

судинної, енергетичної, теплообмінної та інших функцій організму [3].

Таким чином, оздоровчий ефект занять фізичною культурою пов'язаний перш за все з підвищенням аеробних можливостей організму, рівня загальної витривалості й фізичної працездатності. Всі ці дані свідчать про позитивний вплив занять фізичною культурою на організм людини.

Список літератури:

1. Булатова М.М. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні / М.М. Булатова, Ю.О. Усачов // Теорія і методика фізичного виховання; за ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – Т.2. – С. 320-354.
2. Воловик Наталія. Основи оздоровчого фітнесу: Навчальний посібник. – К.: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – 240 с.
3. Пирогова Е.А. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека / Е.А.Пирогова, Л.Я. Иващенко, Н.П. Страпко. – К.: Здоров'я. – 1986. – 152 с.
4. Фурманов А.Г. Общие основы теории, методики и организации оздоровительной физической культуры / А.Г. Фурманов. – М.: Логос, 2003. – 176 с.
5. Хоули Э. Т. Оздоровительный фитнес / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс; [пер. с англ.]. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 368 с.
6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга «Богдан», 2008. – Частина 1. – 272 с.

Шандригось В.І. <https://orcid.org/0000-0002-1511-4559>

**ТРЕНЕРСЬКА ПРАКТИКА У ПІДГОТОВЦІ МАГІСТРІВ З
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

Тернопільський національний педагогічний університет імені
Володимира Гнатюка

Анотація. У публікації розкривається структура та зміст тренерської практики для магістерського рівня підготовки з спеціальності 017 Фізична культура і спорт в Тернопільському

національному педагогічному університеті імені В. Гнатюка. Окреслено перспективи впровадження даної дисципліни в навчально-виховний процес.

Abstract. *The publication reveals the structure and content of coaching practice for the master's level of training in the specialty 017 Physical Culture and Sports at Ternopil National Pedagogical University named after V. Hnatiuk. Prospects for the introduction of this discipline in the educational process are outlined.*

Вступ. Система підготовки фахівців з фізичної культури і спорту на рівні магістра повинна здійснюватися відповідно до сучасних вимоги державного рівня. Магістратура є другим рівнем вищої освіти, де на перший план виходить технологія: навчання фізкультурно-спортивним видам, спортивного тренування, підготовки спортсменів, засвоєння професійних умінь проведення академічних занять з спортивно-педагогічних дисциплін, тренувальних занять, спортивних змагань, планування і контролю. Причому, важлива роль відводиться професійно-педагогічній практиці студентів. Вона є невід'ємною частиною навчально-виховного процесу, спрямованого на підготовку висококваліфікованих фахівців. Вище сказане дозволяє забезпечити досягнення мети системи вищої освіти – підготовки фахівців для роботи в галузі фізичної культури і спорту [2, 3].

На сьогодні у вітчизняній науці обмежена кількість досліджень, що пов'язані з вивченням досвіду професійної підготовки магістрів з фізичної культури і спорту. Однак, слід зазначити, що у наукових працях представлені питання щодо структури та змісту окремих навчальних дисциплін [1-4].

Тому, актуальність даного дослідження пов'язана з переглядом системи підготовки даних фахівців відповідно до впровадження в навчальний процес ТНПУ імені В. Гнатюка тренерської практики і розробки відповідного навчально-методичного забезпечення.

Мета дослідження – дослідити науково-методичне підґрунтя запровадження тренерської практики її структуру та зміст.

Методи дослідження: метод системного аналізу; метод аналізу та узагальнення документальних матеріалів; метод первинного вітчизняного досвіду; метод порівняння та абстрагування.

Результати дослідження та їх обговорення. Тренерська практика в ДЮСШ є завершальним етапом професійно-педагогічної підготовки фахівця з фізичної культури в обсязі

програми факультету фізичного виховання; вона забезпечує професійну адаптацію випускників до реальних умов педагогічної праці.

Тренерська практика магістрантів спеціальності 017 Фізична культура і спорт є обов'язковим компонентом освітньо-професійної програми для отримання освітнього рівня магістра за відповідною спеціальністю і має на меті формування професійних умінь і навичок студентів для цілісного виконання професійних функцій тренера-викладача. Тренерська практика є нормативною складовою підготовки магістрів спеціальності 017 Фізична культура і спорт як майбутніх викладачів вищих навчальних закладів і відноситься до практичного розділу циклу професійної підготовки навчального плану. Проходження практики втілює один з головних принципів навчання – зв'язок теорії і практики, що відображають складну діалектику професійної підготовки магістра – майбутнього викладача вищої школи.

Тренерська практика є одним із завершальних етапів в системі практичної підготовки магістра фізичної культури і спорту. У цей період закінчують формуватися основи професійної діяльності, практичних умінь і навичок, професійних здібностей особистості майбутнього фахівця, ставлення до педагогічної професії, які вже розвивалися під час педагогічної практики, і будуть розвиватися і доповнюватися під час науково-педагогічної практики. Від ступеня успішності роботи на даному етапі залежить професійне становлення магістранта відповідно до майбутньої спеціальності. Програма тренерської практики складена згідно освітньої програми підготовки магістра спеціальності 017 Фізична культура і спорт [5].

Основними завданнями тренерської практики є:

- поглиблення і закріплення теоретичних знань магістрантів;
- розвиток потреби в педагогічній самоосвіті і постійному самовихованні;
- виховання і закріплення інтересу до професії тренера-викладача;
- формування і розвиток професійних умінь і навичок;
- вдосконалення та закріплення основ загально-педагогічних умінь і навичок, набутих в процесі навчання в університеті і під час педагогічної практики в школі;

- вдосконалення професійно-педагогічних умінь і навичок тренера-викладача з обраного виду спорту;
- практична участь студентів в організації та проведенні навчально-тренувальної, виховної, спортивно-масової, навчально-дослідницької та іншої роботи з метою накопичення педагогічного досвіду.

Відповідно до вимог освітньої програми магістранти повинні знати:

- медико-біологічні та психологічні основи спортивного тренування;
- форми і методи планування і організації навчально-тренувальної та змагальної роботи;
- методiku навчання і тренування в обраному виді спорту;
- перелік і зміст посадових обов'язків;

вміти:

- поповнювати запас теоретичних загальних і спеціальних знань і правильно їх використовувати;
- проектувати цілісний навчально-тренувальний процес на основі аналізу та оцінки досягнутого рівня розвитку, стану здоров'я і рівня тренуваності юних спортсменів;
- організовувати власну діяльність тренера-викладача;
- володіти методикою проведення навчально-тренувального заняття;
- виконувати обов'язки суддів в обраному виді спорту;
- визначати рівень розвитку спеціальних фізичних і психічних якостей спортсменів на різних етапах відбору і тренувального процесу;
- систематизувати матеріали спостережень тренувального процесу;
- контролювати стан спортсменів, вплив на них фізичних навантажень і в залежності від результатів контролю, коригувати їх.

На практику відводиться 180 годин (6 кредитів ECTS), тривалість – 6 тижнів. Програма практики складається із вступу з пояснювальною запискою, містить бази практики і розподіл робочого часу магістранта; порядок організації, керівництво і зміст тренерської практики. Інформаційний обсяг складається з наступних змістовних модулів: організаційна робота; навчально-методична робота; спортивно-масова робота; виховна робота.

Організаційна робота передбачає: участь в організаційно-методичній конференції з тренерської практики; бесіду з керівником ДЮСШ про історію, традиції, освітні та виховні функції даної установи; бесіду з завучем (методистом) з навчально-спортивної роботи; ознайомлення з програмами видів спорту для ДЮСШ; ознайомлення з нормативними документами щодо діяльності ДЮСШ.

Навчально-методична робота включає складання: індивідуального плану проходження тренерської практики відповідно до етапу навчання; робочого плану та конспектів навчально-тренувальних занять в певній групі підготовки, відповідно до навчальної програми ДЮСШ, на період проходження практики. Під час цього виду діяльності практикант повинен переглянути і провести усний і письмовий педагогічний аналіз навчально-тренувального заняття проведеного партнером по тренерській практиці, а також провести тренувальні заняття в ролі помічника тренера і в ролі тренера в закріплених групах.

Спортивно-масова робота передбачає: розробку та складання положення про змагання, сценарію і програми спортивного свята, що будуть проводитися в ДЮСШ; організацію і проведення змагання серед вихованців ДЮСШ; оформлення звітної документації про проведені змагання або спортивні свята.

Виховна робота вимагає систематично проводити записи в журналі відвідування навчально-тренувальних занять в прикріпленій групі, ознайомитися з планом виховної роботи ДЮСШ, визначити терміни проведення виховних заходів в ДЮСШ протягом навчального року, а також розробити і провести виховний захід для вихованців ДЮСШ з обраної тематики.

Після завершення практики магістранти звітують про виконання її програми. Звітними документами є щоденник практики та письмовий звіт.

Формою підсумкового контролю успішності є диференційований залік. Засоби діагностики успішності навчання містять: домашні самостійні та індивідуальні завдання, оцінки підготовки документів практики, підготовка творчого завдання, тестування знань і умінь магістрантів.

Висновки. Відповідно до сучасних вимог індустрії спорту виникає необхідність в удосконаленні системи підготовки фахівців зі спорту, тому актуальність полягає у впровадженні тренерської практики у навчальний процес ЗВО. Перспектива

впровадження тренерської практики обумовлюється необхідністю та систематизацією формування знань та підвищенням вимог до магістра з фізичної культури і спорту. В результаті проходження практики здобуті знання, вміння і навички на рівні з іншими фаховими дисциплінами, дозволять майбутньому фахівцю з фізичної культури і спорту бути більш освіченим у теоретичному плані та адаптованим до практичної діяльності сучасного суспільства.

Перспективами подальших досліджень є розробка електронного комплексу навчально-методичного забезпечення з тренерської практики, впровадження його в навчальний процес підготовки магістрів, визначення його ефективності щодо формування освіченого фахівця з фізичної культури і спорту.

Список літератури:

1. Борисова О.В. Проблемы и пути их решения на примере учебной дисциплины «Профессиональный спорт» / О.В. Борисова, С.Ф. Матвеев // Матер. междунар. науч.-практ. конф. по проблемам физической культуры и спорта государств-участников СНГ. – Ч. 2. – Минск, 2012. – С. 272-275.
2. Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти за ступенями магістра та доктора філософії (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт): навчальний посібник / В.М. Костюкевич, О.А. Шинкарук, В.І. Воронова, О.В. Борисова. – Київ: КНТ, 2017. – 634 с.
3. Савченко В.Г. Професійна діяльність магістрів з олімпійського спорту / В.Г. Савченко, Н.Г. Долбишева. – Дніпропетровськ, 2011. – 170 с.
4. Шандригось В.І., Шандригось Г.А. Навчальна дисципліна «моделювання і прогнозування в спорті» у підготовці магістрів зі спорту // Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту: зб. наук. праць. – Х.: ХДАФК, 2018. – С. 118-122.
5. Збірник програм навчальних дисциплін за другим (магістерським) рівнем з спеціальності 017 Фізична культура і спорт / укладачі: Ладика П.І., Шандригось В.І. – ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2018. – 115 с.