

3. Гуляев В.Г. Новые информационные технологии в туризме. –М.: ПРИОР, 1999. – 144 с.
4. Заневська Л. Структура та зміст дисципліни “Інформаційні технології в туризмі” / Зб. наук. праць “Молода спортивна наука України”. – Львів, 2004.- Вип. 8.- Т. 4.- С. 149-153.
5. Плотникова Н.И. Комплексная автоматизация туристского бизнеса. Ч. I: Информационные технологии в турфирме. –320 с. Ч. II: Информационные технологии в сфере гостеприимства: Учебно-методическое пособие. –М.: Советский спорт, 2000. –320 с.
6. Скопєнь М.М. Інформаційні системи і технології бухгалтерського обліку в туризмі: Навчальний посібник. – К.: Вища школа, 2003. –275 с.

ПІДГОТОВКА ТА ЕФЕКТИВНЕ ВИКОРИСТАННЯ ФАХІВЦІВ З ШЕЙПІНГУ В РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧІЙ СФЕРІ

ВАСИЛЬ ГУМЕН

Федерація шейпінгу України

Підготовку інструкторів з шейпінгу від початку тиражування шейпінг-технологій наприкінці 80-х років минулого сторіччя здійснювали фахівці Федерації шейпінгу Росії, а згодом Міжнародної федерації шейпінгу. В 1997 році у м. Санкт-Петербург (Росія) було засновано „Негосударственное образовательное учреждение «Колледж шейпинга»” (ліцензія „1912-K27 від 22.04.1997 р.) з правом здійснювати освітню діяльність в сфері середньої професійної освіти по спеціальності 0337 „фізична культура” (кваліфікація – спеціаліст) з терміном навчання 1 рік 10 місяців і додаткової до середньої і вищої професійної освіти за програмами підвищення кваліфікації: „Тренер з шейпінгу”, „Шейпінг-хореографія”, Шейпінг для вагітних”, „Шейпінг-ПРО”, „Шейпінг-терапія”, „Менеджер шейпінг-залу” з терміном навчання від 0,5 до 2 місяців по очно-заочній формі навчання на базі середньо-професійної освіти.

3 грудня 1997 року розвитком шейпінгу в нашій державі займається Федерація шейпінгу України. Вона є дійсним членом і офіційним представником Міжнародної Федерації Шейпінгу. В Україні шейпінг офіційно визнаний Державним комітетом України з фізичної культури і спорту як вид спорту (Наказ №2005 від 08.10.1998 р.).

З метою підвищення зацікавленості студенток до занять з фізичного виховання у вищих закладах освіти у формі педагогічного експерименту шейпінг впроваджено до навчального процесу у Національному університеті “Львівська політехніка” та Львівській комерційній академії. Студентки можуть довільно вибрати форму занять: заняття за традиційною програмою з фізичного виховання, або шейпінг-тренування. Аналіз досвіду вищезгаданих закладів освіти свідчить, що впровадження шейпінгу в навчальний процес значно підвищило зацікавленість дівчат до урочної форми занять з фізичного виховання, сприяло покращенню відвідування занять і підвищенню мотивації студенток до рухової активності на дозвіллі. На часі є вивчення ефективних засобів, які могли б доповнювати існуючі шейпінг-програми і сприяти гармонійному розвитку студенток.

Популярність шейпінгу серед дівчат і жінок різного віку постійно зростає, про що свідчать наукові публікації останніх років та офіційна інформація Федерації шейпінгу

України про відкриття нових шейпінг-залів на теренах нашої держави. Проте традиційна вузівська освіта за спеціальністю “фізичне виховання” та спеціалізації “рекреаційно-оздоровча діяльність” не передбачає вивчення шейпінгу як засобу ефективного фізичного виховання молоді, а, отже, і не готує фахівців спеціалізації „Шейпінг”. У Львівському державному інституті фізичної культури на кафедрі „Теорія і методика олімпійського та професійного спорту” у співпраці з Федерацією шейпінгу України зроблено першу спробу підготовки таких фахівців на базі спеціальності “олімпійський та професійний спорт”. На додаткову спеціалізацію для магістрів „шейпінг” відведено 162 години, у тому числі 54 години теоретичних і 72 години практичних занять.

Окрім того, на факультеті підвищення кваліфікації цього ж вузу запроваджено курси підвищення кваліфікації тренерів-викладачів з шейпінгу. Спецкурс “Шейпінг” є елементом спеціальної теоретичної і практичної перепідготовки бакалаврів і підвищення кваліфікації спеціалістів з фізичного виховання і спорту, які отримали фізкультурну освіту декілька років тому. Навчальна програма передбачає лекційні, семінарські, практичні заняття, виконання кваліфікаційної роботи. Загальний обсяг аудиторних занять становить 104 годин, у тому числі: 36 - лекційних, 18 – семінарських, 46– практичних, 4 години відводиться на виконання кваліфікаційної роботи. Метою курсу підвищення кваліфікації є формування у слухачів знань та навичок проведення занять з фізичного виховання в загальноосвітніх школах та вищих навчальних закладах з використанням технології „шейпінг”. Основними задачами курсу є: ознайомити слухачів з особливостями сучасних оздоровчих технологій; розкрити змістовну частину програм „шейпінг-класик” та „шейпінг-юні” та сформувати навички виконання вправ, передбачених цими програмами. Після закінчення навчання на курсах слухачі повинні знати основи теорії, організації та методики роботи зі школярками та студентками з використанням шейпінг-технологій та вміти застосовувати ці знання у практичній діяльності. До змісту лекційного матеріалу входять такі теми: сучасні проблеми підготовки фахівців для галузі „фізичне виховання і спорт”, післядипломна освіта фахівців з фізичного виховання і спорту, соціальні основи шейпінгу, технічні засоби забезпечення занять шейпінгом, методика занять шейпінгом з дітьми, підлітками та жінками різного віку, анаболічні тренування в шейпінгу, основи шейпінг-харчування та шейпінг-тестування, концепція шейпінг-доглянутості (обличчя шейпінгу, шейпінг-хореографія та шейпінг-стиль), педагогічна майстерність тренера з шейпінгу, організаційні та економічні засади функціонування шейпінгу в сучасних умовах.

На практичних заняттях передбачено ознайомлення з програмами шейпінг-класик (класичної програми з шейпінгу для дівчат і жінок віком від 14 років) і шейпінг-юні (для дітей 6 – 13 - річного віку). Слухачів курсів навчають проводити антропометричні тестування. По закінченні курсу слухачі повинні знати теоретичні, організаційні та методичні основи роботи з школярками та студентками з використанням шейпінг-технологій в обсязі вимог програмного забезпечення та вміти застосовувати у практичній діяльності набуті знання в оздоровленні громадян.

Резюме. Шейпінг суттєво відрізняється від традиційного фізичного виховання. До тренера-викладача з шейпінгу пред'являються децю інші вимоги, ніж до викладача фізичного виховання. Тренер-викладач з шейпінгу повинен мати глибокі знання про анатомо-морфологічні особливості жіночого організму, методики тілобудови та

харчування в анаболічній і катаболічній фазах тренування, вміти враховувати індивідуальні особливості показників анамнезу дівчат, мати уяву про нові напрямки у моді, музиці. Він мусить володіти знаннями про нові розробки у галузі косметики, особистої гігієни та раціонального харчування. Тому підготовка фахівців з шейпінгу в рамках спеціалізації “рекреаційно-оздоровча діяльність” є актуальною і доцільною.

ТУРИЗМ ЯК ВАЖЛИВИЙ ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКОМУ ІНСТИТУТІ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА УПРАВЛІННЯ

ВОЛОДИМИР ЛЕСЬКІВ

Західноукраїнський інститут інформаційних технологій та управління при Донецькій державній академії управління, м. Львів

Стрімкий розвиток науки і зростаюча кількість нової інформації, необхідної сучасному фахівцю, роблять процес навчання студентів все більш інтенсивним. На жаль, дана тенденція призводить до зниження рухової активності молоді і, як наслідок, погіршення стану здоров'я і рівня загальної працездатності.

Сьогодні практика показує, що час на фізичне виховання у вищих закладах освіти не реалізує повною мірою жодної з цих вимог. Одноразове заняття (2 год./тижд.) в рідких випадках дворазове заняття не покриває потреб молодого організму в русі. А перерви на сесії та канікули взагалі знецінюють і без того невисокі результати, які були досягнуті в процесі занять.

Отже, виникає необхідність додаткових занять різними формами фізичного виховання.

Актуальним стало питання впровадження туризму в Західноукраїнському інституті інформаційної технології та управління при Донецькій державній академії управління.

За останній період для студентів було проведено:

- спортивне свято “День туризму”;
- туристичний похід до Скель Довбуша (с. Бубнища) від с. Нижне Синьовидне;
- туристичний похід на г. Маківка в с. Тухля;
- туристичний похід на водоспад на р. Кам'янка від м. Сколе;
- екскурсійно-туристична практика (6 днів) в с. Розлуч Турківського району Львівської області.
- сходження на найвищу гору України гору Говерла.

За результатами анкетування студентів II – III курсів можна зробити висновок, що туризм став одним з важливих засобів підвищення мотивації до занять фізичною культурою і спортом.

Звідси виникає потреба створити свій туристичний клуб, який би готував інструкторів з туризму, проводив одно- та багатоденні туристичні походи, традиційне сходження на гору Говерла, готував команди до участі у змаганнях з туризму на “Кубок Карпат”.