

УДК 378.016:796-021.64]:797.12-027.22

**ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА БАКАЛАВРІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ТА СПОРТУ: ДИСЦИПЛІНА «ПРАКТИКУМ З ВЕСЛУВАННЯ»****Ірина БОНДАРЕНКО, Артем ПШЕНИЧНИЙ, Геннадій КУРАСА,  
Олег БОНДАРЕНКО***Чорноморський національний університет імені Петра Могили, м. Миколаїв, Україна,  
e-mail: bondarenko-irina@list.ru*

**Анотація.** Мета роботи – обґрунтування ефективності впровадження дисципліни «Практикум з веслування» у навчальний процес підготовки бакалаврів з фізичної культури і спорту. Методика викладання та зміст зазначеної вибіркової дисципліни враховує кліматичні умови, кадрове та матеріальне забезпечення університету. З'ясовано рівень знань студентів (n=48) третього курсу ЧНУ імені Петра Могили з дисципліни «Практикум з веслування». Виявлено, що, порівняно з іншими дисциплінами, у значно більшій кількості студентів рівень знань становить «відмінно» та «добре» (68,75%). З метою підвищення рівня професійної підготовки студентів звернено увагу на необхідність розроблень відеолекцій з використанням відеофрагментів з різних видів веслування.

**Ключові слова:** практикум з веслування, навчальна дисципліна, модуль, оцінка, бакалавр, відеолекція.

**ПРОФЕСИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА  
БАКАЛАВРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: ДИСЦИПЛИНА  
«ПРАКТИКУМ ПО ГРЕБЛЕ»****Ірина БОНДАРЕНКО,  
Артем ПШЕНИЧНИЙ,  
Геннадій КУРАСА, Олег БОНДАРЕНКО***Чорноморський національний університет  
імені Петра Могили, г. Николаев, Україна,  
e-mail: bondarenko-irina@list.ru*

**Аннотация.** Цель работы – обоснование эффективности внедрения дисциплины «Практикум по гребле» в учебный процесс подготовки бакалавров по физической культуре и спорту. Методика преподавания и содержание указанной дисциплины учитывает климатические условия, кадровое и материальное обеспечение университета. Выяснен уровень знаний студентов (n = 48) третьего курса ЧНУ имени Петра Могили по дисциплине «Практикум по гребле». Выведено, что, по сравнению с другими дисциплинами, у значительно большего числа студентов уровень знаний характеризуется на «отлично» и «хорошо» (68,75%). С целью повышения уровня профессиональной подготовки студентов обращено внимание на необходимость разработок видеолекций с использованием видеофрагментов по различным видам гребли.

**Ключевые слова:** практикум по гребле, учебная дисциплина, модуль, оценка, бакалавр, видеолекция.

**PROFESSIONAL TRAINING  
OF BACHELOR OF PHYSICAL  
CULTURE AND SPORTS:  
DISCIPLINE «PRACTICAL ON ROWING»****Iryna BONDARENKO, Artem PSHENICHNY,  
Gennadiy KURASA, Oleg BONDARENKO***Black Sea National University  
named after Petro Mohyla, Mykolaiv, Ukraine,  
e-mail: bondarenko-irina@list.ru*

**Annotation.** The purpose of the work is to justify the effectiveness of introducing the discipline "Rowing Practice" in the training process of bachelor's training in physical culture and sports. The teaching methodology and content of this discipline takes into account the climatic conditions, personnel and material support of the university. The level of knowledge of students (n = 48) of the 3rd year of Black Sea State University in the discipline "Practice in rowing" was found out. It was revealed that in comparison with other disciplines, in a significantly larger number of students, the level of knowledge is characterized by "excellent" and "good" (68.75%). In order to improve the level of professional training of students, attention is drawn to the necessity of developing video lectures using video fragments for various types of rowing.

**Keywords:** rowing workshop, module, academic discipline, bachelor, video lecture.

**Постановка проблеми.** Указом Президента України ухвалено Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (9.02.16 р. N 42/2016), у якій звернено увагу на можливість урегулювати навантаження викладачів фізичної культури щодо розширення їх функцій, щоб вони могли надавати учням та студентам консультаційну допомогу. Це стосується й підготовки кадрів у галузі фізичного виховання, обізнаності майбутніх викладачів щодо певних видів рухової активності, уміння допомогти побудувати індивідуальний план підготовки для

самостійних занять. У розпорядженні Кабінету Міністрів України (9.12. 2015 р. N1320-р) щодо ухвалення Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року зазначено, що кадрове забезпечення в галузі фізичного виховання та спорту не відповідає світовим стандартам; зазначено низький рівень престижності професій у сфері фізичної культури і спорту.

Сьогодні важливе значення має підготовка студентів фізкультурного профілю. Невідповідність якості фізкультурної освіти сучасним вимогам, вимогам суспільства щодо майбутнього вчителя, який здібний до творчого та професійного розвитку, який зможе укласти власні авторські навчальні програми, обирати підручники, методи, стратегії, способи й засоби навчання, як це наголошено в концепції «Нової української школи» (2016), зумовлюють пошук шляхів підвищення рівня професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури. На нашу думку, одним із напрямів удосконалення фізкультурної освіти є впровадження в навчальний процес дисциплін, в яких враховано кліматичні умови, кадрове та матеріальне забезпечення, зокрема «Практикум з веслування».

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Так, І. Б. Гринченко, досліджуючи впровадження нових інформаційних технологій навчання у процес підготовки фахівців у галузі фізичної культури, з'ясував, що ці заходи допоможуть розв'язати завдання з формування знань, контролю за процесом їх засвоєння, демонстрації ілюстративного матеріалу; збирання інформації та документів планування, картотек рухливих ігор, навчальних програм контролю, курсових і дипломних робіт, комплексів загальнорозвивальних вправ. Комп'ютеризація навчання дасть змогу вести контроль, облік і аналіз динаміки фізичного розвитку дітей; обробляти результати досліджень, спортивних змагань; моделювати педагогічний процес [5].

Так, Т. Дерєка виокремлює сучасні тенденції розвитку фізкультурної освіти в Україні, серед яких формування ступеневої системи підготовки фахівців фізичного виховання; поліпшення системи професійної орієнтації та відбору майбутніх фахівців; удосконалення системи контролю навчального процесу підготовки фахівців; індивідуалізація та диференціація фахової підготовки; формування особистості майбутнього фахівця; формування професійних здібностей; використання національних традицій у процесі підготовки; інтеграція наук у системі вищої освіти; удосконалення навчальних планів підготовки фахівців; поліпшення підготовки фахівців фізичного виховання із фундаментальних галузей знань [6].

У результаті проведених соціологічних досліджень щодо проблеми підготовки майбутнього вчителя з фізичного виховання було з'ясовано, що, на думку студентів четвертого курсу, необхідно запроваджувати нові види рухової діяльності в систему фізичного виховання, розробляти та впроваджувати інноваційні методики навчання [3].

Так, Н. О. Белікова окреслила перспективи модернізації професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. Один із напрямів – постійне оновлення змісту підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту у зв'язку з досягненнями науки, техніки й технології; забезпечення варіативності і гнучкості навчальних планів та програм, їх оперативного реагування на потреби суспільної і виробничої практик; можливість вибору алгоритму навчання відповідно до індивідуальних можливостей студентів: обсягу, темпів і форм освіти [1].

На думку Р. Карпюка, значну увагу слід також приділити диверсифікації освітньої діяльності вишів фізкультурного профілю. Зазначено, що термін «диверсифікація» в освіті означає різноманітність, різнобічний розвиток, здійснення нових видів діяльності. Для майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту диверсифікація власної освіти означає оволодіння додатковими знаннями, уміннями, навичками й професійною компетентністю [7].

Розвиток фітнес-індустрії зумовлює необхідність підготовки професійних кадрів з оздоровчого фітнесу. Науковці обґрунтували доцільність введення і вивчення навчальної дисципліни «Фітнес-технології» для професійних кадрів з оздоровчого фітнесу. Висвітлено форми, методи навчання дисципліни «Фітнес-технології». У процесі проведення лекцій,

семінарських і практичних занять, самостійної роботи, контрольних тестів оцінено рівень професійних можливостей майбутнього фахівця [8].

**Мета дослідження** – підвищення рівня професійної підготовки майбутніх фахівців у галузі фізичного виховання шляхом упровадження вибіркового дисциплін, що враховують природні, історичні традиції півдня України.

**Завдання дослідження:** узагальнення наукових джерел з проблеми підвищення рівня професійної підготовки студентів, які здобувають вищу фізкультурну освіту, нормативних документів; обґрунтування ефективності впровадження дисципліни «Практикум з веслування».

**Методи дослідження:** аналіз літературних джерел, нормативних документів; тестування знань з дисципліни «Практикум з веслування» студентів третього курсу факультету фізичного виховання та спорту ЧНУ імені Петра Могили.

**Результати дослідження.** У Чорноморському національному університеті імені Петра Могили в план підготовки бакалаврів з фізичної культури в блок дисциплін за вибором студентів циклу професійної та практичної підготовки додано дисципліну «Практикум з веслування».

Беручи до уваги традиції регіону з розвитку веслування, використовуючи принцип спадкоємності історичних традицій, що ґрунтується на продовженні традицій Олександрівської гімназії (Миколаїв, 1912), Феодосійського вчительського інституту (1913), Миколаївського реального училища (1903) щодо використання веслування на шлюпках на заняттях з фізичного виховання учнів; урахувавши значущість веслування на півдні України для розвитку професійно-прикладної фізичної культури й оцінювання рівня ППФП працівника розумової праці (1929), ми розробили нормативні та навчально-методичні матеріали, що необхідні для ефективного виконання робочої програми навчальної вибіркової дисципліни «Практикум з веслування», передбаченої навчальним планом підготовки бакалаврів у галузі фізичної культури і спорту (НМК) [2]. Навчально-методичний комплекс (НМК) з дисципліни складався із двох частин: планування та матеріалів методичного забезпечення вивчення навчальної дисципліни: навчальної та робочої програм, методичних матеріалів до практичних занять, конспектів лекцій, пакета комплексних контрольних робіт, словника дисципліни та списку основної літератури. Мета дисципліни – сформувати у студентів уявлення про веслувальні види спорту, історію їх створення й розвитку в Україні та за кордоном; знання щодо системи багаторічної підготовки веслярів, веслування в програмах Олімпійських ігор; неолімпійських видів веслування; адаптивного веслування. На прикладі академічного веслування ознайомити із системою спорту ветеранів, правилами змагань та технікою безпеки проведення практичних занять.

Згідно з Положенням про робочу навчальну програму Чорноморського національного університету імені Петра Могили (2015 р.), ми розробили робочу програму з дисципліни «Практикум з веслування», у якій було відображено обсяги знань, умінь, якими повинен володіти студент.

Студент повинен знати основні поняття веслувального спорту; види веслувального спорту, які представлені на Олімпійських іграх; неолімпійські види веслувального спорту; види рухової активності, що пов'язані з веслувальним спортом (кануполо, рафтинг); історію веслувального спорту в Україні та за кордоном; сутність адаптивного веслування (паравеслування); розвиток спорту ветеранів; характеристику спортивних споруд, що використовують у веслуванні, та спеціальних тренажерів; правила змагань з веслування; результати наукових досліджень у галузі веслувального спорту впродовж останніх років; методи дослідження; розвиток студентського спорту з веслування; планування спортивної підготовки з веслування академічного; систему багаторічної підготовки в академічному веслуванні; алгоритм побудови програм занять в академічному веслуванні; методику навчання техніки з академічного веслування; техніку безпеки проведення занять з веслування.

Студент повинен уміти охарактеризувати стан та перспективи розвитку веслувального спорту в Україні; провести практичне заняття з фізичного виховання з веслувального

спорту; планувати систему багаторічної підготовки у веслувальному спорті; користуватися правилами змагань з веслувального спорту, зокрема з академічного веслування; проводити педагогічне дослідження у веслувальних видах спорту; уміти веслувати на навчальному човні з академічного веслування; уміти користуватися спортивним спорудами з веслування, тренажерами Concept-2.

Навчальний план спеціальності з дисципліни «Практикум з веслування» передбачає проведення всього 120 год, з яких 15 год – лекційних і 39 год – практичних занять. У 5-му семестрі заплановано 2 змістові модулі: «Загальна характеристика веслування. Види веслувального спорту», «Академічне веслування» (92 год), у 6-му семестрі – модуль «Практичні навички з веслування» (28 год).

Таким чином, у першому півріччі були заплановані такі теми (табл. 1).

Таблиця 1

### Назви тем навчальної дисципліни «Практикум з веслування»

№	Назви тем	Усього год
«Загальна характеристика веслування. Види веслувального спорту»		
1	Історія розвитку веслування. Історія розвитку веслування у світі. Історія розвитку веслування в Україні. Історія розвитку веслування на Миколаївщині	12
2	Веслування в програмах Олімпійських ігор. Академічне веслування. Веслування на байдарках і каное. Гребний слалом	12
3	Неолімпійські види веслувального спорту. Веслування на «драконах». Морські багатоборства. Види рухової активності, що пов'язані з веслуванням	12
4	Паравеслування. Параканое. Спорт ветеранів. Веслярі-ветерани Миколаївщини	12
5	Студентський спорт. Спортивні споруди для веслування. Регата «Оксфорд–Кембридж». Розвиток академічного веслування у ЧНУ імені Петра Могили	12
«Академічне веслування»		
6	Система підготовки спортсменів в академічному веслуванні. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки веслярів. Структура тренувального процесу і зміст різних сторін підготовки веслярів	12
7	Структура багаторічної підготовки спортсменів в академічному веслуванні. Зміст етапів багаторічної підготовки. Характеристика макроструктури спортивної підготовки у веслуванні академічному. Мезоцикли спортивної підготовки спортсменів-веслярів. Побудова мікроциклів	10
8	Планування спортивної підготовки з веслування академічного. Структура навчально-тренувального заняття в академічному веслуванні. Спортивний відбір в академічному веслуванні. Контроль та облік навчально-тренувальної роботи	10

Під час розроблення лекцій було застосовано відеоматеріали з академічного веслування двійки парної з Хорватії, олімпійських чемпіонів, братів Валента та Мартіна Сінковичей. У лекції були використані відеофрагменти тренування екіпажу у спортивній залі (ЗФП), на тренажерах та тренування на воді. Також були задіяні відеосюжети з перегонів «вісімок» університетів Кембриджа та Оксфорда, які проводили 163-й раз. Під час підготовки лекцій з модуля «Академічне веслування» було використано навчальну програму з академічного веслування для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю (2013 р.) [4].

Розроблено пакет комплексних контрольних робіт із 30 варіантів. Кожна комплексна контрольна робота мала три завдання: 2 завдання з першого модуля, третє – з другого.

Усю роботу за семестр оцінюють як 100 балів. За кількістю набраних балів визначалася групову рейтингову оцінку з дисципліни за семестр (70 балів), і 30 балів студент отримує, якщо відмінно складає залік. Бали потокової атестації (70 балів) урахували результати тестування зі ступеня володіння руховими вміннями та навичками з веслування (10 б.), дві роботи з підсумково-модульного контролю (30 б.), письмове опитування щодо засвоєння



правил техніки безпеки проведення занять на водній станції (10 б.), реферат (10 б). Використовуючи сайти федерацій та клубів з веслування, виконували пошукову роботу з дослідження розвитку веслувального спорту, яку оцінювали як 10 балів.

У кінці 5-го семестру було проведено контрольну роботу, в якій брали участь студенти 3-го курсу (n=48). У результаті перевірки було з'ясовано, що 16,67% студентів отримали відмінні оцінки («А»); 52,8% продемонстрували рівень знань на «добре» («В», «С»); задовільний результат мали 25% студентів; не склали контрольну роботу 6,25% студентів. Порівняно з іншими дисциплінами можна відзначити більший відсоток студентів, у яких рівень знань був «відмінний» та «добрий».

У 6-му семестрі було заплановано лише практичні заняття. Оцінювали рівень сформованості вмінь та навичок з веслування: веслування в навчальному човні «двійці», виконання команд, забезпечення синхронного веслування; рівень розвитку фізичних якостей, що потребує спортивна підготовка весляра; знання з правил змагань з академічного веслування.

У результаті впровадження вибіркової дисципліни «Практикум з веслування» у навчальний процес підготовки бакалаврів з фізичної культури і спорту було оцінено сформованість компонентів професійно-педагогічної компетентності студентів, необхідних у майбутній професійній діяльності, зокрема рівень професійно-педагогічної мотивації. У результаті опитування студентів третього курсу щодо викладання дисципліни було з'ясовано, що 79,17% майбутніх фахівців у галузі фізичної культури вказали на доцільне співвідношення теоретичної та практичної підготовки, можливість використання набутих умінь та навичок у професійній діяльності; 12,50% звернули увагу на можливість працювати в галузі веслувальних видів спорту, неолімпійських видів, що до цього часу вони не розглядали. Слід зазначити, що, на думку 93,75% студентів, упровадження дисципліни сприяло доповненню їх знань щодо методики розвитку фізичних якостей та формуванню рухових умінь і навичок.

Групові заняття проводили у формі практичних занять на водно-спортивному комплексі університету (рис. 1).



Рис. 1. Елінг веслувальної станції ЧНУ імені Петра Могили

Кадровий склад кафедри веслування: висококваліфіковані викладачі: 1 – МСМК, 3 – МС України, 1 – МС СРСР; природні умови, високий рівень матеріального забезпечення: водно-спортивний комплекс ЧНУ імені Петра Могили, 10 навчальних човнів, розроблений навчально-методичний комплекс: лекційний, практичний та матеріал для самостійного вивчення, система оцінювання сприяли формуванню професійних умінь і навичок, знань студентів, які навчаються за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт».

**Висновки.** Розробляючи навчально-методичний комплекс, ми відзначили низький рівень навчально-методичного забезпечення з веслувального спорту, зокрема розкриття тем щодо загальної характеристики видів веслувального спорту.

Запропонований навчально-методичний комплекс з дисципліни «Практикум з веслування», на наш погляд, сприяє оволодінню професійними вміннями та навичками майбутніх фахівців у галузі фізичного виховання та спорту, розширює можливості професійної діяльності. Ми виявили значну зацікавленість студентів щодо викладання дисципліни.

**Подальші дослідження** будуть спрямовані на вдосконалення лекційного матеріалу, упровадження відеолекцій, застосування комп'ютерних технологій у навчанні студентів з веслувального спорту.

### Список використаних джерел

1. Белікова Н. О. Сучасний погляд на перспективи модернізації вищої фізкультурної освіти / Н. О. Белікова // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – Київ, 2013. – Вип. 12 (39). – С. 9–14.
2. Бондаренко І. Г. Засоби професійно-прикладної фізичної підготовки у фізичному вихованні студентів-екологів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / І. Г. Бондаренко. – Дніпропетровськ, 2009. – 20 с.
3. Проблеми підготовки майбутнього вчителя з фізичного виховання за результатами соціологічного дослідження / І. Г. Бондаренко, О. В. Бойченко, Д. О. Тюветський, О. В. Бондаренко // Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : [зб. наук. пр.]. – Чернігів, 2017. – Вип. 147, т. 1. – С. 283–284.
4. Веслування академічне: навч. прогр. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. – Київ, 2013.
5. Гринченко І. Б. Підготовка фахівців фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах інформатизації суспільства / І. Б. Гринченко // Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2013. – № 112 (2). – С. 69–73.
6. Дерека Т. Тенденції розвитку фізкультурної освіти в Україні на початку ХХІ століття / Т. Дерека // Освітологія. – 2016. – № 5. – С. 28–33.
7. Карпюк Р. Стратегія підвищення якості вищої фізкультурної освіти / Р. Карпюк // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східно-європ. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк, 2015. – № 3 (31). – С. 21–24.
8. Чеховська Л. Дисципліна «Фітнес-технології» у підготовці майбутніх фахівців з фітнесу [Електронний ресурс] / Л. Чеховська, О. Жданова, У. Шевців // Спортивна наука України. – 2017. – № 4 (80). – С. 49–53.

*Стаття надійшла до редколегії 10.02.2018*

*Прийнята до друку 13.02.2018*

*Підписана до друку 28.02.2018*