

3. Укрепление мышечного корсета (мышцы спины, брюшного пресса).

4. Укрепление мышц пояса нижних конечностей.

5. Профилактика осложнений.

Все упражнения фитбол-гимнастики выполняются таким образом, что позвоночник находится в естественном положении.

Учитывая все рекомендации, нами был выбран следующий комплекс упражнений: упражнения, способствующие расширению грудной клетки, сближению лопаток, общей коррекции положения позвоночника. После выполнения упражнений на осанку можно повисеть на перекладине, гимнастической стенке и т. д., расслабив мышцы на 15–20 с.

Физические упражнения способствуют нормализации осанки. При систематическом и продолжительном выполнении упражнений ожидается положительный эффект.

Коррекция осанки, достигнутая с помощью упражнений, может дать стойкий эффект лишь при одновременном формировании навыка правильной осанки (на основе

мышечно-суставного чувства), позволяющего ощущать положение определённых частей тела.

После объяснений о правильной осанке и показа ровной осанки приступают к выработке соответствующих ей мышечно-суставных ощущений. Используют: тренировку перед зеркалом (зрительный самоконтроль); взаимоконтроль занимающихся; принятие правильной осанки и исправление дефектов у стены, когда к мышечно-суставным ощущениям прибавляются тактильные при соприкосновении со стеной.

Следовательно, мы предполагаем, что методика адаптивного физического воспитания для студентов специальных медицинских групп 1–2-х курсов с включением элементов на фитболе для коррекции и профилактики нарушений осанки позволит улучшить общее состояние испытуемых, повысить гибкость позвоночного столба, будет способствовать формированию и укреплению мышечного корсета, улучшению состояния дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Список литературы

1. Бутыч Н. С. Формирование готовности к физкультурному самообразованию у студентов ссузов на основе информатизации образовательной среды // *Инновации в науке*. 2012. № 12-2. С. 45–48.
2. Грязев М. В. Метод типологий в физическом воспитании. М.: Медицина, 2012. 134 с.
3. Кашуба В. А. Биомеханика осанки. Киев: Олимпийская литература, 2013. 132 с.
4. Морозова Н. Е. Технология адаптации студентов колледжа физической культуры к профессиональному обучению. М., 2012. 42 с.
5. Наговицын С. Г. Унификация критериев оценки физической подготовленности студентов при вхождении в единое европейское образовательное пространство. СПб.: Владос, 2012. 60 с.
6. Пешкова Н. В. Проектирование системы управления развитием студенческого спорта в современном вузе. Краснодар: Омега, 2012. С. 83–86.
7. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: из опыта работы / сост. О. Н. Моргунова. Воронеж: Учитель, 2012. С. 3–10.
8. Удалова Е. П., Южакова Н. В. Профилактика и коррекция нарушения осанки с помощью аэробики на фитболах для студентов специальной медицинской группы // *Молодой учёный*. 2015. № 24. С. 679–687.
9. Усманова С. Ф., Утегенова Н. Р., Закирова Н. М. Использование современных фитнес-программ на занятиях физической культурой в специальной медицинской группе: учеб.-метод. пособие. Казань: Казанский федеральный университет, 2015. 38 с.

УДК 378

Владимир Николаевич Старченко,

канд. пед. наук, доцент,

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь*

Пилотное исследование уровня сформированности профессиональных умений студентов факультета физической культуры

В статье предъявлены результаты пилотного исследования уровня сформированности профессиональных умений студентов факультета физической культуры. Описан и апробирован диагностический инструментальный для исследования уровня сформированности профессиональных умений физкультурного педагога.

Ключевые слова: физкультурный педагог, студенты-практиканты, профессиональные умения, диагностика

Pilot Study of the level of Professional Skills of Students of the Faculty of Physical Education

The article presents the results of a pilot study of the level of formation of professional skills of students of the Faculty of Physical Education. The diagnostic tools for the study of the level of formation of professional skills of a physical education teacher are described and tested.

Keywords: physical education teacher, trainees, professional skills, diagnostics

Эффективность физического воспитания в общеобразовательной школе в значительной степени зависит от уровня сформированности профессиональной культуры физкультурного педагога (ФП). Подготовка и переподготовка профессиональных физкультурных кадров предполагает использование диагностического инструментария, позволяющего определять уровень сформированности профессиональной культуры педагогов. Профессиональная культура физкультурного педагога включает в себя: профессиональное мышление, потребностно-мотивационно-ценностную сферу, профессиональные знания, профессиональные умения, физическую подготовленность в педагогической деятельности [1; 2]. Согласно этой модели, при оценке состояния профессиональной культуры ФП необходимо вначале обратить внимание на уровни сформированности вышеперечисленных её составляющих, после чего можно обоснованно оценить уровень её сформированности в целом.

В контексте разработки диагностического инструментария для исследования уровня сформированности профессиональной культуры ФП нами разработаны методики исследования уровня сформированности его профессиональных знаний и потребностно-мотивационно-ценностной сферы профессиональной культуры [3; 4].

Кроме того, нами разработана системная и метрологически корректная методика диагностики уровня сформированности профессиональных умений ФП [5].

Данная работа посвящена исследованию уровня сформированности профессиональных умений студентов факультета физической культуры, проходящих педагогическую практику в учебных заведениях с использованием разработанного нами диагностического инструментария. При этом решалась задача апробации методики диагностики уровня сформированности профессиональных умений ФП.

В процессе теоретического исследования нами использовались методы: анализ, синтез, моделирование, систематизация.

Практическая часть исследования осуществлялась с использованием методов наблюдения, экспертной оценки, математической статистики.

Исследование проводилось в апреле и сентябре 2019 года во время прохождения студентами 3-х и 4-х курсов факультета физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины» педагогической практики в учебных заведениях г. Гомеля. В пилотном исследовании приняли участие 12 студентов, проходивших практику в ГУО «СШ № 26 г. Гомеля» и ГУО «СШ № 27 г. Гомеля».

Вначале дадим краткое описание использованной нами методики диагностики. Разрабатывая её, мы исходили из того, что профессиональные умения и навыки – это выработанные в процессе деятельности и доведённые до разной степени автоматизма способы осуществления профессиональной деятельности или её отдельных фрагментов [6]. При этом мы опирались на теоретическую модель профессиональной деятельности педагога [7].

Поскольку профессиональные умения манифестируются в профессиональной деятельности, методика диагностики уровня их сформированности предполагает организацию педагогического наблюдения. С учётом того, что основной формой физического воспитания школьников является урок, методика предполагает организацию педагогического наблюдения за профессиональной деятельностью на уроке физкультуры и здоровья.

Протокол педагогического наблюдения разработан в соответствии со структурой и содержанием профессиональных умений ФП [8]. В первой графе протокола (предметы наблюдения и оценивания) приведён перечень основных умений ФП. Вторая графа предназначена для оценивания предметов наблюдения. При анализе умений ФП составлять план-конспект урока физкультуры и здоровья оцениваются его проективные умения. При наблюдении двигательных умений оцениваются умения ФП демонстрировать технику физических упражнений. Словесные умения

оцениваются при объяснении ФП учебного материала, при использовании словесного метода для осуществления контроля и коррекции учебной деятельности учащихся, при организации и управлении их учебной деятельностью, в процессе мотивирования. Умения контроля и коррекции оцениваются при контроле и коррекции педагогом учебной деятельности учащихся и условий их учебной деятельности. При наблюдении умений педагога создавать оптимальные условия учебной деятельности учащихся оцениваются умения ФП мотивировать учебную деятельность учащихся, умения предоставлять учащимся учебно-методическое обеспечение учебной деятельности, умения организовывать и управлять деятельностью учащихся. При самоанализе и рефлексии ФП своей деятельности на уроке оцениваются его аналитические и рефлексивные умения.

Качественное итоговое оценивание профессиональных умений ФП осуществляется следующим образом. Каждый частный предмет наблюдения оценивается экспертом с использованием ранговой шкалы от «0» до «3». При этом отметка «0» означает, что умения не сформированы в данном виде деятельности, «1» означает удовлетворительный уровень сформированности умений, «2» – хороший уровень, «3» – отличный уровень. Медиана полученных значений даёт качественную оценку каждого из определённых нами основных предметов наблюдения. В свою очередь, медиана медиан даёт качественную итоговую оценку уровня сформированности профессиональных умений ФП.

Интерпретация полученного значения медианы медиан следующая:

0 – отсутствие профессиональных умений;

0,5 – неудовлетворительный уровень сформированности профессиональных умений;

1 – удовлетворительный уровень сформированности профессиональных умений;

1,5 – почти хороший уровень сформированности профессиональных умений;

2 – хороший уровень сформированности профессиональных умений;

2,5 – очень хороший уровень сформированности профессиональных умений;

3 – отличный уровень сформированности профессиональных умений.

Пример протокола педагогического наблюдения за профессиональными умениями студентки Б-к Н. во время проведения ею урока физической культуры и здоровья представлен в табл. 1.

Экспертное заключение по результатам диагностики относительно приведённого выше примера выглядит следующим образом:

В результате педагогического наблюдения установлено, что:

– *уровень сформированности проективных умений студентки Б-к Н. «хороший»;*

– *уровень сформированности её аналитических и рефлексивных умений «хороший»;*

– *уровень сформированности её умений демонстрировать образцы деятельности «почти отличный»;*

– *уровень сформированности её организационно-управленческих умений «хороший»;*

– *уровень сформированности её коммуникативных умений «почти отличный»;*

– *уровень сформированности профессиональных умений студентки Б-к Н. в целом «хороший».*

Таблица 1

Пример протокола педагогического наблюдения

Урок провела: Б-к Н. Место проведения урока: спортзал ГУО «СШ № 27 г. Гомеля» Дата проведения: 18.09.2019 г.	Отметка (0...3)	Медиана
Предметы наблюдения и оценивания		
Интеллектуальные профессиональные умения		
1. Проективные умения		
Умение составлять план-конспект урока в формальном отношении (соответствие задач урока документам планирования, грамотность написания и опрятность оформления)	2	2
Умение составлять план-конспект урока в сущностном отношении (соответствие запланированных учебных заданий задачам урока, возможность их решения посредством этих учебных заданий, методическая грамотность)	2	

Окончание табл. 1

2. Аналитические и рефлексивные умения		
Умения педагога анализировать и рефлексировать свою деятельность (самоанализ, рефлексия проведённого занятия)	2	2
Практические профессиональные умения		
3. Умения демонстрировать образцы деятельности, подлежащие копированию		
Умения визуальной (телесной) демонстрации образцов двигательной деятельности (техники выполнения физических упражнений) (частота и качество демонстрации)	3	2,5
Умения словесной демонстрации (частота и качество словесной демонстрации при объяснении учебного материала, при коррекции учебной деятельности, при управлении классом...)	2	
4. Организационно-управленческие умения		
Умения создавать, контролировать и корректировать параметры учебной деятельности (перманентный контроль и коррекция учебной деятельности учащихся)	2	2
Умения создавать, контролировать и корректировать параметры условий учебной деятельности (предоставлять учащимся учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебной деятельности)	2	
Умения мотивировать (активизировать) учебную деятельность занимающихся	1	
5. Коммуникативные умения		
Умение поддерживать вербальную и невербальную коммуникацию на занятии	2	2,5
Умение придерживаться педагогического такта	3	
Итоговая отметка (медиана медиан)		2
Итоговая оценка профессиональных умений		Хорошо
Наблюдение и экспертную оценку провёл: В. Н. Старченко		

По результатам проведённого пилотного исследования составлена статистическая табл. 2.

Таблица 2

Статистические результаты исследования уровня сформированности профессиональных умений студентов-практикантов (n = 12)

Предметы наблюдения и оценивания	Студенты-практиканты												Me
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1. Проективные умения (Me)	2	1	2	2	1	1	1,5	2	1	2	1	1,5	1,5
2. Аналитические и рефлексивные умения (Me)	1	1	2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
3. Умения демонстрировать образцы деятельности, подлежащие копированию (Me)	1	1,5	2,5	1,5	1	2	2	2	1	2	1,5	2	2
4. Организационно-управленческие умения (Me)	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1
5. Коммуникативные умения (Me)	1	1,5	2,5	2	1	1	1,5	1,5	1	1,5	1	2	1,5
Итоговая отметка (медиана медиан)	1	1	2	2	1	1	1,5	2	1	2	1	2	1,5
Итоговая оценка уровня сформированности профессиональных умений студентов	Удовл.	Удовл.	Хорошо	Хорошо	Удовл.	Удовл.	Почти хор.	Хорошо	Удовл.	Хорошо	Удовл.	Хорошо	Почти хор.

Из табл. 2 следует, что общегрупповой уровень сформированности профессиональных умений студентов, принявших участие в исследовании, «почти хороший» (медиана медиан = 1,5). При этом разброс индивидуальных уровней варьируется от «удовлетворительного» (MeMe = 1) до «хорошего» (MeMe = 2).

Можно утверждать, что:

– проективные умения студентов-практикантов сформированы «почти хорошо»;

– аналитические и рефлексивные умения сформированы «удовлетворительно»;

– умения демонстрировать образцы деятельности, подлежащие копированию, сформированы «хорошо»;

– организационно-управленческие умения сформированы «удовлетворительно»;

– коммуникативные умения сформированы «почти хорошо».

В результате проведённого исследования установлено, что общегрупповой уро-

вень сформированности профессиональных умений студентов, принявших участие в исследовании, «почти хороший». При этом проективные умения студентов-практикантов сформированы «почти хорошо», аналитические и рефлексивные умения – «удовлетворительно», умения демонстрировать образцы деятельности, подлежащие копированию, – «хорошо», организационно-управленческие умения – «удовлетворительно», коммуникативные умения – «почти хорошо».

Апробация методики диагностики уровня сформированности профессиональных умений ФП показала, что она является информативной (логически адекватной предмету тестирования), адекватной объекту тестирования (все студенты получили отличные от нуля отметки), чувствительной (имеется разброс

результатов диагностики). Надёжность методики не определялась, но она может быть повышена как путём увеличения количества экспертов, так и путём увеличения количества проводимых педагогом (студентом) уроков физкультуры и здоровья.

Предъявленный в статье диагностический инструментарий может быть использован:

– при прохождении студентами физкультурных факультетов педагогической практики в учебных заведениях с целью определения уровня сформированности их профессиональных умений;

– при проведении научных исследований;

– в практике работы институтов развития образования, на курсах повышения квалификации педагогических кадров;

– в практике работы завучей общеобразовательных школ.

Список литературы

1. Старчанка У. М. Структура і змест прафесійнай культуры спартыўнага педагога // Управление развитием образования в русле акмеологии: материалы междунар. науч.-практ. конф. / под ред. Н. В. Кухарева. Гомель: ГОИРО, 2009. Вып. 11, ч. 4. С. 44–47.

2. Старчанка У. М. Тэарэтычная мадэль прафесійнай культуры фізкультурна-спартыўнага педагога // Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды: материалы IX Междунар. науч.-практ. конф. / под ред. О. М. Демиденко [и др.]; М-во образования РБ: в 2 ч. Ч. 1. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2011. С. 106–108.

3. Старченко В. Н., Метелица А. Н. Диагностика уровня сформированности профессиональных знаний физкультурно-спортивного педагога // Современное образование: преемственность и непрерывность образовательной системы «школа – университет»: материалы IX Междунар. науч.-метод. конф. (г. Гомель, 14–15 нояб. 2013 г.) / под ред. И. В. Семченко [и др.]; М-во образования РБ: в 2 ч. Ч. 2. Гомель: Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины, 2013. С. 134–138.

4. Старченко В. Н., Метелица А. Н. Структурно-содержательная модель целевой потребностно-мотивационно-ценностной сферы физической культуры человека и методика её диагностики // Веснік Мазырскага дзяржаўнага педагогічнага ўніверсітэта імя І. П. Шамякіна. 2017. № 2. С. 106–113.

5. Старченко В. Н. Диагностика уровня сформированности профессиональных умений физкультурно-спортивного педагога // Юбилейная научно-практическая конференция, посвящ. 85-летию Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины (г. Гомель, 17 июня 2015 г.): материалы: в 4 ч. Ч. 1 / под ред. О. М. Демиденко [и др.]. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2015. С. 246–249.

6. Старченко В. Н. Классификация профессиональных умений педагога // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма: материалы V Междунар. науч.-практ. конф. (г. Мозырь, 9–11 окт. 2014 г.) / под ред. С. М. Блоцкого [и др.]. – Мозырь: МГПУ им. И. П. Шамякина, 2014. С. 135–136.

7. Старченко В. Н. Сущность, структура и содержание профессиональной полидеятельности современного педагога // Взаимодействие науки и практики в развитии инновационных процессов системы образования: материалы респ. науч.-практ. конф. (г. Гомель, 28 нояб. 2014 г.) / под ред. В. Л. Акуленко [и др.]. Гомель: ГОИРО, 2014. С. 360–363.

8. Старченко В. Н., Метелица А. Н. Структура и содержание профессиональных умений физкультурно-спортивного педагога // Актуальные вопросы научно-методической и учебно-организационной работы: подготовка специалиста в контексте современных тенденций в сфере высшего образования: материалы респ. науч.-метод. конф. (г. Гомель, 13–14 марта 2014 г.): в 4 ч. Ч. 1. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2013. С. 53–56.