

МОДЕЛЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТОК ФАКУЛЬТЕТУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ

Кравчук Т.М., Санжарова Н.М., Голенкова Ю.В.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. У статті розроблено модель професійно-прикладної фізичної підготовки студенток факультету дошкільного виховання із використанням засобів художньої гімнастики. Визначено, що вправи художньої гімнастики мають оздоровчий, розвивальний, виховний та естетичний потенціали, що робить їх дієвим засобом ППФП майбутніх вихователів дитячих дошкільних закладів. Підбрано вправи художньої гімнастики, спрямовані на здійснення ППФП студенток факультету дошкільної освіти та розроблено модель цієї підготовки в період навчання у ВНЗ.

Ключові слова: дошкільна освіта, професійно-прикладна підготовка, студентки, художня гімнастика.

Постановка проблеми. Сьогодні спостерігається неоднозначне ставлення громадськості до фізичного виховання студентів. Фахівці постійно вказують на невідповідність системи фізичного виховання студентів до реалій сьогодення, що не дозволяє досягти поставленої мети – зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, покращення фізичного стану, працездатності протягом усього періоду навчання. З особливою гостротою постає питання професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП), здійснення якої також є одним із важливих завдань фізичного виховання студентів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз літературних та інших джерел свідчить, що проблема ППФП студентів неодноразово досліджувалася науковцями та спеціалістами в галузі фізичного виховання і спорту. Так, детальний аналіз системи ППФП студентів та умов її впровадження у вищих навчальних закладах наведено у монографії Л.П. Пилипея (2009). Окремі аспекти ППФП студентів розглядали в своїх працях М.Л. Віленський, Р.С. Сафін (1980), В.І. Ільїніч (1990), Л.І. Лубишева (1992), В.І. Мудрік, О.З. Леонов, І.В. Мудрік та ін. (2010). ППФП студентів педагогічних ВНЗ в свій час розглядали К.А. Бондар (1984), І.П. Голубев (1982), та інші. Автори зазначали, що ППФП наперед має функціонально поєднувати особисті інтереси студентів із професійними інтересами, а також із загальними потребами суспільства.

На ефективності використання в процесі ППФП студентів різних видів спорту наголошували Т.В. Бондаренко (2009), Г.Г.Лапшина (1992), Л.І. По-

гасій (2003) та інші. Проте питання моделювання ППФП студентів факультету дошкільної освіти засобами художньої гімнастики ще не розглядалося, що й зумовило актуальність даного дослідження.

Матеріали і методи.

Мета дослідження: розробити модель ППФП студенток факультету дошкільного виховання із використанням засобів художньої гімнастики.

Завдання дослідження: визначити можливість художньої гімнастики в ППФП майбутніх вихователів дитячих дошкільних закладів; розкрити структуру та зміст ППФП студенток факультету дошкільної освіти засобами художньої гімнастики, та розробити модель цієї підготовки в період навчання у ВНЗ.

Для вирішення завдань, поставлених у роботі, було використано наступні **методи дослідження:** вивчення та аналіз педагогічної і науково-методичної літератури; бесіди з фахівцями; педагогічні спостереження.

Результати дослідження. Аналіз різних джерел свідчить, що ППФП – педагогічний процес, який поєднує інтерес до фізичних вправ з інтересами до оволодіння уміннями й навичками, які сприяють розвитку фізичних можливостей майбутнього фахівця, щоб виконувати професійні завдання. Професійна теоретична підготовка, на відміну від фізичної, підготовка під час занять фізичним вихованням є педагогічним процесом, у якому поєднується інтереси до деяких теоретичних засад фізичного виховання з інтересами до оволодіння знаннями, які можуть бути корисними майбутньому фахівцю для виконання професійної діяльності.

Професійні компетенції вихователя дошкільного навчального закладу визначені Галузевим стандартом вищої освіти. До таких компетенцій

Таблиця 1.

Засоби художньої гімнастики спрямовані на ППФП студенток факультету дошкільної освіти

Назва засобу	Зміст засобу
Вправи художньої гімнастики без предмета	<p>Вправи у ходьбі та бігу ходьба на носках, м'яка, переكاتна, висока, широка, пружна; різні види бігу, з високим підніманням стегна, із за хльостом гомілки назад, дріботливий біг, біг з прямими ногами вперед, назад, вбік.</p> <p>Пружні рухи: ногами (на двох, одній і по черзі); руками (у всіх напрямках, одно - і різнойменно); - цілісно (всіма частинами тіла).</p> <p>Розслаблення: прості - "роняючи" руки, голову або тулуб; по сегментні - по черзі "роняючи" кисті, передпліччя, лікті, плечі шию, тулуб, згинаючи ноги, "упасти" на підлогу на спину або бік; утікання - одночасне, але поступове зняття м'язової напруги із усього тіла або його частини.</p> <p>Хвилі руками (основна форма - руки вбік); тулубом (у сиді на п'ятах і в стійці на колінах); цілісно (вперед, зворотна (назад), бічна (убік) і бічна з поворотом уперед).</p> <p>Змахи - руками - у переднє - задньому й бічному напрямках; - тулубом - із сиді на п'ятах, сиді на стегні із зігнутими ногами і стоячи - "роняючи" тулуб уперед у сполученні з рухом рук у переднє - задньому й бічному напрямках; - цілісно - уперед, убік, убік із поворотом.</p> <p>Рівноваги - рівновага на двох ногах стоячи на носках; - рівновага на одній нозі, друга зігнута носком до коліна вперед або в сторону; - передня рівновага «ластівка»</p> <p>Повороти - поворот переступанням: на місці; з пересуванням (по колу, діагоналі, тощо); - схресний поворот</p> <p>Стрибки - стрибок поштовхом двома із приземленням на дві та одну ногу; - стрибки поштовхом двома з поворотом на 180, 360 або більше градусів з приземленням на дві та одну ногу</p>
Вправи художньої гімнастики з предметами	<p>Вправи зі скакалкою - різновиди стрибків та бігу через скакалку (на місці та з переміщенням); - обертання скакалки в різних площинах</p> <p>Вправи з обручем - обертання обруча на талії, шиї, руці; - кати обруча (прямий, зворотний); - стрибки в обруч та через нього.</p> <p>Вправи з м'ячем - відбиви м'яча об підлогу; - кидки м'яча двома та однією рукою; - кати м'яча по рукам та підлозі.</p>
Хореографічні вправи	<p>позиції ніг та рук; демі пліе, гран пліе; батман тандю семпл, батман тандю жете; рон де жамб пар тер; гран батман жете; елементарне адажіо; стрибки соте і ешапе Повороти біля опори і на середині переступанням, схресні, стрибком, спіральні. Стрибки біля опори та на середині соте, ешапе.</p>

Продовження таблиці

Танцювальні вправи	Елементи народних та бальних танців приставний крок (хрестом); змінний крок (хрестом, три варіанти); кроки галопа (вперед, вбік, назад); кроки польки; вальсові кроки Перегляд відео зйомок найкращих танців за вище названими напрямками
Музично-ритмічні ігри та завдання на зв'язок із засобами музичної виразності	Вправи на зв'язок з мелодією музики: - передати рухом різні напрямки мелодійного малюнка; - музичні ігри, пов'язані з передачею мелодійного малюнка. Вправи на зв'язок з регістром музики: передати рухом звучання музики в різному регістрі (високому, середньому, низькому); музичні ігри, пов'язані з передачею звучання музики в різному регістрі Вправи на зв'язок з темпом музики: передати рухом різний темп музики (помірний, повільний, різка зміна темпу, поступова зміна темпу, стійкість у темпі); музичні ігри, пов'язані з передачею темпу музичних творів. Вправи на зв'язок з динамічними відтінками музики: передати рухами різні динамічні відтінки музики (голосне звучання - форте, технічне звучання - піано, різка зміна сили звучання й поступове зменшення сили звучання); музичні ігри, пов'язані з передачею різних динамічних відтінків Вправи ритмічної гімнастики

належать: оздоровчо-профілактична, діагностико-прогностична, плануюча, навчально-розвивальна, виховна, комунікативна, просвітницька, організаційно-педагогічна, контролююча і самовдосконалення. Відповідно до цих компетенцій нами було розроблено модель ППФП студенток факультету дошкільного виховання засобами художньої гімнастики.

Художня гімнастика представляє собою складнокоординаційний вид спорту, основними засобами якого є вправи без предмета – рівноваги, повороти і стрибки та вправи з предметами – скакалкою, обручем, м'ячем, булавами та стрічкою. Також до засобів художньої гімнастики відносять хореографічні, танцювальні та музично-ритмічні вправи. Одними з головних завдань художньої гімнастики є зміцнення здоров'я і гармонійний розвиток всіх органів і систем організму тих, що займаються; збалансована загальна і спеціальна фізична підготовка; засвоєння вправ хореографії, без предмету і з предметами; розвиток специфічних якостей: танцювальності, музичності, виразності і творчої активності; прищеплення інтересу до занять художньою гімнастикою, виховання дисциплінованості, акуратності і старанності [10].

Аналіз завдань та засобів художньої гімнастики показав, що вони можуть сприяти підготовці майбутніх вихователів до виконання оздоровчо-профілактичної функції, зокрема зміцнення здоров'я і гармонійний розвиток всіх органів і систем організму дошкільнят та формування у них правильної постави. Здійсненню навчально-розвивальної функції може сприяти засвоєння студентами вправ хореографії та вправ художньої гімнастики без

предметів і з предметами, які в подальшому зможуть використовуватися в професійній діяльності. Поряд з цим, засоби художньої гімнастики можуть активно сприяти розвитку всіх фізичних здібностей і таких специфічних якостей, як танцювальність, музичність, виразність і творча активність. Засоби художньої гімнастики також сприяють вихованню культури рухів, дисциплінованості, акуратності і старанності, що робить їх дієвими засобами у формуванні виховної функції майбутніх вихователів.

З огляду на це, нами було підібрано низку вправ художньої гімнастики, які мали використовуватися

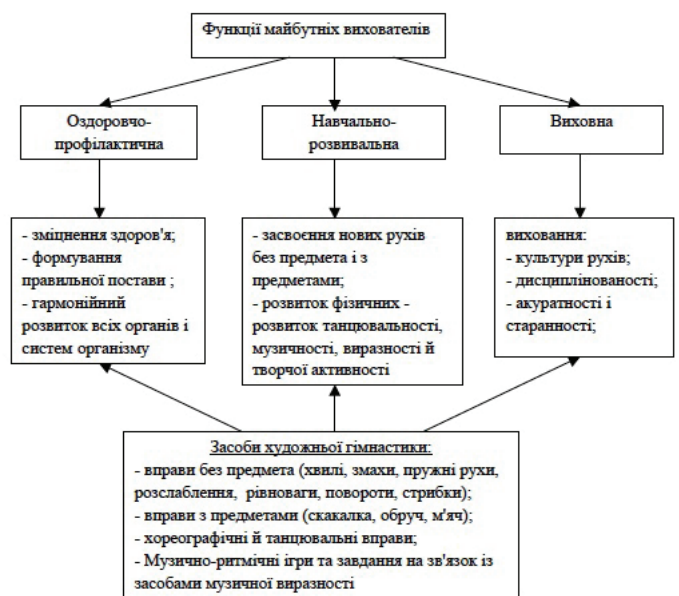


Рис. 1. Модель ППФП студенток факультету дошкільної освіти засобами художньої гімнастики.

у процесі занять з фізичної культури для студенток факультету дошкільної освіти та сприяти їхній ППФП (див. табл.1). Підбір вправ здійснювався з урахуванням наступних вимог: доступність; можливість їх подальшого використання у роботі з дітьми дошкільного віку; наявність оздоровчого потенціалу; гармонійний вплив на фізичний та психічний розвиток; естетичність та емоційність.

На нашу думку, активне використання засобів художньої гімнастики в процесі занять фізичною культурою може сприяти не лише підготовці майбутніх вихователів до виконання окремих функцій

у майбутній професійній діяльності, а й покращувати їхній фізичний стан.

Висновки. Таким чином, визначено, що вправи художньої гімнастики мають оздоровчий, розвивальний, виховний та естетичний потенціали, що робить їх дієвим засобом ППФП майбутніх вихователів дитячих дошкільних закладів. Підібрано вправи художньої гімнастики, спрямовані на здійснення ППФП студенток факультету дошкільної освіти та розроблено модель цієї підготовки в період навчання у ВНЗ.

Література

References

1. Виленский М.Л., Основы профессиональной направленности физического воспитания студентов педагогических институтов / М.Л. Виленский, Р.С. Сафин. — М., 1980. — 104 с.
2. Голубев И. П. ППФП студентов педагогических языковых вузов : учебн. пособие / И. П. Голубев — М., 1982. — 127 с.
3. Ильинич В.И. О некоторых проблемных вопросах профессионально-прикладной физической подготовки (вопросы теории) / В.И. Ильинич // Теория и практика физической культуры. — 1990. — № 3. — С. 13—25.
4. Лапшина Г. Г. Содержание и методика подготовки студентов к использованию средств физической культуры и спорта в своей будущей профессиональной деятельности (на примере редакторской специальности) : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 ; КГИФК. — К., 1992. — 25 с.
5. Лубышева Л. И. Теоретико-методологические и организационные основы формирования физической культуры студентов : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 ; ГЦОЛИФК. — М., 1992. — 58 с.
6. Мудрик, В. І. Організаційно-методичні основи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: монографія / Мудрик В. І., Леонов О. З., Мудрик І. В., Ільченко А. І., Козак Є. П. // За ред... В. І. Мудрика. — К.: Педагогічна думка, 2010. — 192 с.
7. Пилипей, Л.П. Професійно-прикладна підготовка студентів: монографія / Л.П. Пилипей. — Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. — 312 с.
8. Плахтій П.Д. Основи фізичного виховання студентської молоді: Навчальний посібник / Плахтій П.Д., Коваль О.Г., Рябцев С.П., Марчук В.М.: — К.П., Кам'янець-Подільський, 2012. ТОВ «Друкарня «Рута». — 312 с.
9. Погасій Л. І. Методичні вказівки щодо організації та проведення занять з фізичної культури на тему : «Аеробіка як засіб підвищення працездатності студентів КНТЕУ» / Л. І. Погасій. — К., 2003. — 15 с.
10. Рябченко О.В. Використання засобів художньої гімнастики в процесі фізичного виховання старшокласниць / О.В. Рябченко, Т.М. Кравчук // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — №7.
11. Бондаренко Т. В. Навчальний курс «спорт: художня гімнастика» / Т. В. Бондаренко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2009. — № 11. — С. 3-8.
1. Vilenskij M.L., & Safin R.S. (1980). *Osnovy professional'noj napravlenosti fizicheskogo vospitaniya studentov pedagogicheskikh institutov.* М., 104.
2. Golubev I. P. (1982). *PPFP studentov pedagogicheskikh jazykovyh vuzov : uchebn. posobie.* М., 127.
3. Il'inich V.I. (1990). *O nekotoryh problemnyh voprosah professional'no-prikladnoj fizicheskoy podgotovki (voprosy teorii).* *Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury,* (3), 13—25.
4. Lapshina G. G. (1992). *Soderzhanie i metodika podgotovki studentov k ispol'zovaniju sredstv fizicheskoy kul'tury i sporta v svoej budushhej professional'noj dejatel'nosti (na primere redaktorskoj special'nosti) :* avtoref. dis. ... kand. ped. nauk : 13.00.04 ; KGIFK. К., 25.
5. Lubysheva L. I. (1992). *Teoretiko-metodologicheskie i organizacionnye osnovy formirovanija fizicheskoy kul'tury studentov :* avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk : 13.00.04 ; GCOLIFK. М., 58.
6. Mudrik V. I., Leonov O. Z., Mudrik I. V., Il'chenko A. I., & Kozak Ye. P. *Orhanizatsiyno-metodychni osnovy fizychnoho vykhovannya studentiv vyshchychkh navchal'nykh zakladiv: monohrafiya.* К.: Pedahohichna dumka, 192.
7. Pylypey, L.P. (2009). *Profesijno-prykladna pidhotovka studentiv: monohrafiya.* Sumy: DVNZ «UABS NBU», 312.
8. Plakhtiy P.D., Koval' O.H., Ryabtsev S.P., & Marchuk V.M. (2012). *Osnovy fizychnoho vykhovannya student-s'koyi molodi: Navchal'nyy posibnyk. Kam»yanets'-Podil's'kyy, TOV «Drukarnya «Ruta»*, 312.
9. Pohasiy L. I. (2003). *Metodychni vkazivky shchodo orhanizatsiyi ta provedennya zanyat' z fizychnoyi kul'tury na temu : «Aerobika yak zasib pidvyshchennya pratsezdatnosti studentiv KNTEU».* К., 15.
10. Ryabchenko O.V. & Kravchuk T.M. (2011). *Vykorystannya zasobiv khudozhnoyi himnastyky v protsesi fizychnoho vykhovannya starshoklasnyts'.* *Teoria ta metodyka fizychnoho vykhovannya,* (7).
11. Bondarenko T. V. (2009). *Navchal'nyy kurs «sport: khudozhnyahimnastyka».* *Teoria ta metodyka fizychnoho vykhovannya,* (11), 3—8. — *Rezhym dostupu: http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/574*

МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОК ФАКУЛЬТЕТА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СРЕДСТВАМИ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ

Кравчук Т.Н., Санжарова Н.Н., Голенкова Ю.В.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды

Реферат. Статья: 6 с., 2 табл., 30 источников

В статье разработана модель профессионально-прикладной физической подготовки студенток факультета дошкольного воспитания с использованием средств художественной гимнастики. Показано, что упражнения художественной гимнастики имеют оздоровительный, развивающий, воспитательный и эстетический потенциалы, что делает их действенным средством ППФП будущих

воспитателей детских дошкольных учреждений. Подобрано упражнения художественной гимнастики, направленные на осуществление ППФП студенток факультета дошкольного образования и разработана модель этой подготовки в период обучения в вузе.

Ключевые слова: дошкольное образование, профессионально-прикладная подготовка, студентки, художественная гимнастика.

MODELING PROFESSIONALLY-APPLIED PHYSICAL PREPARATION OF STUDENTS OF PRESCHOOL EDUCATION, BY MEANS OF RHYTHMIC GYMNASTICS

Kravchuk T., Sanzharova N., Golenkova Y.

G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 6 p., 2 tables., 30 sources

Objective: To develop a model of professional-applied physical preparation of students of the Faculty of pre-school education with the use of rhythmic gymnastics. **Material and methods.** To achieve the goals set in the work, following methods were used: to study and analyze the pedagogical and methodological literature; interviews with experts; teacher observations.

Results: Analysis of problems and means of rhythmic gymnastics has shown that they can contribute to the training of future teachers to implement health-preventive function, in particular health promotion and harmonious development of all organs and systems of the body and the formation of preschool children have correct posture. Implementation of

educational and developmental function can promote the absorption of students exercise choreography and calisthenics exercises without items and items that can be used in the future in the profession. At the same time, the means of rhythmic gymnastics can actively contribute to the development of all physical abilities and specific qualities such as dance, music, expressive and creative activity. Means of artistic gymnastics also fosters a culture of movement, discipline, accuracy and thoroughness that makes them effective tools in shaping the educational function of future educators.

Keywords: pre-school education, professional-applied physical preparation, student, rhythmic gymnastics.

Інформація про авторів:

Кравчук Тетяна Миколаївна: tatyana1409@gmail.com; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Артема, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Санжарова Ніна Миколаївна: tatyana1409@gmail.com; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Артема, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Голенкова Юлія Валеріївна: tatyana1409@gmail.com; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Артема, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Кравчук Т.М. Моделювання професійно-прикладної фізичної підготовки студенток факультету дошкільної освіти засобами художньої гімнастики / Кравчук Т.М., Санжарова Н.М., Голенкова Ю.В. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2015. — № 1. — С. 44—48.

Стаття надійшла до редакції: 05.03.2015 р. Прийнята: 15.03.2015 р. Надрукована: 30.03.2015 р.