

уже имеют планы относительно своего профессионального будущего, карьерного роста, большинство из них даже знают конкретное место и должность, чаще всего это медицинская сфера, соответственно у 45% такой определенности нет. Встречаются высказывания: «не могу однозначно сказать в какой профессии и на каком месте работы я вижу себя в будущем», «меня одолевают сомнения». При этом 91% верят в то, что все сложится хорошо, что все должно получиться. Студенты говорят: «я справлюсь», «главное стремиться», и только лишь у 9% негативные установки насчет своего будущего благополучия («тяжело устроится по специальности», «не знаю, что будет дальше», «не устраивает материальная составляющая, нужно будет подрабатывать»).

Таким образом, значительная часть выборки имеет высокий уровень тревожности или же средний с тенденцией к высокому. У группы тревожных выпускников преобладают самозащитный тип реакций в отношении различных жизненных ситуаций, а так же экстрапунитивное направление реакций, то есть направленные вовне, когда причиной произошедших событий видится окружение. Так же, стоит отметить, что преобладающее большинство выпускников имеют обеспокоенность относительно будущего, у них отсутствует четкое представление касательно планов и перспектив.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Горшков, Е. А., Коротина, Л. Д. Исследование эмоциональной тревожности студентов на разных этапах обучения в педагогическом вузе / Е.А. Горшков, Л.Д. Коротина // Молодой ученый. — 2015. — №23.2. — С. 46-51.
2. Дегтярев, В.П., Торшин, В.И. Роль личностной тревожности в формировании успешной учебной деятельности студентов / В.П. Дегтярев, В.И. Торшин // Вестник РУДН. Серия: Медицина. — 2010. — №3. — С. 98-102.
3. Деревянко, Ю.П. Особенности переживания времени в студенческом возрасте // Диссертация... кандидат псих. наук. — 2011. — 178 с.
4. Маслова, Т.М. Динамика тревожности студентов ВУЗа в процессе их профессионального становления / Т.М. Маслова // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. — 2014. — № 12. — С 19-23.
5. Режепа, Ю.В. Особенности временной перспективы студентов старших курсов и ее отношения со способностью к рефлексии / Ю.В. Режепа // ОНВ. — 2009. — №3 №78-3. — С. 131-133.

УДК: 796.011.3:378

ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИИ В КОНТЕКСТЕ ИЗМЕНЕНИЯ ВЫСШЕГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ

В.А. Жамардий

*Высшее государственное учебное заведение Украины «Украинская
медицинская стоматологическая академия»,
ул. Шевченка, 23, 36001, г. Полтава, Украина, Shamardi@ukr.net*

Аннотация: В статье освещаются вопросы, связанные с использованием фитнес-технологий в учебно-воспитательном процессе по физическому воспитанию студентов высших педагогических учебных заведений; исследуются пути усовершенствования учебных занятий по физическому воспитанию студентов средствами фитнеса; формулируются выводы и предложения по рассматриваемой проблематике.

Ключевые слова: здоровье, студенты, физическая подготовленность, физическое воспитание, фитнес, фитнес-технологии.

FITNESS TECHNOLOGIES IN THE CONTEXT OF CHANGING THE HIGHER PEDAGOGICAL EDUCATION OF STUDENTS

V.O. Zhamardiy

*Poltava Ukrainian State Medical and Dental Academy,
st. Shevchenko, 23, 36001, Poltava, Ukraine, Shamardi@ukr.net*

Summary: The article covers issues related to the use of fitness technologies in the teaching and educational process for the physical education of students of higher pedagogical educational institutions; the ways are investigated to improve training sessions on physical education of students by means of fitness; conclusions and proposals on the problem are formulated.

Key words: health, students, physical preparedness, physical education, fitness, technologies of fitness.

Образовательное пространство Украины сегодня заполняют все новейшие фитнес-технологии. Однако большинство из них не имеют четкого научного обоснования по применению в высших педагогических учебных заведениях. Под фитнес-технологиями необходимо понимать не просто доведение до автоматизма отдельных действий, операций во время преподавания фитнес-программ, направленных на оптимизацию двигательного режима студентов, но и систему педагогических действий, гарантирующих улучшение таких интегральных характеристик, как уровень физической подготовленности, уровень физической работоспособности и уровень физического состояния студентов [1, 3, 5].

Исследование вопросов внедрения фитнес-технологий в учебно-воспитательный процесс высших педагогических учебных заведений раскрыло противоречия между концептуальными методами и отсутствием технологической разработки механизмов реализации концептуальных механизмов исследуемого феномена. Большинство разработанных фитнес-технологий и современных фитнес-программ рассчитано на высшие педагогические учебные заведения с уникальной материально-технической базой, кадровым обеспечением, финансами, что является недоступным для большинства высших педагогических учебных заведений. Такие концептуальные подходы, как правило, тяготеют к определенным стратегиям педагогического образования и не отражают социально-психологические и возрастные особенности современной жизни студентов, большинство преподавателей физического воспитания не готовы к реализации здоровьесберегающего и личностно-ориентированного подходов к обучению студентов. Таким образом, можно констатировать наличие научной проблемы, которая заключается в недостаточном методологическом обосновании вопросов организации учебных занятий по физическому воспитанию студентов с применением фитнес-технологий в высших педагогических учебных заведениях.

Поиском средств повышения эффективности учебных занятий по физическому воспитанию студентов с применением фитнес-технологий посвятили свои исследования многие ученые. Они изучают различные аспекты преподавания фитнес-технологий в высших педагогических учебных заведениях, использование инновационных средств и форм организации занятий, формирование рекреационной культуры студентов, подготовки и повышения квалификации специалистов, осуществление контроля физической подготовленности, физического здоровья студентов [1, 2, 3, 4, 5].

Однако до сих пор проблема внедрения научно-обоснованной системы учебных занятий оздоровительной направленности средствами фитнеса с учетом анатомо-

физиологических особенностей студентов, их физического состояния рассматривается недостаточно, что обуславливает актуальность ее изучения. Проблема рассмотрения заключается в необходимости создания педагогической системы организации физкультурно-оздоровительной работы в учреждениях высшего педагогического образования, которая обеспечит улучшение здоровья и уровня физической подготовленности студентов.

Речь идет о проектировании фитнес-технологий учебно-тренировочной деятельности студентов, которые обеспечат перевод фитнес-программ в технологическую проекцию, в соответствии с целевыми установками конкретного ожидаемого (конечного результата учебно-тренировочной деятельности); функционирования фитнес-технологий как взаимодействия преподавателя физического воспитания и студентов; поэтапное проектирование процесса применения фитнес-технологий на занятиях по физическому воспитанию и дальнейшая реализация фитнес-программ; включение в фитнес-программы диагностических процедур, которые содержат критерии, показатели и уровни к применению, инструментарий достижения ожидаемых результатов учебно-тренировочной деятельности.

Занятия по физическому воспитанию студентов на основе углубленного изучения фитнес-технологий будут эффективными если разработать экспериментальную методику применения фитнес-технологий на занятиях по физическому воспитанию студентов в высших педагогических учебных заведениях; создать организационные условия для свободного выбора каждым студентом вида физических упражнений в соответствии с индивидуальным своеобразием спортивных интересов и двигательных способностей; обеспечить единство и взаимосвязь усвоения базового и вариативного компонентов содержания учебной программы по физическому воспитанию с использованием фитнес-технологий.

Все выше указанные пути способствуют мотивации, интересу и активности студентов в самостоятельном освоении фитнес-программ. Слаженная организация учебно-тренировочной деятельности в учреждениях высшего педагогического образования позволит сформировать высокий уровень специальных знаний, умений и навыков студентов относительно качественного проведения учебных занятий по физическому воспитанию, овладению новейшими фитнес-технологиями физического воспитания. Профессиональная компетентность преподавателя физического воспитания может быть значительно повышена путем фитнес-технологий как учебного средства достижения необходимых результатов в физическом развитии студентов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Григорьев, В. И. Стратегия формирования фитнес-индустрии : монография /В. И. Григорьев, В. С. Симонов // СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2006. – 208 с.
2. Иващенко, Л. Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом / Л. Я. Иващенко, А. Л. Благий, Ю. А. Усачев // Киев : Наук. світ, 2008. –198 с.
3. Кашуба, В. А. Современные подходы к здоровьесбережению студентов в процессе физического воспитания /В. А. Кашуба, С. М. Футорный, Е. В. Андреева // Физическое воспитание студентов. – Харьков. – 2012. – № 5. – С. 50–58.
4. Сайкина, Е. Г. Теоретико-методические основы занятий фитбол-аэробикой /Е. Г. Сайкина, С. В. Кузьмина // СПб.: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена. – 2006. – 114 с.
5. Футорный, С. М. Здоровьесберегающие технологии в процессе физического воспитания студенческой молодежи : [монография] /С. М. Футорный // Киев: Саммит-книга, 2014. – 296 с.