

УДК 378.22:796.071.43:[796.412]

Д. В. ПЯТНИЦЬКА

викладач кафедри спортивно-педагогічних і біологічних дисциплін
КЗ “Харківська гуманітарно-педагогічна академія”
Харківської обласної ради

АНАЛІЗ ФОРМ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ

У статті проаналізовано форми організації навчального процесу майбутніх фітнес-тренерів, виділено загальні й конкретні форми. До загальних форм віднесено: лекційні, семінарські, практичні заняття, види практик. У формах, що потребують участі викладача, виокремлено й обґрунтовано: індивідуальні, колективні та групові способи організації професійного навчання.

Ключові слова: форми організації, професійне навчання, фітнес-тренери.

Глобальною проблемою соціального розвитку сучасного суспільства вважають збереження та зміцнення здоров'я людини, організацію активного дозвілля. Така тенденція пов'язана з різким зниженням здоров'я населення, що зумовлено неправильним харчуванням і гіподинамією, популяризацією засобами масової інформації здорового й активного стилю життя, створенням моди на відвідування фітнес-закладів. Саме тому наразі актуальною є проблема підготовки фахівців, які професійно вирішували б питання оздоровлення населення, пропаганди здорового способу життя й організації активного відпочинку, проведення фізкультурно-оздоровчих занять і заходів. Проблемам професійної підготовки фахівців із оздоровчої фізичної культури присвячено дослідження багатьох учених (Т. Круцевич, І. Мілехіна, Ю. Менхін, Т. Ротерс, Л. Сіднева, Е. Хоулі, О. Школа та ін.); фізичної реабілітації (Г. Верич, В. Кукса, В. Пикалюк та ін.); фізичної рекреації, оздоровчої гімнастики й фітнесу (М. Батіщева, В. Видрін, Є. Ільїн, Г. Ільницька, Т. Лисицька, Ю. Менхін, О. Фоменко та ін.); організації оздоровчого тренування (Т. Круцевич, В. Платонов, Б. Френкс, Ж. Холодов та ін.). Проте особливості використання форм організації професійного навчання майбутніх фітнес-тренерів досі не стали предметом дослідження вчених.

Мета статті – проаналізувати форми організації професійного навчання майбутніх фітнес-тренерів.

У процесі професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів можна виокремити загальні та конкретні форми організації навчання. Загальні форми найповніше виявляються в навчальному процесі, їх можна представити у вигляді блоків у такій логічній послідовності: лекційний блок, блок семінарських і практичних занять, самостійна та індивідуальна робота, блок практик (рис. 1). Кожному блоку професійної підготовки відповідають цілком конкретні компоненти, дії та операції. У процесі їх зміни роз-

гортаються форми взаємодії викладача та студентів у логічній перебудові рівнів саморегуляції – від максимальної допомоги викладача у вирішенні поставлених завдань до послідовного збільшення власної активності студентів, аж до саморегулятивних і самоорганізуючих дій, вияву власної професійної позиції. Конкретні форми навчання ґрунтуються на основі різних поєднань загальних.

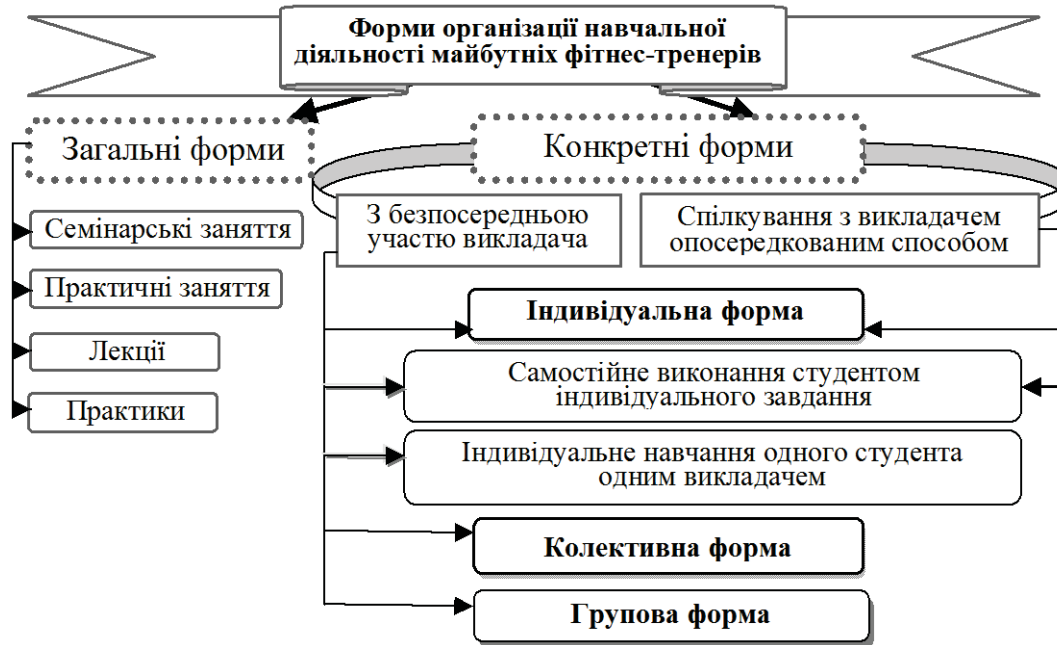


Рис. 1. Форми організації навчального процесу майбутніх фітнес-тренерів

Розглянемо детальніше конкретні форми організації навчального процесу майбутніх фітнес-тренерів, що забезпечують процес передачі студентам знань, умінь, досвіду, виявлення й удосконалення особистих здібностей, доведення їх до рівня професійних. Цей процес можна здійснювати у двох формах: безпосереднього спілкування студента з викладачем і у вигляді спілкування опосередкованим письмовим способом. Передача знань студентам опосередкованим способом відбувається у вигляді спілкування письмовою мовою, у цьому випадку в ролі учителів виступають автори підручників, навчальних посібників. Роль викладача обмежена постановкою навчальних завдань і контролем за якістю їх вирішення. Засвоєння навчальної інформації здійснює сам студент без безпосередньої участі викладача. У процесі безпосереднього спілкування навчання студента спрямоване на передачу та засвоєння соціального й професійного досвіду, теоретичних знань і практичних умінь, як правило, в умовах аудиторної роботи і є навчанням у традиційному розумінні. У зв'язку з цим найбільш загальними підставами для диференціації організаційних форм навчання повинні бути особливості спілкування викладача із студентом і спілкування між студентами.

Відносини викладача із студентами під час навчального процесу можуть мати три форми: один викладач навчає одного студента (індивідуальна

форма); один викладач навчає одночасно декілька груп студентів (групова форма); один викладач навчає академічну студентську групу (колективна форма). Взаємодносини студентів у процесі навчання можуть бути такими: студенти працюють самотійно, не контактуючи між собою (індивідуальна форма); двоє студентів навчають один одного (парна форма); група студентів, спілкуючись між собою, спільними зусиллями вирішують навчальне завдання (групова форма); спілкування відбувається в парах змінного складу, коли кожен член групи навчає кожного (колективна форма).

Останні три форми навчання більшість авторів [1; 2; 3] зараховують до категорії колективних форм навчання, тоді як першу форму вважають суто індивідуальною. При цьому важливо звернути увагу, що поняття “індивідуальна форма” використовують у науково-педагогічній літературі для позначення абсолютно різних за змістом реальностей. Так, із погляду відносин викладача та студентів під індивідуальним навчанням розуміють навчання одного студента одним викладачем, а з погляду взаємин студентів – навчання за відсутності контактів між ними. Те саме можна сказати й про застосування поняття “групова форма навчання”. Така неоднозначність змісту цих понять ускладнює їх застосування при теоретичному аналізі змісту організаційних форм навчання і призводить до того, що окремим формам присвоюють подвійну назву: індивідуально-групова, індивідуально-фронтальна, колективно-групова, колективно-фронтальна тощо. Це зумовлено необхідністю відобразити в назвах як характер спілкування викладача із студентами, так і характер спілкування студентів між собою [3; 4]. Головною перевагою індивідуальної форми є те, що вона дає змогу: повністю адаптувати зміст, методи, темп навчання студента до його індивідуальних особливостей; стежити за кожною його дією та операцією при вирішенні конкретних завдань; управляти його просуванням від початку до завершення; вчасно вносити необхідні корективи як у діяльність студента, так і викладача; працювати економно, постійно контролювати витрати своїх сил; працювати в оптимальному для себе темпі та ритмі, що зумовлює високі результати навчання. Проте, незважаючи на всі його переваги, у практиці професійної підготовки його застосовують доволі обмежено. Така форма взаємодії можлива під час навчання студентів, які здобувають освіту за індивідуальним графіком. Для таких студентів заздалегідь розробляються навчальні завдання й критерії їх оцінювання, виділяють час для спілкування з викладачем [1]. Учені Я. Бурлака та В. Вихрущ [2] виділяють три види індивідуальної роботи: власне індивідуальну – форма організації навчальної діяльності, при якій роботу кожен студент виконує окремо у властивому йому темпі під керівництвом викладача над різними за змістом завданнями (вона розрахована на індивідуальний рівень підготовленості студента); індивідуально-групова – форма організації навчальної діяльності груп студентів, але без їх взаємодії, під керівництвом викладача над однаковим за змістом завданням; індиві-

дуально-фронтальна – форма організації навчальної діяльності всіх студентів без їх взаємодії під керівництвом викладача над однаковим за змістом завданням. Сприйняття та засвоєння навчального матеріалу кожним студентом відбувається в процесі одночасної роботи всієї групи, у загальному темпі, на основі однакового вихідного рівня підготовленості до виконання навчального завдання [2].

Індивідуальна форма – навчально-пізнавальна діяльність під час виконання специфічних завдань із виявом певної самостійності. При індивідуальній роботі кожен студент отримує специфічне, призначене виключно для нього, завдання. Студенти, які мають різний рівень реальних навчальних можливостей, отримують завдання різного рівня складнощів. Виявлені особливості індивідуальної роботи визначають її цінність і місце в цілісній структурі навчального процесу. Індивідуальну форму як форму навчання, при якій студент не вступає у співпрацю з іншими студентами, також використовують у процесі підготовки майбутніх фітнес-тренерів. При такій формі навчання вся спільна робота студентів полягає в тому, що вони, знаходячись в одному приміщенні, не співпрацюють і не допомагають один одному. Але часте її застосування обмежує можливість соціальних контактів студентів між собою, ускладнює умови організації спільної діяльності, дещо негативно відображається на формуванні комунікативних умінь як провідних у діяльності фітнес-тренера. Тому, на нашу думку, її застосування в підготовці фітнес-тренера доцільне за певних умов. Ефективною індивідуальна форма може бути при формуванні у студентів креативних здібностей за допомогою виконання індивідуально-творчих завдань.

Сутність групової роботи полягає, насамперед, у двох її характеристиках: наявності безпосередньої взаємодії студентів; опосередкованому керівництві діяльністю студентів із боку викладача, що базується на принципі: один викладач керує групою студентів, які між собою співпрацюють. Саме ці особливості групової роботи реально виявляються в навчальному процесі, справляють додатковий ефект у формуванні знань і вмінь студентів. Групові форми навчальної роботи, так само як і фронтальні існують у декількох видах. Кожен із видів групової роботи має свої характеристики, які по-різному можуть впливати на становлення тих чи інших аспектів і етапів навчальної діяльності.

Відповідно, виокремлюють єдину групову роботу, коли всі групи виконують однакові завдання, і диференційовану – коли різні групи виконують різні завдання в межах загальної теми. Групова форма організації занять є ефективнішою при дотриманні таких вимог: ретельно обмірковувати структуру заняття, зміст і форми завдань; детально розробити інструкції, які спрямовують роботу студентів; група повинна бути гетерогенною за навчальними можливостями та психологічними особливостями студентів, при цьому в групі має бути хоча б один сильний студент, на якого пок-

ладають роль консультанта; регулювати міру допомоги групам під час їхньої взаємодії; учити студентів співпрацювати при виконанні спільних завдань; група формується на основі особистих переваг студентів і активності кожного в групі. Групову форму широко використовують у підготовці майбутнього фітнес-тренера, вона створює позитивні умови для формування вмінь вирішувати проблемні й творчі завдання. Вона найбільш ефективна для занять, на яких матеріал, що вивчають, містить проблему та потребує її обговорення й прийняття спільного рішення в малій групі. При цьому кожен студент залежно від своїх здібностей, інтересів, рівня підготовленості може брати участь в обговоренні. Проведення такої форми навчання доречно на проблемних семінарах і практичних заняттях.

Реалізація ідеї співпраці студентів під час навчання зумовила появу та активне застосування в практиці професійної підготовки колективної форми. Колективна форма – форма навчальної діяльності, при якій всі студенти вивчають однаковий навчальний матеріал, отримуючи при цьому безпосередню або опосередковану підтримку в просуванні до спільної мети. Х. Лийметс зауважує, що колективну роботу можна організувати двома: усі групи можуть виконувати однакове завдання, після чого вже у формі фронтального опитування здійснюватиметься взаємоконтроль; перед групою ставлять загальне завдання, яке поділяють на підзавдання, різні для кожної групи, а вирішення загального завдання складається з результатів, які отримали всі групи студентів. На думку Г. Селевка, до інших колективних форм навчання треба зарахувати такі особливості: організаційні (відсутність чіткості та впорядкованості в навчальному процесі, організованому на тому чи іншому занятті; спілкування один з одним при обговоренні того чи іншого питання; наявність певного робочого шуму); дидактичні (коли в процесі вивчення матеріалу беруть участь усі студенти, але навчання відбувається з різним темпом і обсягом; повна самостійність студентів при вивченні матеріалу; у основі навчання лежать основні ідеї педагогіки співробітництва, максимально наближені до умов процесу засвоєння знань і застосування їх на практиці); розвивальні (коли навчання будується з урахуванням індивідуальних особливостей студентів (відбувається інтенсивне формування у студентів умінь проводити дискусії, міркування та доведення, розвитку творчого мислення, мови, уваги, пам'яті, професійних здібностей тощо)); виховні (формування потреби, умінь і навичок працювати на себе та на інших, уміння налагоджувати відносини з однолітками та викладачами, формування почуття відповідальності, залежності, почуття колективізму, дружби й товариства, уміння спілкуватися в багатонаціональному колективі тощо).

Дослідження, проведені Л. Дюкіною, свідчать, що при використанні колективних форм у навчанні студентів оптимально вирішують питання взаємодопомоги, взаєморозуміння, активніше відбувається процес самовдосконалення та саморозвитку студентів, чіткіше усвідомлюють цілі на-

вчання. Специфіка колективної навчальної діяльності полягає в тому, що вона вимагає від кожного учасника залучення до спільної інтелектуальної діяльності, об'єднання розумових зусиль для подолання труднощів, і в таких умовах формується спілкування більш високого рівня. Колективні форми взаємодії важливо застосовувати в процесі професійної підготовки фітнес-тренерів. Вони сприяють опрацюванню більшої кількості інформації, її активному обговоренню, забезпечують сприятливі умови для збільшення обсягу системних знань, які можуть засвоїти студенти на заняттях. Колективна робота впливає на підвищення рівня когнітивної активності студентів, за допомогою колективно-пізнавальної діяльності досягають групового ефекту, який виявляється у збільшенні кількості та підвищенні якості знань і практичних умінь.

Висновки. Ефективність застосування різних форм і способів організації навчального процесу зумовлене конкретними завданнями навчання, а їх поєднання повинно бути спрямоване на диференційоване навчання, що створювало б оптимальні умови для подальшого розвитку та обліку можливостей, індивідуальних особливостей та професійно-творчих здібностей кожного студента.

Перспективами подальшого дослідження є конкретизація застосування загальних форм організацій процесу навчання, обґрунтування педагогічних умов для ефективного застосування різних конкретних організаційних форм у професійній підготовці майбутнього фітнес-тренера.

Список використаної літератури

1. Алексюк А. М. Педагогіка вищої освіти України : підручник / А. М. Алексюк. – Київ : Либідь, 1998. – 560 с.
2. Бурлака Я. І. Про форми організації навчальної діяльності школярів / Я. І. Бурлака, В. О. Вихрущ // Радянська школа. – 1984. – № 5. – С. 39–44.
3. Гальперин П. Я. Методы обучения и умственное развитие : учеб. пособ. / П. Я. Гальперин. – Москва, 1985. – 278 с.
4. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособ. / Г. К. Селевко. – Москва : Народное образование, 1998. – 589 с.

Стаття надійшла до редакції 05.02.2016.

Пятницкая Д. В. Анализ форм организации учебного процесса будущих фитнес-тренеров

В статье проанализированы формы организации учебного процесса будущих фитнес-тренеров, выделены общие и конкретные формы. К общим формам отнесены: лекционные, семинарские, практические занятия, виды практик. В формах, требующих участия преподавателя, выделены и обоснованы: индивидуальные, коллективные и групповые способы организации профессионального обучения.

Ключевые слова: формы организации, профессиональное обучение, фитнес-тренеры.

Ryatickaya D. Analysis Forms of Professional Training of Future Fitness Trainers

At the present stage is a very urgent problem of training specialists who would be professionally solved the issues of population health improvement, promote healthy lifestyle

and active leisure, conducting of fitness classes and activities. Analyzed forms of organization of educational process of future fitness trainers, selected general and specific forms.

Common bases for differentiation of organizational forms of training needs to address the features of implementation of the communication teacher and student, and communication between students. Common forms pervade the entire training process and can be represented by units, the following logical sequence: lecture block, seminar and practical lessons, independent and individual work unit practices.

The relationship of the teacher with students can be in teaching in three forms: one teacher teaches one student (individual form); one teacher teaches multiple groups of students (group form); one teacher teaches student academic group (collective form).

Common forms include: lectures, seminars, practical classes, types of practices. In forms that require the participation of a teacher, and highlighted the: individual, collective and group ways of organizing vocational training.

Key words: *forms of organization, training, fitness trainers.*