

Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2012. – № 3 (19). – 420 с.

С. 75-79

УДК 378:796

*Валентина Леонова,
Александр Куц,
Оксана Швец*

**Подготовка студенток педагогического университета
к спортивно-массовой работе по аэробике в школе**

*Глуховский национальный педагогический университет
имени Александра Довженко (г. Глухов),
Винницкий государственный педагогический университет
имени Михаила Коцюбинского (г. Винница)*

Постановка научной проблемы и её значение. Анализ последних исследований. Личность учителя является одним из важнейших условий перестройки общества. При этом особое значение придается качественному улучшению народного образования, его гуманизации и демократизации.

Перестройка народного образования требует от педагогических высших учебных заведений повышения качества подготовки учительских кадров. В связи с этим к личности современного учителя предъявляются более высокие требования. Он должен быть широко образованным человеком, иметь глубокие знания, обладать творческим подходом к разработке методики обучения и приемам раскрытия индивидуальных особенностей учащихся. Учителю необходимо быть хорошим организатором учебно-воспитательного процесса во внеклассных и внешкольных формах работы, в том числе и средствами физической культуры и спорта.

Гуманитарная сущность учителя может быть сформирована также ориентированием и вовлечением студентов в процессе обучения дополнительной педагогической профессии.

Вопросам педагогического мастерства учителя посвящены работы Б. М. Шияна, 1997; М. Т. Данилко, 2000; А. А. Солтыка, 2003; Б. А. Максимчук, 2007; О. А. Пирус, 2012; О. А. Стасенко, 2010; О. В. Тимошенко, 2009 и др.

Несмотря на значительный процент специалистов по физической культуре, выпускаемых педагогическими вузами Украины, в 30% общеобразовательных школ не имеют специального высшего образования [5]. Для решения этой проблемы необходимо расширить профессиональную подготовку учительских кадров, привлекая лучших спортсменов, студентов различных факультетов в отделения спортивного совершенствования.

Отдельные особенности подготовки в педвузах общественно-физкультурных кадров в своих работах ряд авторов (Н. Зубанова, Б. Максимчук, Л. Дудорова, О. Стасенко и др.). Аэробика созвучна искусству

танца и музыки. Она способствует гармоническому развитию студенток, формирует жизненно важные двигательные умения и навыки, вырабатывает красивую осанку и пластику движений. Аэробика включает в себя богатый по содержанию материал: упражнения без предметов и с предметами, хореографию, элементы национальных и современных танцев, исполняемых под музыкальное сопровождение.

Таким образом, эстетическое воздействие аэробики приобретает ценностное значение для воспитания и развития у занимающихся чувства красоты и выразительности движений, положительной эмоциональной их насыщенности в соответствии с характером и содержанием музыкальных произведений.

Целенаправленность на всестороннюю подготовку студенток будет способствовать раскрытию у них духовных, физических и нравственных ценностей.

Однако проблема использования аэробики в целях профессиональной подготовки учителя к ведению учебно-воспитательного процесса еще не стала предметом специальных исследований.

Цель - теоретическое и экспериментальное обоснование разнообразных форм и методов обучения студенток педагогических вузов для проведения учебно-воспитательной, внеклассной и внешкольной работы средствами аэробики.

В соответствии с целью исследования были поставлены задачи:

1) разработать содержание, формы и методы подготовки студенток к воспитательной работе в школе по аэробике; 2) обосновать методические приемы воздействия аэробики на физическое развитие, эстетическое воспитание и творческое мышление.

Для реализации поставленных задач использовались традиционные методы исследования: анализ литературных источников, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, анкетирование, методы математико-статистические методы.

Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследования. Исследования проводились в Глуховском национальном педагогическом университете имени Александра Довженко с участием свыше 150 студенток вторых и третьих курсов разных факультетов в массовых исследованиях. Проведено также анкетирование 73 учителей физической культуры Сумской области по выявлению степени владения элементами аэробики у студенток, поступивших на первый курс, что позволило определить уровень преподавания этого вида в общеобразовательной школе. Из* участников массовых исследований было сформировано две группы в количестве по 25 человек в каждой из них.

В контрольной группе (КГ) студентки занимались по действующей программе для вузов по физическому воспитанию и учебному кафедре. В экспериментальной группе занятия проводились по разработанной нами программе и учебному плану для подготовки инструкторов и тренеров групп начального обучения по аэробике.

В занятиях Экспериментальной группы (ЭГ) в отличие от КГ проводились разнообразные методические приемы, способствующие творческой поисковой работе будущего учителя - воспитателя в различных видах спортивной деятельности по аэробике и осуществляемые путем.

— тренировки двигательной памяти, развивающей целенаправленную наблюдательность и высокую координацию движений;

— развитие творческого воображения посредством поиска различных вариационных движений и

пластической фиоритуры на заданную музыкальную тему;

— развитие композиционного образного мышления (сюжетно-танцевальные сцепки, импровизационные задания с различной интерпретацией музыкальных произведений), сосредоточенности на поставленной задаче, вынашивания замысла двигательного пластического мотива;

— разработки основы композиции через свободу воображения, фантазию, интуицию, широту кругозора:

Проверка профессионально-педагогической подготовленности студенток осуществлялась в процессе: а) учебной практики по аэробике на факультете общественных профессий; б) педагогической практики в оздоровительных лагерях; в) педагогической практики в школах (одновременно с практикой по основному предмету).

На основе экспериментальной программы разработана методика подготовки студенток к работе в школе по аэробике, направленная на развитие их творческого педагогического мышления при подборе учебного материала и методов его воспитательного воздействия.

— воспитания устойчивого интереса к различным формам двигательной деятельности и через воспитание трудолюбия;

— воспитание эстетического восприятия и воспроизведения движений путем использования средств музыкальной выразительности;

— широкое применение методов воздействия на индивидуальные особенности и воспитание чувства красоты в движениях и поступках, любви к педагогической профессии и к детям.

Подготовка студенток к работе по аэробике с учащимися осуществлялась путем изучения программного материала с одновременным формированием профессиональных навыков при проведении общеразвивающих и специальных упражнений, танцев, частой уроках аэробики, а также при занятиях хореографией, акробатикой, изучении основ элементарной теории музыки, творческой работе по составлению танцевальных композиции и упражнении с предметами.

Умения и навыки, приобретенные на учебных занятиях по аэробике проверялись и закреплялись³ в процессе непрерывной педагогической практики, направленной на активное привлечение студенток к участию в учебно-воспитательном процессе школы в качестве помощников классных руководителей, руководителей секционной и кружковой работы, постановщиков и репетиторов спортивных праздников, судей школьных

соревнований.

С этой целью выполнялись домашние задания, конспектирование учебного материала, написание контрольных работ, составление фрагментов аэробики, танцевальных композиций, комплексов утренней и ритмической гимнастики. Одновременно большое внимание уделялось композиционному построению упражнений и методам подбора к ним музыкального материала.

Перед педагогической практикой в оздоровительном лагере и в школе проводились обзорно-методические занятия и семинары, на которых демонстрировались комплексы упражнений утренней гимнастики, показательные упражнения с предметами, массовые танцы.

По большинству показателей общей физической подготовленности студенток выявлено отсутствие достоверных различий между ЭГ и КГ.

В тоже время установлены достоверные различия между исходными и конечными результатами как в ЭГ, так и в КГ в беге на 100 м (%) и в сгибании и разгибании рук в упоре лежа ($P < 0,05$).

В конце первого года обучения результаты ЭГ и КГ в технике выполнения элементов аэробики :казались равнозначными, а в конце второго года обучения (табл. 1) показатели у студенток ЭГ по сравнению с КГ были более высокие ($P < 0,05$).

Таблица 1

Динамика показателей технической подготовленности студенток за период эксперимента

Виды упражнений	Г группы	Статистически показатели ($M \pm S_{m\bar{x}}$)		P
		в конце 1-го года обучения	в конце 2-го года обучения	
Общеразвивающие упражнения	ЭГ	8,1 0,11	8,4 0,05	<0,05
	КГ	7,9 0,09	8,0 0,05	>0,05
Упражнения с предметами	ЭГ	8,0 0,07	8,5 0,05	< 0,05
	КГ	7,9 0,07	8,0 0,05	>0,05
Танцевальные упражнения	ЭГ	8,0 0,07	8,5 0,05	<0,05
	КГ	8,1 0,08	8,3 0,06	>0,05
Сумма многоборья	ЭГ	24,1 0,02	25,4 0,15	<0,05
	КГ	23,9 0,19	23,9 0,19	>0,05

Проверка профессионально-значимых умений оценивалась при проведении студентами подготовительной части урока по аэробике.

Анализ полученных экспериментальных данных показал, что в умении подбора учебного материала к уроку, в объяснении и в показе упражнений ($P < 0,01$), в умении замечать и исправлять сшибки ($P < 0,05$), результаты студенток ЭГ были значительно выше по отношению к КГ, чему способствовало значение гимнастической терминологии, умение демонстрировать упражнения одновременно с объяснением и включать в уроки интересный, доступный для выполнения учащимся материал.

В умении подавать команды и распоряжения и согласовывать движения с музыкой статистически достоверных различий между экспериментальной и контрольной группами не обнаружено.

Подготовленность студенток к составлению и проведению упражнений аэробики определялась по технике показа, композиционному построению, творческому подходу к подбору элементов и музыкальных произведений. Критерием оценки творческой работы студенток являлось применение ими в упражнениях качественно новых движений с оригинальными оттенками технического и выразительного исполнения.

По всем исследуемым компонентам (табл. 2) выявлены статистически достоверные различия у ЭГ по отношению к КГ в составлении танцевальных связок, упражнений с предметами ($P < 0,05 \div 0,01$).

В технике показа упражнения с предметами и в композиционном построении упражнений с предметами различий между обеими группами не выявлено.

Таблица 2

Показатели подготовленности студенток к проведению различных видов педагогической деятельности за период учебной практики

Виды педагогической деятельности	Группы	Экспертная оценка ($M \pm S_{m\bar{x}}$)			
		составление танцевальных связок	P	составление упражнений с предметами	P
Техника показа	ЭГ	4,60 0,14	<0,05	4,56 0,07	<0,01
	КГ	4,00 0,14		3,94 0,14	
Композиционное построение	ЭГ	4,44 0,07	<0,01	4,49 0,07	<0,01
	КГ	3,87 0,14		3,78 0,14	
Элементы творчества	ЭГ	4,60 0,07	<0,01	4,58 0,07	<0,01
	КГ	4,06 0,14		4,06 0,14	
Подбор музыкального сопровождения	ЭГ	4,49 0,07	<0,01	4,50 0,07	<0,01
	КГ	3,78 0,14		3,75 0,14	

Следовательно, после окончания педагогической практики в школе испытуемые ЭГ оказались значительно лучше подготовленными по сравнению с КГ к проведению утренней гимнастики, секционной работы по аэробики и спортивного часа ($P < 0,01$).

Полученные данные свидетельствуют о возросшем уровне специальной и профессиональной подготовленности студенток ЭГ, что подтверждает эффективность предложенной нами методик подготовки студенток к проведению спортивно-массовой работы по аэробики в школе.

Выводы. В системе профессионально-прикладной физической подготовки студенток педагогических университетов к неурочным формам физического воспитания школьников средствами аэробики наиболее важными являются:

а) знания: по теоретическим основам аэробики и элементарной теории музыки; техники упражнений аэробики; методике составления танцевальных композиций и упражнений с предметами; принципам планирования; организации и проведения секционных занятий и соревнований;

б) умения и навыки: подача команд и распоряжений; подбор упражнений и музыкального материала; технически правильное

демонстрирование упражнений, выявление и исправление ошибок; оценка их выполнения; составление комплексов упражнений с предметами, без предметов и танцевальных связок; организация и проведение в режиме учебного дня и во внеурочное время физкультурных занятий с использованием доступных для учащихся упражнений аэробики.

Список использованной литературы

1. Данилко М. Т. Формування готовності до професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. наук з фізич. вих. спорту : спец. 24.00.02 “Фізична культура фізичне виховання різних груп населення” / М. Т. Данилко. - Луцьк, 2000. -19 с.

2. Максимчук Б. А. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до організації спортивно-масової роботи з фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 “Теорія і методика професійної освіти” / Б. А. Максимчук. - Вінниця, 2007. -21 с.

3. Пірус О. А. Формування професійної компетентності майбутніх фахівців сфери фізичної культури і спорту : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. наук з фізич. вих. Спорту : спец. 24.00.02 “Фізична культура фізичне виховання різних груп населення” / О. А. Пірус. - Івано-Франківськ, 2012. – 20 с.

4. Стасенко О. А. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до позакласної роботи з учнями основної школи : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 “Теорія і методика професійної освіти” / О. А. Стасенко. - Кіровоград, 2010.-21 с.

5. Тимошенко О. В. Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 „Теорія і методика професійної освіти” / О. В. Тимошенко. - К., 2009. - 38 с.

6. ШиянБ. М. Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних закладах : автореф. дис. на здобуття ступеня д-ра. пед. наук: спец. 13.00.04 “Теорія і методика професійної освіти” / Б. М. Шиян. - К., 2009.

Анотації

У статті подано характеристику роботи, студенток підготовка студенток до різних форм спортивної роботи в школі засобами аеробіки, основні шляхи підвищення рівня підготовки студенток до роботи в школі з аеробіки та результати експериментальних дослідження.

Ключові слова: студентки, спортивно-масова робота, школа, аеробіка, форми, засоби, дослідження.

Валентина Леонова, Александр Куц, Оксана Швей. Подготовка студенток педagogического университета к спортивно-массовой работе по аэробике в школе. В статье подана подготовка студенток к разным формам спортивной работы в школе средствами аэробики, основные пути повышения

уровня подготовки студенток к работе в школе из аэробики и результаты экспериментальных исследований.

***Ключевые слова:** студентки, спортивно-массовая работа, школа, аэробика, формы, средства, исследования.*

Valentina Leonova, Alexander Kutz, Oksana Seamstresses. Preparing students for the University of pelagic sports-mass work in aerobics in school.

The description of work is given in the article, preparation students to different forms of sports work at schools by facilities of aerobics, basic ways of increasing of level of preparation among students to work at school from aerobics and results of experimental researches.

Key words: students, sports and community work, school, aerobics, forms, facilities, researches.