

Оценка коммуникативных способностей студенток педагогических вузов по результатам проведения первичного инструктажа по оздоровительной аэробике

Синица С. В., Шестерова Л. Е., Синица Т. А.

Полтавский национальный педагогический университет имени В. Г. Короленка

Харьковская государственная академия физической культуры

Полтавский национальный технический университет имени Юрия Кондратюка

Аннотации:

Цель: определение уровня сформированности коммуникативных способностей студенток педагогических высших учебных заведений. **Материал:** В исследовании приняли участие 50 студенток. Программа предусматривала самостоятельную работу в объеме 6 часов, посвященную проведению первичного инструктажа. Студентки также присутствовали при проведении первичного инструктажа опытными специалистами. **Результаты:** Оценки экспертов показали, что уровень коммуникативных способностей и психологической подготовленности при проведении первичного инструктажа у студенток исследуемых групп неодинаковы. Так, средний балл студенток экспериментальной группы составил 4,7 балла, контрольной группы – 3,9 балла. Выделены направления формирования у студентов профессионально-прикладных знаний, умений и способностей к проведению занятий по оздоровительной аэробике. **Выводы:** рекомендуется учебная программа по самостоятельной работе в объеме 6 часов. Также рекомендовано определять уровень проявления соответствующих умений и личностно-профессиональных качеств студенток.

Синица С. В., Шестерова Л. Е., Синица Т. А. Оцінка комунікативних здібностей студенток педагогічних ВНЗ за результатами проведення первинного інструктажу з оздоровчої аеробіки. **Мета:** визначення рівня сформованості комунікативних здібностей студенток педагогічних вищих навчальних закладів. **Матеріал:** У дослідженні взяли участь 50 студенток. Програма передбачала самостійну роботу в обсязі 6 годин, присвячену проведенню первинного інструктажу. Студентки також були присутні при проведенні первинного інструктажу досвідченими фахівцями. **Результати:** Оцінки експертів показали, що рівень комунікативних здібностей та психологічної підготовленості при проведенні первинного інструктажу у студенток досліджуваних груп неоднакові. Так, середній бал студенток експериментальної групи склав 4,7 бала, контрольної групи – 3,9 бала. Виділено напрями формування у студентів професійно-прикладних знань, умінь і здібностей до проведення занять з оздоровчої аеробіки. **Висновки:** рекомендується навчальна програма з самостійної роботи в обсязі 6 годин. Також рекомендовано визначати рівень прояву відповідних умінь і особистісно-професійних якостей студенток.

Synytysa S. V., Shesterova L. E., Synytysa T. O. Assessment of communicative abilities of students of pedagogical universities on the results of primary instruction on improving aerobics. **Purpose:** to determine the level of formation of the communicative abilities of students of pedagogical universities. **Material:** the study involved 50 students. The program included a self-study in the amount of 6 hours dedicated to conducting primary instruction. Students were also present during the primary instruction by experienced professionals. **Results:** assessment by experts showed that the level of communication skills and psychological preparedness during primary instruction in students study groups vary. Thus, the average score of students of the experimental group was 4.7 points, the control group – 3.9 points. Highlighted areas of formation at students of applied professional knowledge, skills and abilities to conduct studies on improving aerobics. **Conclusions:** the recommended curriculum for independent work in the amount of 6 hours. Also recommended to determine the level of manifestation of relevant skills and personal qualities and professional students.

Ключевые слова:

аэробика, коммуникативные, способности, инструктаж, студентки, эксперты.

аеробіка, комунікативні, здібності, інструктаж, студентки, експерти.

aerobics, communicative, training, briefing, students, experts.

Введение.

Анализ научно-методической литературы и собственный опыт показывают, что оздоровительная аэробика в настоящее время занимает одно из ведущих мест среди средств физического воспитания [4]. Оздоровительная аэробика может включаться в вариативную часть учебной программы по физической культуре для учащихся 5-11 классов, использоваться в физическом воспитании студентов и с целью коррекции физической формы женщин разного возраста [2, 4, 6, 9].

Ученые отмечают, что оздоровительный эффект занятий аэробикой возможен лишь при условии их правильной организации [1]. Анализ научно-методической литературы позволил выявить отдельные работы, посвященные влиянию оздоровительной аэробики на функциональные показатели занимающихся [11], динамике уровня физической подготовленности студенток под влиянием занятий аэробикой [5], возможностям применения индивидуального подхода на занятиях аэробикой со студентками [1].

Наиболее значимыми для квалифицированного специалиста по оздоровительной аэробике считаются коммуникативные способности [3]. Именно они дают возможность специалисту правильно строить отношения с различным контингентом занимающихся [8, 10, 12] и рационально подбирать средства для общения [13, 14]. Посетители занятий, в свою очередь, могут оценить квалификацию специалиста с момента проведения первичного инструктажа.

Ю. В. Стрелецкая (2007) утверждает, что в вузах физкультурного профиля недостаточно внимания уделяется профессиональному овладению коммуникативной культурой [8], поэтому исследование уровня сформированности коммуникативных способностей студенток педагогических специальностей, на наш взгляд, актуально.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Цель исследования – определение уровня сформированности коммуникативных способностей студенток педагогических вузов.

В исследовании применялись такие методы, как анализ и обобщение научно-методической литературы, метод экспертных оценок, методы математической статистики.

Исследование проводилось на базе Полтавского национального педагогического университета имени В. Г. Короленко и Харьковского национального педагогического университета имени Г. С. Сковороды. В нем принимали участие студентки II курса, из которых были сформированы экспериментальная и контрольная группы.

Результаты исследования.

В процессе исследования была разработана учебная программа профессионально-прикладной подготовки специалистов по физическому воспитанию «Спортивно-педагогическое совершенствование (оздоровительная аэробика)». Содержание программы направлено на формирование у студентов направления подготовки 6.010201 «Физическое воспитание» профессионально-прикладных знаний, умений и способностей к проведению занятий по оздоровительной аэробике. Одним из критериев оценки ее эффективности является уровень сформированности коммуникативных способностей студенток во время проведения первичного инструктажа.

Экспериментальная учебная программа предусматривала самостоятельную работу в объеме 6 часов, посвященную проведению первичного инструктажа. Кроме этого студенткам обеих групп было предложено присутствовать при проведении первичного инструктажа опытными специалистами, и предоставлен специальный учебно-методический материал, раскрывающий его особенности [7]. Это помогло студенткам создать представление о методических особенностях проведения первичного инструктажа и повысить собственный уровень его проведения.

Уровень сформированности коммуникативных способностей студенток определялся по культуре общения, этикету, умению определять морфофункциональные показатели и проводить тестирование физических качеств, методической подготовленности будущего специалиста, организационной подготовленности, психологической подготовленности к решению педагогических ситуаций во время первичного инструктажа по заданию экспертов. С целью объективной оценки подготовленности студенток к проведению первичного инструктажа были приглашены эксперты.

Первичный инструктаж позволяет получить информацию об уровне подготовленности занимающихся, их функциональных возможностях, мотивах занятий т. п. В то же время первичный инструктаж дает возможность занимающимся создать представление об уровне компетентности преподавателя.

Структура первичного инструктажа включает:

- приветствие и знакомство;
- определение мотивации занимающихся, постановка цели и задач оздоровительных занятий;
- определение спортивных или оздоровительных предпочтений занимающихся;
- получение сведений о предыдущем спортивном и фитнес опыте;
- анализ результатов врачебного контроля (наличие

травм и заболеваний, показаний или противопоказаний, определяемых врачом, применение медицинских или фитнес препаратов и т. д.);

- проведение инструктажа по технике безопасности;
- проведение 1-2 простейших функциональных тестов или антропометрических измерений (по выбору);
- короткое опробование занимающимися некоторых несложных движений основных видов оздоровительной аэробики (классической аэробики, степ-аэробики, фитбол-аэробики и др.) под музыкальное сопровождение;
- ознакомление с основными командами и международными жестами, применяемыми в практике оздоровительной аэробики;
- ознакомление и опробование специального оборудования, применяемого на оздоровительных занятиях;
- ознакомление с программой и расписанием занятий, предоставление рекомендаций по количеству занятий в неделю, месяц и т. д.;
- рекомендации по рациональному питанию и потреблению воды;
- рекомендации по подбору одежды и обуви для занятий оздоровительной аэробикой.

Каждая из студенток экспериментальной и контрольной групп проводила по одному первичному инструктажу продолжительностью от 30 до 60 мин. Группу студенток, с которыми проводили первичный инструктаж, предварительно подготовили и каждой из них дали задание, предусматривавшее создание нестандартной педагогической ситуации. Например, выявить недовольство по поводу предложенной программы занятий, поставить под сомнение компетентность специалиста по любому вопросу и т. п.

В конце проведения первичного инструктажа эксперты предложили каждой из испытуемых решить несколько педагогических ситуаций, что позволило им оценить психологическую подготовленность студенток к практической деятельности (табл. 1).

Оценивание показателей уровня сформированности коммуникативных способностей проводилось по пятибалльной шкале, где оценка 5 баллов соответствовала высокому уровню, 4 балла – достаточному, 3 балла – среднему, 2 балла – низкому, 1 балл – очень низкому уровню.

Культура общения оценивалась по уровню проявления коммуникативных, психологических, познавательных и организационных способностей, а также в двух языковых разновидностях – монологе и диалоге. Результаты исследования показали, что культура общения студенток как экспериментальной, так и контрольной групп отвечала достаточному уровню. Следует отметить, что уровень культуры общения студенток экспериментальной группы был оценен выше (4,7 баллов) нежели у студенток контрольной группы (4,1 балл).

При оценке умения соблюдать правила этикета учитывали наличие четырех его частей: вербальный этикет, мимика и жесты (кинесика), пространственная

Показатели уровня сформированности коммуникативных способностей студенток по результатам проведения первичного инструктажа

№ п/п	Критерии	Средний балл, х	
		ЭГ	КГ
1	Культура общения	4,7	4,1
2	Этикет	4,7	4,0
3	Умение определять морфофункциональные особенности тела человека и проводить тестирование физических качеств	4,6	3,9
4	Методическая подготовленность будущего специалиста	4,7	3,8
5	Организационная подготовленность будущего специалиста	4,7	4,1
6	Психологическая подготовленность будущего специалиста к решению педагогических ситуаций во время первичного инструктажа и по заданию экспертов	4,7	4,0

этика (проксемика), этикетная атрибутика. Умения студенток и экспериментальной, и контрольной групп отвечали достаточному уровню и были оценены экспертами в 4,7 балла и 4,0 соответственно.

Умение определять морфофункциональные показатели предусматривало применение комплекса методов для определения соматометрических, физиометрических и соматоскопических их составляющих. Исследование уровня развития физических качеств включало использование батареи тестов, отвечающих стандартным требованиям объективности, информативности, надежности, доступности, наличия шкал оценок. Вышеуказанные умения отвечали достаточному уровню у студенток экспериментальной (4,6 балла) и среднему у студенток контрольной группы (3,9 балла). Таким образом, студентки экспериментальной группы, по мнению экспертов, более профессионально использовали вышеуказанные тесты и интерпретировали результаты тестирования.

Оценка методической подготовленности студенток оценивалась исходя из следующих критериев: правильный подбор средств оздоровительной аэробики, рекомендации по видам занятий и дозированию нагрузки, разъяснение команд и жестов, оценка техничности выполнения движений студентками и занимающимися, сочетание движений с музыкой и достоверность оценки двигательной подготовленности занимающихся (подготовительный уровень, основной, высокий и спортивный), рекомендации по рациональному питанию. Эксперты оценили подготовленность студенток экспериментальной группы как достаточный (4,7 балла), студенток контрольной группы как средний (3,8 балла). Это свидетельствует о более высоком уровне методической подготовленности студенток, занимавшихся по экспериментальной программе.

Оценка организационной подготовленности будущих специалистов определялась умениями: давать рекомендации относительно свойств специального оборудования и расписания занятий; правильно размещать на танцевальной площадке группу занимающихся; соблюдать технику безопасности; давать рекомен-

даций по выбору одежды и обуви для занятий и т. д. По мнению экспертов студентки обеих групп овладели этими умениями на достаточном уровне (4,7 балла – экспериментальная группа, 4,1 балла – контрольная группа). Результаты исследования свидетельствуют примерно одинаковом уровне организационной подготовленности студенток, хотя оценки студенток экспериментальной группы несколько выше.

Определение уровня психологической подготовленности будущего специалиста к решению педагогических ситуаций осуществлялось в два этапа. На первом этапе, во время проведения первичного инструктажа, студенткам приходилось решать нестандартные педагогические ситуации, умышленно создаваемые посетителями. Оценивалось умение студенток превратить педагогическую ситуацию в педагогическую задачу, а затем решить ее. При этом учитывались: скорость реакции и мышления, сообразительность, оперативная память, самоконтроль, уравновешенность. На втором этапе, после окончания первичного инструктажа, студентки по заданию экспертов решали предложенные педагогические ситуации, самостоятельно превращая их в педагогические задачи, в соответствии с определенной целью. На этом этапе, как и на предыдущем, определяли уровень проявления соответствующих умений и личностно-профессиональных качеств участниц эксперимента. Студентки имели сравнительно больше времени для анализа педагогических ситуаций и возможность предложить несколько вариантов их эффективного решения. Эксперты оценили уровень психологической подготовленности студенток обеих групп на достаточном уровне, при этом студентки экспериментальной группы получили 4,7 балла, студентки контрольной – 4,0. Это свидетельствует о том, что студентки экспериментальной группы были готовы к возникновению нестандартных ситуаций и уверенно их решили.

Оценки экспертов показали, что уровень коммуникативных способностей и психологической подготовленности при проведении первичного инструктажа у студенток исследуемых групп неодинаковы. Так, средний балл студенток экспериментальной группы

составил 4,7 балла, контрольной группы – 3,9 балла. Полученные данные подтверждают эффективность применения экспериментальной программы «Спортивно-педагогическое совершенствование (оздоровительная аэробика)» в процессе формирования коммуникативных способностей студентов.

Результаты проведенного исследования показывают, что экспериментальная программа профессионально-прикладной подготовки специалистов по физическому воспитанию к проведению занятий по оздоровительной аэробике существенно влияет на формирование у будущих специалистов таких важных компонентов как коммуникативная и психологическая подготовленность. Они существенно дополняют профессионально-прикладную подготовленность студентов педагогических вузов к будущей профессиональной деятельности.

Выводы.

Анализ литературных источников подтверждает значимость коммуникативных способностей в фор-

мировании готовности специалиста по физическому воспитанию к эффективному проведению занятий по оздоровительной аэробике.

Оценка проведения первичного инструктажа по оздоровительной аэробике у студенток экспериментальной группы соответствовала 4,7 балла, у студенток контрольной группы – 3,9 балла, что свидетельствует о достаточном и среднем уровне сформированности коммуникативных способностей соответственно.

Результаты исследования подтверждают эффективность использования экспериментальной программы «Спортивно-педагогическое совершенствование (оздоровительная аэробика)» в профессионально-прикладной подготовке будущих специалистов по физическому воспитанию.

Перспективы дальнейших исследований направлены на разработку программы профессионально-прикладной подготовки студенток на основе других видов аэробики.

Литература

1. Барыбина Л. Н. Применение индивидуального подхода при проведении занятий по аэробике со студентами разного уровня подготовленности / Л. Н. Барыбина, С. А. Семашко, Е. В. Кривенцова // Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 5. – С. 9–12.
2. Брюханова Н. А. Определение возможностей использования высокоинтенсивных тренировочных средств на учебных занятиях оздоровительной аэробикой / Н. А. Брюханова, О. В. Булгакова, Т. И. Мокрова, Ю. А. Богаченко // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 2. – С. 25–29.
3. Волков К. Д. Формирование у будущих специалистов по физической культуре и спорту специальных профессиональных компетенций для работы в сфере оздоровительного фитнеса / К. Д. Волков // Теория и практика физ. культуры. – 2009. – № 2. – С. 28.
4. Ишанова О. В. Оптимизация физической нагрузки при оздоровительных занятиях аэробикой / О. В. Ишанова // Теория и практика физ. культуры. – 2007. – № 8. – С. 69–70.
5. Красуля М. А. Исследование влияния занятий аэробикой на физическую подготовленность студенток / М. А. Красуля // Физическое воспитание студентов. – 2011. – № 2. – С. 54–57.
6. Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів : Фізична культура. 5–9 класи. / Відповідальний за випуск: Дятленко С.М. – К. : Видавничий дім «Освіта», 2013. – 240 с.
7. Синиця С. В. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навч. посіб. / С. В. Синиця, Л. Є. Шестерова ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава : ПНПУ, 2011. – 236 с.
8. Стрелецкая Ю. В. Коммуникативная подготовка на занятиях фитнес-аэробикой с учетом специфики деятельности и индивидуально-личностных различностей студентов : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. пед. наук : 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, адаптивной и оздоровительной физической культуры» / Юлия Владимировна Стрелецкая. – СПб., 2007. – 22 с.
9. Bäckström M. Sports Technology Education at Mid Sweden University / M. Bäckström, M. Tinnsten, A. Koptyug, et al // Procedia Engineering. – 2013. – vol. 60. – P. 214–219.
10. Champion N. Aerobics Instructor's : Handbook / N. Champion, H. Hurst. – FISAF : Kandaroo Press, 1999. – 133 p.
11. Chen Chao-Chien. The impact of rope jumping exercise on physical fitness of visually impaired students / Chao-Chien Chen, Shih-Yen Lin // Research in Developmental Disabilities. – 2011. – vol. 32. – P. 25–29.
12. Goss F. Aerobic-Training. / R. Robertson, R. Spina, T. Auble, D. Cassinelli, R. Silberman, R. Galbreath & G. Paul, B Hausbei, E.-M. Hofmann, M. Kahl, C. Voegelé. – Meyer & Meuer Verlag, 1998. – 168 p.

References:

1. Baribina L.N., Semashko S.A., Krivencova E.V. *Fiziceskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students], 2012, vol. 5, pp. 9–12.
2. Briuhanova N.A., Bulgakova O.V., Mokrova T.I. *Fiziceskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students], 2013, vol. 2, pp. 25–29.
3. Volkov K.D. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2009, vol. 2, p. 28.
4. Ishanova O.V. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2007, vol. 8, pp. 69–70.
5. Krasulya M. A. *Fiziceskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students], 2011, vol.2, pp. 54–57.
6. Diatlenko S.M. *Navchal'ni programy dlia zagal'noosvitnih navchal'nih zakladiv: Fizichna kul'tura. 5–9 klasy* [Training programs for secondary schools: physical culture. classes 5–9], Kiev, Education Publishing «House», 2013, 240 p.
7. Siniticia S.V. *Ozodorovcha aerobika. Sportivno-pedagogichne vdoskonalennia* [Health aerobics. Sports and teacher improvement], 2011, 236 p.
8. Streletskaia Y.V. *Komunikativnaia podgotovka na zaniatyah fitness-aerobikoy s uchetom specifiky deiatel'nosti I individual'no-lichnostnih razlichnostey studentov* [Communicative training on aerobic fitness activities, taking into account the specifics of the individual personality and a variety of students], Cand. diss., Sankt Petersburg, 2007, 22 p.
9. Bäckström M. Tinnsten M., Koptyug A. Sports Technology Education at Mid Sweden University. *Procedia Engineering*. 2013, vol. 60, pp. 214–219.
10. Champion N., Hurst H. *Aerobics Instructor's: Handbook*. FISAF : Kandaroo Press. 1999, 133 p.
11. Chen Chao-Chien, Shih-Yen Lin. The impact of rope jumping exercise on physical fitness of visually impaired students. *Research in Developmental Disabilities*. 2011, vol. 32, pp. 25–29.
12. Goss F., Robertson R., Spina R., Auble T., Cassinelli D. *Aerobic-Training*. Meyer & Meuer Verlag. 1998, 168 p.
13. Tudor I.-D., Grigore V., Pilates, Burcea C.-C., Tudor M. Principles-Psychological Resources for Efficiency Increase of Fitness Programs for Adults. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2013, vol. 84, pp. 658–662.

13. Tudor Iulian-Doru. Pilates Principles-Psychological Resources for Efficiency Increase of Fitness Programs for Adults / I.-D. Tudor, V. Grigore, C.-C. Burcea, M. Tudor // *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. – 2013. – vol. 84. – P. 658–662.
14. Wagner P. Aerobic endurance training / P. Wagner, I. Riedel. – Karin Krallmann Verlag, 2000. – 103 p.
15. Wonwoo Byuna, Byun W., Sui X., et al. Cardiorespiratory fitness and risk of prostate cancer: Findings from the Aerobics Center Longitudinal Study. *Cancer Epidemiology*. 2011, vol.35(1), pp. 59-65. doi:10.1016/j.canep.2010.07.013.
14. Wagner P., Riedel I. *Aerobic endurance training*. Karin Krallmann Verlag. 2000, 103 p.
15. Wonwoo Byuna, Byun W., Sui X., et al. Cardiorespiratory fitness and risk of prostate cancer: Findings from the Aerobics Center Longitudinal Study. *Cancer Epidemiology*. 2011, vol.35(1), pp. 59-65. doi:10.1016/j.canep.2010.07.013.

Информация об авторах

Синица Сергей Васильевич: ORCID:0000-0001-7965-8355; sinicasv79@mail.ru; Полтавский национальный педагогический университет имени В. Г. Короленка; ул. Остроградского, 2, г. Полтава, 36000, Украина.

Шестерова Людмила Егоровна: ORCID:0000-0001-8777-6386; uchotdelhdafk@mail.ru; Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская, 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Синица Татьяна Александровна: ORCID:0000-0002-6971-0161; sinicahp@mail.ru; Полтавский национальный технический университет имени Юрия Кондратюка; пр-т. Первомайский, 24, г. Полтава. 36011, Украина.

Цитируйте эту статью как: Синица С. В., Шестерова Л. Е., Синица Т. А. Оценка коммуникативных способностей студентов педагогических вузов по результатам проведения первичного инструктажа по оздоровительной аэробике // *Физическое воспитание студентов*. – 2014. – № 3 – С. 56-60. doi:10.6084/m9.figshare.978698

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 13.02.2014 г.
Опубликовано: 27.02.2014 г.

Information about the authors

Synytsya S. V.: ORCID:0000-0001-7965-8355; sinicasv79@mail.ru; Korolenko Poltava National Pedagogical University; Ostrogradskogo str., 2, Poltava, 36000, Ukraine.

Shesterova L. E.: ORCID:0000-0001-8777-6386; uchotdelhdafk@mail.ru; Kharkov State Academy of Physical Culture; Klochkovskaya str. 99, Kharkov, 61022, Ukraine.

Synytsya T. O.: ORCID:0000-0002-6971-0161; sinicahp@mail.ru; Kondratyuk Poltava National Technical University; Pervomaisky alley, 24, Poltava, 36011, Ukraine.

Cite this article as: Synytsya S. V., Shesterova L. E., Synytsya T. O. Assessment of communicative abilities of students of pedagogical universities on the results of primary instruction on improving aerobics. *Physical education of students*, 2014, vol.3, pp. 56-60. doi:10.6084/m9.figshare.978698

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 13.02.2014
Published: 27.02.2014