

Масовість цього виду спорту продовжує зростати, і одна з головних цілей, які перед собою поставили очільники Міжнародної федерації пляжного гандболу – стати олімпійським видом спорту. Включення пляжного гандболу як показового виду спорту в програму Олімпійських ігор 2024 року є важливим кроком до його зміцнення як дисципліни у системі спортивних ігор.

Список використаних джерел:

1. Дев'ятаєва О., Кропивницька Т. Організація та управління пляжним волейболом у світі та Україні. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. Київ. 2016. № 2. С. 70–75.
2. Дев'ятаєва О., Кропивницька Т. Перспективи розвитку пляжних ігрових видів спорту у контексті сучасних тенденцій міжнародного спортивного руху. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2015. № 4. С. 66–70.
3. Ланевич Р., Ланевич А. Аналіз виступів збірних України з пляжного гандболу на міжнародних змаганнях. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2022. №4 (60). С. 66–70.
4. Тищенко В.О., Сердюк Д.Г. Гандбол : навч.-метод. посіб. для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напрямів підготовки «Фізичне виховання», «Спорт». Запоріжжя : ЗНУ, 2014. 93 с.

Лариса ОСАДЧА,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри фізичного виховання та психолого-педагогічних дисциплін

Уманського національного університету

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Ключові слова: *освіта, професійна підготовка, психологічні аспекти підготовки, педагогічні аспекти підготовки, професійна компетентність, фізична культура.*

Професійна підготовка майбутніх фахівців у закладах вищої освіти відображає актуальні суспільні процеси та, завдяки змісту, методам і формам навчання, сприяє формуванню високого рівня готовності здобувачів до обраної професійної діяльності.

Як доводять Л. Биковська [2] та В. Коцур [4], у найбільш загальному розумінні професійна підготовка студентів у ВНЗ передбачає цілеспрямовану організацію процесу оволодіння необхідними знаннями і навичками, результатом якого та головною якісною характеристикою є професіоналізм майбутнього фахівця.

Погоджуємося з висновком Л. Сущенко [1] про те, що майбутнього фахівця фізичного виховання і спорту необхідно розглядати як «особистість, яка цілеспрямовано здобуває у вищих навчальних закладах спеціальність, що пов'язана з організацією навчально-виховного процесу щодо підтримки певного рівня фізичної культури населення або спрямована на досягнення вищих спортивних результатів на

олімпійській, світовій чи регіональній аренах у командному або індивідуальному вимірах» [1].

Аналізуючи педагогічні аспекти професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту, Н. Башавець [1] довела, що знання посідають головну роль у змісті підготовки студентів у ВНЗ.

У найбільш загальному контексті, професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури і спорту – доволі складний процес, який характеризується обґрунтованими засадами формування у студентів професіоналізму, завдяки якому вони будуть конкурентоспроможними на ринку праці. Професійна підготовка базується на науково обґрунтованій системі суб'єкт-суб'єктної взаємодії студентів і професорсько-викладацького складу ВНЗ. Професійну підготовку майбутнього фахівця можна розглядати як багатоаспектний процес, що охоплює світоглядно-ціннісні установки, сформовану мотиваційну сферу, комплекс теоретичних знань, умінь та навичок, а також особистісні риси та властивості, які дадуть змогу у майбутньому кваліфіковано здійснювати професійну діяльність без втрат для психічного й фізичного здоров'я.

Зазначимо, що у професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури, у нашому баченні, чільне місце має посідати сформована належним чином культура здоров'я. Саме здоров'я вважається запорукою благополуччя суспільства. «В Україні стан здоров'я населення, особливо молоді, дедалі більше набуває загрозливого характеру з погляду життєздатності та безпеки нації» [3].

Вважаємо, що освіта, яка триває протягом усього життя, у контексті формування культури здоров'я, зможе забезпечити майбутнім фахівцям особистісне зростання, а також високий рівень соціальної адаптації в соціумі. Навчання протягом життя, тобто неперервна професійна підготовка, може забезпечити майбутнім учителям фізичної культури не лише належні можливості для збереження і зміцнення свого власного здоров'я, а й дозволить отримати затребуваність на ринку праці. У найбільш загальному аспекті реалізація неперервності освіти пов'язана із можливістю максимально повної інтеграції інформації на індивідуально-особистісному рівні у певній логічній послідовності.

У процесі неперервної професійної підготовки майбутнім фахівцям має бути забезпечено максимальні можливості для досягнення високого рівня професійної компетентності.

Виділяють чотири стадії компетентності, які характеризують професійну підготовку. Представимо нашу інтерпретацію цих стадій.

Перша стадія – «несвідома компетентність» – передбачає, що в особи немає необхідних знань, умінь та навичок, причому цей факт чітко усвідомлюється. Ця стадія характеризується такою самооцінкою «Я не знаю, що я не знаю». Вважаємо, що стадія несвідомої компетентності характерна, в переважній більшості, для випускників середніх навчальних закладів, які готуються стати абітурієнтами та мають лише часткові знання з культури здоров'я та не мають практичних навичок щодо його зміцнення та збереження. Однак вони уже цілеспрямовано вибрали фах учителя фізичної культури та мають намір вступати в університети на факультети фізичної

культури. Зазвичай такі школярі вибирають у старших класах напрям навчального процесу, який пов'язаний із поглибленим займанням спортом.

Друга стадія носить назву «свідома некомпетентність». Вона характерна тим, що особистість усвідомлює, що їй не вистачає професійних знань у тому напрямку, який обрано. Для цієї стадії властива формула «Я знаю, що не знаю». На стадії свідомої некомпетентності суб'єкти повною мірою усвідомлюють свою професійну некомпетентність. Такий стан спричиняє підвищення у них внутрішньої мотивації для набуття знань і вмінь із культури здоров'я. На цій стадії перебувають студенти ОКР «бакалавр», які навчаються на першому – другому курсах університетів, а тому мають лише опосередковані та загальні знання з фізичної культури у цілому та з культури здоров'я зокрема.

Встановлено, що третя стадія під назвою «свідома компетентність» передбачає те, що особистість чітко усвідомлює зміст професійних знань, розуміє потребу сформованості практичних умінь та навичок й частково вже їх сформуvala, а тому може ефективно застосовувати, володіє професійним потенціалом та професійною спрямованістю, має відповідні ціннісні орієнтації й ідеали щодо культури здоров'я. Для цієї стадії характерна самооцінка за такою формулою «Я знаю, що я знаю». Вважаємо, що, за умови цілеспрямованої діяльності, майбутні вчителі фізичної культури, що здобули ОКР «магістр», мають змогу досягнути цієї стадії компетентності ще під час навчання у ВНЗ.

Четверта стадія – «безсвідома (автоматична) компетентність» – можлива лише тоді, коли професійні навички повністю інтегровані та вбудовані у свідому професійну поведінку. Вбачаємо, що такий рівень компетентності у культурі здоров'я має можливість здобути вчитель фізичної культури у системі післядипломного навчання та на основі тривалої практичної діяльності на своєму робочому місці. Цей рівень притаманний для фахівців, які мають 3-5 років стажу роботи й свідомо переконані у необхідності збереження та зміцнення власного здоров'я, практично вміють це робити та підтримують у такому прагненні своїх вихованців, виховуючи у них культуру здоров'я.

Отже, професійна підготовка фахівців у ВНЗ повинна бути спрямована на здобуття ними ґрунтовних і фундаментальних знань, формування вмінь й навичок з обраної професії, а також студенти повинні під час навчання розвинути мотиваційну сферу, особистісні соціально-значущі якості, які дозволяють їм кваліфіковано виконувати професійні обов'язки.

Список використаних джерел:

1. Фізичне виховання в школі. 2009. № 4. С. 46–48.
2. Педагогічна майстерність : підручник / І.А. Зязюн, Л.В. Крамуценко, І.Ф. Кривонос та ін.; за ред. І.А. Зязюна. 3-тє вид., допов. і переробл. К. : СПД Богданова А.М., 2008. 376 с.
3. Педагогічний словник / за ред. М.Д. Ярмаченка. К. : Педагогічна думка, 2001. 516 с.

4. Помиткін Е.О. Розвиток педагогічної майстерності викладача сучасного професійного ліцею. *Проблеми і напрями розвитку особистісної готовності педагогічних працівників та учнів професійного ліцею до творчої та інноваційної діяльності* : зб. наук. метод. матер. / за ред. А.П. Красовського і В.В. Рибалки. К. : ІПППО АПН України та УПТО ГУОН КМДА, 2006. С. 35–41.

В'ячеслав ПИЖ'ЯНОВ,

*кандидат сільськогосподарських наук,
викладач кафедри фізичного виховання та психолого-педагогічних дисциплін
Уманського національного університету*

АНАТОМІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА

Ключові слова: *анатомія людини, фізична активність, профілактика травматизму, нервова система, ефективність тренувань.*

Одним із способів ефективної адаптації до умов навчання у вищих навчальних закладах та зниження негативного впливу на здоров'я студентів є фізична культура, а також застосування знань анатомії людини під час фізичних навантажень.

Люди завжди хотіли пізнати свій організм та його можливості, розвинути в собі витривалість та силу. Не знаючи своєї анатомії, людство намагалося зрозуміти як працює їх тіло та звідки береться енергія. У період еволюції було вигадано величезну кількість різноманітних вправ, які призводили до травмувань. Літературні джерела висвітлюють тематику виникнення фізичних вправ та намагання людства бути завжди сильнішими. Від палеоліту до раннього залізного віку, людство намагалося вигадати безліч вправ, але на мою думку, не висвітлюється які саме та в наслідок яких вправ люди отримували травми [1, 5, 7, 8].

Елементарні знання, отримані під час вивчення анатомії людини, допоможуть студентам уникнути ускладнення спортивного травматизму, та призвести до меншої кількості травм м'яких тканин, розтягнення м'язів та зв'язок. Фахівці які проводять спортивні заняття та вивчають анатомічну структуру людини, завжди повинні розуміти, під час занять, як навантаження впливають на організм спортсмена. Які процеси та метаболізм відбуваються в організмі людини під час фізичної активності, а також як працюють такі органи тіла як серце, легені, м'язи. Одержані знання мають важливе значення для отримання професійних фахівців в різних галузях спорту [2, 4, 6].

Вивчаючи анатомію людини фахівець пізнає, що являє собою нервова система та яку роль вона відіграє в процесі тренувань та в підготовці до спортивних змагань, знаючи при цьому, значний вплив м'язів та центральної нервової системи на виконання фізичних вправ. Виконуючи нові вправи організм людини працює невпевнено та незграбно, але поступово між нервовими клітинами виникають нові зв'язки і рухи стають більш спритними та виконуються чітко, тому знаючи навіть ці елементарні знання, починаючий спортсмен буде себе відчувати впевнено. Завдяки формуванню та узгодженості нових зв'язків нервової системи, організм людини працює