

УДК 796.015.572

*Воробьева Е.Г.,  
студент, 1 курс, факультет «Информационных систем и технологий»  
Поволжский государственный университет телекоммуникаций и  
информатики  
Россия, г. Самара  
Научный руководитель: Калинкина Е.В.*

## **РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ПОСРЕДСТВОМ ЗАНЯТИЙ В КОМАНДЕ ПО АЭРОБИКЕ В ВУЗЕ.**

***Аннотация:** В данной статье рассмотрим, как занятия в команде по аэробике в ВУЗе могут способствовать развитию коммуникативных компетенций у студентов.*

***Ключевые слова:** студент, процесс занятий, аэробика, будущая профессиональная деятельность, занятие, команда, умение, коммуникативные компетенции.*

***Annotation:** In this article, we will consider how classes in an aerobics team at a university can contribute to the development of communicative competencies among students.*

***Key words:** student, training process, aerobics, future professional activity, occupation, team, skill, communicative competencies.*

Коммуникация – это важнейший аспект взаимодействия человека с окружающим миром. Коммуникативные компетенции сегодня становятся все более важными для успешной адаптации и профессионального развития в современном обществе. Они включают в себя умение эффективно общаться, слушать и понимать других, а также выражать свои мысли и идеи. Каждый день мы обмениваемся информацией с другими людьми, используя различные

способы общения. Однако не всем дано умение эффективно и грамотно общаться, особенно в коллективе. Для развития коммуникативных компетенций в ВУЗах используются различные методы, в том числе занятия в команде по аэробике.

Современное общество требует от человека не только умения работать в команде, но и умения эффективно общаться с разными людьми. Во многих профессиях необходимо умение выступать перед аудиторией, убеждать партнеров или клиентов в правильности своих идей. Но как развить это мастерство?

Университетский курс должен предложить студентам не только знания, но и практические навыки, которые могут быть использованы в реальной жизни. Командные занятия по аэробике могут стать одним из эффективных способов.

Аэробика является одним из самых популярных видов физической активности. Она включает в себя не только упражнения, но и музыку и танцевальные движения. Занятия по аэробике в ВУЗе могут быть использованы для развития коммуникативных компетенций, таких как умение слушать, говорить, выражать свои мысли и мнения, а также работать в команде.

Во-первых, занятия в команде по аэробике требуют от студентов совместной работы, что позволяет развивать навыки коммуникации и взаимодействия в коллективе. В процессе занятий студенты учатся слушать друг друга, договариваться, решать конфликты, что важно для их будущей профессиональной деятельности. Они учатся выражать свои мысли и идеи, а также делиться опытом с другими участниками команды.

Во-вторых, занятия по аэробике могут помочь студентам развивать уверенность в себе и своих возможностях. Уверенность в себе – ключевой фактор успешной коммуникации. В процессе занятий студенты учатся

преодолевать свои страхи и сомнения, что может привести к улучшению их общения с другими людьми.

В-третьих, занятия в команде по аэробике могут помочь студентам развивать эмпатию и уважение к другим людям. В процессе занятий они учатся уважать мнение других участников команды, понимать их чувства и настроение. Эти навыки могут помочь студентам эффективнее общаться с людьми и решать конфликты без насилия.

В-четвертых, занятия в команде по аэробике могут помочь студентам развивать навыки публичных выступлений. Во время занятий студенты вынуждены выступать перед группой людей, что помогает им развивать навыки ораторского искусства, учиться контролировать свой голос и жесты, а также управлять своими эмоциями. Эти навыки пригодятся студентам не только во время учебы, но и в будущей профессиональной деятельности.

В-пятых, во время занятий аэробикой студенты могут быть назначены на роль ведущего, который будет координировать упражнения и движения для остальных участников. Это может помочь им развить лидерские качества и умение организовывать людей в команде.

Немало важную роль в командных видах спорта играет и коммуникативная компетентность тренера. В ее состав должны входить следующие элементы:

- убеждения и беседы необходимые для управления командой;
- советы, наставления, замечания и умение их правильно использовать;
- выявление особенности личности и эмоционального состояния каждого спортсмена в команде;
- применение адекватных способов общения с людьми и установление личного контакта;
- предупреждение и урегулирование конфликта.

Тренеру нужно найти индивидуальный подход к каждому студенту, и это принесет необходимый результат. Успешность команды складывается из

сплоченности и взаимодействия друг с другом всех членов и тренера коллектива.

Таким образом, занятия в команде по аэробике в ВУЗе могут стать эффективным способом развития коммуникативных компетенций у студентов. В процессе занятий они учатся работать в коллективе, выражать свои мысли и идеи, преодолевать свои страхи и сомнения, развивать уважение и эмпатию к другим людям, а также развивать навыки публичных выступлений. Кроме того, занятия по аэробике могут помочь студентам стать не только физически подготовленными, но и развить уверенность в себе, лидерские качества и умение организовывать людей в команде. Все эти навыки пригодятся студентам реальной жизни и в будущей профессиональной деятельности, а также помогут им стать успешными и уверенными в себе личностями.

#### **Использованные источники:**

1. Борисова Н.Б. Коммуникативные компетенции в профессиональной деятельности. М.: Издательство Юрайт, 2015. С. 43.
2. Герасимова Н.А. Развитие коммуникативных компетенций студентов в процессе обучения. Вестник ТГПУ, 2018. С. 3.
3. Джонсон Д., Джонсон Р. Сотрудничество и обучение: Как организовать групповую работу. СПб.: Питер, 2009. С. 96-98.
4. Кузнецова Т.В. Развитие коммуникативных компетенций студентов в процессе занятий физической культурой. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2016. С. 2.
5. Моргунова Е.В. Применение командных технологий в образовательной деятельности. Образовательные технологии и общество, 2017. С. 2-3.
6. Хазова С.А. Развитие конкурентоспособности специалистов по физической культуре и спорту в процессе профессиональной подготовки: монография. Майкоп, 2011. С. 63.