

5. Прохорова, М.В. *Теоретические и методические основы формирования управленческой компетентности специалистов по физической культуре и спорту в условиях высшего физкультурного образования*. Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. СПб, 1993. 47 с.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ТРЕНЕРОВ ПО СПОРТУ СРЕДСТВАМИ „МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ”

Крайждан Ольга,

Государственный университет физического воспитания и спорта
Республики Молдова

***Keywords:** teachers, trainers, professional training, physical culture and sport, “musical rhythmic education”*

***Summary:** This work presents the training of physical education teachers and sports trainers by means of musical and rhythmic education. One of the main goals of the course “Music and Rhythmic Education” is vocational training in the aspect of coordination abilities of education. For this discipline are used the means of music, dance, rhythmic gymnastics and aerobics. A conceptual model of educational coordination abilities is also used in practice.*

Актуальность исследования. В последнее время в образовательных учреждениях все больше наблюдается нехватка кадров по физической культуре и спорту. Урок физкультуры вынужден вести учитель химии или географии, не имеющие специального образования по физической культуре и спорту, а в спортивных школах часто тренеры не имеют нужной специализации по спорту, по которой работают. Поэтому, появились курсы по переподготовки кадров с педагогическим образованием при университете физического воспитания и спорта. В рамках этих курсов преподаватели и тренеры проходят такие дисциплины как, теория и методика физической культуры и спорта, теория и методика спортивных игр, дидактика гимнастики, музыкально-ритмическое воспитание и другие.

Цель исследования. Профессиональная подготовка тренеров и преподавателей по физическому воспитанию и спорту средствами „Музыкально-ритмического воспитания”.

На сегодняшний день анализ научной и учебно-методической литературы, а также документальных материалов учебных дисциплин, позволил выделить базовый курс, способствующий формированию координационных способностей у студентов-курсантов университета физической культуры и спорта, которым является „Музыкально-ритмическое воспитание”.

Одними из главных задач курса „Музыкально-ритмическое воспитание” является профессиональная подготовка кадров в аспекте воспитания координационных способностей. Для этого дисциплина использует средства музыки, танца, художественной гимнастики и аэробики. Все представленные средства, проявляются в кумулятивном эффекте занятий, где одни средства дополняют другие с целью закрепления приобретенного в процессе урока навыка [2].

Координационные способности, как отмечает О.Е. Афтимичук [1] составляют основу профессионально-двигательной деятельности тренера-преподавателя любого из видов физической культуры и спорта. Особенно это относится к тем видам, где используются музыка и танец.

Двигательная координация является одним из наиболее существенных составных элементов двигательной подготовки будущих специалистов в области физической культуры и спорта. Высокий уровень ее развития является базой не только в спорте, но и в любой профессиональной деятельности: трудовой, педагогической, искусства, и т.д. Степень развития координационных способностей определяет положительный результат и в профессиональной деятельности тренера-преподавателя по всем видам спорта. Спортивная практика показывает, что в последнее время тренеры часто внедряют в свои тренировочные планы по подготовке спортсменов средства „Музыкально-ритмического воспитания”, такие как гимнастика, аэробика, танец и музыка, воздействующие на специфические координационные способности, для улучшения результатов техники определенного вида спорта. Одновременно с этим, анализ имеющейся литературы по проблеме профессиональной подготовки специалистов в области физической культуры [3, 5 и др.] не отразил моментов целенаправленного воспитания координационных способностей у будущих преподавателей и тренеров. Вероятно, это вызвано тем, что в различных видах спортивно-физкультурной деятельности предъявляются объективно разные координационные требования, как к спортсмену, так и к тренеру-преподавателю.

В рамках курсов реквалификации преподавателей и тренеров дисциплина „Музыкально-ритмическое воспитание”, предполагает 18 часов, из которых 2 часа отводится лекционному материалу и 16 часов –

практико-методическим занятиям. Лекция охватывает материал элементарной теории музыки и определению важности понятий развития у специалистов физической культуры и спорта чувства ритма и координации движений.

Практико-методические занятия для преподавателей физической культуры включают упражнения для развития кратковременной памяти, гимнастические и танцевальные шаги, шаги базовой аэробики для развития чувства ритма и координации движений, для развития ручной ловкости использовались упражнения с гимнастическими предметами: обруч, мяч и скакалка. К тому же занятия включали и народные танцы.

Для тренеров-преподавателей различных видов спорта ставился также акцент на развитие координационных способностей: двигательной координации, точности, чувства ритма, темпа, ориентации в пространстве, чувства равновесия. На занятиях выполнялись координационные связки на воспроизведение ритма движений, воспроизведение за преподавателем аэробных шагов базовой и танцевальной аэробики с последующим выполнением их самостоятельно по линейному методу и методу сложения. Были также использованы, как и у преподавателей, народные танцы; из гимнастических предметов использовалась скакалка. Аэробика и танцевальная аэробика широко применяется в различных видах спорта в подготовительной части тренировки. Скакалка также является средством, широко применяющимся в общей физической подготовке спортсменов во всех видах спорта.

В тоже время, теоретическое изучение и обобщение материалов научно-методической литературы, посвященной воспитанию координационных способностей, содержание куррикулума по „Музыкально-ритмическому воспитанию”, позволили использовать на практике концептуальную модель воспитания координационных способностей О.М. Крайждан [4] (Рис. 1).

Модель подразумевала поэтапное формирование координационных способностей, адаптивную для студентов-курсантов.

Первый этап предполагает воспитание специально-двигательных способностей, что способствует приобретению двигательных умений и навыков, а также освоению техники элементарных упражнений без предмета (волны, расслабления, взмахи, махи; шаги, подскоки, простые по форме прыжки и др.).

Второй этап направлен на последовательное воспитание специализированных восприятий/„чувств” в сочетании их со специально-двигательными способностями, что детерминирует собой соответственное наложение специализированных восприятий/„чувств” на уже

сформированную двигательную основу, например, на базе развития устойчивости вестибулярной реакции формируется чувство равновесия; простые по форме повороты на месте, с продвижением, равновесия на всей стопе, а также опробование работы с предметом.

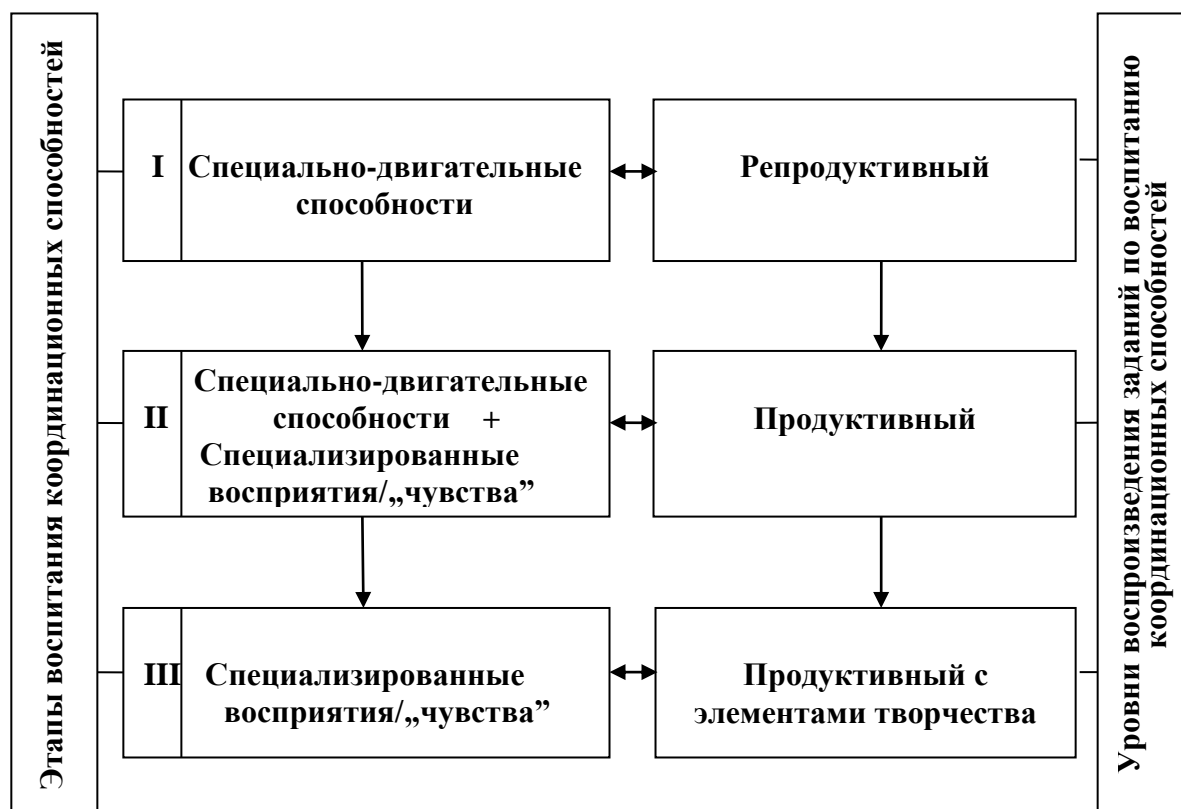


Рис. 1. Схема концептуальной модели воспитания координационных способностей [4]

Третий этап предусматривает непосредственное формирование специализированных восприятий/„чувств”, что предполагает освоение техники упражнений с предметом, совершенствование техники упражнений без предмета (прыжки со скакалкой; „вертушки” на полу с обручем в комбинации с равновесиями; перевороты боком с обручем; броски с обручем, броски и отбивы с мячом в связке с поворотами, равновесиями и т.п.).

В нашем случае концептуальная модель предполагает систему учебных занятий по музыкально-ритмическому воспитанию, предусматривающую выполнение заданий по воспитанию координационных способностей, проходящую через иерархию *уровней*

моделирования, которые детерминируют собой последующее постепенное их усложнение.

1. *Репродуктивный уровень* определяет собой моделирование двигательных умений и навыков гимнастики: вариации шагов и бега танцевального характера, упражнения базовой аэробики, различные их комбинации, сочетания.

2. *Продуктивный уровень* характеризует способность моделировать двигательные задания согласно определенному ритмическому рисунку, музыкальному произведению.

3. *Продуктивный уровень с элементами творчества* представлен способностью к творческому раскрытию своих умений и навыков при построении композиционных этюдов с предметами или комплекса аэробики.

Основными задачами координационной подготовки в физкультурной и спортивной деятельности, по В.И. Ляху [6], являются: систематическое овладение новыми двигательными действиями, совершенствование и адекватное применение их в вариативных условиях тренировки и соревнований; развитие общих и специфически проявляемых координационных способностей: способностей к дифференцированию пространственных, силовых и временных параметров движений, приспособлению и перестроению двигательных действий, ориентированию, быстрому реагированию, ритму, равновесию, согласованию, а также способности к произвольному расслаблению мышц и других, которые особенно важны для соответствующих видов спорта; развитие психофизиологических функций (сенсорных, перцептивных, мнемических, интеллектуальных), связанных с развитием общих и специфических координационных способностей.

Частными задачами координационной подготовки, которые в определенной мере совпадают с задачами физической подготовки спортсмена, являются совершенствование вышеназванных координационных способностей в сочетании с развитием физических способностей.

Вывод и перспективы исследования. Таким образом, выше изложенное, можно определить и как профессиональную подготовку тренеров и преподавателей физкультуры и спорта средствами „Музыкально- ритмического воспитания” поскольку их профессиональная деятельность сочетается со всеми компонентами и характеристиками двигательной деятельности. Профессиональная подготовка специалистов физической культуры и спорта на сегодня остается еще пока в перспективах исследования.

Библиография

1. Афтимичук, О.Е. *Кинестетическая деятельность учителя в системе урока физического воспитания*. În: *Politici de promovare a culturii fizice și sportului în RM: Mater. semin. teor.-științ.* Chișinău: INEFS, 2004, p. 92-100.
2. Афтимичук, О. *Проблема формирования интегративных координационных качеств в рамках дисциплины „Музыкально-ритмическое воспитание”*. În: *Buletin Științific. Seria: Educația fizică și sport. Vol. I: Simpoz. Internaț.: Educația prin Sport.* Pitești: Univ. din Pitești, 2005, Nr.9/1, p. 217-220.
3. Корецкий, В.М., Зверев, С.М. *Профессионально-педагогическая деятельность преподавателей физической культуры: Метод. разраб. по учебной практике для пед. фак-тов.* Москва, 1985. 27 с.
4. Крайждан, О.М. *Воспитание координационных способностей у девочек 6-7 лет на этапе начальной спортивной подготовки в художественной гимнастике: Дисс. ... д-ра пед. наук.* Кишинев, 2011. 214 с.
5. Луткова, Н.В. *О месте творческой деятельности в педагогической практике студентов*. В: *Формирование профессионально-педагогического мастерства студентов ИФК в условиях непрерывной пед. практики: Сб. науч. тр. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта.* Ленинград, 1989, с. 74-77.
6. Лях, В.И. *Координационно-двигательное совершенство в физическом воспитании и спорте: история, теория, экспериментальные исследования*. В: *Теория и практика физической культуры*, 1995, № 11, с. 16-24.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ФИТНЕС-ТРЕНЕРА ДЛЯ РАБОТЫ С КОРПОРАТИВНЫМИ КЛИЕНТАМИ

Лысакова Наталья, Благий Александра,

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина

Keywords: *fitness trainer, professional competence, corporate clients*

Annotation. *The article substantiates the need for training specialists to work with corporate clients. The foreign experience of corporate wellness programs implementing is resented in the article. The approaches to the formation of professional competencies of a fitness trainer for working with corporate clients are considered.*

Актуальность. В связи с вступлением в новую информационную эпоху проблемы, касающиеся здоровья и благополучия на рабочем месте, становятся все более актуальными. Автоматизация труда и развитие