

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра педагогіки

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

_____ Т. О. Дороніна
(підпис) (прізвище, ініціали)

Реєстраційний № _____

« ___ » _____ 20__ р.

« ___ » _____ 20__ р.

**ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО
РОБОТИ З ПОПЕРЕДЖЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК В УЧНІВ**

Магістерська робота

студента групи: _____ ПВШМ-21
(шифр групи)

ступінь вищої освіти: _____ магістр

спеціальності: 011 Освітні, педагогічні науки
(шифр і назва спеціальності)

_____ Каніна Дмитра Ігоровича
(прізвище, ім'я, по-батькові)

Керівник: _____ кандидат педагогічних наук,
_____ доцент Іванова В. В.
(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS _____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

_____ *(підпис) (прізвище, ініціали)*

_____ *(підпис) (прізвище, ініціали)*

_____ *(підпис) (прізвище, ініціали)*

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Канін Дмитро Ігорович, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавав і не одержував недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомлений. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	8
1.1. Визначення досліджуваних у магістерській роботі понять.....	8
1.2. Мета, завдання та напрями підготовки майбутніх учителів до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів.....	16
1.3. Дидактичні умови підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів.....	23
Висновки до першого розділу	33
РОЗДІЛ 2. ДОСВІД ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ НАВЧАННЯ В ПЕДАГОГІЧНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ	35
2.1. Загальна характеристика освітнього процесу в педагогічному університеті.....	35
2.2. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів.....	41
Висновки до другого розділу	50
РОЗДІЛ 3. ЗМІСТ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО РОБОТИ З ПОПЕРЕДЖЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК В УЧНІВ	52
3.1. Вивчення та аналіз проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури.....	52
3.2. Система підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в умовах педагогічного закладу вищої освіти.....	60
Висновки до третього розділу	66
ВИСНОВКИ	68
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	72
ДОДАТКИ	77

ВСТУП

Актуальність теми. Процеси глобалізації, інтеграції та інформатизації, які сьогодні відбуваються в нашому суспільстві, багато в чому зумовлюють нові вимоги до розробки змісту шкільної освіти. Перед майбутнім вчителем постає проблема адаптації планів та програм навчання до сучасного ритму життя, основний недолік яких полягає у перевазі теоретичних знань над практичними вміннями та навичками.

Переважає більшість дітей і підлітків в Україні мають значні відхилення у стані здоров'я, близько половини – незадовільну фізичну підготовку. Критичний рівень здоров'я і фізичного розвитку учнівської молоді внаслідок зниження рухової активності при зростаючому статичному (до 95 % навчального часу при дистанційній формі навчання) і психоемоційному напруженні (пандемія, воєнні дії) процесу навчання, упровадженні комп'ютерних технологій у повсякденний побут, несприятливих екологічних умовах, зростанні антисоціальних проявів у суспільстві ставлять перед педагогічною громадськістю першорядне завдання – збереження та зміцнення здоров'я учнів шкільного віку, формування у них навичок здорового способу життя.

Зниження рівня здоров'я виявляється в погіршенні адаптації до щоденних психічних і фізичних навантажень, ранньому розвитку неврозів не тільки у дорослих, але і в дітей раннього віку. Ці процеси фіксуються в різних країнах світу, про що свідчать дані Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) та інших міжнародних і вітчизняних організацій охорони здоров'я, моніторингові дослідження науковців.

У таких складних умовах саме вчителі фізичної культури є основними дійовими особами у неперервній здоров'яформувальній освіті. Вони не тільки виконують функції вихователів, але й виступають своєрідними ідеологами формування культури здоров'я дітей та підлітків.

Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до виховної роботи у школі щодо формування здорового способу життя учнів та усвідомлення цієї ідеї їхніми батьками має велику соціально-педагогічну значущість. Особливого

значення вона набуває у сучасних умовах соціально-економічної, духовного кризи, погіршення екологічної ситуації й здоров'я підростаючого покоління, займає провідну роль серед учителів школи з формування здорового способу життя, виховання дбайливого ставлення учнів та їх батьків до власного здоров'я.

Дослідження фахівців свідчать, що найбільшу шкоду здоров'ю завдають шкідливі звички, які стають на перешкоді здоровому способу життя, унеможлиблюють формування гармонійно розвиненої особистості. Попередження шкідливих звичок у учнів є основним напрямом освітньої діяльності вчителів фізичної культури. Саме тому, підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів виступає пріоритетним напрямком формування педагогічних кадрів у сучасній українській освіті.

Теоретичні основи профілактики відхилень у поведінці дітей і підлітків розглянуто в наукових працях Л. Канішевської [23], О. Лящук [31]. Підготовку майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок учнів досліджували О. Безкопильний [3], Ю. Бойчук [48], І. Сундукова [45], А. Турчак [51; 52; 53], Б. Шиян [56].

Виходячи з актуальності даної проблеми, ми обрали тему магістерської роботи: **«Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів»**.

Тему магістерської роботи затверджено на засіданні кафедри педагогіки Криворізького державного педагогічного університету (протокол № 4 від 19 листопада 2021 р.) та вченою радою фізико-математичного факультету Криворізького державного педагогічного університету (протокол № 4 від 25 листопада 2021 р.).

Метою магістерської роботи є розкриття особливостей системи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів.

Мета магістерської роботи визначила постановку таких **завдань дослідження:**

1. Визначити досліджувані в магістерській роботі поняття.
2. Розглянути мету, завдання та напрями підготовки майбутніх учителів до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів.
3. Схарактеризувати дидактичні умови підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок.
4. Вивчити досвід підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах навчання в педагогічному університеті.
5. Проаналізувати систему підготовки майбутніх учителів до здоров'язбережувальної діяльності в умовах навчання в педагогічному закладі вищої освіти.

Об'єктом дослідження є процес підготовки майбутнього вчителя фізичної культури.

Предмет дослідження – вивчення й аналіз системи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів.

Методи дослідження:

- *загальнонаукові*: аналіз, систематизація, узагальнення дозволили на теоретичному рівні опрацювати матеріал дослідження;
- *конкретно-наукові*: аналіз наукових джерел і навчально-методичної літератури дозволив схарактеризувати систему підготовки майбутніх учителів до здоров'язбережувальної діяльності; порівняльний аналіз сприяв уточненню термінів і понять; проблемно-пошуковий метод дозволив з'ясувати проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури; емпіричні методи сприяли вивченню досвіду підготовки до роботи з попередження шкідливих звичок в умовах навчання в педагогічному університеті.

Практична значущість одержаних результатів полягає в можливості їх використання при розробці окремих тем навчальних дисциплін, спецкурсів, лекційних і практичних занять даної тематики, планів виховної роботи, а також виховних заходів здоров'язбережувальної тематики.

Джерельну базу дослідження становлять: нормативно-правові акти, що визначають принципи, зміст, форми і методи здоров'язберезувальної освіти; науково-педагогічні видання, які містять публікації, що висвітлюють проблему дослідження.

Апробація результатів дослідження. Матеріали магістерської роботи було обговорено на регіональному науково-практичному семінарі «Інноваційний розвиток сучасної освіти: від теорії до практики» (18 травня 2022 р., м. Кривий Ріг).

Структура магістерської роботи. Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків та загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 56 найменувань. Загальний обсяг роботи складає 90 сторінок, із них 71 сторінка основного тексту. У роботі вміщено 3 додатки (14 сторінок).

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

1.1. Визначення досліджуваних у магістерській роботі понять

Нова культурно-історична ситуація, яка склалася в українському суспільстві в останні роки, підвищує значущість і цінність здоров'я. Тільки здорова людина в повному обсязі здатна до активної саморегуляції власної поведінки, до формування індивідуальних оздоровчих дій, а також до продуктивної і творчої суспільної діяльності.

Здоров'я як соціальна цінність посідає домінуюче місце в структурі людських пріоритетів. Усвідомлене й правильно зрозуміле сприйняття цінностей здоров'я і здорового способу життя стає в сучасну епоху не просто значущим, а провідним фактором сталого розвитку суспільства і суспільних стосунків. Завдання формування, розвитку і збереження генетично детермінованого здоров'я людини, яка живе у вкрай напруженому соціоприродному середовищі, створення комфортних життєво важливих умов у соціальному, економічному, екологічному й психологічному аспектах стають пріоритетними завданнями для сучасного суспільства.

У наш час суттєво зростає важливість проблеми збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління і створення умов для гармонійного розвитку особистості з наданням їй можливостей до самореалізації у дорослому житті. Фізичне виховання є головним напрямом впровадження фізичної культури і становить органічну частину загального виховання, покликану забезпечувати розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей та професійно-прикладних навичок людини.

Український педагогічний словник С. Гончаренка визначає поняття «фізична культура» як частину загальної культури суспільства, що включає систему фізичного виховання, а також спеціальні наукові знання, необхідні для

розвитку фізичних здібностей людини. На думку С. Гончаренка, фізична культура включає в себе:

- громадську, особисту гігієну;
- гігієну праці й побуту;
- правильний режим праці й відпочинку [8, с. 345].

У «Педагогічному словнику» за редакцією М. Ярмаченка, поняття «фізична культура» розкривається як частина загальної культури суспільства, одна із сфер суспільної діяльності, спрямованої на зміцнення здоров'я і розвиток фізичних здібностей людини з метою вдосконалення біологічного і духовного потенціалу особистості [41].

Фізична культура охоплює особисту і громадську гігієну, гігієну праці і побуту, широко використовує сили природи, виховує правильний режим праці і відпочинку. Найважливішими показниками розвитку фізичної культури в суспільстві є фізичні досягнення в оздоровленні людей, всебічному розвитку їх фізичних здібностей, ступінь використання фізичної культури у галузі освіти та виховання. Виховання фізичної культури починається з раннього дитинства в сім'ї і дитячих закладах, де дітям прищеплюють гігієнічні навички й залучають їх до рухливих ігор. Великого значення надається фізичній культурі в школах [41].

В. Іщук у сучасному психолого-педагогічному словнику поняття «фізична культура» розглядає як органічну частину загальної культури, сукупність духовних і матеріальних цінностей, способів їхнього виробництва і використання з метою оздоровлення людей і розвитку їхніх фізичних здібностей. На його думку, фізична культура є ефективним засобом всебічного й гармонійного розвитку особистості, ефективним соціальним фактором розвитку кожної людини на шляху фізичного самовдосконалення [46, с. 428]. Змістом фізичної культури є раціональна рухова активність людини як фактор її підготовки до життєдіяльності через оптимізацію фізичного стану.

Умовно можна виділити дві сторони змісту фізичної культури:

- функціонально-забезпечуючу, яка включає спеціальні засоби, методи та умови їх застосування, що дозволяють оптимізувати фізичний розвиток і забезпечити певний рівень фізичної підготовленості людей;
- результативну, представлену позитивними результатами у фізичному розвитку і підготовленості, що є наслідком використання засобів, методів й умов.

Фізичну культуру можна розглядати в трьох аспектах, а саме:

- *діяльнісному* (культура як процес раціонально організованої діяльності);
- *предметно-ціннісному* (культура як сукупність «предметів», які визначають певну цінність для задоволення громадських і особистих потреб);
- *результативному* (культура як результат діяльності). Вона дозволяє розкривати потенційні можливості людини, її інтелектуальну, емоційну, духовну сфери [46, с. 428].

Поняття «фізичне виховання» в українському педагогічному словнику С. Гончаренка визначається як соціально-педагогічний процес, спрямований на зміцнення здоров'я, загартування організму дитини, а також гармонійний розвиток форм і фізичних можливостей людини з обов'язковим формуванням життєво важливих рухових умінь і навичок [8, с. 345].

На думку дослідників, у процесі фізичного виховання вирішуються такі першочергові завдання:

- зміцнення здоров'я, сприяння правильному фізичному розвитку учнів;
- оволодіння фізкультурно-спортивними знаннями;
- формування рухових умінь і навичок;
- розвиток таких рухових якостей, як сила і спритність;
- виховання соціально важливих моральних якостей (активності, ініціативності, сміливості, наполегливості, дисциплінованості, колективізму);
- формування таких естетичних якостей, як красива й сильна статура, культура рухів;

- формування звички до систематичних занять фізкультурою і спортом;
- формування гігієнічних умінь і навичок [4, с. 32–33].

Фізичне виховання, як вважає В. Іщук, є головним напрямом реалізації фізичної культури і становить органічну частину загального виховання, яка забезпечує формування та розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей і професійних навичок людини [46, с. 429–430].

Фізичне виховання є процесом вирішення освітньо-виховних завдань, який характеризується всіма загальними ознаками педагогічного процесу, або здійснюється в умовах самовиховання. У фізичному вихованні виділяють дві взаємопов'язані сторони: фізичну освіту та сприяння розвитку фізичних якостей.

У магістерській роботі ми будемо використовувати поняття «освіта» у тлумаченні, поданому С. Гончаренком. Український педагог тлумачить поняття «освіта» як «духовне обличчя людини, яке складається під впливом моральних і духовних цінностей, що є надбанням її культурного кола» [8, с. 241]. Також можна використати визначення цього поняття А. Кузьмінським, який під освітою розуміє під освітою «процес пізнання та результат удосконалення здібностей і поведінки особистості, за якого вона досягає соціальної зрілості та індивідуального зростання» [30, с. 234]

У Законі України «Про вищу освіту» зазначено, що вища освіта – це сукупність систематизованих знань, умінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, інших компетентностей, здобутих у закладі вищої освіти (науковій установі) у відповідній галузі знань за певною кваліфікацією на рівнях вищої освіти, що за складністю є вищими, ніж рівень повної загальної середньої освіти [18].

Фізична освіта спрямована на засвоєння людиною в процесі навчання системи раціональних способів керування своєю руховою діяльністю, а саме рухами, які необхідні в процесі набуття рухових умінь, навичок. Інша сторона фізичної освіти впливає на природні властивості організму, що пов'язані з

фізичними якостями. Вплив на фізичні якості основних та допоміжних засобів фізичного виховання допомагає змінювати функціональний стан організму, розвиває рухові здібності, підвищує рівень працездатності, поліпшує будову тіла [46, с. 429–430]. Фізичне виховання спрямоване на фізичне і духовне вдосконалення людини, оволодіння нею знаннями, фізичними вміннями та способами їх використання протягом усього життя.

Давайте тепер розглянемо поняття «шкідливі звички». Звичка – це сформований спосіб поведінки, здійснення якого в певній ситуації набуває характер потреби, тобто викликає залежність. У сучасній медичній літературі термін «шкідливі звички» здебільшого пов'язують із проблемами вживання психоактивних речовин (ПАР), під якими розуміються як хімічні з'єднання, так і природні продукти, що мають вибірково активність стосовно психічної діяльності, а саме: заспокоюють, стимулюють, дезорганізують [13].

Залежність, на думку фахівців, – це стан періодичної або хронічної інтоксикації, що викликається повторним вживанням природної або синтетичної речовини (за визначенням ВООЗ, 1965 р.). Небезпека для людини і суспільства в цілому при вживанні психоактивної речовини (ПАР) полягає в тому, що вони викликають соціальну, психічну і фізичну залежність.

- Соціальна залежність від ПАР – це внутрішня готовність до вживання ПАР під впливом оточення (групи, сім'ї).
- Психічна залежність від ПАР – стан, у результаті якого індивід одержує емоційне задоволення від їх уживання. В умовах тривалого вживання наркотик стає необхідністю для підтримки психічного стану.
- Фізична залежність від ПАР – це непереборна фізична потреба в уживанні ПАР, коли відсутність її стає причиною фізичних розладів (головного болю, болів у суглобах, розладів шлунку). Така залежність настає при наявності психічної залежності [23].

У психологічному словнику термін «шкідливі звички» трактується як схильність до будь-чого, що негативно впливає на психіку і поведінку

особистості. Тобто акцент робиться на тому, що звичка несе певну шкоду для психофізичного стану особистості. Звичка – це закріплений у житті людини спосіб дії і поведінки, здійснення яких у певних ситуаціях набирає сили потреби. Їй властиве сильне внутрішнє спонукання, схильність до певної дії, вчинку. Розрізняють звички добрі і погані, корисні та шкідливі:

- позитивні, корисні звички сприяють духовному зростанню особистості;
- негативні, шкідливі звички слід викоринювати в процесі виховання та перевиховання людини.

Звичка належить до автоматизованих компонентів поведінки і виробляється внаслідок багаторазового повторення певних способів діяння [44].

У соціальній педагогіці термін «звичка» може тлумачитися як:

- стереотипний спосіб поведінки, що відтворюється у певному суспільстві або соціальній групі та є бажаним для їх членів;
- закріплений у свідомості людини динамічний стереотип як спосіб вчинків, поведінки чи будь-якого емоційного реагування на життєві ситуації [50].

У педагогічному словнику шкідливі звички трактуються як нав'язливі дії, що не лише негативно впливають на психофізичний та інтелектуальний розвиток дитини, а й також на її поведінку. Тобто, авторами цього видання виділено поведінковий аспект цього явища.

На основі аналізу наукових джерел уточнено сутність поняття «шкідлива звичка» як залежність від чого-небудь, що шкодить психіці, фізичному стану та негативно впливає на поведінку особистості. Отже, звичка, яка перетворилась у залежність і має негативний вплив на особистість, – це шкідлива звичка [23].

Уживання психоактивних речовин є різновидом поведінкових девіацій. Девіантна поведінка (від лат. *deviatio* – відхилення) розглядається як система вчинків, що суперечать прийнятним у суспільстві правовим або моральним нормам (деструкції, відхилення, що дезорганізують, злочинна, аморальна поведінка); поведінка, яка не узгоджується з нормами, не відповідає соціальним очікуванням [13].

У соціально-педагогічній науці девіація розподіляється на три групи: делінквентна, адиктивна і психопатологічна.

Делінквентна поведінка – це поведінка, зумовлена наявністю систем цінностей і норм, які відхиляються від тих, які домінують у суспільстві, при цьому індивід, який сприйняв делінквентну культуру, визначає свою поведінку як правильну. Інші дослідники погоджуються, що делінквентна поведінка пов'язана із порушеннями правових норм, але не настільки значними, щоб за них нести кримінальну відповідальність, а серйозні порушення норм кримінального права, тобто злочини, пропонують називати кримінальною поведінкою. А в кримінології делінквентна поведінка визначається як суто молодіжне правопорушення, тобто таке, яке здійснюється молодими людьми віком від 12 до 20 років [49].

Психопатологічна поведінка пов'язана з певними формами психічної патології і схильних на цій основі до аморальної поведінки. Явне або приховане відхилення від норми психічних якостей людини проявляється в поведінці, вчинках, вербальному і невербальному спілкуванні.

Термін «адиктивна поведінка» характеризує відхилення в поведінці, пов'язані зі зловживанням ПАР [13]. Адиктивна поведінка трактується як зловживання різними речовинами, що змінюють психічний стан, включаючи алкоголь, тютюнопаління, зловживання наркотичними речовинами до того, як від них сформується залежність. Отже, ця дефініція дуже вдало виражає суть і природу явища шкідливих звичок. Адиктивна поведінка пов'язана з бажанням людини уникнути реалії життя шляхом штучної зміни стану своєї свідомості.

У цілому, адикції (шкідливі звички) умовно можна розділити на «хімічні», що викликають фізичну залежність і «нехімічні» – поведінкові розлади. Отже, диференціюємо «хімічні» шкідливі звички, що викликають фізичну залежність (тютюнопаління, вживання алкоголю, токсичних і наркотичних речовин) і «нехімічні» шкідливі звички (гризіння нігтів, хрумкотіння суглобами, азартні ігри).

У своєму дослідженні ми, в основному, головну увагу приділяли адитивній поведінці, бо саме такий тип поведінки безпосередньо пов'язаний із профілактикою шкідливих звичок. Більш уважно ми розглядали «хімічні» шкідливі звички, а саме:

- куріння (тютюнопаління);
- уживання алкогольних напоїв;
- уживання наркотичних речовин;
- уживання токсичних речовин (токсична залежність).

Дослідниця М. Гончаренко зазначає, що формування звички до куріння викликає слабку збудливу й наркотичну дію, яка серед певної кількості тих, хто має цю шкідливу звичку, створює враження, що куріння тонізує й стимулює інтелектуальну активність або, навпаки, заспокоює. Однак подібні впливи нікотину не є фізіологічними, вони виснажують нервову систему, а для одержання стимулювального ефекту курець повинен постійно, на шкоду здоров'ю, збільшувати кількість тютюну, що викурюється. Речовини, що знаходяться в тютюновому димі, викликають не тільки хвороби дихальних шляхів – хронічний бронхіт, бронхіальну астму, рак легенів, порожнини рота, гортані й носоглотки, – але й інфаркт, інсульт, виразкову хворобу, рак стравоходу, підшлункової залози, шейки матки, передміхурової залози, а також імпотенцію в чоловіків і безплідність або викиди в жінок [13].

Дослідники зазначають, що причинами куріння у підлітковому віці є:

- низький соціально-економічний статус і освіта батьків, неповна сім'я;
- поблажливе ставлення до куріння в суспільстві;
- куріння батьків, старших братів, сестер, друзів, однолітків;
- низька успішність, наявність симптомів депресії, тривожності, роздратованості, низька самооцінка, низький статус у групі;
- куріння розглядають як ритуал вступу до дорослого життя, ознаку сучасності та процвітання, вияв гостинності та дружелюбства;
- прагнення до наслідування дорослих, кіно- і телегероїв;
- груповий тиск з боку однолітків;

- низька стійкість до емоційних навантажень, підвищена тривожність, акцентуації характеру, труднощі соціальної адаптації, схильність до ризикованої поведінки, низька самооцінка, орієнтація на думку більшості, екстернальний локус контролю;
- цікавість, емоційна незрілість, високий рівень тривожності й агресивності, низький самоконтроль, неадекватна самооцінка, схильність до регресивної поведінки, низька стресостійкість, слабкі адаптаційні здібності, труднощі у спілкуванні, проблеми особистісного визнання;
- агресивність як основна особистісна характеристика, що провокує куріння в ранньому віці [23].

1.2. Мета, завдання та напрями підготовки майбутніх учителів до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів

Більшість дослідників стверджують, якщо взяти умовно рівень здоров'я кожної людини за 100 %, то:

- 20 % – залежить від спадкових факторів;
- 20 % – від умов оточуючого середовища;
- 10 % – від діяльності системи охорони здоров'я (медицини);
- 50 % – від самої людини, і від того, який спосіб життя вона веде [6].

Люди, які ведуть здоровий спосіб життя, дотримуються правил безпеки навчання та праці, яким властива висока духовність, залишаються здоровими до глибокої старості. Микола Амосов говорив: «У більшості хвороб винна не природа, не суспільство, а сама людина. Найчастіше вона хворіє через лінощі й жадобу, а інколи – й від нерозумності» [6].

Збереження і відновлення здоров'я залежить від рівня культури і становить культуру здоров'я людини. Тому поняття «здоровий спосіб життя» розглядається у співвідношеннях тріади: «Здоров'я – Здоровий спосіб життя – Культура здоров'я».

Здоровий спосіб життя – це сукупність ціннісних орієнтацій та установок, звичок, режиму і темпу життя, спрямованих на збереження, зміцнення,

формування, відтворення здоров'я в процесі навчання, виховання, спілкування, праці і відпочинку і передачі його у майбутньому.

Складові здорового способу життя включають елементи, які стосуються всіх аспектів здоров'я, це:

- усвідомлення цінності здоров'я (домінуючий у світогляді людини духовний пріоритет і відповідна психічна установка);
- відсутність шкідливих звичок (тютюнової, алкогольної, наркотичної залежності, безладних, небезпечних статевих стосунків);
- доступ до раціонального, збалансованого харчування (у тому числі якісної питної води, необхідної кількості вітамінів, мікроелементів, протеїнів, жирів, вуглеводів, спеціальних продуктів та харчових добавок);
- умови побуту (якість житла, умови для пасивного і активного відпочинку, рівень психічної і фізичної безпеки);
- умови праці (безпека не тільки у фізичному, але й у психічному аспекті, наявність стимулів і умов для професійного розвитку);
- рухова активність (використання засобів фізичної культури і спорту, різноманітних систем оздоровлення, спрямованих на підвищення рівня фізичного розвитку, його підтримку, відновлення після фізичних і навантажень) [1, с. 26–27].

Тобто ми можемо зробити висновок, що на 50 % здоров'я залежить від самої людини, і від того, який спосіб життя вона веде. Саме тому навчання фізичній культурі в школі набуває такого великого значення. Відповідно зростає роль уроків фізичної культури, на яких учнів навчають фізичним умінням і навичкам, формують у них силу волі, бадьорість духу, витривалість.

Як стверджують медики, 75 % хвороб у дорослих є наслідком умов життя в дитячі та юнацькі роки, не вироблення в юнаків з раннього дитинства морально-психологічних установок на усвідомлення цінності здоров'я, легковажне ставлення до власного здоров'я [35, с. 17]. Могутнім засобом

формування ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я є фізична культура і спорт.

Фізична культура в школі покликана забезпечувати здоров'я учням, має бути стратегічно орієнтована на розуміння ними того факту, що бути здоровим – це їхній обов'язок. У школяра мусить сформуватися позитивне ставлення до фізичного здоров'я та ефективності його соціального функціонування тим вимогам, які до нього ставляться у різні вікові періоди. Це вимагає врахування у навчальному процесі таких напрямів впливу відповідного предмету на людину:

- особистісного (формування адекватної поведінки, позитивного ставлення до себе та однолітків, розвиток гуманістичної спрямованості);
- профілактичного (оволодіння прийомами і засобами попередження психічних розладів);
- релаксуючого (засвоєння прийомів релаксації, подолання м'язових бар'єрів), соціального (засвоєння навичок міжособистісної взаємодії, вмінь командної роботи) [20].

Для цього треба, по-перше, мати уявлення про чинники, які визначають ставлення учнів до здоров'я як фізичного так і психічного, по-друге, орієнтуватись у системі тих детермінант, що обумовлюють ставлення учнів до фізичної культури, так як більшість учнів старших класів відносять відповідний навчальний предмет до числа «другорядних» або не значущих.

У процесі фізкультурної діяльності задовольняються декілька груп потреб особистості:

- потреби спортивної спрямованості. Вони відповідають характеру спортивних цілей (розряд, титул) і мотивам (прагнення до результату). Ці потреби задовольняють такий вид фізичної культури, як спортивна діяльність і підготовка до неї з усією специфікою цілей, задач, засобів і методів навчально-тренувальних занять і відновлюючих заходів;
- потреби в рекреаційній діяльності, пов'язані із зміною діяльності, активним відпочинком із застосуванням фізичних вправ, елементів спортивних ігор і змагань за спрощеними правилами. Їх найважливіші

- мотиви – зміцнення здоров'я, гарний фізичний розвиток, красива статура. Іноді мотивами фізкультурної діяльності цієї групи студентів виявляються бажання суперництва;
- потреби реабілітаційної спрямованості. Вони властиві особам, у яких виникають проблеми відновлення занижених або втрачених в процесі фізкультурної, побутової, трудової діяльності фізичних, психічних, інтелектуальних здібностей. Вони пов'язані з лікувальним використанням фізичних вправ;
 - потреби в освітній спрямованості у сфері фізичної культури сприяють творчому, свідомому відношенню до задач, засобів і методів фізичного вдосконалення. На жаль, цей важливий аспект фізичної культури ще недостатньо усвідомлюється учнівською молоддю [2].

Фізична культура в школі – навчальний предмет, основним змістом якого є вивчення фізичних вправ, рухових дій, рухливих і спортивних ігор, що сприяють зміцненню здоров'я, фізичному розвитку та вдосконаленню рухових здібностей учнів з метою підготовки до життя, праці та професійної діяльності. Уроки фізичної культури в школі є обов'язковими для всіх здорових учнів. Основні завдання предмету є зміцнення здоров'я учнів, формування та вдосконалення природних рухових умінь і навичок, розвиток основних фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності та гнучкості) [41]. На уроках фізичної культури учні набувають таких морально-вольових якостей, як сміливість, наполегливість, дисциплінованість, почуття дружби і взаємодопомоги, а також оволодіння навичками культури поведінки. В учнів формується позитивне ставлення до здоров'я, стійкий інтерес і звичка до систематичних занять фізичними вправами.

У статті І. Сундукової «Вплив фізичної культури на розвиток ціннісного ставлення старшокласників до психічного здоров'я» наведено результати опитування учнів старшої школи. Так на запитання «Як Ви відноситеся до уроків з фізичної культури?» більшість респондентів у відсотковому співвідношенні – 24,4 % вважають їх вкрай необхідними; кількість учнів у відсотковому

співвідношенні – 24,4 % вважають, що вони мають певну користь; 17,8 % учнів – вважають байдужим; 13,3% респондентів – зайвим, та 20,1% учнів – таким, що травмують. Отже, майже половина учнів (48,8 %) позитивно ставляться до занять фізичною культурою [45].

На запитання «Чи хотіли б Ви, щоб кількість уроків з фізичної культури була збільшена?» позитивні відповіді у відсотковому співвідношенні склали – 54,2 % респондентів; заперечувальні відповіді становили у 45,8 % респондентів. На запитання «Який у вас настрій під час уроку з фізичної культури?» більшість респондентів (58,6 %) вказали на домінування позитивного настрою. Аналіз результатів анкетування учнів старшої школи дозволяє зробити такі висновки: більшість старшокласників розуміють значення занять фізичними вправами і вважають, що такі заняття позитивно впливають на стан здоров'я, але займаються ними нерегулярно, оскільки мають важливіші справи. До основних причин, що заважають регулярно займатися фізичною культурою 59% учнів назвали навчальну завантаженість у школі і вдома [45].

На думку професора О. Вишневського, вже сьогодні терміново потрібна докорінна перебудова фізичного виховання учнівської молоді. По-перше, слід кардинально змінити власні погляди на фізичну культуру як щось другорядне. По-друге, необхідно розвантажити навчальні плани і програми, значно скоротивши інформативне навчання з таким розрахунком, щоб кількість навчальних предметів становила 7-10 у початкових класах і 10-12 у старших, як це робиться в більшості європейських країн. По-третє, слід відмовитися від традиційних форм і режиму діяльності учнів на уроках, коли діти майже увесь час сидять нерухомо, а вчитель «навіює» їм знання. По-четверте, потрібен повний перегляд концепції й методики фізкультурної роботи в школі. Заняття фізичною культурою повинні стати формою активного відпочинку і мають працювати на зміцнення здоров'я учнів [34].

Головна мета уроків фізичної культури полягає у тому, щоб прищепити учням основи фізичної культури особистості (мотивованої потреби занять фізичними вправами, потягу до набуття знань та умінь спеціальної рухової

діяльності); створити умови для досягнення оптимального рівня здоров'я, фізичного розвитку і підготовленості, виховання моральних і вольових рис характеру особистості, сформувані ціннісних орієнтацій стосовно здорового способу життя і зміцнення здоров'я.

«Точками зростання» життєвого досвіду зазвичай є «больові точки» людського життя: труднощі, невдачі, поразки, помилки і т. ін. Вони вимагають від людини роздумів про життя, аналізу та оцінки своєї діяльності, формулювання висновків і принципів поведінки. Таким чином, в структурі цього особистого новоутворення можна виділити аксіологічний компонент. У життєвий досвід включені переживання, відчуття, образні представлення людини [39]. Його зміст складає синтез відчуттів і переживань, знань, умінь, навичок, способів спілкування, мислення і діяльності, стереотипів поведінки, ціннісних орієнтацій та установок. У структуру життєвого досвіду входять також уявлення дитини про саму себе, про життя, природу, працю і ін., як головних життєвих цінностей, емоційно-ціннісне відношення до них, самооцінка і характеристики стилю життя. Різноманітні також джерела набуття життєвого досвіду.

Педагоги недостатньо розвивають уміння рефлексій і навичок дітей до осмислення свого життєвого досвіду та досвіду інших людей, пошуку вірного рішення у різних життєвих ситуаціях, адекватних дитячому життєвому досвіду, не завжди актуалізують його в процесі навчання і виховання з метою необхідної корекції і збагачення.

За своєю сутністю характеристика життєвих цінностей молодших школярів полягає у наступному: дитина молодшого шкільного віку ще не здатна самостійно орієнтуватися і жити в суспільстві, вирішуючи власні життєві проблеми без допомоги і активної участі дорослих. Її життєвий досвід лише поступово формується, розширюється, кількісно і якісно збагачується. Життєві цінності молодших школярів – це синтез уявлень, вражень, відчуттів, ціннісних орієнтацій про самих себе, про природу, суспільство, працю, а також практичних

умінь і навичок, необхідних для успішної життєдіяльності в суспільстві, для самостійного вирішення власних життєвих проблем [39].

У підлітковому віці учні вже набули певного життєвого досвіду але він визначається нестійкістю сформованих уявлень про навколишній світ. Школярі намагаються зайняти активну життєву позицію, але вона залежить від зовнішніх факторів (батьків, однолітків, засобів масової інформації). Учням у цьому віці подобається виявляти самостійність й ініціативність, вони охоче беруть на себе відповідальність і намагаються здаватися більш дорослими, у них формується власна позиція.

Одним з негативних чинників, що впливають на стан здоров'я школярів є вживання ними наркотичних речовин, до яких належать не лише суто наркотики, а й нікотин і алкоголь. На даний момент склалося тривожна ситуація у школах, про що свідчать дослідження: п'ята частина п'ятикласників виявляє схильність до куріння, а 17 % – до вживання алкоголю, у 8-х класах на куріння зорієнтована половина учнів, на алкогольні напої – 25 %, слабоалкогольні (серед них пиво) – 60 %. Майже 61 % випускників вказало, що вони курять, половина вживає алкоголь, 82 % – пиво [52].

Фізичне виховання покликане формувати у кожного школяра дбайливе ставлення до власного здоров'я та фізичної кондиційності, комплексно розвивати фізичні й психічні якості, сприяти активному і творчому використанню засобів фізичної культури в організації здорового способу життя учнів. Адже, фізична культура – це загальноосвітній навчальний предмет, що створює умови для формування в учнів ціннісних орієнтацій щодо культури здоров'я і здорового способу життя, виховання потреби та звички займатися фізичною культурою і спортом, прагнення досягти оптимального рівня особистого здоров'я, фізичного розвитку, рухових якостей, морально-вольових рис характеру та психологічної підготовки до ведення активного життя і професійної діяльності.

Загострення суперечностей між наявним рівнем свідомого ставлення молоді до свого здоров'я, способу життя та потребою суспільства у вчителів, який був би спроможний на високому професійному рівні здійснювати виховну

й пропагандистську діяльність з учнями та їх батьками щодо цієї проблеми, потребують інноваційних підходів до підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання [53].

1.3. Дидактичні умови підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів

Філософський словник тлумачить поняття «умови» як внутрішні властивості об'єкта та зовнішні щодо нього чинники, які окремо від безпосередніх причин не можуть породити наслідків, але вони є сприятливим і необхідним середовищем для розвитку причинно-наслідкових взаємодій [54]. «Умову» можна трактувати як філософську категорію, що виражає відношення предмета до оточуючих його явищ, без яких він існувати не може. Сам предмет виступає як щось обумовлене, а умова – як зовнішнє до предмету різноманіття об'єктивного світу. На відміну від причини, що безпосередньо породжує те або інше явище або процес, умова становить те середовище, обстановку, у якій останні виникають, існують і розвиваються [55].

У філософському словнику умова – це категорія, яка відбиває загальні відношення речі до тих факторів, які її породжують і завдяки яким вона існує. У педагогіці термін «умова» використовується з метою характеристики педагогічного процесу. Вчені активно досліджують вплив різних умов на навчальний процес. Проте єдиного твердження вони ще не дійшли, існують різні точки зору на розуміння поняття «умова навчання», зокрема «дидактична умова» [12].

Педагогічні умови є обставинами навчально-виховного процесу, цілеспрямовано відібрані і призначені для конструювання і застосування змісту, форм, методів, навчального процесу з метою досягнення мети навчання [12]. Більшість дослідників під педагогічними умовами розуміють спеціально організовані педагогічні обставини (сукупність заходів), які сприяють підвищенню ефективності, посилюючи ефект процесу підготовки, тобто такі, що чинять позитивний вплив на його вдосконалення.

Педагогічні умови є сукупністю об'єктивних можливостей змісту, форм, методів і прийомів підвищення ефективності навчально-виховного процесу і матеріально-просторового середовища, що забезпечують успішне вирішення поставлених і проєктованих у дослідженні завдань. Ось чому до педагогічних умов можна віднести свідомо створені обставини освітнього процесу, які здатні забезпечувати ефективно та продуктивно протікання цього процесу [12].

Ю. Корницька визначає педагогічні умови як спеціально створені й запроваджені в педагогічну практику фактори, які сприяють вихованню студентів [12]. Тобто спеціально створені педагогічні умови можуть впливати як на процес навчання, так і на процес виховання. Різні умови впливають на процес навчання по-різному, та діють лише в певних ситуаціях, є специфічними для усіх учасників навчального процесу. Це можуть бути обставини, фактори, правила, вимоги до організації і змісту педагогічного процесу.

Отже, аналіз вивчених праць зазначених вчених дає підстави говорити, що дослідники по-різному розуміють та трактують поняття «педагогічні умови», розглядаючи їх як:

- опис педагогічного середовища;
- деякі обставини, безпосередньо необхідні для перебігу педагогічного процесу;
- фактори, шляхи, напрямки педагогічного процесу;
- прогнозовані результати навчального процесу;
- форми, методи, прийоми навчання.

Специфічною рисою поняття «дидактичні умови» є те, що воно включає в себе елементи всіх складових процесу навчання: мету, зміст, методи, форми, засоби. Ю. Бабанський виділяє такі педагогічні умови ефективності навчально-виховного процесу:

- методологічна і теоретична підготовка вчителів;
- створення певної бази (підготовка та створення навчально-методичної літератури, технічних засобів, наочних посібників);
- морально-психологічні умови [12].

Тобто, «дидактичні умови» – це умови, за яких компоненти навчального процесу представлені в найкращому взаємовідношенні, що дає можливість вчителю плідно керувати навчальним процесом, а учням успішно навчати.

Професійна діяльність учителя фізичної культури відрізняється від діяльності інших учителів-предметників. Уроки фізичної культури проходять у специфічних умовах емоційного та фізичного навантаження і спрямовані на формування в учнів рухових умінь та навичок, мотивації щодо збереження свого здоров'я, гармонійного фізичного і психічного розвитку.

Учителю фізичної культури необхідно бути компетентним фахівцем, який професійно виконує свою справу, щоб досягти певних результатів у освітньо-виховній роботі. Специфіка професії вчителя фізичної культури в сучасних умовах потребує від нього професійних знань, умінь, творчого та критичного мислення, ефективної діяльності, що виражається в розвитку професійної компетентності. Учитель виконує важливу соціальну функцію-здійснює духовний, розумовий, фізичний розвиток і виховання особистості, формує здоровий спосіб життя учнів. Його праця спрямована не лише на проведення навчально-пізнавального процесу, а й на організацію позакласної фізкультурно-оздоровчої, освітньо-виховної діяльності учнів, систематичне розв'язання нових завдань формування рис активного громадянина.

Основні напрями розбудови сучасної загальноосвітньої школи вимагають пошуку ефективних шляхів здійснення вчителем фізичної культури навчально-виховної діяльності серед учнів. Зазначимо, що при цьому, головним завданням вчителя є не тільки якісне проведення уроків й передача учням необхідних знань, умінь навичок зі свого навчального предмету, а й формування культури здоров'я, активне пропагування здорового способу життя серед учнів, їх батьків, виховання фізично, психічно і духовно здорових громадян української держави.

Важливим напрямом їх професійної діяльності має бути також і навчання учнів гігієни розумової праці з метою уникнення перевантажень. Актуальними залишаються заходи щодо запобігання та протидії з боку школи шкідливим звичкам учнів – курінню, алкоголізму, вживанню наркотиків.

Першою дидактичною умовою ефективної підготовки майбутнього вчителя до попередження шкідливих звичок в учнів ми вважаємо використання здоров'язберігаючих технологій.

Дослідники вважають, що здоров'язберігаючими освітніми технологіями в широкому розумінні цього слова необхідно вважати всі педагогічні технології, які створюють для учнів безпечні умови для перебування, навчання і праці в школі. Деякі науковці стверджують, що під здоров'язберігаючими технологіями слід розуміти сприятливі умови навчання дитини в школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання); повноцінний та раціонально організований руховий режим [36, с. 93].

Впровадження здоров'язберігаючих технологій потребує в учителя, по-перше, не допускати перевантаження учнів, визначаючи оптимальний обсяг навчальної інформації й способи її надання, враховувати інтелектуальні та фізіологічні особливості учнів, індивідуальні мовні особливості кожного учня. Намагатися планувати такі види роботи, які сприяють зниженню втоми. Здоров'язберігаючі технології передбачають: зміну видів діяльності, чергування інтелектуальної, емоційної, рухової видів діяльності; групової й парної форм роботи, які сприяють підвищенню рухової активності, вчать вмінню поважати думки інших, висловлювати власні думки, правилам спілкування; проведення ігор та ігрових ситуацій, нестандартних уроків, інтегрованих уроків.

Слід зазначити, що поняття «здоров'язберігаюча» можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – учнів та вчителів. І саме головне, що будь-яка педагогічна технологія має бути здоров'язберігаючою [28, с. 47].

Деякі науковці розглядають це поняття, виходячи з розуміння технології як певного прийому, методу, методики; інші розуміють його як сукупність певних технік, за допомогою яких реалізується освітнє чи інше педагогічне завдання; як опис процесу досягнення запланованих результатів, сукупність яких відображає певні зміни в здоров'ї учасників педагогічної взаємодії.

Дослідники стверджують, що під здоров'язберігаючими освітніми технологіями треба розуміти всі педагогічні технології, які не шкодять здоров'ю учнів. Якщо здоров'язберігаючі технології пов'язати з вирішенням тільки здоров'яхоронного завдання, то до них належатимуть педагогічні проблеми, методи та технології, які не шкодять прямо чи побічно здоров'ю учнів та вчителів, забезпечують їм безпечні умови перебування, навчання та роботи в загальноосвітньому закладі.

Впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій пов'язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності. Аналіз класифікацій існуючих здоров'язберігаючих технологій дає можливість виокремити такі типи (за О. Ващенко) [5, с. 2–3]:

- *здоров'язберігаючими технологіями* називаються такі технології, що вирішують завдання раціональної організації навчально-виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;
- *оздоровчі технології*, які спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;
- *технології навчання здоров'ю* – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання [16].

Здоров'язберігаючі технології навчають дітей жити без конфліктів. Навчають укріплювати, зберігати своє і цінити чуже здоров'я. Ці технології

прищеплюють дітям принципи здорового способу життя, посилюють мотивацію до навчання [16].

Відомий український дослідник Ю. Бойчук називає такі технології здоров'язбережувальними. На його думку сучасні здоров'язбережувальні технології можна класифікувати за окремими групами (медичні, фізкультурно-рекреаційні, реабілітаційні, педагогічні, корекційно-розвиткові), у яких виділяється окремий підхід до відновлення, збереження і розвитку здоров'я, а, відповідно, й різні методи і форми їх застосування [48, с. 13].

Також відома класифікація здоров'язбережувальних освітніх технологій за Ю. Гавриленко. За цією класифікацією існують такі типи здоров'язбережувальних освітніх технологій:

1. Організаційно-педагогічні технології (визначають структуру навчального процесу, яка сприяє попередженню станів перевтомлення, гіподинамії та інших станів).
2. Психолого-педагогічні технології (пов'язані з безпосередньою роботою вчителя на уроці).
3. Навчально-виховні технології (до них входять програми з формування культури здоров'я, навичок, з профілактики шкідливих звичок, захворювань, позакласні заходи, робота з батьками) [48, с. 316].

Використання здоров'язбережувальних технологій має ґрунтуватися на індивідуальному підході, а саме: враховуватися статево-вікові особливості людини, специфіка порушення психофізичного стану, а результативність використання оцінюватися за позитивною динамікою зміни показників здоров'я, поліпшення фізичної і розумової працездатності, розширення адаптаційних можливостей її організму [48, с. 13].

Серед основних педагогічних принципів здоров'язбережувальної педагогіки виокремлюють такі:

- принцип свідомості;
- принцип активності;
- принцип наочності;

- принцип систематичності та послідовності;
- принцип «Не зашкодь!»;
- принцип повторення;
- принцип поступовості; принцип доступності;
- принцип індивідуалізації;
- принцип неперервності;
- принцип циклічності;
- принцип урахування вікових та індивідуальних особливостей учнів;
- принцип всебічного та гармонійного розвитку особистості;
- принцип оздоровчої спрямованості;
- принцип комплексного міждисциплінарного підходу до навчання школярів;
- принцип активного навчання; принцип формування відповідальності учнів на своє здоров'я та здоров'я оточуючих;
- принцип зв'язку теорії з практикою [19].

Для досягнення мети здоров'язберігаючих освітніх технологій застосовуються такі групи засобів:

- рухової спрямованості (фізичні вправи, фізкультхвилинки, динамічні перерви, лікувальна фізкультура, рухливі ігри та ін.);
- оздоровчі сили природи (сонячні та повітряні ванни, водні процедури, фітотерапія, інгаляція, вітамінотерапія та ін.);
- гігієнічні (виконання санітарно-гігієнічних вимог; особиста та загальна гігієна, дотримання режиму дня та режиму рухової активності, режиму харчування та сну та ін.) [6].

Систематичний вплив на організм та психіку учнів може бути успішним лише за умови доцільного використання методів здоров'язберігаючого впливу.

Метод навчання – це впорядкована діяльність педагога, спрямована на досягнення визначеної мети навчання. Під методами навчання часто розуміють сукупність шляхів, засобів досягнення мети, вирішення завдань (І. Підласий), а,

відповідно, завдання педагогіки оздоровлення вирішуються шляхом застосування методів і прийомів здоров'язберігаючих освітніх технологій.

Прийоми використання здоров'язберігаючих освітніх технологій можна класифікувати на:

- профілактично-захисні (особиста гігієна та гігієна навчання);
- компенсаторно-нейтралізуючі (фізкультхвилинки, оздоровча, пальчикова, дихальна, коригуюча гімнастики; масаж, психогімнастика та ін.);
- стимулюючі (елементи загартування, фізичні навантаження, прийоми психотерапії та фітотерапії);
- інформаційно-навчальні (листи, що адресуються батькам, учням, педагогам) [6].

Другою дидактичною умовою ефективної підготовки майбутнього вчителя до попередження шкідливих звичок в учнів ми вважаємо використання інтерактивних форм навчання.

Ключовим у розумінні психологічної основи інтерактивних форм навчання є поняття «інтеракція», більш відомого як міжособистісна чи соціальна взаємодія. Теоретичні проблеми міжособистісної взаємодії розглянуті в працях Я. Голанта, Л. Виготського, О. Леонтьєва. Соціальна взаємодія вважається складовою частиною спілкування та спільної діяльності, які утворюють нерозривну єдність. Люди не просто спілкуються в ході виконання ними суспільних функцій, а й у процесі певної діяльності. За допомогою спілкування діяльність організовується і збагачується. У свою чергу, в спільній діяльності формується потреба в спілкуванні [19, с. 10–11].

Інтерактивне навчання – це навчання, яке відбувається за умови постійної, активної взаємодії всіх учасників навчального процесу. Це співнавчання, взаємонавчання (колективне, групове, навчання у співпраці), де і учень і вчитель є рівноправними суб'єктами навчального процесу, розуміють, що вони роблять, рефлексують з приводу того, що вони знають, вміють здійснювати. Безпосередньо, сама організація інтерактивного навчання передбачає

моделювання різноманітних життєвих ситуацій, спільне вирішення проблем на основі аналізу обставин та відповідної ситуації, використання рольових ігор [37].

Інтерактивне навчання – це діалогове навчання, яке заперечує домінування. Воно передбачає постійну, активну взаємодію, взаєморозуміння вчителя й усіх учнів класу – учасників процесу навчання; розв’язання загальних, але значущих для кожного учасника завдань, проблем; рівноправність учителя й учнів як суб’єктів навчального процесу.

На думку педагогів, актуальність технологій співпраці визначено двома причинами. По-перше, спільна діяльність є основою розвитку демократичного суспільства, до життя в якому необхідно готувати людину з дитячих років. По-друге, технологізація суспільства, розвиток інформаційних засобів відсунули на другий (а можливо, і третій) план такі звичні для дитини види діяльності, як ігри з однолітками, участь у гуртках, де вона могла отримати соціальний досвід життя [47]. Саме тому школа стала основним джерелом для набуття дитиною молодшого шкільного віку інтерактивних умінь.

Дослідники підкреслюють значення інтерактивних умінь як таких, що забезпечують гармонійне та творче входження особистості в суспільне життя. З огляду на роль інтерактивних умінь для розвитку особистості, сказане вище дає змогу дійти висновку, що вміння можна сформувані під впливом адекватних інноваційних методів і прийомів, які б забезпечили активну участь у навчальному процесі [47].

О. Пометун визначає інтерактивне (кооперативне) навчання як багатомірне явище, оскільки воно розв’язує одночасно три завдання: навчально-пізнавальне (конкретна дидактична мета), комунікативно-розвивальне (пов’язане із загальним емоційно-інтелектуальним фоном процесу пізнання) і соціально-орієнтаційне (результати якого проявляються за межами навчального часу та простору) [42].

Інтерактивне навчання – це спеціальна форма організації пізнавальної діяльності учнів, яка має на меті створення комфортних умов навчання, за яких кожний учень відчуває свою успішність, інтелектуальну спроможність. Це

співнавчання, взаємонавчання, де і учень, і вчитель є рівноправними, рівнозначними суб'єктами навчання [21].

Підготовка майбутнього вчителя до попередження шкідливих звичок в учнів також передбачає систематичний комплекс заходів, спрямованих на усвідомлення здорового способу життя як особистісної цінності, а також цінності шкільного життя, що сприяє гармонійному розвитку психофізичних здібностей учнів. Саме школа покликана забезпечувати засвоєння учнями комплексу теоретичних і практичних знань про здоровий спосіб життя.

Тому *третьою дидактичною умовою* ми вважаємо систематичність педагогічних дій.

Систематичність педагогічних дій, як і вся профілактична робота з превентивного виховання – це комплекс заходів, спрямованих на формування свідомого ставлення до власного здоров'я, основою якого повинно бути врахування вікових та індивідуальних особливостей кожної дитини [27].

Дослідження свідчать, що в ході лекції учнями засвоюється 5 % наданої їм інформації, бесіди – 10 %, перегляду телепередач – 30%, щотижневої виховної роботи – 45 %, рольової гри – 60 % [50]. Доцільно враховувати, що найбільш ефективними у процесі формування культури здоров'я кожної особистості є інтерактивні методи роботи із застосуванням елементів тренінгів, гри та оздоровчих вправ.

Висновки до першого розділу

Дослідивши теоретичні аспекти підготовки вчителів фізичної культури, ми можемо зробити певні висновки. Здоров'я як соціальна цінність посідає домінуюче місце в структурі людських пріоритетів. Усвідомлене та правильно зрозуміле сприйняття цінностей здоров'я і здорового способу життя виступає значущим і провідним фактором як формування особистості, так і розвитку всього суспільства.

Поняття «фізична культура» дослідниками визначається як частина загальної культури суспільства, що включає систему фізичного виховання, а також спеціальні наукові знання, необхідні для розвитку фізичних здібностей людини. Фізична культура включає в себе: громадську, особисту гігієну, гігієну праці й побуту, правильний режим праці й відпочинку.

«Фізичне виховання» тлумачиться як соціально-педагогічний процес, спрямований на зміцнення здоров'я, загартування організму дитини, а також гармонійний розвиток форм і фізичних можливостей людини з обов'язковим формуванням життєво важливих рухових умінь і навичок.

Розглянувши поняття «шкідливі звички», ми дійшли до висновку, що «звичка» – це сформований спосіб поведінки, здійснення якого в певній ситуації набуває характер потреби, тобто викликає залежність. Термін «шкідливі звички» здебільшого пов'язують із проблемами вживання ПАР, під якими розуміються як хімічні з'єднання, так і природні продукти, що мають вибіркову активність стосовно психічної діяльності, а саме: заспокоюють, стимулюють, дезорганізують. Шкідливі звички викликають залежність.

«Залежність», на думку фахівців, – це стан періодичної або хронічної інтоксикації, що викликається повторним вживанням природної або синтетичної речовини. Небезпека для людини і суспільства в цілому при вживанні ПАР полягає в тому, що вони викликають соціальну, психічну і фізичну залежність.

У психологічному словнику термін «шкідливі звички» трактується як схильність до будь-чого, що негативно впливає на психіку і поведінку особистості.

Педагогічна робота з попередження шкідливих звичок у учнів напряду пов'язана з формуванням здорового способу життя підростаючого покоління. Здоровий спосіб життя – це сукупність ціннісних орієнтацій та установок, звичок, режиму і темпу життя, спрямованих на збереження, зміцнення, формування, відтворення здоров'я в процесі навчання, виховання, спілкування, праці і відпочинку і передачі його у майбутньому.

Також ми зробили висновок, що на 50 % здоров'я залежить від самої людини, і від того, який спосіб життя вона веде. Саме тому навчання фізичній культурі в школі набуває такого великого значення.

Ми визначили та схарактеризували такі дидактичні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до попередження шкідливих звичок у учнів:

- використання здоров'язберігаючих технологій;
- використання інтерактивних форм навчання;
- систематичність педагогічних дій.

РОЗДІЛ 2.

ДОСВІД ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ НАВЧАННЯ В ПЕДАГОГІЧНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ

2.1. Загальна характеристика освітнього процесу в педагогічному університеті

Початком історії кафедри педагогіки Криворізького державного педагогічного університету можна вважати 1930 р., коли відповідно до постанови «Про підготовку викладачів у педвузах і педтехнікумах та перепідготовку вчителів» (березень 1929 р.) було засновано Криворізький інститут професійної освіти (з 1933 р. – Криворізький педагогічний інститут). Це рішення було зумовлене необхідністю підвищення якості професійної підготовки викладачів і вчителів загальноосвітніх шкіл.

З перших днів свого існування центром науково-дослідницької роботи в інституті стає кафедра педагогіки і психології (саме так кафедра називалася до 1987 р.), яка спрямовує свою роботу на оволодіння майбутніми вчителями теоретичних знань, необхідних для фахової діяльності. На жаль, відсутність архівних джерел не дозволяє нам у повній мірі відновити довоєнний період історії кафедри [25].

Важливість кафедри педагогіки і психології як науково-дослідницького центру для плідної роботи педагогічного інституту доводить той факт, що вже на четвертий день після визволення Кривого Рогу від німецько-нацистських загарбників (26 лютого 1944 р.) завідувачем кафедри був призначений О. Шумейко, який одночасно виконував обов'язки директора інституту. У квітні 1946 р. кафедра педагогіки і психології складалася всього з трьох осіб, а саме: О. Шумейко – зав. кафедрою, ст. викладач; М. Рябко – ст. викладач; І. Заблоцький – канд. пед. наук, доцент. Невдовзі саме І. Заблоцький очолив кафедру (29 березня 1947 р.).

У 40-70-х роках час кафедру педагогіки і психології послідовно очолювали: М. Рябко (1949-1955 рр.); О. Кириченко (1955-1960 рр.); З. Коpecь (1960-1965 рр.); В. Ковальов (1965-1968 рр.); М. Сазонов (1968-1973 рр.); О. Куриш (1973-1975 рр.).

З 1975 р. завідувачим кафедри педагогіки стає професор В. Буряк, який очолював кафедру двічі (1975-1976 рр. і 1980-1983 рр.). У 1983 р. завідувачим кафедри педагогіки стає професор Л. Кондрашова (1983-2010 рр.). Саме в цей період (1987 р.) від кафедри відокремилась кафедра педагогічної майстерності, яка нараховувала 12 викладачів (завідувач кафедри – канд. пед. наук, доцент І. Максименко). У 1989 р. відокремилась кафедра психології, яку очолила канд. псих. наук, доцент Л. Ткачова. Отже, цілком справедливо можна стверджувати, що кафедра педагогіки дала життя й підготувала кадровий потенціал відразу для двох кафедр: педагогічної майстерності та психології.

За цей період кафедра педагогіки невпинно зростала як кількісно, так і якісно. Найбільшою за чисельністю кафедра була у 1990 р. – в її складі перебувало 22 викладачі. У наступні роки кафедра дещо скоротилась і у 1999 р. нараховувала 16 осіб. Починаючи з 1992 р. при кафедрі працює аспірантура і регулярно відбуваються передзахисти кандидатських і докторських дисертацій.

У 2010-2013 рр. кафедру педагогіки очолювала доцент Н. Зеленкова. Починаючи з лютого 2013 р., завідувачим кафедри педагогіки стає професор Т. Дороніна.

За цей час кафедра педагогіки значно розширила коло науково-дослідницької проблематики, включивши до неї питання гендерної складової освітньо-виховного процесу, освітнього менеджменту, громадянського виховання дітей та учнівської молоді. У 2014-2018 рр. стрімко зростає кількість передзахистів кандидатських і докторських дисертацій, активізується науково-дослідницька робота викладачів.

У 2015 році кафедрою педагогіки було започатковано видання двох наукових часописів: «Педагогічне Криворіжжя» та «Гендерна парадигма освітнього простору». Кафедра забезпечує викладання профільних дисциплін

(«Загальна педагогіка», «Методика виховної роботи») на шести факультетах університету в межах освітніх програм із підготовки бакалаврів за педагогічними спеціальностями; курсу «Сучасні освітні парадигми і технології» (для магістрантів); навчальних курсів, що передбачені навчальними планами підготовки магістрів із спеціалізації «Педагогіка вищої школи» (спеціальність 011 Освітні, педагогічні науки) та здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії (аспірантура) [25].

У 2017 р. на кафедрі педагогіки була відкрита магістратура за спеціальністю «011 Освітні, педагогічні науки» і спеціалізацією «Педагогіка вищої школи». Поява на кафедрі магістратури дозволила значно розширити коло навчальних дисциплін, які викладаються на кафедрі й активізувати навчально-методичну роботу викладачів.

Викладачі кафедри беруть участь у роботі міжнародних наукових конференцій, семінарів, тренінгів. Водночас, кафедра педагогіки є організатором щорічних Всеукраїнських науково-практичних конференцій викладачів і студентів, в яких беруть участь провідні науковці України, аспіранти та вчителі [25].

Незважаючи на складні умови пандемії та військової агресії кафедра педагогіки не припиняє своєї науково-дослідницької діяльності, спрямованої на удосконалення підготовки та підвищення кваліфікації педагогічних кадрів. 18 травня 2022 року на базі кафедри педагогіки було проведено регіональний науково-практичний семінар «Інноваційний розвиток сучасної освіти: від теорії до практики», в якому прийняли активну участь викладачі кафедри, аспіранти, магістранти, а також учителі шкіл міста. За матеріалами науково-практичного семінару було видано електронний збірник науково-методичних праць «Педагогічне Криворіжжя: педагогічний альманах».

14 вересня 2022 року кафедрою педагогіки проведено Першу Всеукраїнську науково-практичну конференцію «Освіта і наука в умовах інноваційного розвитку суспільства», яка була спільно організована з науковцями кафедри загальної та спеціальної педагогіки комунального закладу

вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти». Під час проведення конференції відбулося обговорення питань сучасного стану та перспектив розвитку освіти, науки в умовах інноваційного розвитку суспільства, обмін досвідом з питань формування і розвитку професіоналізму педагога [25].

Плідною також є виховна робота викладачів кафедри педагогіки, які лише в цьому навчальному році провели зі студентами такі виховні заходи:

- «Молодь та здоров'я»;
- «Сучасні ІКТ у розвитку особистості»;
- «Шануємо, вітаємо та вклоняємось захисникам і захисницям України»;
- «Тримаймо кожен свій фронт заради спільної перемоги»;
- «А ми нашу славу Україну розвеселимо»;
- «Берегиня українського народу» та інші [25].

Історія кафедри фізичної культури та методики її викладання також починається у 1930 році, коли на базі педагогічних курсів було створено інститут професійного навчання з факультетами загально-технічних і соціальних наук. Впровадження нових прогресивних засобів навчання сприяє створенню жіночого спортивного товариства, що проіснувало декілька років. З 1933 року фізичне виховання здійснювалось під керівництвом викладачів військової кафедри. В цей період колектив відіграє роль спортивного центру, який об'єднує навколо себе велику кількість прихильників фізичної культури і спорту.

У передвоєнні роки керівником фізичного виховання у педагогічному інституті стає Г. Толстоп'ятенко, зразком фізичної підготовки студентів на той час було виконання нормативів комплексу ГПО. З початком Великої Вітчизняної війни педагогічний інститут було перебазовано в Магнітогорськ і подальша робота з фізичного виховання та спорту змінила своє спрямування на оборону Вітчизни.

У 1947 році в КДП було організовано предметну комісію з фізичного виховання, яку очолив Г. Толстоп'ятенко, а пізніше, у 1955 році, створено кафедру фізичного виховання, в склад якої увійшло п'ять викладачів. У 1967 році кафедру фізичного виховання очолив В. Андріанов, який виконував обов'язки

завідувача до вересня 2016 року. З'явилися нові форми оздоровчої та спортивно-масової роботи такі, як: спартакіада вузу (змагання між факультетами), «Першокурсник», «Допризовник», спартакіада «Бадьорість та здоров'я» серед працівників закладу.

У 1998 році педагогічний інститут набуває статусу університету. З 2004 року започаткована додаткова спеціалізація «Фізична культура» у підготовці фахівців «Початкова освіта» бакалаврського і магістерського рівня. У 2011 році кафедра фізичного виховання перейменована у кафедру фізичної культури та методики її викладання. З 2016 року кафедру фізичної культури та методики її викладання очолював канд. пед. наук, доцент В. Шутько. В КДПУ у 2017 році здійснено ліцензування підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня зі спеціальності: фізична культура, спеціалізація: спортивний туризм. З 2020 року кафедру очолює канд. соц. наук А. Батюк.

В теперішній час спортивна база налічує два ігрових зали, гімнастичний і тренажерний зали, стадіон із легкоатлетичним ядром і спортивними майданчиками, шаховий клуб.

Регіональний науково-практичний семінар «Інноваційний розвиток сучасної освіти: від теорії до практики» (м. Кривий Ріг, 18 травня 2022 р.).

На кафедрі фізичної культури та методики її викладання підготовка майбутніх педагогів (у магістратурі) здійснюється шляхом викладання таких навчальних дисциплін:

1. Національні традиції ігрової культури у фізичному вихованні.
2. Оздоровчо-рекреаційні технології у фізичному вихованні.
3. Професійна діяльність фахівців у фізичному вихованні.
4. Актуальні проблеми фізичного виховання [26].

Навчальна дисципліна «Професійна діяльність фахівців у фізичному вихованні» спрямована на те, щоб забезпечити оволодіння магістрами необхідним рівнем знань, умінь та навичок відносно комплексу різних аспектів професійної діяльності в галузі фізичного виховання, потрібних для успішної практичної діяльності.

На лекційних і практичних заняттях розглядаються такі питання:

- Закон України «Про фізичну культуру і спорт»;
- Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року;
- законодавство і нормативні акти України щодо здорового способу життя.
- основи здорового способу життя. Принципи здорового способу життя (раціональне харчування; оптимальний руховий режим; загартування організму; особиста гігієна);
- формування інформаційної культури майбутнього фахівця фізичного виховання;
- проблеми професійної підготовки фахівців з фізичного виховання. Аналіз вмотивованості студентів до оволодіння спеціальними і фаховими компетентностями, рівня готовності до професійної діяльності;
- інноваційні технології, педагогічні та методичні підходи у навчальному процесі професійної підготовки фахівців фізичної культури [26].

Навчальна дисципліна «Національні традиції ігрової культури у фізичному вихованні» висвітлює такі питання:

- виховання морально-етичних та ідейно-патріотичних переконань фахівця, причетності до світової історичної спадщини та національних традицій в галузі фізичної культури і спорту;
- ознайомлення з умовами виникнення, характеристикою етапів, основними тенденціями і проблемами спортивного українського руху;
- прищеплення вмінь використовувати набуті знання у розв'язанні освітньо-виховних завдань навчально-виховного процесу у практичній педагогічній діяльності [26].

2.2. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок в учнів

Важливою складовою педагогічної освіти, на нашу думку, є фізкультурна освіта. Це поняття запровадив П. Лесгафт. Він вважав, що фізичне виховання як педагогічний процес має на меті не лише зміцнення фізичних сил людини, а й накопичення специфічних знань, формування вмінь і навичок. Педагог визначав поняття «фізкультурна освіта», як засвоєння людиною під час навчання системи раціональних способів керування своїми рухами, необхідних у житті рухових умінь, навичок і пов'язаних із ними знань, що має вагомим значенням для раціонального використання людиною своїх фізичних можливостей і кондицій у життєдіяльності [3].

У магістерській роботі будемо використовувати таке визначення поняття «фізкультурна освіта»: це одна зі складових педагогічного процесу з фізичного виховання, що полягає у створенні сукупності життєво необхідних умінь і навичок учнів, а також засвоєнні спеціальних теоретико-методичних знань про закономірності фізичного вдосконалення й оздоровлення людини.

Фізкультурна освіта виступає самостійною галуззю педагогічної науки, що розробляє теоретичні основи формування особистості в умовах і під впливом фізкультурно-спортивної діяльності є педагогіка фізичної культури. Також ми будемо послуговуватися визначенням поняття «педагогіка фізичної культури». У трактуванні вчених, «педагогіка фізичної культури» – це наука про закономірності становлення підростаючого покоління в процесі фізичного розвитку, управління цим розвитком відповідно до їхніх можливостей, потреб суспільства й держави [40, с. 8].

Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів нерозривно пов'язана з поняттям «формування готовності» до такого виду діяльності в галузі освіти.

І. Гринченко вказує, що професійна готовність майбутнього учителя фізичної культури виступає як цілісний стан особистості, що вражає якісні

характеристики її спрямованості, свідомості, професійної позиції, іміджу, рівня оволодіння професійно-педагогічними діями [38].

М. Козуб стверджує, що готовність майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності розуміється як інтегративне утворення особистості, що має системну організацію, складну, багаторівневу структуру і виступає як цілісна взаємодія і взаємопроникнення фізичного, мотиваційного, когнітивного, практичного (операційно-діяльнісного) і рефлексивного компонентів, ступінь сформованості яких визначає здоров'язбережувальний характер і логіку організації та здійснення педагогічної діяльності, потреба та спрямованість професійно-особистісного зростання майбутнього вчителя фізичної культури [38].

Поняття «підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів» П. Джуринським розглядається як навчально-виховний процес, який відбувається у педагогічних закладах вищої освіти з метою набуття студентами кваліфікації, яка дозволить їм успішно працювати у загальноосвітній школі та формувати здоровий спосіб життя і життєво важливі рухові вміння та навички учнів середнього шкільного віку, сприяти фізичному розвитку і підвищенню працездатності учнів середньої школи, самостійному та свідомому виконанню ними фізичних вправ у режимі дня, усвідомленню необхідності удосконалення основних якостей фізичного розвитку [11].

Поняття «готовність майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів» сприймається як інтегративне утворення особистості, що містить особистісні якості й мотиваційну налаштованість студентів на зміцнення здоров'я учнів середнього шкільного віку та характеризується взаємозв'язком і взаємодією структурних компонентів (мотиваційного, когнітивного, діялісно-організаційного та інноваційно-особистісного) [11].

У О. Безкопильного структура готовності майбутніх вчителів фізичної культури до популяризації здорового способу життя містить такі складові елементи:

- *мотиваційно-ціннісний*, який передбачає професійну спрямованість, усвідомлення своїх професійних цілей, ціннісних орієнтацій, а також принципів попередження шкідливих звичок у учнів;
- *когнітивний*, основу якого складають обізнаність стосовно здоров'язбережувальної діяльності, валеологічних знань, нормативно-правової бази щодо формування здорового способу життя, способів діагностики стану здоров'я учнів, організації здоров'я збережувального навчального процесу;
- *діяльнісний* компонент вимагає вміння раціонально організувати свій спосіб життя з урахуванням чинників здоров'язбереження (режим праці та відпочинку, раціональне харчування, оптимальний обсяг рухової активності, загартування, вміння зняти психологічну напруженість); здійснення збору і проведення аналізу інформації про стан здоров'я, постановку мети та завдань формування підготовленості до здорового образу життя в студентів, а також відбір здоров'язбережувальних прийомів, методів, засобів, які повинні використовувати в освітньому процесі;
- *рефлексивний*, який передбачає самопізнання, переосмислення, перевірку своєї думки про себе, про інших людей та про те, що, на думку суб'єкта, думають про нього інші люди, як вони його оцінюють і як до нього ставляться;
- *особистісний*, а саме: фізичні якості, креативність та емпатія, комунікативні й організаторські здібності [3, с. 94–95].

Отже, ми можемо зробити висновок, що структура готовності майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів складається з таких компонентів: мотиваційний (позитивна мотивація студентів

до організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи та потреба в досягненні успіху у діяльності, пов'язаної з формуванням здорового способу життя учнів), когнітивний (теоретична обізнаність студентів про теорію та методику організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи), процесуальний (рівень фізичної підготовленості та сформованості умінь та навичок студентів щодо організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи) та самооцінний (самооцінка студентів щодо їх здатності до організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи) [38, с. 83].

Більшість дослідників вважають, що запорукою формування якісного рівня готовності до цього виду професійної діяльності є *комплексний підхід*, який включає такі компоненти:

- аксіологічний;
- гносеологічний;
- праксіологічний;
- особистісний.

Аксіологія – це вчення про цінності, їхні ієрархії та системи. Педагогічна аксіологія досліджує цінності, які треба формувати у вихованців [8, с. 21]. Цінності складаються з елементів морального виховання і проявляються особистісних установках, властивостях і якостях. *Аксіологічний компонент* готовності майбутнього вчителя фізичної культури має особливе значення та пов'язаний із обґрунтуванням пріоритетних ціннісних і цільових орієнтирів освітньої діяльності.

Ціннісні орієнтації майбутніх учителів фізичної культури формуються в процесі професійної підготовки, важливою складовою якої є формування особистості майбутнього педагога. Формування аксіологічного компоненту готовності майбутніх учителів фізичного виховання до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі передбачає вивчення таких понять:

- здоров'я, цінність життя людини, здоровий спосіб життя, здоров'язбереження;
- з'ясування питань про місце здоров'я в ієрархії загальнолюдських цінностей та факторів, що впливають на формування ціннісного ставлення до здоров'я та до фізичної культури;
- узагальнення та аналіз вікових особливостей дії цих факторів, виявлення закономірностей їх розвитку, визначення педагогічних умов їх формування, а також найбільш ефективних моделей організації педагогічного процесу, що передбачають інтеграцію зазначених аспектів [3, с. 99–100].

Гносеологічний компонент підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до попередження шкідливих звичок включає знання з:

- індивідуально-психологічних особливостей учнів;
- організації, підготовки і проведення уроку фізичної культури;
- позакласної роботи з фізичного виховання з учнями;
- загальної теорії здоров'я;
- формування здорового способу життя школярів;
- особливостей впровадження здоров'язбережувальних технологій у школі;
- вдосконалення рухових якостей учнів [3].

Інші дослідники додають до цього переліку: знання нормативно-правових документів, що регламентують (визначають) умови здоров'язбережувального середовища загальноосвітнього закладу; знання про динаміку розумової працездатності учнів основної школи під час загальноосвітніх уроків та впродовж навчального дня школи; знання методик, які дозволяють забезпечити активний відпочинок та зменшити ступінь втоми під час загальноосвітніх уроків в основній школі; знання про різні форми роботи з батьками для підвищення ефективності здоров'язбережувальної діяльності з учнями основної школи.

Праксіологія (праксеологія) вивчає раціональні форми організації діяльності людини. Праксеологія як навчальна дисципліна – це освітня практика

для формування принципів організації практичного ставлення людини до світу, практичного розуму й мудрості [3].

Праксіологічний компонент підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до попередження шкідливих звичок включає:

- комунікативні вміння та навички належать до сфери спілкування та педагогічної взаємодії в процесі навчально-виховної та здоров'язберезувальної діяльності з учнями;
- вміння користуватися методами та методичними прийомами організації навчально-виховного процесу;
- проєктувальні вміння і навички вчителя.

Професійна діяльність відбувається в режимі постійної взаємодії з людьми та передбачає формування комплексу якостей особистості вчителя. *Особистісний компонент* підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до попередження шкідливих звичок відображає наявність таких професійно важливих якостей студентів, як фізичні якості, емоційний інтелект та педагогічна комунікація.

Важливою властивістю особистості вчителя є здатність до прояву емоцій, асимілювання емоцій і думок, розуміння й пояснення емоцій, регулювання власних емоцій та емоцій інших. Педагоги і психологи називають таку властивість особистості «емоційний інтелект».

Сучасні погляди науковців щодо розуміння поняття «емоційний інтелект» ґрунтуються на таких засадах:

- здатність сприймати і розуміти прояви особистості в емоціях, управляти емоціями на основі інтелектуальних процесів [3];
- поєднання розуму і почуттів;
- усі некогнітивні здібності, знання і компетентність, що дають людині можливість успішно впоратися з різними життєвими ситуаціями.
- здатність усвідомлювати свої емоції й емоції інших, для мотивації й управління власними емоціями наодинці з собою і при взаємодії з іншими [3].

Професійно важливою якістю особистості майбутнього вчителя фізичної культури є педагогічна комунікація. У педагогічному процесі комунікація – основа всієї педагогічної діяльності». Це зумовлює необхідність розгляду комунікативного аспекту професійно-педагогічної діяльності, зважаючи на те, що спілкування постає, і як засіб розв'язання освітніх завдань, і як соціально-психологічне забезпечення навчального процесу, і як спосіб організації взаємин педагога та учня [17, с. 100].

Н. Волкова виокремлює такі види педагогічної комунікації:

- вербальна (процес обміну інформацією шляхом застосування мови (усної, писемної, внутрішньої), що відбувається за своїми внутрішніми законами та вимагає активної розумової діяльності);
- невербальна комунікація (процес обміну інформацією шляхом використання для передавання повідомлень немовних засобів комунікації);
- комп'ютерна комунікація (процес обміну інформацією між суб'єктами за допомогою вербальних і невербальних комунікативних систем, опосередкований комп'ютерними засобами комунікації (електронна пошта, телеконференції, Web-конференції, чат, форум) [7, с. 246–251].

Отже, особистісний компонент готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі вирізняється сформованістю сукупності таких якостей особистості:

- фізичні якості, що забезпечують професійну рухову активність;
- емоційний інтелект, показником якого є здатність до прояву емоцій, асимілювання емоцій і думок, розуміння й пояснення емоцій, регулювання власних емоцій та емоції інших;
- педагогічна комунікація, що виявляється в здатності до свідомого перетворення, розвитку та набуття досвіду, розуміння свого призначення, зацікавленості в результатах власної комунікаційної діяльності, підвищенні престижу власної професії в суспільстві.

Отже, на основі аналізу різних підходів до оцінки сформованості готовності майбутніх учителів до професійної діяльності можемо відзначити їх рівневий характер. У педагогічній літературі описані різні підходи до визначення загального рівня сформованості готовності до професійної діяльності. Ми виокремили три рівні сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі – низький, середній і високий.

Низький рівень готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності засвідчує:

- відсутність професійної спрямованості студентів на здоров'язбережувальну діяльність;
- нерозуміння здоров'я як найважливішої соціальної цінності;
- відсутність ціннісного ставлення до здоров'я людини та здоров'язбережувальної діяльності;
- відсутність знань про методологічні основи здоров'язбереження в загальноосвітній школі, їх сутність, специфіку та особливості використання;
- недостатньо розвинутий емоційний інтелект для сприйняття й розуміння проявів особистості в емоціях, поєднання розуму та почуттів, управління власними емоціями під час взаємодії з учнями;
- недостатньо розвинуті здібності до педагогічної комунікації для свідомого перетворення, розвитку та набуття досвіду.

Середній рівень готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності вказує на:

- професійну спрямованість студентів на здоров'язбережувальну діяльність, усвідомлення суспільного значення професійної діяльності вчителя фізичної культури, розуміння здоров'я як однієї з найбільших загальнолюдських цінностей;

- ціннісне ставлення до здоров'я людини і здоров'язбережувальної діяльності, інтерес до використання всієї сукупності засобів і методів здоров'язбереження у професійній діяльності;
- поверхневі та безсистемні знання про методологічні основи здоров'язбереження в основній школі, їх сутність, специфіку та особливості використання;
- достатній розвиток фізичних якостей для виконання професійних функцій учителя фізичної культури в процесі різних форм роботи з фізичного виховання учнів основної школи, достатньо розвинутий емоційний інтелект для сприйняття й розуміння проявів особистості в емоціях, поєднання розуму та почуттів, управління власними емоціями під час взаємодії з учнями;

Високий рівень готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності свідчить про:

- яскраво виражену професійну спрямованість студентів на здоров'язбережувальну діяльність, точне усвідомлення суспільного значення професійної діяльності вчителя фізичної культури та глибоке розуміння здоров'я як однієї з найбільших загальнолюдських цінностей, домінування ціннісного ставлення до здоров'я людини і здоров'язбережувальної діяльності;
- всебічні, системні, глибокі знання про методологічні основи здоров'язбереження, їх сутність, специфіку та особливості використання;
- володіння науково-термінологічним апаратом, обізнаність з відповідною літературою, інформованість про важливе соціальне значення здоров'язбережувальної діяльності;
- достатньо розвинутий емоційний інтелект для глибокого сприйняття й розуміння проявів особистості в емоціях, усвідомленого поєднання розуму та почуттів і чіткого управління власними емоціями під час взаємодії з учнями;

- розвинуті здібності до педагогічної комунікації для цілеспрямованого перетворення, розвитку та набуття досвіду, чіткого розуміння свого призначення, зацікавленості в результатах власної комунікативної діяльності, підвищенні престижу власної професії в суспільстві [3, с. 119–122].

Висновки до другого розділу

Фізкультурна освіта – це галузь педагогічної науки і напрямок у фізичному вихованні, який полягає у створенні сукупності життєво необхідних умінь і навичок учнів, а також засвоєнні спеціальних теоретико-методичних знань про закономірності фізичного вдосконалення й оздоровлення людини.

Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів нерозривно пов'язана з поняттям «формування готовності» до такого виду діяльності в галузі освіти.

Дослідники визначають поняття «готовність майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів» як:

- цілісний стан особистості, що вражає якісні характеристики її спрямованості, свідомості, професійної позиції, іміджу, рівня оволодіння професійно-педагогічними діями;
- інтегративне утворення особистості, що має системну організацію, складну, багаторівневу структуру.

Поняття «готовність майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів» сприймається як інтегративне утворення особистості, що містить особистісні якості й мотиваційну налаштованість студентів на зміцнення здоров'я учнів.

У структурі готовності майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів можна виокремити такі складові компоненти: фізичний, мотиваційний, когнітивний, практичний (операційно-діяльнісний) і рефлексивний.

Більшість дослідників вважають, що запорукою формування якісного рівня готовності до такого виду професійної діяльності є *комплексний підхід*, який включає такі компоненти: аксіологічний, гносеологічний, праксіологічний, особистісний.

На основі аналізу різних підходів до оцінки сформованості готовності майбутніх учителів до професійної діяльності можемо відзначити їх рівневий характер. У педагогічній літературі описані різні підходи до визначення загального рівня сформованості готовності до професійної діяльності. Ми виокремили три рівні сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності школі – низький, середній і високий.

РОЗДІЛ 3.

ЗМІСТ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО РОБОТИ З ПОПЕРЕДЖЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК В УЧНІВ

3.1. Вивчення та аналіз проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури

При підготовці майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності та попередження шкідливих звичок у учнів важливо використовувати акмеологічний підхід.

Акмеологічна спрямованість особистості виступає якісною характеристикою загальної спрямованості особистості, яка орієнтує людину на поступовий розвиток, творчу самореалізацію у професійній сфері. Ця якість особистості детермінує й актуалізує творчу активність людини, націлює її на самовдосконалення, самореалізацію, досягнення вершин у будь-якій сфері діяльності. Змістовного забарвлення акмеологічній спрямованості особистості надає професійна спрямованість, що пов'язує прагнення, інтереси й активність людини з конкретним видом діяльності [3]. В акмеологічній спрямованості особистості можна виокремити такі компоненти: ціннісні орієнтації, мотиви, здібності й уміння, що забезпечують досягнення мети, прагнення до успіху (зумовлене мотивацією досягнень, прагненням до саморозвитку, готовністю до творчої взаємодії, рефлексією).

Акмеологічна підготовка майбутніх учителів фізичної культури включає:

- пізнавальну, естетичну, моральну та практичну цінність професійної підготовки;
- сформований позитивний емоційний фон майбутньої професії для створення стійкої мотивації досягнення успіху;
- активну позицію студентів на основі усвідомлення професійних знань, підкріплених конкретними прикладами з майбутньої професійної діяльності;

- упровадження технологічного підходу та методів вивчення професійно-орієнтованих дисциплін і спецкурсів, що моделюють умови для розвитку акмеологічної культури майбутніх учителів, створюють атмосферу співпраці та інноваційного пошуку, формують у студента цінності;
- розвиток інтелекту, емоційної сфери, стійкості до стресів, впевненості в собі, позитивного ставлення до світу й сприйняття інших, самостійності та мотивації [3, с. 238–239].

Р. Гурін і О. Яцій у статті «Критерії та показники підготовленості майбутніх учителів до професійної діяльності: акмеологічний аспект» наводять данні, щодо проведення анкетування майбутніх учителів фізичної культури з метою визначення ступеня їхньої обізнаності щодо акмеологічних основ підготовки фахівців. Отриманий емпіричний матеріал свідчить, що більшість здобувачів вищої освіти погано усвідомлюють сутність поняття «акмеологічна підготовка».

На запитання «Що Ви розумієте під поняттям «акмеологічна підготовка вчителя?» більшість респондентів:

- (43 %) зазначили, що це «прагнення досягти високих результатів у професійній діяльності»;
- 38 % опитуваних пов'язують акмеологічну підготовку з такими контентами, як «досконале знання фахових предметів», «високий рівень професійної зрілості вчителя», «уміння спілкуватися в нестандартних і конфліктних ситуаціях»;
- 14 % майбутніх учителів фізичної культури вважають, що це «вершина в професійній діяльності вчителя», «вільне володіння методикою викладання за фахом»;
- 5 % респондентів зазначили, що це «висока педагогічна майстерність і культура вчителя» [10].

Отже, можна зробити висновок, що з огляду на відповіді здобувачів вищої освіти, встановлено, що вони мають досить поверхове уявлення про акмеологічну підготовку майбутніх учителів фізичної культури.

На запитання «Що, на Вашу думку, варто запроваджувати в педагогічному університеті з метою акмеологічного розвитку майбутніх учителів», відповіді респондентів були майже однаковими:

- «збільшення кількості навчальних годин на вивчення педагогічних дисциплін»;
- «систематичне застосування інноваційних технологій, пов'язаних із творчими завданнями, проєктами».

Варто зазначити на тому, що майже 80 % майбутніх учителів наголосили на необхідності введення практичного курсу з проблеми акмеологічної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури або залученні їх до позанавчальної діяльності. Більшість опитуваних указали на:

- важливість педагогічної практики в школі з якісною до неї підготовкою;
- використання сучасних інноваційних технологій під час підготовки до майбутньої професійної діяльності;
- посилення ролі використання комп'ютерних технологій під час навчання та самостійної роботи.

Отже, ми можемо стверджувати, що більшість майбутніх учителів фізичної культури (86,4 %) надає перевагу дисциплінам циклу фізичної та психологічної підготовки, яка, безумовно, важлива, але не розвиває в майбутніх учителів фізичної культури системного погляду на педагогічну діяльність, що досягається вивченням дисциплін психолого-педагогічної й методичної підготовки [10].

Анкетування студентів педагогічних університетів дозволяє вчасно виявляти проблеми і труднощі теоретичної та практичної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів, формування в них правильного розуміння здорового способу життя (Додаток Б).

Майбутні вчителі фізичної культури визнають недостатню обізнаність щодо сутності педагогічної акмеології та розуміють актуальність її використання

в освітньому процесі. Це здебільшого пояснюється віддаленістю здобувачів вищої освіти від проблем сучасної загальноосвітньої школи, відсутністю в них безпосереднього досвіду професійної діяльності вчителів фізичної культури. Головним пріоритетом більшості студентів є фізичний розвиток. З іншого боку, здобувачі вищої освіти не усвідомлюють досить глибоко важливість формування основ професіоналізму вчителя фізичної культури, виявляють недостатній рівень розвитку Я-концепції та не прагнуть на достатньо високому рівні самореалізуватися як учитель.

На думку М. Євтуха, суть акмеологічного підходу у становленні професійної успішності майбутнього вчителя полягає у вивченні особистості як цілісного феномена в єдності її показників:

- єдність інтелектуального і емоційного її розвитку;
- її спрямованість на саморозвиток і самоосвіту;
- мотиваційні чинники досягнення високих результатів професійної діяльності [15].

Відомо, що критерій – це ознака або мірило для визначення оцінки предмета чи явища; те, що, взято за основу класифікацій. З іншого боку, критерій – це ознака, на основі якої проводиться оцінювання, ступінь розвитку тієї чи іншої якості.

Більшість дослідників вважає, що критеріями підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності під час акмеологічного становлення є:

- операційно-творчий;
- регулятивно-настановний;
- мотиваційно-конантивний [10].

Операційно-творчий критерій підготовки майбутнього вчителя фізичної культури оцінює діяльнісний складник, пов'язаний із творчим характером педагогічної праці педагога. Необхідним у педагогічній діяльності можна виокремлювати розвиток творчої активності, яка безумовно впливає на творчий

характер педагогічної діяльності, що стимулює інтерес до технологічного процесу, розкриває творчий потенціал майбутнього вчителя.

Показниками операційно-творчого критерію в комплексі виступають:

- сформованість самоактуалізації;
- розвиток творчого потенціалу й активності;
- уміння визначати і правильно розуміти своє місце в педагогічній діяльності [10].

Показниками *регулятивно-настановного критерію* підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності можна вважати:

- прагнення до успіху в педагогічній роботі;
- наявність вольових якостей, а також знань і вмінь із саморегуляції;
- сформованість рефлексивних умінь [10].

Показниками *мотиваційно-конантивного критерію* підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності обрано:

- мотивацію професійно-педагогічної діяльності;
- розвинену емпатію;
- розвинене педагогічного мислення;
- усвідомлення соціальної значущості педагогічної роботи;
- настанову на саморозвиток і самовдосконалення [10].

При підготовці майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності та попередження шкідливих звичок у учнів слід використовувати компетентнісний підхід.

Застосування компетентнісного підходу в освіті, на думку І. Матійківа, передбачає:

- переорієнтацію з процесу на результат освіти в діяльнісному вимірі;
- підсилення практичної спрямованості процесу навчання, особливо предметно-професійного аспекту;
- визнання великої ролі досвіду;
- уміння реалізовувати знання в практичній площині;

- акцентування уваги на якісних результатах процесу навчання не як суми знань, а як здатності педагога творчо вирішувати та розв'язувати життєві й професійні завдання, а також нестандартно діяти в різних ситуаціях;
- забезпечення ефективної роботи механізмів загальної та професійної самореалізації;
- урахування мотивації, динаміки самовдосконалення [32, с. 47].

Відповідно до нової освітньої парадигми, компетентнісний підхід є методологічною основою професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі, що орієнтований на формування вчителя фізичної культури, який володіє ключовими компетентностями професійної діяльності, та розвиток у студентів здібностей до навчання, самовизначення, самоактуалізації, соціалізації та індивідуальності.

Реалізація компетентнісного підходу передбачає трансформацію парадигми вищої професійної освіти в компетентнісну. Це означає зміну мети, цінностей, результатів освітнього процесу. Поняття «знання», «уміння» та «навички» необхідно замінити сукупністю компетенцій, що відповідають умовам майбутньої професійної діяльності. Роль викладача полягає в супроводі та підтримці діяльності студента, проектуванні його особистісно-орієнтованої траєкторії розвитку, упровадженні методів навчання та виховання на компетентнісній основі, реалізації різноманітних форм спілкування, застосуванні альтернативних оцінних систем, створенні освітньо-виховного середовища, що формує ключові компетенції (викладач – консультант, – модератор, – тьютор, – фасилітатор, – тренер).

Методи та технології компетентнісного підходу передбачають зміну позиції студента: від об'єкта педагогічного впливу, що пасивно сприймає знання, уміння та навички, до активного суб'єкта освітнього процесу, який активно взаємодіє з усіма учасниками освітнього процесу та проектує траєкторію власного професійного розвитку (методи проектів, контекстне навчання, організаційно-діяльні ігри, дидактичні завдання, технологічні карти,

моделювання технологічних процесів, інтерактивні та імітаційні ігри, психолого-педагогічні тренінги) [3].

Ефективне використання здоров'язберігаючих педагогічних технологій передбачає застосування особистісно орієнтованого підходу до підготовки вчителів фізичної культури. Особистісно-орієнтований підхід сприяє залученню студента до активної діяльності. Розвиток пізнавальної активності, самодіяльності, формування здатності до самоуправління залежить від викладача, що повинен урахувати індивідуальні можливості студентів, використовувати диференційований підхід, особистісно-орієнтовані технології навчання студентів [3].

Можна порівняти традиційне і особистісно орієнтоване навчання, що дозволить нам виявити характерні особливості протилежних підходів до організації та проведення навчальних занять.

Таблиця 3.1

Традиційний навчання	Особистісно-орієнтоване навчання
Навчає встановленій сумі знань, умінь і навичок.	Сприяє ефективному накопиченню свого власного особистого досвіду.
Розподіляє навчальні завдання, форму роботи і демонструє їм зразок правильного виконання завдань.	Пропонує на вибір різні навчальні завдання і форми роботи, заохочує до самостійного пошуку шляхів рішень цих завдань.
Намагається зацікавити у тому навчальному матеріалі, який пропонує сам викладач.	Прагне виявити реальні інтереси студентів і узгодити з ними підбір і організацію навчального матеріалу.
Здійснює планування навчальної діяльності за встановленими зразками.	Допомагає самостійно спланувати свою навчальну діяльність.
Оцінює результати роботи, помічаючи і виправляючи допущені помилки.	Заохочує самостійно оцінювати результати їх роботи і виправляти допущені помилки.
Визначає правила поведінки і стежить за їх виконанням.	Вчить самостійно виробляти правила поведінки і контролювати їх виконання.
Дозволяє виникати міжособистісним конфліктам: заохочує правих і карає винних.	Спонукає обговорювати виникаючі конфліктні ситуації і самостійно шукати шляхи їх вирішення.

Вивчення досвіду підготовки майбутніх учителів фізичної культури в зарубіжних країнах засвідчує, що частка практичного навчання складає від 30 % до 70 %. Саме тому підготовка конкурентоспроможного фахівця в галузі фізичного виховання обов'язково має передбачати практико-орієнтований підхід.

Дослідники розглядають практико-орієнтований підхід до професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури як основний засіб професіоналізації майбутніх педагогів, який дає змогу здійснити змістову переорієнтацію від «декларованих» (що) до «процедурних» (для чого і чому) знань через створення продуктивних ситуацій, що імітують професійні проблеми, та спрямований на інтеграцію теоретичних і практичних компонентів професійної підготовки [33, с. 243].

Принципами реалізації цього підходу є:

- мотиваційне забезпечення навчального процесу;
- зв'язок навчання з практикою;
- свідомість і активність студентів у навчанні [3].

Отже, сутність практико-орієнтованого навчання полягає в набутті нових знань і формуванні практичного досвіду їх використання під час вирішення завдань і проблем у професійній сфері.

Упровадження практико-орієнтованого підходу до професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі вимагає розробки та використання таких технологій навчання:

- *інтерактивного навчання*: дидактичних, рольових, ділових ігор, тренінгів розвитку та креативності, методів проектів, аналізу нестандартних ситуацій, орієнтованих на актуалізацію професійно-особистісного потенціалу, соціально-професійний розвиток особистості, узагальнення знань, умінь, компетентностей, компетенцій, забезпечення суб'єкт-суб'єктної взаємодії всіх учасників освітнього процесу;

- *контекстно-компетентнісного навчання*: семінарів, дискусій, групових лабораторно-практичних занять, аналізу конкретних виробничих ситуацій, що моделюють умови професійної діяльності;
- *саморегульованого навчання*: діалогових методик, методу case-study, позиційних дискусій, рефлексивних ігор, спрямованих на розвиток у студентів здібностей до самостійного набуття компетенцій стосовно самоуправління, самоорганізації, рефлексії і самоконтролю.

3.2. Система підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в умовах педагогічного закладу вищої освіти

А. Турчак у статті «Дослідно-експериментальна робота з попередження шкідливих звичок у школярів засобами фізичної культури (на прикладі вживання алкогольних напоїв учнями старшого підліткового віку)» аналізує роботу з попередження шкідливих звичок у старшокласників засобами фізичної культури та надає методичні рекомендації педагогам щодо формування здорового способу життя підростаючого покоління [51].

Для визначення ефективності профілактично-виховного впливу і рівня сформованості негативного ставлення старших підлітків до вживання алкогольних напоїв засобами фізичної культури в якості показників використовуються такі критерії:

- знання про алкоголь, його згубний вплив на організм, що розвивається, і здоровий спосіб життя кожної особистості;
- уміння учнів знайти правильне рішення в ситуаціях, що змушують до вживання спиртних напоїв;
- прагнення старших підлітків до систематичних занять фізичними вправами;
- стійкі антиалкогольні переконання і негативне ставлення до пияцтва та алкоголізму [51].

В результаті регулярних занять фізичними вправами у школярів формуються навички здорового способу життя, покращуються спортивно-технічні показники і, що дуже важливо, значно підвищується самооцінка.

Крім того, А. Турчак робить висновок, що у процесі дослідницько-експериментальної роботи в учнів відбулися помітні якісні зміни по відношенню до вживання спиртних напоїв. У більшості з них сформувалися нові погляди, тверезості, здоров'язберігаючі настанови з наступним їхнім втіленням у фізкультурно-оздоровчу та спортивно-масову діяльність і активну антиалкогольну пропаганду [51]. У старших підлітків цих класів яскраво проявлялися риси громадянської зрілості, спостерігалось відповідальне ставлення до навчання, стало більш виразним прагнення бути корисним шкільному колективу, і, що дуже важливо, активізувалася самостійна робота з формування у себе позитивних якостей, необхідних для майбутнього життя.

Старші підлітки часто виступали ініціаторами й організаторами різноманітних класних і загальношкільних заходів, охоче долучалися до фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи, більш насичено планували навчальний режим дня, вільний час та самостійні заняття. Крім того, в учнів старшого підліткового віку експериментальних класів спостерігалися якісні зміни по відношенню до здорового способу життя, розвитку особистісних морально-вольових якостей, мотивації фізичного вдосконалення, формуванню негативного ставлення до різних інших зловживань.

Ефективність антиалкогольного виховання, спрямована на попередження у старших підлітків пияцтва та алкоголізму засобами фізичної культури, підвищується за умови оволодіння учнями знаннями про здоровий спосіб життя, згубний вплив шкідливих речовин на організм, що розвивається, і активно використовують їх у процесі занять фізичною культурою та спортом.

Такі знання і особистісні настанови дозволяють сформувати в учнів старшого підліткового віку стійкі моральні погляди та переконання, правильно спланувати свій режим дня, більше уваги приділяти власному здоров'ю, ефективніше використовувати вільний час для самостійних занять фізкультурно-

спортивною діяльністю, знаходити в ній соціально значимі мотиви і способи самоствердження, займати активну життєву позицію виробити у собі нетерпиме ставлення до різних зловживань і їхнього прояву в учнівському колективі [51]. При цьому важливе значення відіграють сформовані у процесі занять фізичними вправами уміння учнів знайти правильне рішення в життєвих ситуаціях, що спонукають до вживання шкідливих речовин. Тут вирішальну роль відіграє висока свідомість школярів, певний моральний імунітет до різних зловживань, сила волі і повага до себе як творчої особистості, сформованої у процесі суспільно-корисної фізкультурно-спортивної діяльності, що має особистісно значимий зміст.

Дослідники стверджують, що існують три етапи формування в учнів негативного ставлення до шкідливих звичок у процесі занять фізичною культурою:

1. Формування понять і системи знань про негативне ставлення до різних зловживань та усвідомлення власного здоров'я як найважливішої соціальної цінності.
2. Формування відповідних суджень, оцінок, вироблення емоційного ставлення до неприйняття нікотину, алкоголю, наркотиків та інших токсинів.
3. Формування переконань і особистісної позиції у ставленні до занять фізичною культурою, здорового способу життя, а також інших зловживань [56].

У науково-методичній літературі запропоновано рекомендації щодо покращення підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів:

- майбутні вчителі фізичної культури мають володіти не окремими розрізненими знаннями про згубний вплив шкідливих речовин, а системою наукових знань у тісному зв'язку з практичною особистісно значимою діяльністю;

- практична діяльність, запропонована педагогом учням, повинна виключати його залучення до вживання алкоголем, нікотином, наркотиками та іншими токсинами;
- при формуванні імунітету до вживання шкідливих речовин провідну роль варто відводити вихованню соціально значимих мотивів фізкультурно-спортивної діяльності і оволодінню ними системою знань про здоровий спосіб життя;
- різноманітні форми, методи, прийоми і засоби профілактично-виховного впливу мають послідовно знайомити школярів із шкідливими наслідками тютюнопаління, пияцтва, алкоголізму, наркоманії та токсикоманії;
- для підвищення ефективності профілактики шкідливих звичок у шкільному середовищі засобами фізичної культури необхідно поєднувати секційну роботу з регулярними самостійними заняттями фізичними вправами;
- профілактика шкідливих звичок має стати невід'ємною частиною цілісного навчально-виховного процесу. Її основу становить комплексний вплив на свідомість, відчуття і поведінку учнів, на формування здорового способу життя, виховання в учнів внутрішньої потреби у моральному і фізичному самовдосконаленні;
- у процесі дослідження встановлено, що більшість вчителів фізичної культури не володіють методикою попередження і викорінення вживання школярами шкідливих речовин засобами фізичного виховання. Це засвідчує, що у вищих педагогічних навчальних закладах мало уваги приділяється навчанню студентів відповідним методикам. У зв'язку з цим необхідно розширити навчальні плани і ввести до програм дисциплін «Загальна педагогіка», «Методика виховної роботи», «Теорія і методика фізичного виховання» тему «Попередження шкідливих звичок учнів засобами фізичної культури»;
- школа повинна диференційовано підходити до педагогічної просвіти батьків учнів, які мають шкідливі звички. Особливу увагу слід звернути на

залучення до всіх профілактично-виховних заходів батьків із неблагополучних сімей, у яких створюються передумови до різноманітних зловживань і соціальної деградації особистості [56].

На практичних заняттях студентам необхідно пропонувати обговорити та надати власне тлумачення таких понять, як: «здоров'я», «здоровий спосіб життя», «відповідальне ставлення до здоров'я» та ін. У визначенні поняття «здоров'я» студенти мають акцентувати увагу на тому, що, на їх думку, здоров'я – це фундаментальна потреба і право людини; це загальнолюдська й індивідуальна цінність; це процес, здатність і результат, яким є стан повного благополуччя в усіх сферах життєдіяльності; це системна якість, що характеризує цілісність людського буття і передбачає набуття особистістю життєвої компетентності, складова частина якої є вміння здійснювати контроль за чинниками здоров'я [14].

Для підвищення рівня продуктивності навчальної роботи слід проводити тренінги, які створюють можливості для самостійного напрацювання певної позиції учасника шляхом його активної участі в процесі керованої групової взаємодії. Необхідно значну увагу приділяти проведенню ділових ігор. Так, перед проведенням ділової гри «Актуальні проблеми формування здорового способу життя учнівської молоді» студенти можна запропонувати провести анкетування серед учнів старших класів щодо наявності у них шкідливих звичок, їх впливу на здоров'я (Додаток А). Студенти отримують завдання підготувати повідомлення на тему «Складові здоров'я та здорового способу життя» в схемах та таблицях і розробляють рекомендації щодо здорового способу життя [14].

Групу студентів з метою залучення до роботи всіх учасників та активізації їхньої роботи можна поділити на малі групи. Кожній групі слід запропонувати здійснити розподіл ролей: «спікер» – керівник групи (слідкує за регламентом під час обговорення, зачитує завдання та визначає доповідача), «секретар» (веде записи результатів роботи та допомагає при підведенні підсумків), «посередник» (стежить за часом і заохочує групу до роботи), «доповідач» (висловлює думку групи та доповідає про результати її роботи).

Групам потрібно запропонувати визначити негативні чинники впливу на здоров'я людини та класифікувати їх на соціальні, економічні, політичні й культурні. «Доповідачі» кожної з чотирьох малих груп на ватманах, які були прикріплені на стіні, за кілька хвилин виклали підготовлені їхньою групою відповіді. Найчастіше такими негативними чинниками студенти визначають такі:

- недостатність коштів, кризу у всіх сферах життя суспільства;
- відсутність можливості працевлаштуватися;
- поляризація суспільства.

Студенти акцентують увагу на тому, що формуванню негативних звичок також сприяє реклама алкогольних напоїв і тютюнових виробів. Необхідно відмітити кращі моменти у виступах кожного з «доповідачів»: те, що важливим для учнів є особистий позитивний приклад учителя фізичної культури, розширення власного світогляду школярів, їх освіченості про зміцнення та збереження власного здоров'я. Також слід вказувати на те, що для активізації інтересу до здорового способу життя серед учнівської молоді можна проводити конкурси у школі «Найздоровіший клас», олімпіади з теорії здоров'я, різні фізкультурно-оздоровчі заходи із залученням батьків учнів.

Також можна порадити значну увагу приділити проведенню конкурсу студентських наукових робіт на тему «Молодь за здорову націю». Метою цього конкурсу є активізація науково-дослідної роботи студентів, пошук обдарованої студентської молоді та створення умов для її творчого зростання, формування професійної компетентності майбутніх учителів фізичної культури та виявлення рівня їх теоретичної й практичної підготовки до роботи в школі [14].

Висновки до третього розділу

При підготовці майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності та попередження шкідливих звичок у учнів слід використовувати науково обґрунтовані підходи:

- *акмеологічний* (сформованість стилю самоактуалізації, розвиток творчого потенціалу й активності, прагнення до успіху в педагогічній діяльності, наявність волевих якостей, знань і вмінь саморегуляції, розвиненість емпатії; наявність педагогічного мислення, усвідомлення значущості педагогічної діяльності);
- *компетентнісний* (підсилення практичної спрямованості навчання, підкреслення ролі досвіду, умінь реалізовувати знання в практичній площині, акцентування уваги на якісних результатах процесу навчання не як суми знань, а як здатності педагога творчо розв'язувати життєві й професійні завдання, нестандартно діяти в різних ситуаціях);
- *особистісно орієнтований* (залучення студента до активної діяльності, підвищення пізнавальної активності, самодіяльності, формування здатності до самоуправління, врахування індивідуальних можливостей студентів);
- *практико орієнтований* (професіоналізація майбутніх педагогів через створення продуктивних ситуацій, що імітують професійні проблеми, спрямовання на інтеграцію теоретичних і практичних компонентів професійної підготовки, мотиваційне забезпечення навчального процесу, зв'язок навчання з практикою, свідомість і активність студентів у навчанні).

В якості показників визначення ефективності профілактично-виховного впливу і рівня сформованості негативного ставлення учнів до шкідливих звичок використовуються такі критерії:

- інформація про згубний вплив шкідливих звичок на організм;
- уміння учнів знайти правильне рішення в складних життєвих ситуаціях, пов'язаних із вживанням алкоголю, ПАР;

- прагнення учнів до систематичних занять фізичними вправами;
- стійкі переконання і негативне ставлення до тютюнопаління та пияцтва.

Можна говорити про три етапи формування в учнів негативного ставлення до шкідливих звичок у процесі занять фізичною культурою:

1. Формування понять і системи знань про негативне ставлення до різних зловживань та усвідомлення власного здоров'я як найважливішої соціальної цінності.
2. Формування відповідних суджень, оцінок, вироблення емоційного ставлення до неприйняття нікотину, алкоголю, наркотиків та інших токсинів.
3. Формування переконань і особистісної позиції у ставленні до занять фізичною культурою, здорового способу життя, а також інших зловживань.

ВИСНОВКИ

Під час виконання магістерської роботи ми дійшли до певних висновків.

Можна стверджувати, що усвідомлене та правильно зрозуміле сприйняття цінностей здоров'я і здорового способу життя виступає значущим і провідним фактором як формування особистості, так і розвитку всього суспільства.

Поняття «фізична культура» дослідниками визначається як частина загальної культури суспільства, що включає систему фізичного виховання, а також спеціальні наукові знання, необхідні для розвитку фізичних здібностей людини.

Поняття «фізичне виховання» тлумачиться як соціально-педагогічний процес, спрямований на зміцнення здоров'я, загартування організму дитини, а також гармонійний розвиток форм і фізичних можливостей людини з обов'язковим формуванням життєво важливих рухових умінь і навичок.

Термін «шкідливі звички» у психолог-педагогічній літературі здебільшого пов'язують із проблемами вживання ПАР. У психологічному словнику термін «шкідливі звички» трактується як схильність до будь-чого, що негативно впливає на психіку і поведінку особистості.

Педагогічна робота з попередження шкідливих звичок у учнів напряду пов'язана з формуванням здорового способу життя підростаючого покоління. Здоровий спосіб життя – це сукупність ціннісних орієнтацій та установок, звичок, режиму і темпу життя, спрямованих на збереження, зміцнення, формування, відтворення здоров'я в процесі навчання, виховання, спілкування, праці і відпочинку і передачі його у майбутньому.

Також ми зробили висновок, що на 50 % здоров'я залежить від самої людини, і від того, який спосіб життя вона веде. Саме тому навчання фізичній культурі в школі набуває такого великого значення.

Ми визначили та схарактеризували такі дидактичні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до попередження шкідливих звичок у учнів:

- використання здоров'язберігаючих технологій;

- використання інтерактивних форм навчання;
- систематичність педагогічних дій.

Фізкультурна освіта – це галузь педагогічної науки і напрямок у фізичному вихованні, який полягає у створенні сукупності життєво необхідних умінь і навичок учнів, а також засвоєнні спеціальних теоретико-методичних знань про закономірності фізичного вдосконалення й оздоровлення людини.

Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів нерозривно пов'язана з поняттям «формування готовності» до такого виду діяльності в галузі освіти.

Дослідники визначають поняття «готовність майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів» як:

- цілісний стан особистості, що вражає якісні характеристики її спрямованості, свідомості, професійної позиції, іміджу, рівня оволодіння професійно-педагогічними діями;
- інтегративне утворення особистості, що має системну організацію, складну, багаторівневу структуру.

У структурі готовності майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів можна виокремити такі складові компоненти: фізичний, мотиваційний, когнітивний, практичний (операційно-діяльнісний) і рефлексивний.

При підготовці майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності та попередження шкідливих звичок у учнів слід використовувати науково обґрунтовані підходи:

- *акмеологічний* (сформованість стилю самоактуалізації, розвиток творчого потенціалу й активності, прагнення до успіху в педагогічній діяльності, наявність вольових якостей, знань і вмінь саморегуляції, розвиненість емпатії; наявність педагогічного мислення, усвідомлення значущості педагогічної діяльності);
- *компетентнісний* (підсилення практичної спрямованості навчання, підкреслення ролі досвіду, умінь реалізовувати знання в практичній

площині, акцентування уваги на якісних результатах процесу навчання не як суми знань, а як здатності педагога творчо розв'язувати життєві й професійні завдання, нестандартно діяти в різних ситуаціях);

- *особистісно орієнтований* (залучення студента до активної діяльності, підвищення пізнавальної активності, самодіяльності, формування здатності до самоуправління, врахування індивідуальних можливостей студентів);
- *практико орієнтований* (професіоналізація майбутніх педагогів через створення продуктивних ситуацій, що імітують професійні проблеми, спрямовання на інтеграцію теоретичних і практичних компонентів професійної підготовки, мотиваційне забезпечення навчального процесу, зв'язок навчання з практикою, свідомість і активність студентів у навчанні).

В якості показників визначення ефективності профілактично-виховного впливу і рівня сформованості негативного ставлення учнів до шкідливих звичок використовуються такі критерії:

- інформація про згубний вплив шкідливих звичок на організм;
- уміння учнів знайти правильне рішення в складних життєвих ситуаціях, пов'язаних із вживанням алкоголю, ПАР;
- прагнення учнів до систематичних занять фізичними вправами;
- стійкі переконання і негативне ставлення до тютюнопаління та пияцтва.

Можна говорити про три етапи формування в учнів негативного ставлення до шкідливих звичок у процесі занять фізичною культурою:

1. Формування понять і системи знань про негативне ставлення до різних зловживань та усвідомлення власного здоров'я як найважливішої соціальної цінності.
2. Формування відповідних суджень, оцінок, вироблення емоційного ставлення до неприйняття нікотину, алкоголю, наркотиків та інших токсинів.

3. Формування переконань і особистісної позиції у ставленні до занять фізичною культурою, здорового способу життя, а також інших зловживань.

Отже, можна зробити висновок, що поставлені в магістерській роботі завдання виконано, її мету досягнуто.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксьонова О. П. Нова фізична культура : система методів навчання. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2011. № 3. С. 25–35.
2. Безверхня Г. В., Маєвський М. І. Формування ціннісних орієнтацій в процесі фізичного виховання студентів. URL: <https://sportpedagogy.org.ua/html>journal>.
3. Безкопильний О. О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі : теорія та методика : монографія. Черкаси. ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2020. 552 с.
4. Борисенко А. У режимі продовженого дня. *Фізичне виховання в школі*. 1997. № 1. С. 31–35.
5. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 8. С. 3–6.
6. Використання здоров'язбережувальних технологій в сучасних освітніх закладах. URL: <https://vi.nmc.dsns.gov.ua>.
7. Волкова Н. П. Професійно-педагогічна комунікація : навч. посіб. Київ : Академія, 2006. 256 с.
8. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 376 с.
9. Гуменюк С. В. Критерії, показники та рівні сформованості продуктивного педагогічного мислення майбутніх учителів фізичної культури. URL: <https://stream/lib/3497/1/>.
10. Гурін Р. С., Яцій О. М. Критерії та показники підготовленості майбутніх учителів до професійної діяльності : акмеологічний аспект. URL: https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/32372/Hurin_Yatsii.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
11. Джуринський П. Б. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної роботи з учнями середнього шкільного віку. URL: <https://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/13745/1/Djurinskii.pdf>.

12. Дидактичні умови формування предметної компетентності. URL: https://studopedia.com.ua/1_242836_didaktichni-umovi-formuvannya-predmetnoi-kompetentnosti-starshoklasnikiv-u-protsesi-vivchennya-predmetiv-fiziko-matematichnogo-tsiklu.html.
13. Дисертація – науковий портал. URL: <https://nauka.udpu.edu.ua/dysertatsiya-32/>.
14. Дручик В. Д. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'язберігаючих технологій у старшій школі : дис. ... канд. пед. наук. URL: https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/D_26.053.01/dis_Druchik.pdf.
15. Євтух М. Б., Скорик Т. В. Акмеологічний підхід до становлення професійної успішності майбутнього вчителя. URL: <https://erpub.chnpu.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/7133/1/>.
16. Єременко О. Є. Використання здоров'язберігаючих технологій на уроках фізичної культури та в позаурочний час. URL: <https://www.fastiv-liceum.edukit.kiev.ua>.
17. Жирун О.А. Педагогічна комунікація в аспекті професійної ідентичності *Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут»*. Серія : Філософія. Психологія. Педагогіка. 2010. № 1. С. 100–104.
18. Закон України : Про вищу освіту : 2014 р., № 37–38. *Відомості Верховної Ради України*. Ст. 2004. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18/conv/page>.
19. Здоров'язберігаючі освітні технології як умова формування культури здоров'я школярів. URL: <https://msn.khnu.km.ua.>mod>view>.
20. Інноваційні технології на уроках фізичної культури. URL: https://mmk.edu.vn.ua>images>articles>fizichna_cultura.
21. Інтерактивні технології в особистісно зорієнтованій освіті. URL: <https://ru.osvita.ua>method>technol>.

22. Канін Д. І. Шляхи попередження шкідливих звичок учнів у роботі вчителя фізичної культури. *Педагогічне Криворіжжя : педагогічний альманах*. Кривий Ріг, 2022. Вип. 8. С. 22–23.
23. Канішевська Л. В. Теоретико-методичні аспекти профілактики шкідливих звичок в учнів 5-6 класів шкіл-інтернатів : монографія. Київ : [б.в.], 2017. 401 с.
24. Карасевич С. А. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-спортивної діяльності у закладах загальної середньої освіти : монографія. Умань : [б.в.], 2018. 204 с.
25. Кафедра педагогіки : історія та сьогодення. URL: <https://kdpu.edu.ua/pedahohiky/zahalna-informatsiia/pro-kafedru.html>.
26. Кафедра фізичної культури та методики її викладання. URL: <https://kdpu.edu.ua/fizychnoi-kultury-ta-metodyky-ii-vykladannia/zahalna-informatsiia/pro-kafedru.html>.
27. Кладікова І. І, Жиденко А. О. Роль вчителя фізичної культури у формуванні і підтримці здоров'я учнів. URL: [https://visnyk.chnpu.edu.ua > uploads > 2021/11](https://visnyk.chnpu.edu.ua/uploads/2021/11).
28. Коцур Н. І. Основи здоров'я учнів основної школи : навч. метод. посіб. Переяслав-Хмельницький : [б.в.], 2016. 333 с.
29. Кремінь В. Г. Освіта в структурі цивілізаційних змін. *Науковий вісник Миколаїв. держ. ун-ту ім. В. Сухомлинського. Серія : Педагогічні науки*. Миколаїв. 2011. Вип. 1.33. С. 6–9.
30. Кузьмінський А. І. Педагогіка вищої школи : навч. посіб. Київ : Знання, 2005. 486 с.
31. Лящук О., Супрун М. Шкідливі звички : фактори та умови їх формування. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/719993/1/Шкідливі%20звички>.
32. Матійків І. М. Компетентнісний підхід до професійної підготовки майбутніх фахівців. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2006. № 3. С. 44–53.

33. Матюшенко Н. В. Практико-орієнтована підготовка майбутніх учителів гуманітарного профілю засобами продуктивних технологій. *Наука і освіта*. 2014. № 5. С. 242–248.
34. Мацола Н., Фартушок Л. Фізична культура в процесі формування всебічно розвинутої особистості. URL: <https://dspu.edu.ua/hsci/wp-content/uploads/2017/12>.
35. Мінчук І. Формування позитивного ставлення підлітків до власного здоров'я. *Здоров'я та фізична культура*. 2010. № 32. С. 17–18.
36. Неділько В. П. Шляхи покращення здоров'я школярів. *Гігієна населених місць*. Київ. 2004. Вип. 44. 546 с.
37. Оздоровча спрямованість уроків фізичної культури : з досвіду роботи В. П. Руденка. URL: <https://dnvcpprmgz.org.ua/all/files>.
38. Остапенко Г. О. Структурні компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи. URL: <https://web.znu.edu.ua/herald/issues/2012/FViS-2012-1/078-85.pdf>.
39. Павлова Н. Педагогічні умови формування життєвих цінностей молодших школярів в процесі фізичного виховання. URL: https://repository.idufk.edu.ua/bitstream/39_Pavlova.
40. Педагогіка фізичної культури : навч. посіб. / за ред. : Г. П. Ковальчук. Кам'янець-Подільський : [б.в.], 2012. 424 с.
41. Педагогічний словник / за ред. : М. Д. Ярмаченка. Київ : [б.в.], 2001. 516 с.
42. Пометун О. І. Інтерактивні технології навчання : наук.-метод. посібн. Київ : [б.в.], 2004. 192 с.
43. Проніков О. Підготовка вчителя фізичної культури. Досвід та перспектива. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 1(29). С. 17–22.
44. Психологічний словник / упоряд. : В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf

45. Сундукова І. Вплив фізичної культури на розвиток ціннісного ставлення старшокласників до психічного здоров'я. URL: <https://www.publik.sk>web>Bernatova9>subor>Sundukova>.
46. Сучасний психолого-педагогічний словник / за заг. ред. : О. І. Шапран. Переяслав-Хмельницький : [б.в.], 2016. 473 с.
47. Сучасний урок: інтерактивні технології навчання. URL: <https://journal.osnova.com.ua>article>.
48. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / за ред. : Ю. Д. Бойчука. Харків : [б.в.], 2018. 724 с.
49. Танчин І. Соціологія : навч. посіб. Львів : [б.в.], 2005. 360 с.
50. Тлумачний словник-мінімум із соціальної педагогіки та соціальної роботи / упор. : Л. В. Лохвицька. Тернопіль. Мандрівець : [б.в.], 2017. 232 с.
51. Турчак А. Дослідно-експериментальна робота з попередження шкідливих звичок у школярів засобами фізичної культури. URL: <https://dspace.cuspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/679/1/>.
52. Турчак А. Особливості підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок учнів. URL: http://irbis-nbuv.gov.ua > irbis_nbuv > cgiirbis_64.
53. Турчак А. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів. URL: <https://core.ac.uk > download > pdf>.
54. Філософія-словник. URL: <https://arm.naiiau.kiev.ua>slovnyk>.
55. Філософський енциклопедичний словник / за ред. : В.Ф. Шинкарука. Київ : [б.в.], 2002. 744 с.
56. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. Тернопіль : [б.в.], 2012. 304 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Тема профілактичного заняття: «Проблема тютюнопаління та способи її вирішення»

Цілі практичного заняття.

У розробці практичного заняття:

- розкриваються актуальні проблеми попередження куріння тютюну;
- пропонуються механізми формування цілісної особистості підлітка, прагнення до самовдосконалення;
- викладено теоретичні та практичні аспекти навчально-просвітницької роботи з формування здорового способу життя учнів підліткового віку.

При проведенні практичного заняття основна увага приділена використанню інтерактивних методів навчання, що дозволяє сформувати в учнів уміння та навички:

- свідомого керування власною поведінкою;
- правильного вибору на користь власного здоров'я;
- прийняття відповідальних рішень.

Завдання заняття:

1. Розвивати в учнів навички свідомо керувати власною поведінкою, робити правильний вибір у житті на користь здоров'ю; приймати відповідальні рішення.
2. Інформувати школярів про негативні наслідки дії тютюну на організм людини.
3. Розвивати вміння та навички свідомого вибору здорового способу життя.
4. Навчати підлітків різних форм просвітницької роботи; допомогти отримати досвід успішної самореалізації.
5. Виховувати психологічну протидію тютюнопалінню.

Обладнання: папір, маркери, фарби; комп'ютер (перегляд відеоролика); науково-популярна літератури з проблем тютюнопаління та пропаганди здорового способу життя.

План проведення заняття:

1. Інформаційне повідомлення (5 хв.).
2. «Мозковий штурм» (5 хв.).
3. Перегляд фільму про шкоду куріння (15 хв.).
4. Робота в групах. Створення плакатів на тему: «Куріння чи здоровий спосіб життя?» (15 хв.).
5. Підведення підсумків заняття (5 хв.).

Хід проведення:

1. Інформаційне повідомлення

Здорова людина – це така людина, яка здатна життєрадісно й охоче виконувати свої соціальні обов'язки та повністю реалізувати свої фізичні й розумові здібності.

Для того, щоб зберегти здоров'я, бути успішним у житті, створити гарну сім'ю, потрібно не піддаватися впливу шкідливих звичок.

Одною з найпоширеніших із них є паління тютюну.

Паління – вдихання різних тліючих рослинних продуктів (тютюн, опіум). Паління тютюну негативно впливає на здоров'я того, хто палить, і оточуючих людей, спричиняє розвиток хвороб серця, судин, легень, шлунка. Відомо більше 60 різновидів тютюну. Його листя містить значну кількість різноманітних хімічних сполук: білки, вуглеводи, аміак, азот, нікотин, смоли, ефірні олії, миш'як, нікель, свинець, кадмій, хром.

Найбільш небезпечний нікотин. Його ознаками є запаморочення, кашель, нудота, гіркота у роті. Іноді долучаються слабкість, нездужання, блідість обличчя. Останні дослідження вчених свідчать, що максимальної шкоди завдає не нікотин, а смоли, що залишаються в легенях паління.

Чадний газ (окис вуглецю), що утворюється під час горіння тютюну, у 300 разів швидше розчиняється у крові палія, ніж кисень. Це призводить до кисневого голодування організму, від чого страждає, перш за все, серце. У тютюновому диму міститься порівняно велика кількість радіоактивних речовин, які можуть спричинити утворення ракових пухлин.

Розрізняють три стадії нікотинової залежності:

- *I стадія – епізодичне паління не більше 5 сигарет на день,*
- *II стадія – постійне паління від 5 до 15 сигарет на день;*
- *III стадія – постійне викурювання від однієї до півтори пачки на день; виробляється звичка палити натщесерце, відразу після їжі або серед ночі.*

Якими є наслідки тютюнопаління?

1. Від впливу тютюнового диму страждає, перш за все, легенева система: повітряно-дихальні шляхи і легенева тканина.
2. Деякі інгредієнти тютюнового диму розчиняються в слині і з нею потрапляють у шлунок.
3. Особливо негативно систематичне отруєння тютюновим димом впливає на діяльність серцево-судинної системи.

Опис впливу тютюнового диму на організм людини буде неповним, якщо не сказати про дуже несприятливі наслідки паління для жіночого організму, У жінок, які палять, спостерігається значно раніше згасання організму ніж у тих, які не палять. Шкіра втрачає свою еластичність і свіжість, з'являються ранні зморшки на обличчі, від яких ніякий зволожувальний крем не врятує; голос стає низьким, хрипким; додайте до цього специфічний запах із рота. Назавжди зникають жіночість, свіжість, чистота. Особливо такого негативного впливу зазнає організм дівчини.

Декілька слів необхідно сказати про пасивне паління. Курці мають дивну особливість – неповагу до всіх, хто не палить. Тютюновий дим спричиняє головний біль, нездужання, зниження працездатності, швидку втому, загострення захворювань верхніх дихальних шляхів.

Людина, яка не палить, перебуваючи в приміщенні із курцем протягом лише 1 години, по суті, кожного разу спалює по половині сигарети. Протягом кількох років здійснювалися спостереження над 200 школярами, які долучилися до цієї поганої звички, і 200 учнями, які не курять. З'ясувалося, що серед перших було в 15-20 разів більше з поганою пам'яттю, слабким фізичним станом та розумовим розвитком. Виявилось також, що на організм дівчаток нікотин

впливає значно згубніше. У них «в'яне шкіра», стає хриплим голос. У курців притупляється реакція, смакові відчуття. Людина втрачає можливість сприймати аромат квітів, трав.

2. *«Мозковий штурм».*

Зараз ви візьмете участь в обговоренні шляхом штурму-питання: «Чому тютюнопаління так поширене у сучасному світі і навіщо люди палять?»

(Усі учасники «штурму» пропонують свої ідеї. Ідеї групуються, аналізуються. На основі почутого робиться висновок).

Висновки:

Причини паління найрізноманітніші:

- ствердження свого «Я»;
- вплив друзів, знайомих, рідних, реклами;
- прагнення здаватися дорослим або сподобатися комусь.

Чому паління так поширене у сучасному світі і навіщо люди палять?

Ми живемо у складному світі, який постійно випробовує нас на міцність. Здорова, сильна духом людина розуміє, що життя – це боротьба, і по-філософському ставиться до тимчасових труднощів. Емоційно слаба і духовно незріла людина панікує перед проблемами, відчуває тривогу, невпевненість, а тютюн, як і алкоголь, і наркотики, є універсальними засобами зняти цю напругу. Але мінусом є те, що така людина не задумується про шкідливі наслідки куріння.

3. *Перегляд фільму про шкоду куріння для людини.*

Пропонується переглянути короткометражний (10 хв.) фільм «Таємниця тютюнового диму» у якому йдеться про вплив куріння на здоров'я людини. Після перегляду відеоролика, учні разом з доповідачем обговорюють побачене та підводять підсумки.

4. *Творча робота в групах. Створення плакату в групах на тему: «Куріння чи здоров'я?».*

Учасникам пропонується об'єднатися в групи (2 групи).

Завдання для груп: створити плакат на тему: «Курити чи бути здоровим?», використовуючи плакат, фарби, олівці та маркери.

Презентація створених учнівських плакатів та їх обговорення

Зразки плакатів:



5. Підведення підсумків навчального заняття.

Учасникам пропонується дати відповідь на запитання:

1. Якою ви бачите свою власну роль у вирішенні проблеми тютюнопаління та збереженні власного здоров'я?
2. Які знання ви отримали сьогодні?
3. Як ці знання ви зможете використати у власному житті?

Всі учасники відповідають на запитання.

Підсумки:

Вирішувати питання збереження власного здоров'я повинна сама людина через розуміння нею шляхів формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я, а також завдяки дотриманню здорового способу життя.

Майбутнє нашого суспільства – за здоровою нацією та здоровими людьми, адже лише фізично й духовно здорова людина здатна творити і приносити користь людям.

Найдорожче в житті – це саме життя. Все у наших руках, вам робити вибір у цьому складному житті: бути здоровим і щасливим, чи хворим і нещасним.

Додаток Б

Анкета для студентів педагогічних закладів вищої освіти

1. *Чи доцільно, на Вашу думку, здійснювати підготовку майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'язбережувальних технологій у старшій школі?*
 - а) так, доцільно;
 - б) ні, не доцільно;
 - в) важко відповісти.

2. *Чи поділяєте Ви точку зору про те, що здоров'язбережувальні технології є засобом організації послідовних дій у навчально-виховному процесі, реалізації освітніх програм на основі всебічного урахування індивідуального здоров'я учнів, особливостей їх вікового, фізичного та психічного розвитку?*
 - а) так, поділяю;
 - б) ні, не поділяю;
 - в) важко відповісти.

3. *Наскільки Ви володієте знаннями про мету та завдання здоров'язбережувальних технологій у старшій школі?*
 - а) повністю володію;
 - б) частково володію;
 - в) не володію;
 - г) важко відповісти.

4. *Наскільки Ви володієте знаннями про зміст здоров'язбережувальних технологій, які впроваджуються у роботу зі старшокласниками?*
 - а) повністю володію;
 - б) частково володію;
 - в) не володію;
 - г) важко відповісти.

5. *Наскільки Ви володієте про складові здоров'язбережувальних технологій, які впроваджуються у роботу зі старшокласниками?*
 - а) повністю володію;

- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

6. *Наскільки Ви володієте знаннями про класифікацію здоров'язбережувальних технологій за характером і напрямом діяльності?*

- а) повністю володію;
- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

7. *Наскільки Ви володієте знаннями про розподіл здоров'язбережувальних технологій за характером діяльності на окремі (вузькоспеціалізовані) та комплексні (інтегровані) технології?*

- а) повністю володію;
- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

8. *Наскільки Ви володієте знаннями про структурні компоненти комплексних здоров'язбережувальних технологій: технології комплексної профілактики захворювань, корекції і реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі та валеологічні); педагогічні технології, які формують здоровий спосіб життя?*

- а) повністю володію;
- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

9. *Чи володієте Ви професійною термінологією, необхідною для впровадження здоров'язбережувальних технологій у старшій школі?*

- а) так, володію;
- б) ні, не володію;
- в) важко відповісти.

10. Чи вважаєте Ви себе підготовленим до впровадження здоров'язберезувальних технологій у роботу зі старшокласниками?

- а) так, підготовлений;
- б) ні, не підготовлений;
- в) важко відповісти.

11. Наскільки Ви володієте знаннями про особливості формування здорового способу життя старшокласників?

- а) повністю володію;
- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

12. Наскільки Ви володієте знаннями про складові здорового способу життя, якими виступають рухова активність, раціональне харчування, особиста гігієна, оптимальний режим праці та відпочинку, загартування, відмова від шкідливих звичок, організація дозвілля і активного відпочинку, оптимальні міжособистісні стосунки, додаткові заходи зміцнення здоров'я, проживання в умовах чистого навколишнього середовища?

- а) повністю володію;
- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

13. Наскільки Ви володієте вміннями та навичками організації здоров'язберезувального навчально-виховного середовища у старшій школі?

- а) повністю володію;
- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

14. Наскільки Ви володієте навичками організації і проведення фізкультурно-оздоровчих заходів зі старшокласниками?

- а) повністю володію;

- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

15. *Наскільки Ви володієте необхідними навичками написання сценаріїв фізкультурно-оздоровчих заходів, які проводяться зі старшокласниками?*

- а) повністю володію;
- б) частково володію;
- в) не володію;
- г) важко відповісти.

Публікації автора

Педагогічне Криворіжжя

2022, № 8

ISSN 2519-8424

КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ПЕДАГОГІЧНЕ КРИВОРІЖЖЯ
педагогічний альманах

Засновано 2015 р.

Випуск № 8

Кривий Ріг
2022

Засновник і видавець:
Криворізький державний педагогічний університет

Видається з квітня 2015 року

Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації
Міністерства юстиції України
серія ДП № 2087 – 825Р від 12.03.2015 р.

Рекомендовано до друку
Вченою радою Криворізького державного педагогічного університету
(протокол № 4 від 03.11.2022 р.).

Головний редактор:
Дороніна Т. О., докторка педагогічних наук, професорка, КДПУ.

Редакційна колегія:

Гаманюк В. А., докторка педагогічних наук, професорка, КДПУ; *Кучер С. Л.*, докторка педагогічних наук, доцентка, КДПУ; *Мірошник З. М.*, докторка психологічних наук, професорка, КДПУ; *Мишеніна Т. М.*, докторка педагогічних наук, доцентка, КДПУ; *Волощук І. А.*, кандидатка педагогічних наук, ст. викладачка, КДПУ; *Іванова В. В.*, кандидатка педагогічних наук, доцентка, КДПУ; *Шербина С. М.*, кандидатка педагогічних наук, доцентка, КДПУ; *Макаренко І. Є.*, кандидатка педагогічних наук, доцентка, КДПУ.

П 24 Педагогічне Криворіжжя : педагогічний альманах : збірник науково-методичних праць.
Кривий Ріг : КДПУ. 2022. Вип. 8. 120 с.

У збірнику науково-методичних праць висвітлюються теоретичні та прикладні аспекти модернізації сучасної освіти; актуальні питання розвитку освіти та виховання в Україні.

РОЗДІЛ 1

Теоретичні та практичні аспекти роботи вчителя
в сучасних умовах (Концепція НУШ)

Дороніна Т. О. Сертифікатні програми як різновид сучасної неформальної освіти.....	6
Кучер С. Л., Дяченко М. П. Система ключових цінностей як теоретична основа формування гнучких навичок сучасного педагога.....	8
Артеменко Л. І. Категорія «мислення» як складник формування математичної компетентності здобувачів освіти в процесі навчання української мови.....	10
Антоненко Л. С. Формування наскрізних умінь молодших школярів на уроках української мови.....	12
Базилевська О. О. Громадянське виховання учнів та його значення в сучасному освітньому просторі.....	13
Большаніна О. В. Малюнок з натури у практиці навчання образотворчого мистецтва.....	15
Бондарук В. О. Різні підходи до визначення поняття «творчість» у психолого-педагогічній літературі.....	16
Білоус О. С., Глазков В. В. Практичні аспекти роботи вчителя географії в сучасних умовах.....	18
Євдокімова Н. В. Формування інформаційно-цифрової компетентності учнів як однієї із ключових компетентностей Нової Української Школи.....	19
Зозуля О. І. Труднощі перекладу англійських фразових дієслів на українську мову.....	21
Кавін Д. І. Шляхи попередження шкідливих звичок учнів у роботі вчителя фізичної культури.....	22
Кульбач Л. М. Формування громадянських цінностей у старшокласників в умовах становлення нової української школи.....	24
Лучшева Н. В. Виховання толерантності як ключової цінності учня Нової української школи.....	26
Маєр Ю. В. Казкотерапія як метод роботи з учнями в умовах інклюзивної освіти Нової української школи.....	28
Монастирна Ю. В. Особливості використання нестандартних уроків у роботі з обдарованими дітьми.....	29
Олефір Н. В. Особливості психолого-педагогічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами в закладах загальної середньої освіти.....	31
Примаченко Я. Педагогічні стереотипи як типова освітня проблема.....	32
Пристаупа Я. В. Фундаментальна роль історіографії у розбудові сучасного історико-педагогічного дослідження.....	33
Стеценко Ю. С. Формування соціальної компетентності вчителів як вимога сучасної Нової української школи.....	35
Чубова А. В. Вплив учителя на емоційний стан учнів.....	36
Шевцова М. О. Педагогічні умови формування лінгвістичної компетенції учнів старшої школи під час організації позакласної роботи з іноземної мови.....	38
Шипілова В. О. Шляхи попередження та подолання булінгу в сучасній школі.....	41

з урахуванням лінгвістичних і соціальних правил, яких дотримуються носії мови, найважливіша роль належить, безумовно, лінгвістичній компетенції. Лінгвістична компетенція передбачає знання людиною словникових одиниць і його здатність правильно конструювати граматичні форми і синтаксичні побудови відповідно до норм конкретної мови.

Одним з пластів лексики сучасної англійської мови, ще не розглянутим на цей момент у світлі теорії концептуальної інтеграції, є фразові дієслова. Нагадаємо, що досі залишається невирішеним питання про мовний статус і рівневу належність цих мовних одиниць.

Фразові дієслова широко вживаються в сучасній розмовній та письмовій англійській мові і є характерними як для мови загального, так і для мови спеціального вжитку. При структурній (графічній) роздільній оформленості фразові дієслова володіють семантичною цілісністю, проте значення фразових дієслів часто не складається із значень її компонентів.

Займаючи значне місце в дієслівній лексиці сучасної англійської мови, дані одиниці є надзвичайно вживаними в мові і більш кращі в порівнянні з дієсловами латинського походження з аналогічним значенням (напр. to find out – to discover, to blow up – to explode і т.д.). Активно розвиваючись, фразові дієслова поповнюють лексичну систему англійської мови за двома напрямками: залучення все нових дієслів в освіту фразових дієслів і розвитку семантики вже створених одиниць мови. Важливим аргументом на користь вибору фразового дієслова в якості одного із засобів досягнення ідіоматичності мови, а відповідно і розвитку іншомовної комунікативної компетенції, є те, що у дієслова – організуючого центру мовної комунікації – більш ніж у якої-небудь іншої частини мови спостерігається різноманіття зв'язків з різними класами слів і, таким чином, різноманіття типів словосполучень, а також взаємозалежність значень дієслова і структури словосполучення. Проведений аналіз лінгвістичних досліджень, присвячених фразовим дієсловам, підтверджує необхідність володіння даною

підсистемою англійської лексики для ефективного спілкування: фразові дієслова є соціально значущими одиницями номінації для англомовного колективу, а також служать цілям категоризації світу – позначають дію і характер її уточнення лаконічним і ясним способом.

Навчання фразовим дієсловам англійської мови в системі, безумовно, сприяє розвитку лінгвістичної компетенції, так як: 1) вивчення фразеології дозволяє навчатися значно розширити свій словниковий запас не тільки за рахунок їх накопичення, але і за рахунок знання дефініцій і тлумачення значень фразових дієслів англійської мови; 2) знайомлячись з поняттям «фразове дієслово», отримують основи теоретичних знань про одну з підсистем англійської лексики; 3) знання диференціальних ознак фразових дієслів допомагає розпізнавати їх у тексті, відрізнити їх від вільних поєднань дієслова з прийменником або прислівником; 4) знання граматичної структури фразових дієслів дозволяє конструювати синтаксичні побудови з ними відповідно до норм мови; 5) формуються навички оперування фразовими дієсловами, що становить базу для формування мовленнєвих умінь.

У процесі вивчення фразових дієслів крім лінгвістичної розвивається і соціолінгвістична компетенція, оскільки пропонується методика формує в них уміння здійснювати вибір фразових дієслів адекватно умовам акту комунікації, тобто ситуації спілкування, цілям, намірам і функціональним ролям партнерів по спілкуванню.

Фразеологія – надзвичайно складне явище, вивчення якого потребує свого методу дослідження, а також використання даних інших наук – лексикології, граматики, стилістики, фонетики, історії мови, історії, філософії, логіки і країнознавства.

Думки лінгвістів з ряду проблем фразеології розходяться, і це цілком природно. Тим не менш, важливим завданням лінгвістів, що працюють в області фразеології, є об'єднання зусиль і знаходження точок дотику в інтересах, як теорії фразеології, так і практики викладання іноземних мов

Канін Д. І.,

магістрант кафедри педагогіки,

науковий керівник – канд. пед. наук., доцентка Іванова В. В., КДПУ,

м. Кривий Ріг

ШЛЯХИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК УЧНІВ У РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті основні причини відхилень у стані здоров'я учнів, а також пріоритетні напрямки здоров'яформувальної освіти. Автор приділяє увагу системному підходу у превентивному вихованні учнів із використанням комплексу виховних заходів, спрямованих на формування свідомого ставлення до власного здоров'я.

Ключові слова: превентивне виховання, здоров'яформувальна освіта, здоров'язберігаючі технології, системний підхід, неперервна освіта.

In the article, the main causes of deviations in the state of health of students, as well as the priority directions of health-forming education. The author pays attention to the systematic approach in preventive education of students using a set of educational measures aimed at forming a conscious attitude to one's own health.

Key words: preventive education, health-forming education, health-preserving technologies, systematic approach, continuous education.

Процеси глобалізації, інтеграції та інформатизації, які сьогодні відбуваються в нашому суспільстві, багато в чому зумовлюють нові вимоги до розробки змісту шкільної освіти. Перед майбутнім вчителем постає проблема адаптації планів та програм навчання до сучасного ритму життя, основний недолік яких полягає у безсумнівній перевазі теоретичних знань над практичними вміннями і навичками.

Часто учні не готові зробити адекватний вибір у життєвих ситуаціях, протистояти середовищу і групі, нерідко асоціальної спрямованості. Переважна більшість дітей і підлітків в Україні мають значні відхилення у стані здоров'я, близько половини – незадовільну фізичну підготовку. Критичний рівень здоров'я і фізичного розвитку учнівської молоді внаслідок зниження рухової активності при зростаючому статичному (до 72 % навчального часу!) і психоемоційному напруженні процесу навчання, впровадженні комп'ютерних технологій у повсякденний побут, несприятливих екологічних умов, зростанні антисоціальних проявів у суспільстві ставлять першорядне завдання – збереження та зміцнення здоров'я школярів, формування у них навичок здорового способу життя [2].

Одним з негативних чинників, що впливають на стан здоров'я школярів є вживання ними наркотичних речовин, до яких належать не лише суто наркотики, а й нікотин і алкоголь. На даний момент склалося тривожна ситуація у школах, про що свідчать дослідження: п'ята частина п'ятикласників виявляє схильність до куріння, а 17 % – до вживання алкоголю, у 8-х класах на куріння зорієнтована половина учнів, на алкогольні напої – 25%, слабоалкогольні (серед них пиво) – 60 %. Майже 61 % випускників вказало, що вони курять, половина вживає алкоголь, 82 % – пиво [2].

У таких складних умовах саме вчителі фізичної культури є основними дійовими особами у неперервній здоров'яформувальній освіті. Вони не тільки виконують функції вихователів, але й виступають своєрідними ідеологами формування культури здоров'я дітей та підлітків.

Навчання з використанням здоров'язберігаючих технологій передбачає систематичний комплекс

заходів, спрямованих на усвідомлення здорового способу життя як особистісної цінності, а також цінності шкільного життя, що сприяє гармонійному розвитку психофізичних здібностей учнів. Саме школа покликана забезпечувати засвоєння учнями комплексу теоретичних і практичних знань про здоровий спосіб життя.

Професійна діяльність учителя фізичної культури відрізняється від діяльності інших учителів-предметників. Уроки фізичної культури проходять у специфічних умовах емоційного та фізичного навантаження і спрямовані на формування в учнів рухових умінь та навичок, мотивації щодо збереження свого здоров'я, гармонійного фізичного і психічного розвитку. Учителю фізичної культури необхідно бути компетентним фахівцем, який професійно виконує свою справу, щоб досягти певних результатів у освітньо-виховній роботі [2].

Важливим напрямом їх професійної діяльності має бути також і навчання учнів гігієни розумової праці з метою уникнення перевантажень. Актуальними залишаються заходи щодо запобігання та протидії з боку школи шкідливим звичкам учнів – курінню, алкоголізму, вживанню наркотиків.

Систематичність педагогічних дій, як і вся профілактична робота з превентивного виховання – це комплекс заходів, спрямованих на формування свідомого ставлення до власного здоров'я, основою якого повинно бути врахування вікових та індивідуальних особливостей кожної дитини [1].

Дослідження свідчать, що в ході лекції учнями засвоюється 5 % наданої їм інформації, бесіди – 10 %, перегляду телепередач – 30%, щотижневої виховної роботи – 45%, рольової гри – 60 % [2]. Доцільно враховувати, що найбільш ефективними у процесі формування культури здоров'я кожної особистості є інтерактивні методи роботи із застосуванням елементів тренінгів, гри та оздоровчих вправ.

Ми можемо зробити висновок, що підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до виховної роботи у школі щодо формування здорового способу життя учнів та попередження шкідливих звичок мають велику соціально-педагогічну значущість.

Література

1. Кладікова І., Жиденко А. Роль вчителя фізичної культури у формуванні і підтримці здоров'я учнів. URL: <https://visnyk.chpru.edu.ua/uploads/2021/11>.
2. Турчак А. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів. URL: <https://core.ac.uk> download.