Зимня та ін.).

Для того, щоб вирішити вказані вище завдання В. Давидов, В. Загвязінський, В. Красевський та ін. визначили саме інноваційний характер підготовки кваліфікованих педагогічних кадрів, конкурентоспроможних на ринку праці, здатних до творчості, самостійності, професійного саморозвитку, освоєння та впровадження наукоємних та інформаційних технологій.

Тому проблема підготовки таких фахівців, зокрема з фітнесу, для загальноосвітніх навчальних закладів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спортивних центрів та клубів є актуальною. Своєчасна також підготовка таких фахівців, які б були в змозі використовувати свій особистісний потенціал та активно пізнавати нові технології, методики тощо. Дана фахова підготовка повинна ґрунтуватися на використанні різноманітних методів навчання та сучасних фітнес-технологій (В. Жамардй, А. Осіпцов, І. Прокопенко, О. Школа), бо основним завданням цих методів є підвищення рівня пізнавальної активності студентів. Однак, у спеціальній науково-методичній літературі цьому питанню приділяється недостатньо уваги, що й зумовило актуальність нашого дослідження.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Теоретичний аналіз наукових праць авторів свідчить, що проблема підготовки кваліфікованих фахівців з фітнесу ще не була достатньо вивчена і тому не стала предметом спеціального дослідження.

Формулювання цілей статті. Мета дослідження – виявлення соціально-педагогічних передумов використання сучасних фітнес-технологій у процесі фахової підготовки тренерів-викладачів з фітнесу.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою виконання завдань дослідження, було проведено соціологічне опитування серед 442 студентів факультетів фізичного виховання закладів вищої освіти педагогічного напрямку.

За аналізом та узагальненням даних спеціальної науково-методичної літератури фізичне виховання відрізняється своєю природністю та нерозривністю з життєдіяльністю людини. Воно носить прикладний характер. Зрозуміло, що на сучасному етапі розвитку людини, в умовах постійної зміни інформації, а також розширення можливостей дозволя в галузі фізичної культури та спорту, зміни інтересів та зниження мотивації сучасної молоді до різних видів спортивного тренування та рухової діяльності в загалі, доволі частої трансформації мети фізичного виховання, актуальною проблемою є підготовка таких фахівців з фітнесу, які б мали гнучке творче мислення, були комунікативні, вміли адаптуватися до будь-якої складної життєвої ситуації, використовували б на своїх заняттях нові сучасні методики навчання, тощо [6, 7].

Вирішення певних завдань навчання з фаху можливо за рахунок впровадження студентам спеціальних технологій навчання [1, 3, 4, 5], зокрема використання в освітньому процесі підготовки фахівців з фітнесу сучасних фітнес-технологій. Однак, на даному етапі використання інтерактивних методів та спеціальних технологій у процесі підготовки фахівців за спеціальністю «Здоров'я людини» є недостатньо вивченим.

З метою дослідження вказаної проблеми впродовж 2014-2015 та 2015-2016 навчальних років нами було проведено опитування студентів Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (ХГПА), яка готує вчителів фізичної культури, та Маріупольського державного університету (МДУ), який готує тренерів-викладачів з фітнесу.

Опитування проводилося з використанням анкет закритого типу. Анкета містила питання, що пов'язані з використанням в освітньому процесі інтерактивних методів та фітнес-технологій викладачами. Результати узагальнювалися в таблиці 1.

З таблиці 1 видно, що переважна більшість опитаних респондентів вважає, що між викладачами та студентами встановлено достатньо щільний контакт. Це підтверджується даними з таблиці 1, а саме: 88,9 % студентів ХГПА та МДУ вказують на те, що при проведенні занять викладачі враховують їх точку зору. 88,7 % студентів вважають, що викладачі дозволяють їм використовувати під час опанування навчальним матеріалом власний життєвий досвід.

Аналіз опитування також засвідчив, що 75,3 % студентів мають думку, що вони є достатньо активними у процесі навчання. При цьому викладачі підтримують їх ініціативність та активність – 77,3 % та заохочують до творчого вирішення поставлених навчальних цілей та завдань – 69,4 %.

Результати опитування можна вважати достовірними.

Таблиця 1

Передумови використання фітнес-технологій у процесі підготовки тренерів-викладачів з фітнесу (твердження студентів)

№ п/п	Напрямок опитування	ХГПА, МДУ n=203	
1	Кількість студентів, які вважають, що викладачі на заняттях враховують їх точку зору	88,9	
2	Кількість студентів, які вважають, що використовують під час навчання власний життєвий досвід	88,7	
3	Кількість студентів, які вважають, що виявляють активність у процесі навчання	75,3	
4	Кількість студентів, які вважають, що викладачі підтримують їх ініціативи та активність	77,3	
5	Кількість студентів, які вважають, що викладачі заохочують їх до творчого вирішення поставлених навчальних цілей та завдань	69,4	
6	Кількість фахових дисциплін, які студенти вивчають на певному курсі	5-7	5,6
		8-10	11,8
		11-13	18,2
		13-15	39,4
7	Кількість викладачів, які сприяють активізації, ініціативності, творчості студентів, використанню їх життєвого досвіду	1-2	5,4
		3-4	21,7
		5-7	22,2
		8-10	22,2
		11-13	4,4
		13-15	14,7
8	Кількість студентів бажаних, щоб на заняттях викладачі сприяли активізації, ініціативності, творчості студентів, використанню їх життєвого досвіду	80,2	
9	Кількість студентів, які вважають, що викладачі ставлять перед ними творчі завдання	51,2	
10	Кількість студентів, які вказують на те, що на заняттях вони працюють у малих групах	39,4	
11	Кількість студентів, що вказують на те, що у процесі підготовки на заняттях використовують ігри (рольові ігри, імітації, освітні ігри)	33	
12	Кількість студентів, які вказують на те, що їм завдаються соціальні проекти (публікації для газети ЗВО, презентації, фільми, виставки тощо)	40,7	
13	Кількість студентів, які вказують на те, що на парах обговорюються дискусійні питання (наприклад у формі ток-шоу, флеш-мобів тощо)	31,6	
14	Кількість студентів, які вказують на те, що під час навчання вони беруть участь у таких заходах як «Мозковий штурм» тощо та використовують сучасні фітнес-технології	14,8	
15	Кількість викладачів, на думку студентів, які використовують під час викладання вказані у пунктах 9-14 інтерактивні методи та фітнес-технології	1-2	21,2
		3-4	15,3
		5-7	24,6
		8-10	12,3
		11-13	4,9
		13-15	2,7
16	Кількість студентів, які бажать щоб на заняттях викладачами застосовувались вказані у пунктах 9-14 інтерактивні методи та фітнес-технології	55,7	
17	Кількість студентів, які вказують на те, що на лекції до них запрошуються фахівці з даної галузі, відомі тренери	30,5	
18	Кількість студентів, які вказують на те, що їм проводять навчальні екскурсії до фітнес-центрів	55,2	

	тощо	
19	Кількість студентів, які бажають, щоб під час викладання дисциплін з фаху використовувалися вказані у пунктах 16-17 інтерактивні форми навчання та сучасні фітнес-технології	73,6

Отже, на підставі даного аналізу видно (табл. 1), що у Харківській гуманітарно-педагогічній академії та Маріупольському державному університеті, за твердженнями студентів існують необхідні організаційно-педагогічні умови (контакт викладачів зі студентами, заохочення та підтримка викладачами творчості, ініціативності та активності студентів) для використання інтерактивних методів навчання та сучасних фітнес-технологій.

14,8 % студентів-майбутніх викладачів, відмічають, що на заняттях використовують такі інтерактивні методи як «Мозковий штурм» та сучасні фітнес-технології. Проте, кількість студентів, яким цікаві такі форми організації навчання, становить 69,4 %.

Кількість же фахових дисциплін становить 39,4 % відповідей.

Також аналіз результатів опитування підтверджують, що кількість таких викладачів у закладах вищої освіти коливається у середньому до 24,6 %. При цьому не усі викладачі з фахової підготовки організують інноваційне навчання та застосовують об'єкт-об'єктне навчання. Про це свідчать те, що студентів, які вважають, що викладачі ставлять перед ними творчі завдання – 55,2 %, а також тих студентів, що вказують як спосіб організації занять – роботу у малих групах (39,4%) та у формі ігор (33 %).

40,7 % студентів вказує на те, що під час навчання їм завдаються різноманітні соціальні проекти (публікації для засобів масової інформації, відеофільми, виставки тощо). Приблизно 31,6 % респондентів відмічає, що на заняттях вони обговорюють проблемні питання у вигляді таких ігор як «ток-шоу», флеш-моб тощо.

Таким чином, результати аналізу даних анкети показали, що під час викладання фахових дисциплін використовуються з низькою інтенсивністю лекційні заняття – 55,7 % студентів. Така форма освіти як навчальні екскурсії нерегулярно використовується – 55,2 % респондентів. Проте, бажаючих слухати лекції фахівців-практиків та відвідувати фахові установи та організації, становить 30,5 %.

Також проведений аналіз за твердженнями студентів дозволив встановити, що переважна їх більшість бажає навчатися з використанням сучасних фітнес-технологій – 73,6 %.

Висновки. Отже, під час проведеного дослідження в результаті опитування студентів-майбутніх тренерів-викладачів з фітнесу (МДУ) та викладачів фізичної культури (ХГПА) було виявлено, що для використання сучасних форм навчання та фітнес-технологій при підготовці фахівців у зазначених закладах вищої освіти існують певні організаційно-педагогічні умови. Досліджено, що більша кількість студентів бажає брати участь в освітній роботі, що забезпечить активізацію їх пізнавального процесу.

Подальшого вивчення потребують можливості застосування сучасних фітнес-технологій у закладах вищої освіти для фахової підготовки майбутніх вчителів фізичної культури до їх впровадження.