

## Теоретичні знання як фактор становлення професійно компетентних фахівців з оздоровчої аеробіки

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка (м. Полтава)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Процес підготовки майбутніх фахівців фізичної культури складається з набуття теоретичних знань, формування практичних умінь та навичок, необхідних у професійній діяльності. Під знаннями розуміють сукупність засвоєних фактів, понять, законів науки, у яких відображаються закономірності розвитку природи суспільства [7]. Теоретичні знання є важливим чинником у професійному становленні майбутнього фахівця фізичної культури, зокрема оздоровчої аеробіки. Для успішного проведення занять фахівець з оздоровчої аеробіки повинен володіти знаннями з теорії й методики фізичного виховання та оздоровчої аеробіки, анатомії й фізіології людини, психології, загальної гігієни та дієтології.

У процесі підготовки фахівців з оздоровчих видів фізичної культури поряд із вивченням методики проведення занять з оздоровчої аеробіки, структури побудови занять, базових кроків тощо важливо постійно підвищувати рівень теоретичних знань. Процес навчання слід будувати таким чином, щоб формування професійних умінь та отримання практичного досвіду відбувалося паралельно із теоретичними розділами програми [1; 5; 6]. Наступним чинником підвищення рівня професійної компетентності майбутніх фахівців є систематичний контроль за теоретичною підготовленістю студентів шляхом виконання підсумкових робіт.

**Аналіз останніх досліджень.** Теоретичні знання є важливим складником у становленні професійної компетентності фахівця фізичної культури, на що вказують численні наукові праці дослідників К. Огністої (2001), О. Вацеби, Ю. Петришина (2001), В. Єзерської (2002), А. Забори (2003) та ін. Так, К. Огніста (2001) у процесі дослідження виявила проблему у формуванні фізкультурних знань і культури рухів у системі ціннісних орієнтацій людей різних соціальних та вікових груп [4]. Для цього нею проведено анкетування респондентів різних категорій та визначено значимість знань і вмінь як компонента фізичної культури школярів. В. Єзерський (2002) визначає необхідність розробки системи теоретичної підготовки з фізичної культури для учнів середніх закладів освіти, вважаючи, що теоретико-методичні знання є надзвичайно важливими для формування в учнів рухових умінь і навичок [2]. А. Забора (2003), дослідивши цю проблематику, зробила висновок, що питання технології професійної підготовки вчителя займають одне з провідних місць. Її ефективність залежить не лише від набуття практичних умінь та навичок, а й від чітко організованої структури теоретичних знань [3].

Проте слід відзначити недостатню увагу вчених до формування в студенток теоретичних знань за напрямом “Оздоровча аеробіка” та доцільність упровадження в навчально-виховний процес факультетів фізичного виховання педагогічних ВНЗ дисципліни “Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка)”, у якій велике місце відводилося б теоретичній підготовці майбутніх фахівців.

**Завдання дослідження** – виявити рівень сформованості теоретичних знань студенток на основі впровадження в навчально-виховний процес експериментальної програми дисципліни “Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка)”.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Дослідження проводилося на базі Полтавського національного педагогічного університету ім. В. Г. Короленка, де було сформовано основну групу, та Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди – контрольна група упродовж 2008/2010 н. р. У дослідженні брали участь 26 студенток основної й 24 студентки контрольної груп (далі ОГ, КГ), які вивчали дисципліну “Спортивно-педагогічне вдосконалення” упродовж I та II курсів. Студентки ОГ навчалися за експериментальною програмою, а КГ – за вже існуючою.

Експериментальна програма “Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка)” передбачала: теоретичні (по 8 год на I та II курсах), методично-практичні (8 год на I й 18 год на II курсах), практичні (48 год на I та 18 год на II курсах), контрольні (по 4 год на I й II курсах) заняття,

самостійну та індивідуальну роботу (по 20 год на I курсі й по 30 год на II курсі). У процесі формування теоретичних знань викладач застосовував словесні та наочні методи.

Програма "Спортивно-педагогічне вдосконалення (аеробіка)", за якою навчалася КГ, складалася з лекційних (по 8 год на I й II курсах) й практичних (по 56 год на I й II курсах) занять, самостійної (по 23 год на I й II курсах) та індивідуальної (по 21 год на I й II курсах) робіт.

Наприкінці I та II курсах здійснювався контроль рівня сформованих теоретичних знань студенток шляхом виконання тестових завдань. Після I курсу навчання тести склалися з 20 запитань, а після II курсу – із 40.

Оцінювання тестових завдань проводилося шляхом підрахунку правильних відповідей і наступних обчислень залежно від кількості запитань. У сумі найвищий результат складав 10 балів. Шкала оцінювання розподілялася на чотири рівні:

- 9–10 балів – високий рівень;
- 6,5–8,5 бала – достатній рівень;
- 3,5–6 балів – задовільний рівень;
- 0–3 бали – незадовільний рівень.

Високий рівень характеризувався відмінним володінням теоретичними знаннями з вивчених тем. Студентки мали ґрунтовну базу знань з історії становлення та розвитку аеробіки, понять аеробіки, особливостей впливу занять з оздоровчої аеробіки на функціональні системи організму й основних понять і властивостей музичного супроводу занять з оздоровчої аеробіки.

Достатній рівень передбачав дещо нижчі знання студенток з означених тем. Проте студентки легко вирішували завдання творчого характеру, допускаючи при цьому незначні помилки.

Задовільний рівень передбачав низькі, неґрунтовні знання студенток. Питання творчого характеру не виконувалися або вирішувалися із суттєвими помилками. Такі студентки мали багато прогалин і потребували повторення матеріалу.

Незадовільний рівень відзначався в студенток, які не дали правильних відповідей на 14 запитань і більше. Такий результат характеризував дуже низький рівень знань, і студентки повинні були додатково повторювати матеріал та перескладати тестування.

Студентки досліджуваних груп навчалися за тотожними темами й, незважаючи на те, що вони мали різні назви, їх інформаційне наповнення було однаковим.

По закінченні I курсу тестові завдання склалися з питань, що стосуються історії аеробіки, основних її понять та принципів, впливу занять оздоровчої аеробіки на системи організму тощо. Студентки отримали такі результати: 42 % студенток ОГ досягли високого рівня, 46 % студенток цієї ж групи мали достатній рівень, і 12 % – задовільний. Студентки ж КГ досягли дещо нижчого рівня: високого – 25 % студенток, достатнього – 54 %, та задовільного – 21 % студенток. Отже, студентки ОГ на I курсі навчання мали кращі показники теоретичних знань, порівняно зі студентками КГ (рис. 1).

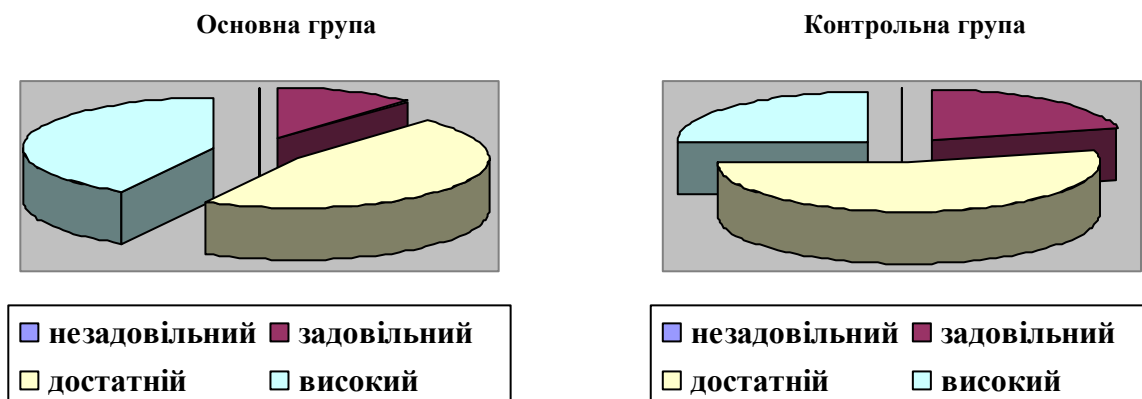


Рис. 1. Рівень теоретичних знань студенток після I курсу

Тестові завдання студенток після II курсу навчання включали питання методичних особливостей проведення занять з оздоровчої аеробіки, особливостей музичного супроводу, техніки виконання вправ, структури занять з оздоровчої аеробіки тощо. Студентки ОГ досягли наступного рівня знань: високого – 73 % студенток, достатнього – 19 % студенток та задовільного – лише 8 % студенток. У

той же час у КГ 8 % студенток мали високий рівень, 29 % – достатній і 63 % – задовільний (рис. 2). Таким чином, ми простежуємо покращення результатів тестування, а отже й зростання теоретичних знань студенток ОГ, порівняно з показниками I курсу навчання, та зниження цих же показників у студенток КГ.

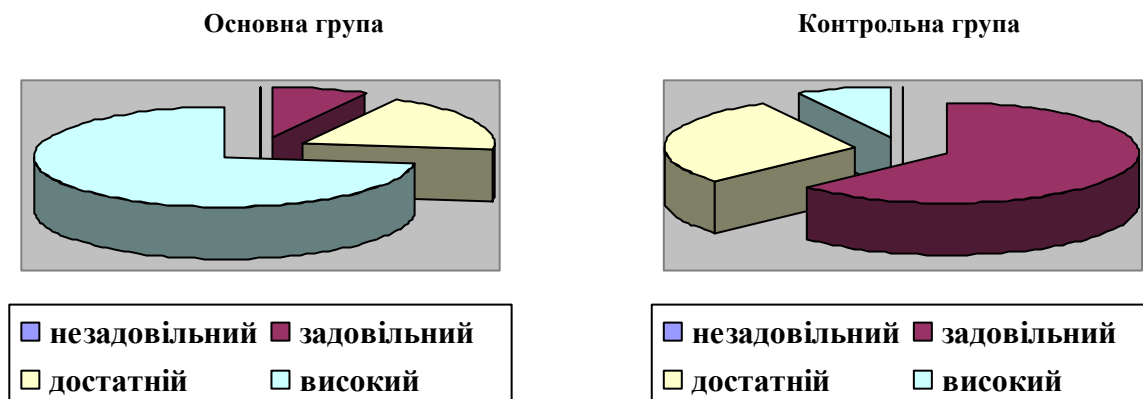


Рис. 2. Рівень теоретичних знань студенток після II курсу

Такий результат, на наш погляд, пов'язаний із тим, що питання тестів для студенток II курсу мали більш тісний зв'язок з оздоровчою аеробікою, адже передбачали фундаментальні знання за цим напрямом. На I ж курсі запитання склалися зі знань загальних предметів (анатомії, фізіології, педагогіки, теорії та методики фізичного виховання й ін.) і давали змогу КГ краще справитися з тестуванням. Отже, експериментальна програма більшою мірою впливає на формування та засвоєння теоретичних знань студенток за напрямом оздоровчої аеробіки. Результати, отримані під час тестування, дають підстави стверджувати, що студентки ОГ краще оволоділи теоретичним матеріалом навчальної програми, ніж студентки КГ.

Поряд із кількісними показниками отриманих студентками знань нами проведено якісний аналіз результатів тестових робіт. Так, у процесі дослідження виявлено, що питання репродуктивного (відтворюючого) характеру з тем з історії розвитку аеробіки, біологічних аспектів оздоровчої аеробіки, класифікації вправ тощо, не викликали труднощів у студенток обох груп. Водночас запропоновано питання творчого характеру, які вимагали глибоких знань теорії з тем, пов'язаних із методикою розвитку фізичних якостей засобами оздоровчої аеробіки, музичним супроводом занять, методичними особливостями проведення занять з оздоровчої аеробіки тощо, вирішення яких викликало труднощі в студенток КГ. Студентки ж ОГ вирішували ці питання легко, що підтверджує ефективність використання експериментальної програми “Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка)”.

Проведене тестування теоретичної підготовленості студенток свідчить, що значна кількість студентів ОГ мали відмінні показники володіння теоретичними знаннями з дисципліни. У КГ також були студентки, які мали високий рівень теоретичних знань, але більшість із них виявили дещо низькі результати й потребували додаткового навчання.

#### Висновки.

1. У процесі дослідження встановлено, що студентки, які навчалися за експериментальною й уже існуючою програмами “Спортивно-педагогічне вдосконалення”, після I курсу навчання мали невелику різницю рівня теоретичних знань. Середній бал у студенток ОГ становив 4,3, а в студенток КГ – 4,04 бала.

2. Протягом II курсу рівень теоретичних знань з оздоровчої аеробіки в студенток ОГ зріс і становив 4,65 бала, а в студенток КГ, навпаки, знизився до 3,45 бала. На нашу думку, це пов'язано з недостатньою фундаментальною підготовкою з оздоровчої аеробіки останніх.

3. Результати проведеного дослідження підтверджують ефективність застосування експериментальної програми з дисципліни “Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка)” в умовах педагогічних ВНЗ.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у дослідженні рівня умінь та навичок з оздоровчої аеробіки в студентів педагогічних ВНЗ.

### Література

1. Вацеба О. Проблеми сучасної теорії фізичного виховання як науки і навчальної дисципліни / О. Вацеба, Ю. Петришин // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х. : [б. в.], 2001. – № 13. – С. 21–25.
2. Єгерський В. Психолого-педагогічні аспекти теоретичної підготовки та її місце у фізичному вихованні учнів середніх закладів освіти / В. Єгерський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х. : [б. в.], 2002. – № 25. – С. 19–24.
3. Забора А. В. Особливості технології професійної підготовки учителя фізичної культури / А. В. Забора // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х. : [б. в.], 2003. – № 11. – С. 53–58.
4. Огніста К. М. Фахівці фізичного виховання та майбутні педагоги про компоненти особистої фізичної культури учнів молодших класів / К. М. Огніста // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х. : [б. в.], 2001. – № 14. – С. 30–34.
5. Синиця С. В. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навч. посіб. / С. В. Синиця, Л. Є. Шестерова. – Полтава : ПП Шевченко Р. В., 2010. – 260 с.
6. Синиця С. В. Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка) : навч. прогр. / С. В. Синиця. – Полтава : [б. в.], 2008. – 64 с.
7. Словарь-справочник по педагогике / авт.-сост. В. А. Мижериков ; ред. П. И. Пидкасистой. – М. : ТЦ Сфера, 2004. – 448 с.

### Анотації

У статті зроблено порівняльний аналіз сформованості професійних знань студенток на основі застосування експериментальної програми “Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка)” і вже існуючої програми “Спортивно-педагогічне вдосконалення (аеробіка)”. Досліджується ефективність послідовності вивчення та засвоєння окремих тем курсу шляхом виконання студентками тестових завдань.

**Ключові слова:** знання, тестові завдання, теоретична підготовка, оздоровча аеробіка.

**Сергей Синица. Теоретические знания как фактор становления профессионально компетентных специалистов по оздоровительной аэробике.** В статье проведен сравнительный анализ сформированности профессиональных знаний студенток на основе применения экспериментальной программы “Спортивно-педагогическое совершенствование (оздоровительная аэробика)” и уже существующей программы “Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика)”. Исследуется эффективность последовательности изучения и усвоения отдельных тем курса путём решения студентками тестовых заданий.

**Ключевые слова:** знания, тестовые задания, теоретическая подготовка, оздоровительная аэробика.

**Serhii Synytsia. Theoretical Knowledge as a Formation Factor of Professional-Competent Experts of Health-Improving Aerobics.** The comparative analysis of professional knowledge formation of female students based on the experimental program “Sports and pedagogical improvement (health aerobics)” and existing program “Sports and pedagogical improvement (aerobics)” is presented in the article. The efficiency of tests usage as a mean of learning and mastering specific themes of the course is investigated.

**Key words:** knowledge, tests, theoretical training, health aerobics.