

**Э.И. Михайлова,
Н.Г. Михайлов,
Е.Б. Деревлева**

Формирование компетенций современного специалиста посредством освоения образовательной программы «Аэробика для оздоровления детей и молодежи»

В статье рассмотрены проблемы формирования общекультурных и профессиональных компетенций бакалавра Педагогического института физической культуры и спорта, необходимых для использования аэробики в процессе физического воспитания детей и молодежи.

Ключевые слова: подготовка бакалавров; общекультурные и профессиональные компетенции; модульная образовательная программа.

Современная система образования направлена на подготовку квалифицированных педагогических кадров, обладающих достаточным уровнем теоретической подготовки и практических умений, способных к профессиональному росту и мобильности. Изменения, происходящие в системе образования, делают актуальной проблему развития профессиональной компетентности учителя [1–2]. Не является исключением и область физической культуры и спорта.

Компетенции кадров для современной системы физической культуры и спорта представляют собой требования, предъявляемые к современным выпускникам образовательных учреждений высшего звена. Надо отметить, что компетенции выражаются разными показателями, но, по сути, позволяют оценить готовность специалиста для работы в определенной сфере деятельности. Представители компетентностного подхода сосредоточили основное внимание на поиске связи образования с практикой и реальными потребностями общества. Важнейшим признаком компетентностного подхода является способность обучающегося к самообразованию, к поиску новых путей ликвидации пробелов в образовании, а уровень образованности определяется готовностью решать проблемы различной сложности на основе имеющихся знаний [3].

Система подготовки бакалавров может с успехом использоваться для формирования компетенций, необходимых для работы в определенном виде деятельности. Для этого следует разрабатывать и внедрять новые курсы повышения

квалификации, которые позволяют совершенствовать профессиональные способности специалистов, в том числе и работающих в области физической культуры и спорта.

Рассмотрим это на примере образовательной программы «Аэробика для оздоровления детей и молодежи», которая предполагает формирование общекультурных и профессиональных компетенций для проведения учителями физической культуры занятий по различным видам аэробики для детей и подростков.

Программа «Аэробика для оздоровления детей и молодежи» построена по типу модульной педагогической технологии, когда отдельный модуль направлен на формирование определенных знаний, умений и навыков инструктора по оздоровительной аэробике. Данная программа содержит пять основных модулей, на освоение которых отводится 72 часа.

Первый модуль этой образовательной программы, «Аэробика как средство оздоровления», способствует формированию общекультурных компетенций. На занятиях в этом модуле студенты учатся уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям аэробики, как сложившемуся виду двигательной активности, осознают социальную значимость профессии в сфере физической культуры, которая позволяет сохранять здоровье с помощью аэробных упражнений, учатся принимать нравственные обязательства по отношению к людям, доверившим свое здоровье и жизнь преподавателю по аэробике. Занятия в этом модуле способствуют выработке у студентов умения применять на практике полученные знания в области физической культуры, оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей. Этот модуль начинается с обзорно-установочного занятия, на котором студентам объясняется место аэробики в системе физического воспитания детей и молодежи; описывается классификация аэробных упражнений и делается акцент на описании базовых аэробных шагов в классификации аэробных упражнений.

В ходе подготовки к занятиям по аэробике студенты учатся разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий, знакомятся с содержанием аэробных программ, которое складывается из двух частей — нормативной и методической. Логика построения нормативной части определяется достаточно жестко и базируется на фундаменте научных закономерностей, формирующих умение создавать мотивации у детей и молодежи к занятиям аэробикой. Методическая часть программы усиливает навыки составления план-графика занятий по различным видам аэробики. Практические занятия этого модуля направлены на формирование умений и навыков по выполнению базовых аэробных шагов при организации занятий различными видами аэробики.

Второй модуль — «Технология обучения базовым элементам аэробики» — строится с учетом научных рекомендаций о влиянии отдельных аэробных упражнений на организм ребенка и базируется на определенной последовательности обучения базовым аэробным шагам с учетом их влияния на основные системы организма ребенка при их выполнении.

Отбор базовых аэробных упражнений и их модификаций для занятий с различными контингентами занимающихся в рамках предлагаемой программы строится на основе семи базовых аэробных шагов. Вместе с тем студенты знакомятся и с другими аэробными упражнениями, которые соответствуют различным направлениям занятий аэробикой. В процессе занятий производится ознакомление с возможными модификациями базовых аэробных упражнений и способами их преобразования, формируются навыки конструирования новых видов упражнений оздоровительной аэробики.

Третий модуль — «Основы конструирования и проведения соревновательных программ по аэробике» — предусматривает обучение технологии конструирования аэробных связок, комбинаций и содержания соревновательных программ, а также освоение способов разучивания связок. Студенты осваивают технологии управления состоянием человека, используя комбинации и комплексы аэробных упражнений, изучают приемы управления группой. Конструирование содержания соревновательной композиции производится исходя из требований, содержащихся в правилах соревнований и положении о «Фестивале массовых социальных программ по оздоровительной аэробике и фитнес-аэробике».

Занятия в этом модуле предусматривают возможность составления соревновательной комбинации для команды детей выбранного возраста и уровня их подготовленности. Формирование связок и комплексов соревновательной композиции для отдельных направлений аэробики осуществляется в виде практических занятий, на которых студенты учатся подбирать правильную последовательность базовых аэробных шагов и их модификаций, распределять создаваемые связки в виде комбинаций. При этом студенты получают объективные данные о степени воздействия отдельных базовых аэробных шагов на организм детей и осваивают технологии педагогического контроля.

Четвертый модуль — «Планирование занятий аэробикой» — знакомит студентов с планированием и организацией процесса спортивной подготовки детских команд к соревнованиям. Этот модуль предусматривает ознакомление с классической аэробикой, степ-аэробикой, хип-хоп-аэробикой, футбол-аэробикой и черлидингом и формирует толерантное отношение к традициям и возможностям этих направлений. Проведение учебно-воспитательных занятий невозможно без средств педагогического контроля, которые включают в себя формирование умений по измерению морфофункциональных показателей детей и проведение процедуры тестирования двигательных качеств. В этом же модуле слушатели получают знания и умения по проведению физической, технической, психологической и хореографической подготовки команд по оздоровительной аэробике.

В пятом модуле — «Подготовка и участие в соревнованиях по аэробике» — студенты знакомятся с организацией соревнований по оздоровительной аэробике и фитнес-аэробике, рассматривают особенности структурирования соревновательных программ по сложности, техничности и артистичности. В этом блоке у студентов развиваются умения по выявлению индивидуальных особенностей занимающихся по приобщению их к общечеловеческим ценностям.

Шесть часов в образовательной программе «Аэробика для оздоровления детей и молодежи» выделяется на работу по конструированию соревновательной композиции по избранному виду аэробики, в ходе которой студенты осваивают методы научного обоснования и проектирования этого вида деятельности, приобретают навыки создания соревновательных композиций на основе критериев гармонии и сбалансированности оздоровительных программ.

Для оценки профессиональной подготовленности слушателей курсов используется комплексная методика оценки полученных в ходе обучения знаний, умений и навыков, которая включает:

- оценку теоретических знаний по аэробике;
- экспертную оценку освоения практических приемов обучения;
- составление соревновательной композиции по отдельному виду аэробики.

Оценка профессиональной компетентности осуществлялась экспертами [4]. Экспертная оценка включала систему подсчета баллов, выставленных экспертами для отдельных составляющих профессиональной компетентности:

$$K_{\text{пр}} = K_{\text{п}} + K_{\text{к}} + K_{\text{и}} + K_{\text{у}},$$

где $K_{\text{пр}}$ — профессиональная компетенция; $K_{\text{п}}$ — педагогическая компетенция; $K_{\text{к}}$ — коммуникативная компетенция; $K_{\text{и}}$ — информационная компетенция; $K_{\text{у}}$ — управленческая компетенция.

Эксперты оценивали каждый из представленных показателей по пятибалльной шкале оценок (см. табл. 1). Такая система оценки была выбрана для учителей физической культуры, потому что они и сами привыкли оценивать своих учеников по пятибалльной системе.

В общем виде оценка показателей отдельной составляющей компетенции представлена в следующем виде:

$$K_{\text{к}} = (\sum X_i) : I,$$

где $K_{\text{к}}$ — оценка коммуникативной компетенции; $\sum X_i$ — сумма баллов, выставленных экспертом по каждому из i -тых показателей; i — меняется от 1 до 15 и равно числу оцениваемых показателей.

Таблица 1

**Пример оценки коммуникативной компетентности
испытуемым О.В. (стаж педагогической работы — 15 лет)**

№	Содержание критерия	5	4	3	2	1
1.	Умение самостоятельно вступать в контакт в процессе трудовой деятельности		+			
2.	Умение находить партнеров в определенном виде деятельности		+			

№	Содержание критерия	5	4	3	2	1
3.	Способность находить взаимопонимание как с одним человеком, так и с группой в целом	+				
4.	Соблюдение правил и норм общения	+				
5.	Умение понимать поступки людей	+				
6.	Владение невербальными средствами общения — мимикой, жестами и т. п.	+				
7.	Умение вести диалог		+			
8.	Знание и владение стилями работы преподавателя		+			
9.	Умение ясно выражать свои мысли во время общения (владение техникой речи)		+			
10.	Владение информационными технологиями для организации общения			+		
11.	Владение технологиями письменного общения				+	
12.	Умение использовать коммуникативные приемы (слова, поступки, действия) для разрешения конфликтных ситуаций		+			
13.	Умение наладить обратную связь при общении	+				
14.	Опыт публичных выступлений (мастер-классы, открытые уроки и т. д.)		+			
15.	Умение проводить коллективные презентации			+		

В данном примере $K_k = (5 \times 5 + 7 \times 4 + 2 \times 3 + 1 \times 2) : 15 = 4,06$.

Показатели профессиональной компетентности и ее составляющих определялись у учителей физической культуры до прохождения и после окончания курсов повышения квалификации по заявленной программе. В этой части исследования приняли участие 117 учителей физической культуры. Учителя были разбиты на три группы, согласно показателям педагогического стажа. Группу 1 составляли учителя физической культуры, стаж которых не превышает пять лет. Группа 2 состояла из учителей физической культуры, педагогический стаж которых находился в пределах от 6-ти до 10-ти лет. В группу 3 вошли учителя с педагогическим стажем свыше 11 лет.

В таблице 2 представлены данные о показателях профессиональной компетентности и ее составляющих.

Согласно им, средние показатели профессиональной компетентности и ее составляющих выросли повсеместно за время педагогического эксперимента, а величина стандартных отклонений соответственно уменьшилась к концу педагогического эксперимента. При анализе изменений показателей профессиональной компетентности у учителей, имеющих различный педагогический стаж, можно видеть следующие закономерности:

- средние показатели профессиональной компетентности у учителей физической культуры из групп 1 и 2 выше, чем у их коллег из группы 3;

Таблица 2

Характеристика показателей компетентности у учителей физической культуры, имеющих различный педагогический стаж, до начала и после завершения педагогического эксперимента

Показатели компетентности	Средние значения и величина стандартного отклонения показателей компетентности до и после педагогического эксперимента					
	В группе 1 (n = 40)		В группе 2 (n = 24)		В группе 3 (n = 53)	
	до	после	до	после	до	после
Педагогическая компетентность	3,42 ± 1,12	3,98 ± 0,70	3,35 ± 0,99	4,04 ± 0,58	3,20 ± 1,12	3,83 ± 0,69
Коммуникативная компетентность	4,01 ± 0,65	4,26 ± 0,48	3,93 ± 0,72	4,31 ± 0,48	3,80 ± 0,75	3,98 ± 0,70
Информационная компетентность	3,59 ± 0,72	3,93 ± 0,53	3,37 ± 0,71	3,85 ± 0,52	3,19 ± 0,93	4,11 ± 0,77
Управленческая компетентность	3,51 ± 0,95	4,08 ± 0,64	3,50 ± 0,83	4,01 ± 0,56	3,57 ± 0,89	4,01 ± 0,64
Профессиональная компетентность	3,60 ± 0,81	4,05 ± 0,53	3,47 ± 0,70	4,04 ± 0,45	3,43 ± 0,83	3,87 ± 0,60

• средние показатели информационной компетентности по абсолютному значению выше у учителей группы 3, тогда как остальные составляющие профессиональной компетентности выше у учителей из групп 1 и 2.

Таким образом, программа «Аэробика для оздоровления детей и молодежи» направлена на формирование компетенций современного специалиста, владеющего технологиями организации физкультурно-оздоровительной работы и подготовки команд по фитнес-аэробике к соревнованиям.

Литература

1. *Балашова В.Ф.* Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре: монография. М.: Физическая культура, 2008. 150 с.
2. *Зимняя И.А.* Ключевые компетенции как результативная целевая основа компетентностного подхода в образовании // Россия в Болонском процессе: проблемы, задачи, перспективы: труды методологического семинара. М., 2004. 40 с.
3. *Сергеев И.С., Блинов В.И.* Как реализовать компетентностный подход на уроке и во внеурочной деятельности: практич. пособие. М.: АРКТИ, 2007. 132 с.
4. *Михайлов Н.Г., Михайлова Э.И., Хайрулина А.А.* Подходы к оценке профессионализма учителя физической культуры // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: мат-лы XXI Междунар. научно-практ. конфер. по проблемам физического воспитания учащихся. Коломна: МГОСГИ, 2011. С. 404–407.

Literatura

1. *Balashova V.F.* Kompetentnost' specialista po adaptivnoj fizicheskoj kul'ture: monografiya. M.: Fizicheskaya kul'tura, 2008. 150 s.

2. *Zimnyaya I.A.* Klyuchevy'e kompetencii kak rezul'tativnaya celevaya osnova kompetentnostnogo podxoda v obrazovanii // Rossiya v Bolonskom processe: problemy', zadachi, perspektivy': trudy' metodologicheskogo seminar. M., 2004. 40 s.

3. *Sergeev I.S., Blinov V.I.* Kak realizovat' kompetentnostny'j podxod na uroke i vo vneurochnoj deyatel'nosti: praktich. posobie. M.: ARKTI, 2007. 132 s.

4. *Mixajlov N.G., Mixajlova E'.I., Xajrulina A.A.* Podxody' k ocenke professionalizma uchitelya fizicheskoy kul'tury' // Chelovek, zdorov'e, fizicheskaya kul'tura i sport v izmenyayushhemsya mire: mat-ly' XXI Mezhdunar. nauchno-prakt. konfer. po problemam fizicheskogo vospitaniya uhashhixsya. Kolomna: MGOSGI, 2011. S. 404–407.

E.I. Mikhailova,

N.G. Mikhailov,

E.B. Derevleva

Formation of Competence of Modern Specialist Through the Mastery of Educational Program «Aerobics for the Rehabilitation of Children and Youth»

The article considers the problem of formation common cultural and professional competences of a bachelor of Teachers' Training Institute of Physical Culture and Sport, necessary for using aerobics in the process of physical education of children and youth.

Keywords: preparation of bachelors; common cultural and professional competences; a modular educational program.