

ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ПОЗААУДИТОРНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З ФІТНЕСУ

(Шинкарьова О.Д., викладач кафедри олімпійського і професійного спорту) ДЗ
«ЛНУ імені Тараса Шевченка», м. Старобільськ, Україна

Сьогодні беззаперечно зростає значущість наук про освіту. Разом з тим, поява сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій вимагає від майбутніх фахівців фізичної культури і спорту оволодіння теоретичними знаннями, практичними вміннями й навичками щодо організації та проведення не тільки навчальних, але й позааудиторних занять з різних напрямків фітнесу.

Аналіз ролі сучасних фітнес-технологій у підвищенні ефективності фізичного вдосконалення здобувачів вищої освіти (Н. М. Винник, 2016; Т. Ю. Круцевич, 2008; О. В. Отравенко, 2016; П. А. Слобожанінов, 2017; О. М. Худолій, 2010;) дозволив звернути увагу на стан здоров'я і фізичної підготовленості студентів, впровадження в освітній процес закладів вищої освіти сучасних методик і технологій [3, с. 6].

Проблему становить той факт, що методи навчання у ЗВО іноді є застарілими, не підвищують мотивацію до позааудиторних занять з фітнесу. Реалізація сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій в освітньому процесі сприяє формуванню професійних компетенцій, що необхідні у підготовці майбутніх фахівців фізичної культури і спорту [1, с. 78].

На практичних заняттях з фітнесу зі студентами навчально-наукового інституту фізичного виховання і спорту ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка» викладачі використовують системний, гендерний та диференційний підходи до розподілу навантаження та фізичної підготовленості студентів; застосовують різноманітні засоби рухової активності, що дозволяють відобразити соціальні (здоровий спосіб життя), біологічні (рухова активність, фізичний стан і фізична підготовленість), психологічні (мотиви, інтереси) та інші характеристики застосування засобів фізичної культури і спорту із оздоровчою спрямованістю.

Для підвищення ефективності фізичного виховання фахівцям необхідно позбутися педагогічних стереотипів і перейти від авторитарних до гуманізованих методик фізичного виховання, а педагогічний процес спрямувати на формування здорового стилю життя [2, с. 93].

У процесі навчання необхідно стимулювати спонукання, вибірковість і активність здобувачів як суб'єктів діяльності. Для цього на позааудиторних заняттях з фітнесу важливо моделювати професійні ситуації, включаючи студентів у виконання творчих завдань, пов'язаних із здійсненням дозвілєво-рекреаційної діяльності.

Таким чином, ми розглядаємо позааудиторну діяльність з фітнесу як важливу складову формування особистісної культури майбутнього фахівця, як складовий компонент професійної підготовки, який виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок щодо формування, збереження та

зміцнення фізичного, психічного, духовного та соціального аспектів здоров'я. У подальшому планується визначати критерії, показники та рівні сформованості готовності майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до організації позааудиторної діяльності з фітнесу в закладах вищої освіти.

Література

1. Винник Н. М. Використання інтерактивних технологій при формуванні готовності учителів фізичного виховання до спортивно-оздоровчої діяльності у середніх навчальних закладах. Науковий вісник Ужгородського ун-ту – Ужгород: УНУ, 2016. – Вип. 1 (38). С. 76-80.

2. Довгань Н. Ю. Організаційні засади активізації фізичної культури студентської молоді у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи. Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія № 15. зб. наук. праць, Київ, 2015. С. 91–95.

3. Отравенко Олена, Отравенко Ольга. Фітнес з методикою викладання: навч.-метод. посібник – Старобільськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка». 2017. – 152 с.