

2. Анненкова, І.П. *Теорія і методика моніторингу якості професійної діяльності науково-педагогічних працівників вищих навчальних закладів*: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук: спец. 13.00.06 «Теорія і методика управління освітою». Старобільськ, 2016. 43 с.

3. Батечко, Н.Г. *Теоретико-методичні засади підготовки викладачів вищої школи в умовах магістратури*: дис... докт. пед. наук за спец.: 13.00.04. Київ, 2016. 669с.

4. Кремень, В.Г. *Проблеми якості української освіти в контексті сучасних цивілізаційних змін*. В: Український педагогічний журнал, 2015, № 1, с. 8-15.

5. *Проект Концепції розвитку освіти України на період 2015–2025 років* [Електронний ресурс] // МОН України. Режим доступу: <http://old.mon.gov.ua>.

6. *Рейтинг університетів за показниками Scopus 2017 року – Освіта.UA* / <http://osvita.ua/vnz/rating/55425/>

7. Степанченко, Н.І. *Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах*: дис... докт. пед. наук за спец.: 13.00.04. Вінниця, 2017. 629 с.

ОСОБЕННОСТИ КОММУНИКАЦИИ ТРЕНЕРА ПО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКЕ В РАМКАХ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЙ

Райко Оксана,

Государственный университет физического воспитания и спорта,
г. Кишинев, Республика Молдова

Keywords: *communication, coach, health aerobics.*

Summary. *In the article are determined the specifics of the coach's communication of health aerobics, as well as the prospects for developing a methodology for professional and communicative training of a future specialist to conduct this type of physical fitness.*

Актуальность. На сегодняшний день здоровый образ жизни получил наивысшую жизненную оценку со стороны населения. Неблагоприятные социально-экономические условия жизнедеятельности современного человека мотивируют современного человека к поиску средств, способствующих сохранению, повышению уровня здоровья.

В число таких средств входит Фитнесс, составляющей которого является *оздоровительная аэробика*. Это высоко популярный вид двигательной активности, особенно среди женщин и детей. В основном занятия проводятся фронтальным или групповым методом организации. В этой связи тренеру по оздоровительной аэробике необходимо обладать профессионально-коммуникативными умениями и навыками.

Целью нашего исследования является определение специфики коммуникации тренера по оздоровительной аэробике. Разрешение цели послужит основой для разработки методологии профессионально-

коммуникативной подготовки будущего специалиста к проведению данного вида оздоровительной физической культуры.

Методы исследования. Для реализации поставленной цели были использованы методы теоретического анализа специализированной литературы, анализ опыта работы тренеров по фитнесу, обобщение и синтез изученных материалов.

Основной материал и обсуждение результатов. Проведение оздоровительных занятий предполагает постоянное общение с занимающимися, которое исполняет несколько функций:

- организация занимающихся;
- обучение упражнениям;
- уточнение движений;
- исправление ошибок;
- регулирования нагрузки;
- поддержание положительного эмоционального фона.

При этом общение может иметь как вербальную форму, так и невербальную. Для этого определена система обозначений движений, предполагающая использование терминов, а также специальную жестикуляцию. При записи и проведении оздоровительных программ тренеры используют определенные названия для каждого конкретного движения. Так как многие из направлений современной аэробики заимствованы из зарубежных источников, то часто используются для обозначения движений термины на английском языке, что не отвечает принципу доступности, предъявляемому к терминологии.

Для того чтобы избежать разных толкований в названии и содержании движений, необходимо сопровождать каждый термин на английском языке соответствующим ему русским названием с описанием особенностей данного движения [4].

Наряду с этим, к тренеру по оздоровительной аэробике предъявляются требования к знаниям способов применения терминологии и умениям их правильно использовать. В аэробике такие умения использовать указания и команды называются «кьюингом» (от английского слова «cue», переводимого как «указание, намек»). «Кьюинг» предполагает объединение (одновременное использование) словесных (вербальных) и визуальных (невербальных) приемов. Указания во время занятия тренеру надо давать четко и правильно по форме, но при этом они не должны нарушать ход урока, то есть их следует использовать правильно по времени, а также должны быть конкретными, точными и убедительными. „Словесные объяснения должны быть кратки, точны, образны и конкретны. – Пишут в своей работе „Ритмика. Музыкальное движение” С. Руднева, Э. Фиш. – Недопустимо путать термины или исказить значение слов” [8, с. 21].

Отличительной чертой аэробики при проведении упражнений является умение использовать не только *прямой подсчет*, но и *обратный*. Прямой подсчет применяется при освоении нового движения и для воспитания умения согласовывать движения с музыкой. При переходе от одного элемента к другому поточный метод выполнения упражнений в аэробике предусматривает обратный подсчет.

Работа в аэробном режиме происходит в условиях поточного метода выполнения физических упражнений. Это создает некоторые осложнения в управлении группой, поскольку тренер-преподаватель двигается вместе с занимающимися, а значит, теряет вместе с ними много энергии. Для удобства в руководстве группой используются все средства общения. Особое значение уделяется специально разработанным для этой цели жестам.

Жестикуляция на занятиях по оздоровительной аэробике входит в разряд невербальных методов управления группой [1]. Большая их часть определяет направление выполнения упражнений. Некоторые из них являются своеобразной командой к очередному действию.

Особого значения приобретает данная терминологическая группа коммуникации в основной части занятия.

Содержание основной части занятия по оздоровительной аэробике включает упражнения двух типов: аэробные и силовые. И последние из представленных функций общения (обучение упражнениям, уточнение движений, исправление ошибок, регулирования нагрузки) выполняют первостепенное значение, что вытекает из задач данной части занятия.

Согласно типам упражнений, основная часть структурируется на аэробную (Aerobics) и силовую (Floor work) части, которые разнятся и по форме исполнения, и по нагрузке.

В аэробной части упражнения выполняются поточным и серийно-поточным способом, в темпах от выше среднего (120-130 уд/мин) до очень быстрого (160-180 уд/мин) [5], в зависимости от уровня подготовки занимающихся. В силовой части применяют «интервальный» метод и метод «круговой» тренировки. От умеренного (60-90 уд/мин) до среднего (90-120 уд/мин). И здесь очень важно владеть высоким уровнем коммуникативно-педагогической техники.

Педагогическая техника – это важнейший компонент мастерства преподавателя, позволяющий ему развиваться и совершенствоваться в своей профессии. Она представляет собой тот набор средств, приемов и методов, который помогает преподавателю наладить контакт с воспитанниками и грамотно изложить информационный материал [7].

Выделяют следующие компоненты педагогической техники [9]:

– перцептивные способности, выражающиеся в развитости памяти, воображения и наблюдательности;

- коммуникативные навыки, проявляющиеся в умении налаживать контакт с аудиторией;
- внешний вид педагога (ухоженность, а также общий стиль);
- умение использовать вербальные (богатство словарного запаса, техническая грамотность) и невербальные (дикция, интонация и смысловые акценты) средства общения;
- способность управлять собой (контролировать походку, жесты, мимику, осанку).

Данные компоненты предполагают в первую очередь устное мастерство. Преподавателю/тренеру очень важно уметь корректно излагать свои мысли для чего необходимо следующее: быть технически грамотным в материале, который он объясняет своим воспитанникам; соблюдать правильность произношения текста; излагать информацию в максимально простой и доступной форме; украшать свою речь эпитетами и метафорами; владеть богатым словарным запасом и хорошей дикцией; правильно расставлять паузы и смысловые ударения.

Учитывая выше изложенное, мы задались целью разработать курс вербальной подготовки студентов, будущих тренеров по оздоровительной аэробике. Содержание курса предполагает использование литературных произведений: скороговорки, прибаутки, стихи, тексты песен. Данная литература имеет строгую ритмическую структуру, с помощью которой, по нашему мнению, можно сформировать речь тренера по оздоровительной аэробике, отличающейся своим ритмическим построением, согласующимся с темпо-ритмом исполняемых движений-упражнений.

При этом, как декларирует О.Е. Афтимичук [2], воспитанию ритма речи может способствовать музыка. Музыкальный ритм представляет собой мощнейшее средство психофизической подготовки [6]. В связи со сказанным, наша методика подразумевает использование специально отобранных музыкальных произведений, с четким ритмом и темпом исполнения. К тому же, мы будем придерживаться уже отработанного алгоритма формирования ритма речи [3]: движение → движение + речь → *речь*. В основе данной системы лежит развитие чувства ритма, что предполагает музыкально-ритмическое воспитание.

Таким образом, состав средств нашей методики по воспитанию коммуникации тренера оздоровительной аэробики в рамках занятия будет включать (Таблица 1):

Таблица 1
Средства воспитания коммуникации тренера оздоровительной аэробики

СРЕДСТВА			
речевые		музыкальные	двигательные
вербальные	невербальные		
<i>скороговорки, прибаутки, стихи, тексты песен; терминологический состав профессиональной речи</i>	<i>жесты, движения головы и туловища и др.</i>	<i>ритм, темп, паузы, интонация</i>	<i>упражнения различных видов гимнастики (базовой, ритмической, художественной, аэробной)</i>

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Коммуникативная деятельность специалиста педагогических профессий является ведущей, что определяет ее значимость. Однако этой проблеме не уделяется должного внимания при подготовке тренера по оздоровительной аэробике. Данный вывод обосновывает необходимость изысканий в аспекте его профессиональной коммуникативной подготовки.

Библиография

1. Афтимчук, О.Е. *Оздоровительная аэробика*. Теория и методика: [учебное пособие]; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. Кишинев: "Valinex" SRL, 2011. 310 р.
2. Афтимчук, О.Е. *Ритм общения в структуре коммуникативной дидактической деятельности учителя физической культуры и методика его формирования*. В: Духовно-физическое воспитание личности в образовательном пространстве физической культуры. Монография / Под общ. ред. Т.Т. Ротерс; авт. кол.: О.Е. Афтимчук; Е.Е. Заколотная, В.Н. Мазин, Е.В. Отравенко; Э.Й. Савко; Н.Ю. Шумакова // Гос. учрежд. «Луган. нац. ун-т им. Т. Шевченко». Луганск: Изд-во ГУ «ЛНУ им. Т. Шевченко», 2013, с. 317-365.
3. Афтимчук, О.Е. *Технология поэтапного формирования у студентов умений комплексной координации в рамках интегративной дидактической деятельности учителя физической культуры*. В: Взаємодія духовного і фізичного виховання у формуванні гармонійно розвиненої особистості: збірник статей за матеріалами II науково-практичної online-конференції з міжнародною участю (Слов'янськ, Україна, 25 березня 2015 р.) / за ред. В.М. Пристинського, О.І. Федорова. Слов'янськ: ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”, 2015, с. 512-519.
4. Давыдов, В.Ю., Коваленко, Т.Г., Краснова, Г.О. *Методика преподавания оздоровительной аэробики*. Учебное пособие. Волгоград: Изд-во Волгогр. Гос. унив., 2004. 124 с.
5. Крючек, Е.С. *Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий*: Учебно-методическое пособие. Москва: Terra-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. 64 с.
6. Леви, В. *Вопросы психобиологии музыки*. В: Музыкальная психология: Хрестоматия. Москва: МГК им. Чайковского, 1992, с. 92-99.
7. Михалкина, С. *Коммуникативная компетентность студента педагогического вуза*. Москва: LAP Lambert Academic Publishing, 2011. 200 с.

8. Руднева, С., Фиш, Э. *Ритмика. Музыкальное движение*. Москва: Просвещение, 1972. 334 с.

9. Ткачева, М.С. *Педагогическая психология*: Конспект. Москва: Издательство Юрайт; ИД Юрайт, 2010. 191 с.

ДУХОВНО-НРАВСТВЕННЫЙ КОНТЕКСТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ротерс Татьяна Тихоновна,

Луганский национальный университет им. Тараса Шевченко,
г. Луганск, Украина

Key words: *spirituality, spiritual culture, professional development, moral values, teacher, health, healthy lifestyle.*

Abstract. *The article “The spiritual and moral context of physical education teacher’s professional development” deals with the formation in PE teachers of spirituality, spiritual culture as the basis of students’ love and interest in physical education, development of health value and healthy lifestyle.*

Актуальность проведенного нами исследования, которое выполнено в плоскости совершенствования личности учителя физической культуры в процессе профессиональной деятельности, связано с изменением профессионального мировоззрения, своего профессионального имиджа через учебный предмет «Физическая культура», через систему физического воспитания школьников, где доминируют ценности здоровья и здорового образа жизни.

Отмечаем, что результаты профессиональной деятельности учителя физической культуры измеряются определенными периодами, например: молодой специалист, когда профессиональный опыт ограничивается 5-ю годами; период профессионального становления – от 5 до 10 лет, специалист физической культуры – от 10 до 15 лет и период профессиональной зрелости – от 15 лет и старше. В определенные нами периоды происходит процесс профессионального развития учителя физической культуры – как закономерное изменение, переход от одного качественного состояния в другое, более совершенное [4]. При этом меняется степень сознательности, просвещенности и культурности учителя в соответствии с требованиями профессии, которая с одной стороны предъявляет высокие требования к уровню физической, технической подготовки, владению содержанием программного материала, а с другой – личностным качествам учителя физической культуры.