

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра педагогіки

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

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

«__» _____ 20__ р.

Реєстраційний № _____

«__» _____ 20__ р.

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
В БАЗОВІЙ СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ

Магістерська робота

студента групи: _____ ПВШМ-21
(шифр групи)

ступінь вищої освіти: _____ магістр

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

_____ Маленькова Дмитра Олександровича
(прізвище, ім'я, по-батькові)

Керівник: _____ кандидат педагогічних наук,
доцент Щербина С. М.

(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, Малецьков Дмитро Олександрович, 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 ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В БАЗОВІЙ СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ	9
1.1. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності як актуальна наукова проблема.....	9
1.2. Здоров'язбережувальна діяльність вчителя фізичної культури в базовій середній школі.....	12
1.3. Готовність до здоров'язбережувальної діяльності як мета й результат педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти.....	31
1.4. Педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності	41
Висновки до першого розділу	49
РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ СТАНУ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В БАЗОВІЙ СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЇЇ ПОЛІПШЕННЯ	52
2.1. Вивчення стану проблеми у практиці закладу вищої освіти.....	52
2.2. Методичні рекомендації щодо здійснення вчителем фізичної культури здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.....	55
Висновки до другого розділу	70
ВИСНОВКИ	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	74
ДОДАТКИ	85

ВСТУП

Актуальність теми. Здоров'я підростаючого покоління правомірно розглядається не лише як найбільша соціальна цінність, а й вирішальний чинник економічного розвитку, конкурентоспроможності держави. На сучасному етапі розвитку суспільства проблема збереження здоров'я дітей та учнівської молоді є пріоритетним напрямом діяльності держави, у контексті якого постає вимога формування у підростаючого покоління усвідомлення цінності здоров'я.

Аналіз державних документів: Національної доктрини розвитку освіти України у XXI столітті [69], Законів України «Про освіту» [41], «Про загальну середню освіту» [40], «Про вищу освіту» [39], Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [70] та ін. свідчить про те, що пріоритетним завданням системи освіти є виховання підростаючого покоління в дусі відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної й суспільної цінності. забезпечення в кожному закладі освіти гуманістичного підходу до здобувачів освіти, відповідних умов для розвитку здорової особистості.

«Необхідність підвищення рівня рухової активності школярів в умовах швидко зростаючого потоку інформації, інтенсифікації навчальної діяльності вимагає пошуку нових шляхів організації цілеспрямованої професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, що мають певні вміння і навички в організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладів загальної середньої освіти» [104, с. 223].

У сучасній освіті формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді здійснюється на основі різних підходів до організації освітнього процесу, найважливішими є: гуманістичний (М. Євтух [37], Л. Зязюн [42] та ін.); особистісно орієнтований (Т. Довга [32], А. Кузьмінський [55], О. Савченко [88] та ін.); компетентнісний (Н. Бібік [8], О. Дубасенюк [34], О. Пометун [85] та ін.

Значна роль у здоров'язбереженні підростаючого покоління та формуванні їх здорового способу життя та цінностей здоров'я належить базовій середній школі та зокрема вчителю фізичної культури.

Базова середня освіта має такі цикли, як адаптаційний (5-6 класи) та базового предметного навчання(7-9класи), що дають змогу враховувати вікові та індивідуальні особливості розвитку і потреби учнів, а також забезпечити просування індивідуальними освітніми траєкторіями.

Проблемі якісної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі присвятили свої наукові праці вітчизняні вчені: О. Безкопильний [4], А. Віндюк [16], Д. Воронін [19], Б. Джуринський [21], Є. Захаріна [16], Г. Оліфер [75], Д. Пеньковець [83], В. Сухенко [94], Л. Сущенко [95], В. Ткаченко [98], А. Турчак [100], Б. Шиян [102], О. Шукатка[104] та ін.

На думку науковців, майбутній учитель має бути підготовленим до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, що спрямована на запобігання перевтоми учнів, подолання впливу негативних факторів на психіку, настрої і їх стан здоров'я, опанування необхідними знаннями, уміннями та навичками щодо збереження та зміцнення здоров'я здобувачів освіти.

«Здоров'язбережувальна діяльність в основній школі передбачає готовність майбутніх учителів до розв'язання низки проблемних завдань. Сучасні студенти недостатньо обізнані зі змістом шкільного курсу фізичної культури, що є обов'язковою загальноосвітньою дисципліною в основній школі та особливостями застосування спеціальних знань для практичної реалізації здоров'язбережувальної діяльності» [4, с. 11].

Підготовка майбутніх учителів до професійної діяльності має відповідати сучасним викликам і реформам, узгоджуватися із затвердженим Професійним стандартом. Наказом № 2736 від 23.12.2020 Міністерства розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства затверджено професійний стандарт за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти (з

дипломом молодшого спеціаліста)» [87], в якому визначено перелік та опис загальних і професійних компетентностей учителя. До загальних компетентностей віднесені: громадянська, соціальна, культурна, лідерська та підприємницька. Перелік професійних компетентностей складають: мовно-комунікативна, предметно-методична, інформаційно-цифрова, психологічна, емоційно-етична, педагогічне партнерство, інклюзивна, здоров'язбережувальна, проектувальна, прогностична, організаційна, оцінювально-аналітична, інноваційна, рефлексивна, здатність до навчання впродовж життя.

Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури, здатних до здоров'язбережувальної діяльності, зумовлює необхідність оновлення змісту й організації освітнього процесу вищої школи відповідно до європейських і світових стандартів.

Пошук найбільш ефективних шляхів розв'язання окресленої проблеми зумовлюють необхідність підвищення ефективності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у закладах вищої освіти та вплинуло на вибір теми магістерського дослідження: **«Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі»**.

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

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та перевірці педагогічних умов підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Відповідно до поставленої мети визначено такі **завдання дослідження** :

1. висвітлити проблему підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі;

2. з'ясувати сутність ключових понять дослідження (підготовка, здоров'я, діяльність, здоров'язбережувальна діяльність, здоров'язбережувальна діяльність вчителя фізичної культури);

3. обґрунтувати педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі;

4. дослідити стан впровадження інноваційних методів навчання у фаховій підготовці майбутніх педагогів (на прикладі Криворізького державного педагогічного університету);

5. підготувати методичні рекомендації щодо здійснення вчителем фізичної культури здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Об'єкт дослідження – процес підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Предмет дослідження – педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Методи дослідження.

Методологічними підходами до підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі було визначено: компетентнісний, акмеологічний, особистісно-орієнтований, практико-орієнтований. Розкриття сучасного стану розв'язання проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі відбувалося із використанням аналітико-пошукового, термінологічного та проблемного методів дослідження. Завдяки емпіричним методам було здійснено аналіз сучасного стану готовності майбутніх вчителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Практична значущість одержаних результатів полягає в тому, що результати дослідження можуть слугувати підґрунтям для подальшої

підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Наукова новизна полягає у розкритті шляхів покращення підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі, вивченні досвіду Криворізького державного педагогічного університету у визначеному напрямі.

Джерельну базу дослідження становлять:

– державні документи якими визначено необхідність якісної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі: Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті [69], Закони України «Про освіту» [41], «Про загальну середню освіту» [40], «Про вищу освіту» [39], Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [70];

– інтерпретаційні джерела науково-теоретичного характеру (вітчизняні науково-періодичні видання, які містять публікації, що висвітлюють проблему дослідження).

Апробація результатів роботи. Матеріали дослідження було висвітлено на засіданнях кафедри педагогіки Криворізького державного педагогічного університету та обговорено на регіональному науково-практичному семінарі на тему: «Інноваційний розвиток сучасної освіти: від теорії до практики» (30 березня 2022 р. м. Кривий Ріг).

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків та загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 112 найменувань. Загальний обсяг роботи складає 99 сторінок, із них 73 сторінки основного тексту. У роботі вміщено 4 додатки (15 сторінках).

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В БАЗОВІЙ СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ

1.1. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності як актуальна наукова проблема

Проблема цілеспрямованого збереження та зміцнення здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді в складних сучасних умовах розвитку України виключно значима й актуальна.

В. Сухенко стверджує, що «інтерес до проблеми збереження здоров'я з боку вчених викликаний не тільки погіршенням фізичного, психічного і морального здоров'я молоді, але й новою ідеєю – ідеєю відродження України» [94, с. 148]

Ідеологом формування культури здоров'я, зміцнення, збереження здоров'я дітей та молоді та їх оздоровлення є вчитель базовї середньої школи і зокрема, вчитель фізичної культури.

Чимало вітчизнаних науковців (А. Бойко [11], Б. Долинський [34], О. Дубасенюк [34], Б. Євтух [37], І. Зязюн [42], Н. Ничкало [72], О. Пехота [84], О. Цокур [101]) торкалися у своїх дослідженнях проблеми підготовки майбутнього вчителя до професійної діяльності.

А. Бойко зазначає, що «підготовку педагогічних кадрів варто вважати центральною ланкою всієї системи національної освіти, оскільки саме її якістю, передовсім, визначаються перспективи країни. Через це в умовах соціально-економічних реформ найважливішим завданням є розроблення та реалізація особистісно орієнтованої моделі педагогічної освіти, розрахованої на підготовку висококваліфікованого вчителя, здатного виявляти високий професіоналізм у нових непростих умовах переходного періоду, бути конкурентоспроможним, а чим більше в учителіві учня, тим вище його професіоналізм» [11, с. 7].

Проблемі підготовки вчителя фізичної культури до професійної здоров'язбережувальної діяльності присвятили чимало наукових праць вітчизняні вчені: О. Безкопильний [4], А. Віндюк [16], Д. Воронін [19], Б. Джуринський [21], Є. Захаріна [16], Г. Оліфер [75], Д. Пеньковець [83], В. Сухенко [94], Л. Сущенко [95], В. Ткаченко [98], А. Турчак [100], Б. Шиян [102], О. Шукатка [104] та ін.

Так, А. Турчак зазначає, що «... одним із пріоритетних завдань нового етапу реформи системи освіти повинне стати збереження і зміцнення здоров'я дітей, учнів та студентів, формування у них понять цінності здоров'я і здорового способу життя. Відповідальність за вирішення даної проблеми багато в чому залежить від вчителя фізичної культури, у зв'язку з чим актуалізується завдання формування його професіоналізму як певної стратегії досягнення мети – оздоровлення нації» [100, с. 164].

В. Шукатка наголошує, що «в сучасних умовах реформування освіти до професіоналізму вчителя фізичної культури висувуються особливі вимоги з урахуванням найвищого рівня відповідальності за безпеку навчально-виховного процесу та специфіки організаційно-методичного забезпечення фізкультурно-оздоровчого середовища в школі [104, с. 223].

Л. Сущенко стверджує, що «педагогічна професія, якою є професія фахівця фізичного виховання та спорту, безпосередньо пов'язана з підвищенням культури і передбачає як показник професіоналізму наявність інтуїтивного й творчого мислення та здібностей до якісного аналізу явищ і процесів, відповідальність за загальнолюдський результат професійної діяльності» [95, с. 17].

В. Безкопильний наголошує, «що значна роль у здоров'язбереженні молодого покоління та формуванні цінності здоров'я належить загальноосвітній школі та зокрема вчителю фізичної культури, який досконало знає здоров'язбережувальні технології, різні засоби, методи й форми рухової активності та здатний формувати позитивне ставлення школярів до занять фізичною культурою й організувати їхнє здорове дозвілля. Вважаємо, що в

сучасній школі є значний потенціал для вирішення завдань, пов'язаних із збереженням здоров'я учнів, шляхом створення здоров'язбережувального освітнього середовища та формування культури здоров'я учнів» [5, с. 164].

Л. Іванова стверджує, що «у сучасних умовах важливою є розробка нових підходів до вдосконалення системи професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з метою підвищення їх конкурентоспроможності на ринку праці, готових до постійного професійного зростання, здатних не тільки займатися фізичним вихованням школярів, а й зміцнювати здоров'я учнів, які мають відхилення у його стані» [45, с. 2].

Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури у закладі вищої педагогічної освіти, як вказує Г. Олефір, є «цілісним процесом засвоєння й закріплення загальнопедагогічних і фахових знань, умінь, навичок, ознайомлення з передовим педагогічним досвідом» [75, с. 22].

Д. Пеньковець зазначає, що «з позицій сьогодення набуває особливої уваги й потребує вирішення проблема якісного формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до впровадження та реалізації методичної функції, спрямованої на формування в учнів рухових умінь і навичок із урахуванням здоров'язбережувальних технологій, забезпечення різнобічного розвитку фізичних і пов'язаних з ними психічних якостей» [83, с. 212].

А. Віндюк та Є. Захаріна зазначають, що «суспільству потрібні кваліфіковані та мобільні вчителі, які володіють не тільки професійними знаннями та вміннями, а й можуть залучити учнів до самостійних занять фізичними вправами, як у процесі навчальної роботи, так і в процесі позакласної та позашкільної оздоровчо-виховної роботи» [16, с. 22].

Б. Долинський наголошує, що у зв'язку з «різким погіршенням здоров'я підростаючого покоління, що зумовлено соціальним, економічним, екологічним станом українського суспільства на сучасному етапі. З огляду на це, одним із найважливіших завдань вищої школи є підготовка майбутніх учителів, які здатні вирішувати питання збереження здоров'я як учнів, так і свого власного. ... Особливого значення набуває модернізація освіти на принципах

демократизації та гуманізації, створення умов для всебічного розвитку інтелектуальних і професійних якостей особистості й формування високого рівня її здоров'я» [34, с. 3].

А. Турчак виділив етапи формування професіоналізму «під час підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до оздоровлення школярів:

1) етап усвідомлення проблеми стрімкого погіршення здоров'я, низького рівня культури здоров'я учнів та значущості особи вчителя фізичної культури як безумовного персоніфікованого зразка культури, зокрема, фізичної;

2) оволодіння майбутніми фахівцями оздоровчими технологіями та навичками повсякденної роботи з метою виявлення, правильної оцінки фізичних і творчих здібностей школярів, пошуку найбільш раціональних та ефективних методів оздоровлення;

3) реалізація майбутніми фахівцями отриманої підготовки на практиці у співпраці з медиками (для допомоги контролювання процесу оздоровлення) із самими учнями (здійснення оздоровлення та навчання технологіям оздоровлення) і їхніми батьками (підвищення валеологічних знань щодо оздоровлення їх дітей)» [100, с. 167].

Таким чином, духовне і національне відродження школи, вирішення завдання щодо формування соціально-активної особистості та створення сприятливих умов для формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я дітей та учнівської молоді, розвитку їхніх життєвих ресурсів, намагання зробити здоровий образ життя сутнісною характеристикою їхньої життєдіяльності актуалізує питання підготовки майбутніх вчителів фізичної культури, здатних успішно виконувати професійні завдання і обов'язки.

1.2. Здоров'язбережувальна діяльність вчителя фізичної культури в базовій середній школі

Соціальні процеси, що відбуваються в сучасному суспільстві на тлі різкого зниження якості життя та поглиблення демографічної кризи, негативно впливають на стан здоров'я населення і, насамперед, підрастаючого покоління.

Здоров'я зростаючої людини визначається комплексом різних чинників (соціально-економічних, культурологічних, медичних та ін.). Важлива роль у формуванні здоров'язберігаючої компетентності школярів належить освітнім установам.

Провідна роль у збереженні і зміцненні здоров'я учнів, забезпеченні психологічного комфорту всім учасникам освітнього процесу належить учителю фізичного виховання, який покликаний сформувавши в кожного здобувача освіти систему особистісних, регулятивних, пізнавальних та комунікативних дій, спрямованих на здоровий спосіб життя, відповідальне ставлення до власного здоров'я як людської цінності, орієнтацію на подальшу соціалізацію та психологічну адаптацію до процесу навчання, а надалі до самостійного дорослого життя та професійної діяльності.

Серед актуальних завдань, які має вирішувати сьогодні вчитель фізичної культури, пріоритет все частіше віддається здоров'язберігаючій спрямованості, персоналізації взаємодії вчителя з наявним здоров'язбережувальним потенціалом здобувачів освіти.

Звернення до історії проблеми свідчить про те, що в усі часи увагу вчених привертала проблема здоров'язберігаючого впливу школи на навчання, розвиток й становлення особистості школяра. Ще Я. Коменський, піддаючи критиці схоластичну школу, виступаючи за школу гуманності, вважав, що школа через залучення учнів до наук, через навчання моральності, благочестя виконує важливу функцію в подоланні етичного нігілізму, що виступає одним із факторів ризику. Роль учителя він вбачав у створенні освітнього середовища, яке б стимулювало розвиток природних сил дитини. На його думку, учитель повинен оберігати душі юнацтва від спокус дійсності, пробуджувати до проростання насіння вродженої моральності на основі позитивних прикладів.

Школа, вважав учений, має забезпечити умови для усвідомлення учнями законів здорового побуту, щасливого життя. Я. Коменський у праці «Велика дидактика» зазначав, що щасливий народ той, який багатий гарними школами, гарними підручниками, гарними вчителями. Тому школа не має обмежуватися

тільки повідомленням знань. Треба вчити не тільки «з життя», а й «для життя».

Дж. Локк важливим завданням школи вважав формування фізичного та духовно-морального здоров'я вихованців. Він зазначав, що відмінності між людьми пояснюються не стільки природними особливостями, скільки відмінностями в навчанні та вихованні. «Відмінності, які можна спостерігати в розумі і здібностях людей, – на його глибоке переконання, – зумовлюються не стільки природними задатками, скільки набутими звичками» [59, с. 232]. Завдання вчителя і школи він вбачав у забезпеченні психологічного й морального здоров'я вихованця. Школа має створити умови для виховання джентельмена, який має «здоровий дух у здоровому тілі», майстерного в справах, самостійно мислячого, який добре орієнтується в навколишній дійсності і вміє знаходити вихід зі скрутних ситуацій.

Здоров'язберігаючий аспект школи К. Ушинський вбачав у тому, щоб вміло, без натиску й примусу підводити учнів до успішного вирішення навчальних проблем, при цьому нікого не принижуючи, не зменшуючи їх заслуг, а заохочуючи кожне їхнє вольове зусилля, вселяючи в кожного віру в особистий успіх і перспективу творчого зростання. На його думку, класу потрібно дозволяти вільно хвилюватися, обурюватися в розумних межах, що важливо для реалізації здоров'язберігаючих функцій навчання. Він вважав, що в процесі навчання учні повинні ставити питання, вступати в діалог, сперечатися, висловлювати свою точку зору, відстоювати свою думку, активно шукати вихід з навмисно створених вчителем ситуацій.

Піклуючись про здоров'я В. Сухомлинський приділяв велику увагу руховому режиму дня. На думку вченого, у закладах освіти має проводитися планомірне і цілеспрямоване фізичне виховання особистості з включенням фізичних вправ на вироблення простих і складних видів рухової діяльності. Основні рухи розвиваються в процесі ранкової гімнастики, рухливих ігор, прогулянок, занять з фізичної культури.

В. Сухомлинський стверджував, що здоров'я вихованців залежить від колективу вчителів, який з ними працює, і від способу життя учнів,

валеологічного наповнення навчально-виховного процесу в школі. Аналізуючи навчально-педагогічну спадщину В. Сухомлинського, слід зазначити, що турбота про здоров'я учнів займала пріоритетне місце в побудові освітньо-виховного процесу Павлиської школи. Дуже важливо, що кожний момент освітньо-виховного процесу педагог розглядав крізь призму вікових та психологічних особливостей школярів.

В умовах сьогодення є актуальною проблема охорони здоров'я здобувачів освіти, його збереження та зміцнення. Успішне вирішення проблеми поєднані з пошуком нових шляхів, способів і форм організації освітньо-виховного процесу, посилення його оздоровчого впливу як на учнів, так і вчителя.

Вирішення цієї проблеми зумовлює необхідність уточнення поняттєвого апарату й конкретизацію сутності основних понять: «здоров'я», «здоров'язбереження учнів», «здоров'язбережувальна діяльність», «здоров'язбережувальна діяльність вчителя фізичної культури».

Визначення сутності поняття «здоров'я», проблеми його формування і збереження були предметом дослідження багатьох науковців. Так, здоров'я розуміється як рівень функціонування організму і психіки (Б. Братусь, К. Ясперс та ін.), особистісна зрілість (Г. Оллпорт); універсальна людська цінність (М. Амосов, Ш. Амонашвілі, І. Бех, І. Брехман, А. Маслоу та ін.).

У літературі існує багато визначень поняття «здоров'я». Уперше офіційне визначення здоров'я подав Річард Сігеріст [48] на початку 1940 р., котрий зазначив, що здоров'я – це не просто відсутність хвороб: це щось позитивне, радість життя, бадьоре сприйняття особистістю всієї відповідальності, покладеної на людину життям. Річард Сігеріст зазначав, що ми повинні сприймати здоров'я не тільки як фізичний чи душевний стан людини, але і як соціальне явище. Це надихнуло експертів Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) на визначення поняття «здоров'я» у контексті концепції Р. Сігеріста, що й було в 1946 р. прийнято як частину преамбули Статуту ВООЗ: «Здоров'я – це стан цілковитого фізичного, духовного та соціального

благополуччя людини, а не лише відсутність захворювань та фізичних дефектів» [48].

Цілком погоджуючись з цим визначенням, Т. Бондар зауважує, що сьогодні здоров'я повинно розглядатися не як відсутність хвороби, а як збереження і підтримання здоров'я, яке досягається за рахунок потенційних можливостей людини [12, с. 7].

Аналізуючи генезис філософських думок щодо сутності здоров'я і здорового способу життя, С. Омельченко та Л. Каліберда у своєму дослідженні доходять висновку, що ще філософські концепції Стародавнього світу ґрунтувалися на ототожненні фізичної та моральної краси, здоров'я і щастя, правильного способу життя та правильних думок, стану і способу існування людини; за часів Середньовіччя відбувається заміна правильного способу життя на святий спосіб життя, тобто дотримання Божих заповідей уважалося здоровим способом життя; в епоху Відродження людина визначається як частина природи, стверджується думка, що їй підвладне своє здоров'я; філософія Нового часу остаточно зарахувала людину до природного світу й довела, що сутність людини виражається крізь розум, а розум – це те, що допоможе їй піклуватися про здоров'я. У сучасній філософії, зауважують науковці, з кожним днем усе більше розвивається філософія здоров'я й здорового способу життя, виникають нові напрями цієї важливої проблеми [77].

Більш широко розглядають здоров'я Л. Лохвицька та Т. Андрющенко, визначаючи теоретико-методологічні засади формування й розвитку здорової особистості. Вчені зауважують, що *здоров'я* – це цілісний фізичний, інтелектуальний, моральний стан особистості, її морально-вольових, ціннісно-мотиваційних настанов, що сприяють підвищенню рівня функціонального стану організму в цілому [61].

Здоров'я є категорія не лише біологічна, а й глибоко соціальна і психологічна, що регулюється та керується як соціальними інститутами, так і самою особистістю. Тому збереження та зміцнення здоров'я дітей і молоді є першочерговою й нагальною потребою суспільства [78].

В. Бараболя наголошує на тому, що *здоров'я* – це складне багатопланове поняття, і розглядає це поняття з позиції його взаємозв'язку фізичних, психічних, соціальних аспектів у тісній взаємодії з довкіллям [2, с. 39].

Як бачимо, науковці по-різному трактують поняття «здоров'я», проте, всі вони зауважують, що це явище багатомірне, оскільки містить декілька компонентів. *Індивідуальне здоров'я* особистості складається із психічного, фізичного, морального, духовного, соціального, додамо, що у структурі індивідуального здоров'я особистості, на думку науковця Б. Долинського, необхідно виокремити й таку складову, як професійне здоров'я (див. схему 1.1).

Як видно зі схеми, всі складові здоров'я взаємопов'язані та взаємозумовлені. Розглянемо сутність основних складових індивідуального здоров'я особистості.

Схема 1.1



Важливою складовою індивідуального здоров'я є *психічне здоров'я*, яке насамперед виражається в астенічному й невротичному станах людини, депресії, вегето-судинній дистонії тощо.

Психічне здоров'я залежить насамперед від стану головно мозку й визначається рівнем та якістю мислення, розвитком уваги і пам'яті, ступенем емоційної усталеності, розвитком вольових якостей; характеризується відчуттям комфортності особистості в соціумі, відсутністю вад особистого розвитку, здатністю протидіяти стресу.

Особливою цінністю психічного здоров'я є такі властивості, як здатність особистості шляхом своєї діяльності формувати й зберігати в собі такі моральні якості, чуйність, здібність до захисту і збереження життя, повага до гідності іншої особистості, вміння володіти своїми пристрастями, протистояти негативним інстинктам і схильностям. Людство повинно панувати над природним, а не природне над людством. Контроль над проявом своїх емоцій забезпечує оптимальну життєдіяльність, що стає показником рівня психічного здоров'я.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (1979 р.), психічне здоров'я є певним резервом сил людини, завдяки якому вона може долати несподівані стреси чи ускладнення, що виникають у виключних обставинах; *психічне здоров'я* – стан, що сприяє найбільш повному фізичному, розумовому та емоційному розвитку людини і містить високу свідомість, розвинене мислення, значну внутрішню моральну силу.

До сфери психічного здоров'я, на думку Л. Калуська, належать індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад, збудженість, емоційність, чутливість. Психічне здоров'я індивіда складається з його потреб, інтересів, мотивів, стимулів, настанов, цілей, уявлень, почуттів тощо. Психічне здоров'я пов'язано з особливостями мислення, характеру, здібностей. Усі ці складові і чинники зумовлюють особливості індивідуальних реакцій на життєві ситуації, вірогідність стресів, афектів [46, с. 7].

Отже, *психічне здоров'я* – це сукупність настанов, якостей і функціональних здібностей людини, що дозволяє їй адаптуватися до довкілля. Психічне здоров'я утворюють позитивні емоції і почуття, воля, самосвідомість, самовиховання, мотивація поведінки, стреси, психотравми, резерви психологічних можливостей людини, запобігання шкідливим звичкам, формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь.

Іншою важливою складовою індивідуального здоров'я особистості є *фізичне здоров'я*. Вважаємо, що освітньо-виховний процес у закладах освіти повинен бути спрямований на розвиток й удосконалення фізичних, рухових якостей особистості кожного здобувача освіти.

Фізичне здоров'я – це природний стан організму, обумовлений нормальним функціонуванням усіх його органів, систем. Фізичне здоров'я – це досконалість саморегуляції в організмі, гармонія фізіологічних процесів, максимальна адаптація; це стан росту й розвитку органів і систем організму, основу якого складають морфологічні та функціональні резерви, що забезпечують адаптаційні реакції.

Виокремлюють також і соматичне здоров'я, основу якого складає біологічна програма індивідуального розвитку особистості, опосередкована базовими потребами, що домінують на різних етапах онтогенетичного розвитку.

Фізичне здоров'я визначають такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, фізіологічні функції організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівні фізичного розвитку органів і систем організму. Фізичне здоров'я складає організм людини як біологічної системи: органи і системи життєзабезпечення, їх функції та здоровий стан, фізична діяльність і біохімічні процеси, гігієна тіла, рухова активність, здорове харчування, генетичне і репродуктивне здоров'я, профілактика хвороб, фізичний розвиток.

Фізичне здоров'я школяра забезпечується позитивним ставленням до здоров'я як до загальнолюдської цінності, достатньою руховою активністю,

раціональним харчуванням, дотриманням санітарно-гігієнічних навичок, а також визнанням необхідності занять фізкультурно-оздоровчими, спортивно-ігровими вправами, що сприятимуть формуванню у них здоров'язберезувальних навичок і вмінь, зміцненню їхнього фізичного здоров'я, а також умінню організовувати здоров'язберезувальну діяльність.

Моральне здоров'я визначається тими моральними принципами, що є основою соціального життя людини, тобто життя в певному людському суспільстві. Характерними ознаками морального здоров'я, на думку С. Омельченко, є насамперед свідоме ставлення до праці, оволодіння скарбами культури, активне неприйняття вдач і звичок, що суперечать нормальному способу життя [78]. На думку вченої, під час навчання учнів перед педагогами постає важливе завдання формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь, що сприятимуть збереженню і зміцненню морального здоров'я школярів. Одним із найважливіших завдань, які сьогодні повинна вирішувати сучасна школа, є формування моральних якостей школярів, що слугуватимуть фундаментом морального здоров'я.

Дуже близьким до морального є духовне здоров'я. *Духовне здоров'я* розуміється науковцями не лише як максимальний рівень самореалізації особистості, що характеризується автономністю, почуттям прекрасного, альтруїзмом, турботою про досягнення щастя, благополуччя і здоров'я для себе й для людей, які оточують, прийняттям відповідальності за долю світу. Духовне здоров'я характеризується відчуттям гармонії, прагненням до збереження загальнолюдських цінностей, співвідношенням моральності і політики. Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, його сприйняття складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Свідомість людини, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – все це визначає стан духовного здоров'я індивіда [33].

Духовне здоров'я – це здоров'я в системі загальнолюдських цінностей, ідеал здорової людини, традиції культури українського народу, розвиток позитивних духовних рис, духовні цінності й засоби розвитку духовності.

З огляду на те, що поняття моральне здоров'я і духовне здоров'я близькі за своїм значенням, у дослідженні розглядається *морально-духовне здоров'я*, під яким розуміється наявність у школярів системи цінностей, настанов і мотивів їхньої поведінки, що передбачає формування відповідних здоров'язберезувальних навичок і вмінь, спрямованих на розвиток високої духовності людини і пов'язаних з такими загальнолюдськими цінностями, як добро, любов, краса і т.і.

Соціальне здоров'я є одним із головних факторів забезпечення соціального благополуччя підрастаючого покоління, результатом цілеспрямованого педагогічного процесу. Воно являє собою сформованість соціально прийняттого, морально нормативного досвіду взаємодії особистості з соціумом, що виявляється в саморегуляції поведінки в умовах, які змінюються, спрямованої на узгодження із самим собою, а також здатність до задоволення соціальних інтересів і потреб, до інтеграції у соціум [33].

Соціальне здоров'я індивіда залежить від економічних чинників, його стосунків із структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, через які відбуваються соціальні зв'язки – праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо. Крім того, потрібно враховувати міжетнічні стосунки, різницю у прибутках різних соціальних категорій суспільства, рівень матеріального виробництва, техніки і технологій, їх суперечливий вплив на здоров'я загалом. Ці чинники і складові створюють відчуття соціальної захищеності (або незахищеності), що суттєво впливає на здоров'я людини. У загальному вигляді соціальне здоров'я детерміноване характером і рівнем розвитку, що притаманне головним сферам суспільного життя в певному середовищі – економічному, політичному, соціальному, духовному [33].

Здоров'я – є найвищою загальнолюдською і суспільною цінністю, це інтегральна категорія, що містить фізичні, психічні, соціальні та духовний компоненти. *Здоров'я* – це стан повного благополуччя в різних сферах життєдіяльності; фундаментальна потреба людини; реалізація її потенціалу; здоров'я є одночасно ресурс, процес і результат задоволення однаковою мірою фізичних, психічних і соціальних потреб.

Професійне здоров'я Г. Мешко визначає «як інтегральну характеристику функціонального стану організму, глобальний психічний стан особистості, для якого характерна динамічна гармонійність внутрішніх переживань і пов'язані з цим ефективність та успішність професійної діяльності, здатність протистояти негативним чинникам, що супроводжують цю діяльність. Цілісність професійного здоров'я визначається взаємодією фізичного, психічного, соціального та духовного аспектів здоров'я» [64, с. 148].

Б. Долинський поділяє точку зору науковця і конкретизує поняття професійне здоров'я учителя. На думку Б. Долинського, *професійне здоров'я учителя* визначається як «цілісний багатомірний динамічний стан організму, який дозволяє педагогу максимально реалізовувати свій творчий потенціал у професійно-педагогічній діяльності» [34, с. 16].

Отже, акцентування у закладі освіти на здоров'ї як найвищої цінності особистості і суспільства сприятиме формуванню у суб'єктів освітнього процесу (здобувачів освіти і педагогів) культури здоров'я, дотримання здорового образу життя, зміцнення фізичного, психічного, духовного, соціального здоров'я. За ціннісною суттю здоров'я виступає благом, тобто тим, що відповідає потребам, інтересам, має позитивне значення для людей. Ціннісний зміст здоров'я акумулюється, реалізується у відповідальному ставленні людини до свого стану, що забезпечує успішну життєдіяльність, досягнення благополуччя; як системна якість, що характеризує людське буття в його цілісності.

Зміст здоров'я стисло можна представити наступним чином: здоров'я – це жити довго («наповнити життя роками»); бути здоровим якомога довше

(«наповнити роки життям»); розвивати впродовж життя свій потенціал («наповнити життя життям»).

Н. Коцур стверджує, що здоров'я – це природний стан організму, який характеризується врівноваженістю його з навколишнім середовищем і відсутністю яких-небудь хворобливих станів [51, с.39]. Урівноваженість організму із зовнішнім середовищем науковець розуміє як ступінь його пристосованості, адаптованості до умов біологічного та соціального середовища, дієздатності.

Вчена також зазначає, що здоров'я учнів слід розглядати як відповідний біологічному віку стан життєдіяльності, гармонійної єдності фізичних та інтелектуальних характеристик, що зумовлені генетичними факторами і впливом зовнішнього середовища, формуванням адаптаційно-пристосувальних реакцій у процесі росту.

У нашому дослідженні ми будемо використовувати поняття «здоров'я» у тлумаченні, наближеному до визначення, даного Всесвітньою організацією охорони здоров'я, а саме «здоров'я» – це стан організму, для якого характерне повне фізичне, психічне, духовне та соціальне благополуччя. Тому формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі необхідно будувати так, щоб були задіяні всі вище зазначені компоненти.

Таким чином, акцентування у закладі освіти на здоров'ї як найвищій цінності особистості і суспільства сприятиме формуванню у суб'єктів освітнього процесу (здобувачів освіти і педагогів) культури здоров'я, дотримання здорового образу життя, зміцнення фізичного, психічного, духовного, соціального здоров'я. За ціннісною суттю здоров'я виступає благом, тобто тим, що відповідає потребам, інтересам, має позитивне значення для людей. Ціннісний зміст здоров'я акумулюється, реалізується у відповідальному ставленні людини до свого стану, що забезпечує успішну життєдіяльність, досягнення благополуччя; як системна якість, що характеризує людське буття в його цілісності.

Досягнення благополуччя здійснюється через свідомий та цілеспрямований процес творення людиною власної системи життєдіяльності і забезпечується її відповідальним ставленням до здоров'я. Відповідальне ставлення до здоров'я забезпечує його здоров'язбереження.

Г. Воскобойнікова зазначає, що «здоров'язбереження» в освіті є найвищою метою і цілепокладанням суспільства у формуванні здорового покоління – майбутнього держави, соціальною місією, яку має виконати сучасний педагог [20, с. 128].

В. Ткаченко під терміном «здоров'язбереження» розуміє «процес навчання й виховання в дитини навичок здорового способу життя, створення комфортних і безпечних умов перебування учнів в освітньому закладі, запобігання перевантаженню, стресам, втомі, сприяє зміцненню здоров'я дитини». Учений зазначає, що «окреслені завдання передбачають опанування майбутнім учителем фізичної культури цілого спектру технологій, що допоможуть виконувати фахові обов'язки на високому професійному рівні» [98, с. 31].

Ми поділяємо точку зору О. Безкопильного і розглядаємо поняття «здоров'язбереження» як «спеціально організований процес, побудований на науково обґрунтованих нормах роботи та відпочинку, спрямований на збереження здоров'я та включає в себе фізкультурно-оздоровчі, санітарно-гігієнічні, лікувально-профілактичні та освітні заходи в процесі життєдіяльності людини» [4, с. 52].

Узагальнюючи точку зору науковців, можна зазначити, що *здоров'язбереження учнів* – це діяльність, яка передбачає формування у здобувачів освіти здоров'язбережувальної компетентності шляхом усвідомлення ціннісного ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, розширення бази знань про здоров'язбережувальну поведінку й удосконалення вмінь і навичок збереження індивідуального здоров'я на рівні духовного, соціокультурного й фізіологічного складників.

О. Безкопильний зазначає, що «значна роль у здоров'язбереженні підростаючого покоління та формуванні цінності здоров'я належить загальноосвітній школі та зокрема вчителю фізичної культури, який досконало знає здоров'язбережувальні технології, різні засоби, методи й форми рухової активності та здатний формувати позитивне ставлення школярів до занять фізичною культурою й організувати їхнє здорове дозвілля. Вважаємо, що в сучасній школі є значний потенціал для вирішення завдань, пов'язаних із збереженням здоров'я учнів, шляхом створення здоров'язбережувального освітнього середовища та формування культури здоров'я учнів. Однак упродовж багатьох років перебування в школі учні не отримують системних знань про своє здоров'я, його збереження, поведінкові ризики і практичні навички турботи про власне здоров'я» [4, с. 10].

І. Щербина наголошує на важливості *здоров'язберігаючого навчання*, яке передбачає створення певних умов (гігієнічних, медичних, психологічних, педагогічних, методичних) та використання технологій, які спрямовані на збереження та зміцнення здоров'я учнів (на покращення функціонального стану організму, підвищення адаптаційних його можливостей, настрою та самопочуття, розвитку та саморозвитку, формування мотивації на здоровий спосіб життя). *Здоров'язберігаюче навчання має особистісно-орієнтовану та гуманістичну спрямованість професійної діяльності вчителя»*[105, с.30 – 31].

Вчителю фізичної культури важливо мати чіткі уявлення не тільки про сутність і показники, що характеризують здоров'я учня, його емоційний та духовно-моральний стан, але й спрямовувати щоденні свої педагогічні зусилля на здоров'язбереження здобувачів освіти.

О. Безкопильний також наголошує, що *«основою здоров'язбереження в школі є уроки фізичної культури, гімнастика до початку навчальних занять, фізкультурні хвилини на уроках, організоване проведення перерв, санітарно-гігієнічна просвіта у формі проведення лекцій, бесід, консультацій із проблем збереження й зміцнення здоров'я, профілактики шкідливих звичок; оформлення тематичних інформаційних стендів; організації виставок малюнків та плакатів;*

проведення днів і тижнів здоров'я, конкурсів, тематичних свят, спрямованих на формування відповідних умінь і навичок (здорового харчування, загартовування, самооздоровлення); внутрішньошкільні проекти за тематикою здоров'язбереження; організація і проведення спортивно-масових заходів, рухливих перерв для учнів початкової школи; спортивне вдосконалення» [4, с. 53].

Грамотна організація здоров'язбереження в базовій середній школі сприяє формуванню в учнів здоров'язберезувальної компетентності, здоров'язберезувальних навичок та вмінь.

На думку Н. Волкової *«здоров'язберезувальна компетентність – це характеристики учня, спрямовані на збереження фізичного здоров'я (навички раціонального харчування, рухової активності, санітарно-гігієнічні навички, режим праці та відпочинку), соціального (навички ефективного спілкування, співчуття, розв'язування конфліктів, поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації, спільної діяльності та співробітництва), психічного (самоусвідомлення та самооцінка, аналіз проблем і прийняття рішень, визначення життєвих цілей та програм, навички самоконтролю, мотивація успіху та тренування волі)»* [17, с. 274].

Б. Долинський вважає, що *«здоров'язберезувальні навички – це усвідомлене й усталене виконання особистістю автоматизованих дій щодо збереження і зміцнення здоров'я у незмінних стандартних ситуаціях, а здоров'язберезувальні вміння – здатність застосовувати здобуті знання і навички в нових складних життєвих ситуаціях, не зашкоджуючи як власному здоров'ю, так і здоров'ю інших людей)»* [34, с. 32].

Учитель фізичного виховання має бути орієнтований не тільки на здоров'язбереження, але й на активну здоров'язберезувальну діяльність, використання її виховних і розвиваючих можливостей у збереженні, зміцненні та відновленні здоров'я здобувачів освіти базової середньої школи.

У словнику-довіднику з професійної підготовки поняття *«діяльність»* потрактовано як *«специфічно людська, регульована свідомістю активність, зумовлена потребами і спрямована на пізнання та перетворення зовнішнього*

світу людини (за М. Заброцьким); фізична та психологічна форма активності суб'єкта; мотивований процес досягнення усвідомлено поставленої мети з використанням тих чи інших засобів та прийомів для її досягнення. Особливості діяльності визначені змістом мети, мотивами, предметом на який вона спрямована, засобами, способами та прийомами, за допомогою яких відбувається її здійснення, умовами, за яких ця діяльність проходить, та її результатами (за А. Семеновою)» [93, с. 60].

Б. Долинський «під здоров'язбережувальною діяльністю вчителя початкової школи розуміє складне, поліфункціональне соціальне явище, що передбачає впровадження здоров'язбережувальних методик, шляхом застосування відповідних методів і засобів організації навчально-виховного процесу, які не зашкоджують здоров'ю дітей і спрямовані на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що сприяють збереженню фізичного, психічного, соціального, морально-духовного здоров'я учасників навчально-виховного процесу» [33, с. 135].

На думку науковця, «здоров'язбережувальними видами діяльності вчителя у початковій школі є такі види діяльності, як: навчальна, виховна, ігрова, спортивно-ігрова, фізкультурно-оздоровча, дозвіллева, екологічна, які є взаємопов'язаними і спрямованими на зміцнення фізичного, психологічного, морально-духовного й соціального здоров'я молодших школярів; формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь, що передбачає оптимізацію навчально-виховного процесу» [33, с. 135].

Узагальнюючи погляди вітчизняних науковців Б. Долинського [33], О. Безкопильного [5], Г. Мешко [64] вважаємо, що *здоров'язбережувальна діяльність учителя* – це складний, динамічний, багатогранний та неперервний процес, який визначає багатофункціональність дій сучасного педагога та охоплює всі ланки навчання і спрямований на формування в учнів умінь і навичок здорового способу життя, створення умов для здоров'язбереження, що виключають вплив факторів ризику на самопочуття учнів, характер ставлення до навчання, навчальні досягнення.

Здоров'язберезувальна діяльність здійснюється у трьох напрямках: педагогічному, медико-валеологічному, психологічному. Усі напрями взаємозв'язані й мають свій зміст, який реалізовується на певному етапі діяльності.

Ефективність здоров'язберезувальної діяльності багато в чому залежить від того, наскільки вчитель фізичної культури готовий до творчого виконання професійних функцій, оздоровчої спрямованості його дидактичних дій.

Здоров'язберезувальна діяльність вчителя фізичної культури ґрунтується на принципах здоров'яцентризму, підтримання здоров'я та його зміцнення.

Принцип здоров'яцентризму, запропонований В. Ірхіним, включає в себе: цільову орієнтацію учасників педагогічного процесу на здоров'я як пріоритетну цінність і основний результат діяльності; спрямованість змісту та організації освітньо-виховної роботи на виникнення потреби учня у здоров'ї та здоровому способі життя, його валеологічної грамотності; використання методів й форм організації всіх видів діяльності молоді, що забезпечують збільшення вартості їхнього здоров'я; розвиток культури здоров'я вчителів; організацію здорового предметно-просторового середовища аудиторного приміщення тощо [44].

М. Гриньова та І. Дудка [28] відмічають, що принцип підтримання здоров'я об'єднує у своєму змісті цінності здорового способу життя, валеологічні знання й уміння, мотивацію учнів на здоровий спосіб життя.

Принцип підтримання здоров'я реалізується через зміст матеріалу навчальних предметів, які розкривають сутність основних компонентів здоров'я і здорового способу життя за допомогою організації взаємодії учасників педагогічного процесу, у якій формуються цінності, ідеали здоров'я й розуміння певних способів його досягнення.

Принцип зміцнення здоров'я ґрунтується на механізмі нарощування здоров'я, підвищенні резервів адаптації, збільшенні резервів здоров'я (або зміцненні здоров'я) [28, с. 7]. Умовами зростання резервів здоров'я учнів слід вважати правильну дозованість фізіологічно і психологічно обґрунтованих

стресорів, максимальне врахування індивідуальних особливостей кожної людини.

Здоров'язберезувальна діяльність вчителя охоплює всі ланки навчального процесу і спрямована на формування в учнів умінь і навичок здорового способу життя та створення умов, що виключають вплив факторів ризику на самопочуття учнів. Вчителю важливо у процесі навчання постійно тримати в полі зору пізнавальну, емоційну і психомоторну ділянку психіки учнів. Дії вчителя повинні нейтралізувати дії чинників ризику на емоційний, інтелектуальний та психофізіологічний стан учнів. Вчителю необхідно своєчасно оцінювати вплив різних чинників на процес навчання (готовність до навчання, досвід пізнавальної діяльності, налаштування на навчальну роботу, ставлення до навчання і до вчителя, до школи загалом; соціальне й економічне становище, мотиви, культуру й рівень спілкування учнів).

Аналіз та узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження дозволяють стверджувати, що серед *функцій учителя фізичної культури*, який здійснює діяльність зі збереження та зміцнення здоров'я учнів, виокремлюються:

– *профілактична*, що реалізується через виховну та інформаційну діяльність (організація занять, що стимулюють позитивні зміни в учнів, інтерес до проблем учнів, встановлення причин порушень інтелектуального й суспільного розвитку, визначення превентивних дій, що попереджають закріплення негативних звичок у їх поведінці);

– *діагностична* (виявлення інтелектуального рівня розвитку учнів, діагностика розвитку дефіцитів, емоційних порушень, їх джерел та наслідків, рівня навченості і сформованості загальнонавчальних умінь, пізнавальних інтересів і потреб і та ін.);

– *терапевтична* (надання терапевтичної допомоги учням, своєчасної допомоги в попередженні стресогенних ситуацій, педагогічна підтримка);

– *консультаційно-дорадча* (надання допомоги у виборі напрямку навчання та професії, стратегії професійної кар'єри, надання психологічних консультацій у вирішенні навчальних і життєвих проблем).

Ці функції реалізуються вчителем фізичної культури у ході вирішення завдань здоров'язберігаючої діяльності.

До завдань здоров'язберігаючої діяльності вчителя фізичної культури належать:

- створення здоров'язберігаючої інфраструктури закладу освіти;
- забезпечення раціональної організації освітнього процесу;
- покращення фізкультурно-оздоровчої роботи;
- проведення освітньо-виховної роботи для формування здорового способу життя учнів, збереження і зміцнення їхнього здоров'я;
- створення системи освітньої та методичної роботи з педагогами, спеціалістами й батьками;
- проведення моніторингу й динамічного спостереження за станом здоров'я учнів.

А. Турчак рекомендує вчителю фізичної культури у процесі здійснення здоров'язбережувальної діяльності «враховувати пріоритети: вірити в майбутнє кожної дитини; дотримуватись конфіденційності; надавати позитивну інформацію; бути порадиником, а не моралістом; поважати думку й позицію школяра; акцентувати увагу дитини на власних позитивних рисах, характеристиках і здобутках»[100, с.166].

О. Безкопильний зауважує, що «здоров'язбережувальна діяльність в основній школі передбачає готовність майбутніх учителів до розв'язання низки проблемних завдань»[4, с.11].

Науковець також наголошує, що «сучасні студенти недостатньо обізнані зі змістом шкільного курсу фізичної культури, що є обов'язковою загальноосвітньою дисципліною в основній школі та особливостями застосування спеціальних знань для практичної реалізації здоров'язбережувальної діяльності. Це зумовлює необхідність підвищення

ефективності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах з метою оновлення її методологічних, змістових і технологічних основ відповідно до сучасних вимог здоров'язбереження» [4, с. 11]. Особливістю професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури є чітко виражена професійна спрямованість процесу фізичного виховання на здоров'язбережувальну діяльність.

1.3. Готовність до здоров'язбережувальної діяльності як мета й результат педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти

Орієнтація майбутніх учителів фізичної культури на здоров'язбереження та здоров'язбережувальну діяльність має здійснюватися в процесі професійної підготовки, набуття професійної освіти.

В «Енциклопедії освіти» за головною редакцією В. Кременя термін «педагогічна освіта» потрактований «система підготовки спеціалістів дошкільної, початкової та середньої освіти. У широкому контексті під цим терміном розуміють професійну підготовку всіх осіб, причетних до навчання і виховання молодого покоління. Педагогічна освіта є системою підготовки науково-педагогічних кадрів (учителів, вихователів тощо) для загальноосвітньої школи та інших навчально-виховних закладів у університетах, інститутах, училищах» [36, с. 646].

Професійна освіта і навчання – це процес надання та удосконалення професійних знань, вмінь, навичок працівників, необхідність для забезпечення їх продуктивної діяльності. Професійна освіта і навчання орієнтовані на професійну підготовку майбутнього фахівця.

Д. Бермудес, аналізуючи поняття, що визначають сутність професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, дає визначення поняттям «підготовка» та «готовність». Відповідно, «підготовка» – це процес, який відбувається в часі та просторі й провадиться в навчальних закладах за

затвердженими заздалегідь планами та програмами, а *«готовність»* – це здатність людини до певної діяльності [3, с. 201].

Ми поділяємо точку зору О. Безкопильного і у своїй роботі під терміном *«підготовка»* розуміємо «систему, для якої характерний взаємозв'язок і взаємодія структурних компонентів, сукупність яких забезпечує формування особистості студента відповідно до поставленої мети вищої освіти, а також процес формування комплексу спеціальних знань, умінь і навичок, відповідно до майбутньої професійної діяльності» [5, 65].

У Законі України «Про вищу освіту» (редакція від 25.07.2018) зазначено, що *«професійна підготовка»* – це «здобуття кваліфікації за відповідним напрямом підготовки або спеціальністю» [39].

У педагогічному словнику поняття *«професійна підготовка»* тлумачать як сукупність спеціальних знань, умінь і навичок, якостей особистості, трудового досвіду і норм поведінки, які забезпечують можливість успішної праці за обраною професією; процес повідомлення учням відповідних знань і вмінь [81].

У словнику-довіднику з професійної підготовки зазначено, що *«підготовка студента до професії вчителя – загальнопедагогічна підготовка в системі вищої педагогічної освіти, яка відбувається за такими напрямками:*

- структури діяльності та особистості вчителя;
- науково-теоретичних засад формування особистості вчителя;
- визначення науково-обґрунтованого змісту педагогічної освіти, кола загально педагогічних знань та вмінь, якими повинні володіти вчителі і студенти педагогічного ВЗО;
- виявлення шляхів удосконалення навчально-виховного процесу з педагогічних дисциплін (за В. Орищенко)» [93, с. 139].

Т. Однолеток та М. Лянной *«професійну підготовку майбутніх учителів фізичного виховання»* розглядають як:

– «неперервний процес набуття студентами необхідного рівня освіченості (одержання знань, напрацювання вмінь і навичок, розвиток професійно і соціально значущих якостей, формування ціннісних орієнтацій і первинного досвіду діяльності, що забезпечує готовність до виконання трудових функцій);

– творення науково-педагогічними працівниками й адміністрацією ВНЗ відповідного освітнього середовища та належних умов для цілеспрямованого формування й розвитку в майбутніх фахівців сукупності компетентностей, що визначають здатність до професійної діяльності;

– результат освітнього процесу – професійну підготовленість випускників до фахової діяльності (професійну компетентність)» [74, с. 108].

Ми поділяємо точку зору Л. Суценко і будемо використовувати у дослідженні поняття «професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури» у тлумаченні науковиці. Учена визначає поняття «професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури» як «процес, який відображає науково й методично обґрунтовані заходи закладів вищої освіти, спрямовані на формування протягом терміну навчання рівня професійної компетентності особистості, достатнього для організації фізичного виховання різних верств населення регіону й успішної праці в усіх ланках фізкультурного руху з урахуванням сучасних вимог ринку праці» [95].

Похідним від поняття «професійна підготовка» є поняття «готовність».

У словнику-довіднику з професійної підготовки поняття «*готовність*» тлумачиться як «цілісне утворення, що характеризує емотивно-когнітивну та вольову мобілізаційність суб'єкта в момент його включення в діяльність певної спрямованості. Готовність не є природженою, вона виникає в результаті певного досвіду людини, що базується на формуванні її позитивного відношення до вибраної діяльності, усвідомленні мотивів та потреб в них, об'єктивації її предмету і способів взаємодії з ним» [93, с. 108].

Л. Мацук поняття «готовність» розглядає як «результат діяльності вищої педагогічної школи України, як своєрідне професійне новоутворення, що

характеризує новий тип особистості вчителя в умовах правової держави з пріоритетами гуманізму й демократії» [63, с. 10]

С. Тарасова поняття «готовність до професійної діяльності розглядає як інтегроване педагогічною системою утворення особистості, що характеризує її активність при підготовці та залученні до діяльності» [97, с. 202].

Л. Ареф'єва зазначає, що «професійна готовність майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту є цілісним станом особистості, що виражає якісні характеристики її спрямованості, свідомості, професійної позиції, рівня оволодіння професійно-педагогічними навичками» [1, с. 22].

У своєму дослідженні ми послуговуємося визначенням поняття М. Данилко. На думку науковця «*готовність майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності*» – це «інтегративний стан особистості, що включає оптимальну систему знань, умінь, навичок, потреб, мотивів і здібностей, тобто все те, що складає професійні якості фахівця та його ставлення до діяльності» [29, с. 2].

Ми поділяємо точку зору О. Безкопильного і визначаємо такі критерії сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі: мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-практичний, особистісний.

Кожний критерій має ряд показників, що необхідні для його характеристики. Схарактеризуємо показники сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі за виокремленими критеріями.

Наша точка зору суголосна з думкою О. Безкопильного про те, що «*мотиваційний критерій* відображає сформованість готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в школі на основі оцінки ставлення до професії, домінування мотивів суб'єкт-суб'єктного характеру, бажання самореалізації в професії, прагнення постійно вдосконалювати власні професійно-педагогічні знання, уміння, навички» [5, с. 124].

Показниками сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі за мотиваційним критерієм є: «професійна спрямованість студентів на здоров'язберезувальну діяльність в основній школі; 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'язберезувальної діяльності; інтерес до використання усієї сукупності засобів і методів здоров'язбереження в професійній діяльності; позитивна мотивація до професійного самовдосконалення щодо здоров'язберезувальної діяльності» [5, с. 124–125].

Як і О. Безкопильний, ми вважаємо, що *«когнітивний критерій* готовності характеризує міру сформованості комплексу психолого-педагогічних, дидактико-технологічних і методичних знань, що необхідні майбутньому вчителю фізичної культури для здоров'язберезувальної діяльності в школі.

Показниками цього критерію є всебічність, системність, глибина знань про методологічні основи здоров'язбереження в базовій середній школі, «їх сутність, специфіка та особливості використання, володіння науково-термінологічним апаратом, обізнаність із відповідною літературою, поінформованість про загальносуспільне значення здоров'язберезувальної діяльності» [5, с. 126].

Ми одностайні з думкою О. Безкопильного про те, що *«діяльнісно-практичний критерій* готовності характеризує ступінь сформованості в студентів рухових, гностичних, комунікативних, конструктивних, організаційних та проєктувальних умінь та навичок здоров'язберезувальної діяльності» [5, с. 127] в базовій середній школі.

Таблиця 1.1

Загальна характеристика рухових, гностичних, комунікативних, конструктивних, організаційних та проєктувальних умінь та навичок майбутніх учителів фізичної культури

Уміння та навички	Загальна характеристика умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності
Рухові	Виконання рухових дії відповідно до потреб здоров'язбереження; оцінювання власних рухів; володіння технікою виконання фізичних вправ відповідно до модулів програмного матеріалу; добір засобів навчання руховим діям; навчання руховим діям та фізичним вправам учнів; демонстрація техніки рухів, використання методів та методичних підходів щодо навчання руховим діям; виявлення та виправлення помилок під час виконання фізичних вправ; корегування техніки рухів; формування нервово-м'язових уявлень про техніку виконання вправ
Гностичні	Аналіз власного професійного рівня; використання наявної навчально-методичної інформації; аналіз та узагальнення нормативних документів; оцінка ефективності застосування здоров'язбережувальних методик. Оцінка впливу чинників шкільної гіподинамії на організм учнів; аналіз та узагальнення здоров'язбережувальної діяльності; систематизація та узагальнення даних вікової фізіології; оцінка та регламентація рухового режиму.
Комунікативні	Спілкування з учнями та стимулювання їх до занять фізичними вправами задля власного фізичного вдосконалення; робота з батьками; співпраця з керівництвом та педагогічним колективом школи.
Конструктивні	Розробка та планування спеціальних комплексів фізичних вправ, спрямованих на профілактику порушень постави для учнів основної школи; розробка програм профілактики травматизму; розробка програм профілактики серцево-судинних захворювань на основі використання тренувальних режимів аеробного та анаеробного характеру; розробка програм застосування водних процедур та інших компонентів загартування; розробка програм фізкультурно-оздоровчих занять, в основі яких – аеробна, силова спрямованість та стретчинг; планування та облік фізкультурно-оздоровчої роботи в школі.
Організаційні	Користування методами та методичними прийомами організації навчально-виховного процесу, безпечного для здоров'я учнів і вчителів; організація та проведення різних видів фізкультурно-оздоровчої роботи; реалізація програм різних видів фізкультурно-оздоровчої роботи; організація здоров'язбережувального навчально-виховного середовища.
Проектувальні	Прогнозування оздоровчого ефекту від дозованого застосування фізичного навантаження та поєднання його з відпочинком на уроках фізичної культури; забезпечення функціонування фізкультурно-оздоровлювальних, еколого-гігієнічних, психо-валеологічних, медико-валеологічних, оздоровчо-розвивальних систем; проектування здоров'язбережувального середовища; управління

Ми погоджуємося з думкою О. Безкопильного і вважаємо, що «*особистісний критерій* готовності характеризує ступінь сформованості сукупності особистісних властивостей особистості, що необхідні майбутньому вчителю фізичної культури для здоров'язбережувальної діяльності» [5, с.129] в базовій середній школі, зокрема, «*фізичних якостей* (сила, швидкість,

витривалість, гнучкість, спритність), *емоційного інтелекту*, що виявляється в здатності до прояву емоцій, асимілювання емоцій і думок, розуміння й пояснення емоцій, регулювання власних емоцій та емоцій інших, а також *педагогічної комунікації*, що виявляється в здатності до свідомого перетворення, розвитку та набуття досвіду, розуміння свого призначення, зацікавленості в результатах власної комунікативної діяльності, підвищені престижу власної професії в суспільстві» [5, с. 129].

Поділяючи точку зору О. Безкопильного ми виокремлюємо *три рівні* сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі – *низький, середній і високий*.

Як і О. Безкопильний вважаємо, що *«низький рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі* «засвідчує відсутність професійної спрямованості студентів на здоров'язберезувальну діяльність, неусвідомлення суспільного значення професійної діяльності вчителя фізичної культури, нерозумінням здоров'я як однієї з найбільших загальнолюдських цінностей, відсутність ціннісного ставлення до здоров'я людини і здоров'язберезувальної діяльності, невиражений інтерес до використання всієї сукупності засобів і методів здоров'язбереження в професійній діяльності та низька позитивна мотивація до професійного самовдосконалення щодо здоров'язберезувальної діяльності; відсутність знань про методологічні основи здоров'язбереження в основній школі, їх сутність, специфіку та особливості використання, студенти не володіють науково-термінологічним апаратом, не обізнані з відповідною літературою, не поінформовані про загальносуспільне значення здоров'язберезувальної діяльності; здатність виконувати рухові дії на рівні вміння (відсутність стійкої систематичності рухів та провідна роль мислення під час їх виконання), незадовільні та недостатні для майбутньої професійної діяльності гностичні, комунікативні, конструктивні, організаційні, проектувальні вміннями та навички; недостатній розвиток фізичних якостей для

виконання професійних функцій учителя фізичної культури в процесі різних форм роботи з фізичного виховання учнів основної школи, недостатньо розвинутий емоційний інтелект для сприйняття й розуміння проявів особистості в емоціях, поєднання розуму та почуттів, управління власними емоціями під час взаємодії з учнями основної школи, колегами та керівництвом школи, недостатньо розвинуті здібності до педагогічної комунікації для свідомого перетворення, розвитку та набуття досвіду, розуміння свого призначення, зацікавленості в результатах власної комунікативної діяльності, підвищення престижу власної професії в суспільстві» [5, с. 131–132].

Середній рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі «визначає професійна 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 та позитивна мотивація до професійного самовдосконалення щодо здоров'язбережувальної діяльності; поверхневі та безсистемні знання про методологічні основи здоров'язбереження в основній школі, їх сутність, специфіку та особливості використання; студенти розуміють наукову термінологію та можуть оперувати нею в стандартних умовах, вони обізнані з відповідною літературою та поінформовані про загальносуспільне значення здоров'язбережувальної діяльності; рухові уміння, що відповідають рівню навички (наявність стійкої систематичності рухів та автоматизоване управління рухами в стандартних умовах), задовільні та достатні для майбутньої професійної діяльності гностичні, комунікативні, конструктивні, організаційні, проектувальні вміння та навички, відсутність власного професійного стилю практичної роботи; 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 основної школи, колегами та керівництвом школи; достатньо розвинуті здібності до педагогічної комунікації задля свідомого перетворення, розвитку та набуття досвіду, розуміння свого призначення, зацікавленості в результатах власної комунікативної діяльності, підвищення престижу власної професії в суспільстві» [5, с. 132–133].

Високий рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі засвідчує яскраво виражена професійна спрямованість студентів на здоров'язберезувальну діяльність в базовій середній школі, «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'язберезувальної діяльності серед загальних професійних та людських цінностей студента, стійкий інтерес до використання всієї сукупності засобів і методів здоров'язбереження в професійній діяльності та висока позитивна мотивація до професійного самовдосконалення щодо здоров'язберезувальної діяльності; всебічні, системні, глибокі знання про методологічні основи здоров'язбереження в школі, їх сутність, специфіку та особливості використання; студенти чітко володіють науково-термінологічним апаратом, добре обізнані з відповідною літературою, повністю поінформовані про загальносуспільне значення здоров'язберезувальної діяльності; рухові вміння, що відповідають рівню вміння вищого порядку (здатність пристосовувати сформовану рухову навичку до реальних умов виконання), достатні для творчої реалізації професійних функцій учителя фізичної культури, гностичні, комунікативні, конструктивні, організаційні, проектувальні вміння та навички, сформованість власного професійного стилю практичної роботи; високий рівень розвитку фізичних якостей, що забезпечує

здатність реалізувати професійні функції в процесі різних форм роботи з фізичного виховання учнів основної школи на високому організаційно-методичному рівні, 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 школи, колегами та керівництвом школи; достатньо 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» [5, с. 133–134].

Отже, *готовність майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберігаючої діяльності в базовій середній школі* ми розглядаємо як складне особистісне утворення, що об'єднує в собі сукупність індивідуально-психологічних якостей особистості, професійно-педагогічних знань, умінь і навичок здоров'язбереження, що визначають здатність до здійснення ефективною здоров'язбережувальною діяльності у базовій середній школі.

Учитель фізичної культури має постійно наголошувати учням, що міцне здоров'я – одне з головних джерел щастя й радості людини, неоціненне її багатство, яке повільно й важко накопичується і яке можна швидко та легко втратити.

Учитель фізичної культури має сам відповідально ставитися до свого здоров'я, дбати про його збереження, зміцнення і відновлення і бути прикладом для учнів щодо власного здоров'язбереження. Педагог має переконувати учнів у необхідності навчитися дбати про своє здоров'я, займатися різноманітними видами спорту для загартування і зміцнення свого організму.

Навчання у закладі вищої освіти забезпечує визначений рівень професійної готовності випускника. Чим вищий рівень професійної готовності випускника, тим більше шансів, що становлення професіоналізму в майбутньому буде більш вдалим, тому що професіоналом особистість стає тільки у процесі професійної діяльності.

1.4. Педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності

Ступінь готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності залежить від таких соціально-педагогічних характеристик особистості, як: позитивне ставлення до майбутньої професії; стійкі мотиви діяльності; сукупність професійно-важливих рис, глибокі знання та професійні вміння. Тому під час підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності у закладі вищої освіти педагогічного профілю потрібно дбати про комплекс педагогічних умов, які сприятимуть збереженню, зміцненню та відновлення здоров'я студентів і формуванню їхньої готовності до здійснення здоров'язбережувальної діяльності в освітньо-виховному процесі задової середньої школи.

З філософського погляду, умови – це категорія, яка відображає відношення предмета до навколишніх явищ, без яких він існувати не може. При цьому сам предмет виступає як щось зумовлене, а умова – як відносно зовнішня його розмаїтість об'єктивного світу. Умова складає те середовище, ситуацію, в якій вона виникає, існує й розвивається. Умова є необхідною обставиною, яка дає можливість здійснення, створення й утворення чогось або сприяє чомусь.

У Великому тлумачному словнику сучасної української мови умова визначається як вимога, пропозиція, що висувається однією зі сторін, які домовляються про що-небудь; як усна чи письмова домовленість про що-небудь; як правила, які встановлені в будь-якій сфері життя, діяльності; як обставини, за яких відбувається чи залежить будь-що [15, с. 129].

Поняття «педагогічні умови» по-різному трактується ученими.

С. Гончаренко під педагогічними умовами розуміє «такі обставини, за яких компоненти навчального процесу (навчальні дисципліни, методика його викладання, навчання і виховання) подані в найкращих взаємовідносинах та взаємозв'язках, що дають можливість учителям плідно викладати, керувати навчальним процесом, а учням – успішно навчатися» [27, с. 118].

Б. Долинський під педагогічними умовами підготовки майбутніх учителів початкових класів до формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності розуміє «спеціально організовані обставини, що впливають на розвиток професійних та особистісних якостей студентів, сприяють формуванню в них культури здоров'я, дотримання здорового образу життя й забезпечують результативність навчально-виховного процесу вищого навчального закладу у формуванні їхньої готовності здійснювати здоров'язберезувальну діяльність з молодшими школярами» [34, с. 209–210].

І. Щербина під педагогічними умовами підготовки майбутніх учителів до здоров'язберігаючого навчання учнів загальноосвітніх шкіл розуміє «спеціально створені обставини, що впливають на розвиток професійних та особистісних якостей студентів, сприяють формуванню їхньої культури здоров'я, дотриманню здорового способу життя й забезпечують результативність системи педагогічної підготовки у формуванні готовності майбутніх учителів здійснювати здоров'язберезувальну діяльність з учнями загальноосвітньої школи під час організації навчального процесу» [105, с.86].

На нашу думку, підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності буде більш ефективною, якщо в освітньому процесі закладу вищої освіти реалізувати такі педагогічні умови, як-от:

- забезпечення стійкої позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі;
- оновлення змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти;
- ознайомлення студентів зі здоров'язберезувальними технологіями та особливістю їх впровадження в освітньо-виховний процес закладу освіти.

Схарактеризуємо кожну їх вищезазначених педагогічних умов ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі.

Однією з педагогічних умов підготовки майбутніх учителів фізичної

культури до здоров'язберезувальної діяльності є *забезпечення стійкої позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язберезувальної діяльності під час освітньо-виховного процесу з базовій середній школі.*

I. Щербина відмічає, що «мотив тісно пов'язаний з метою й потребою. В особистості вони взаємодіють і проявляються у вигляді «мотиваційної сфери», що включає всі види спонукань: потреби, інтереси, стимули, мотиви. Мотиваційна сфера розглядається як найважливіша частина – ядро особистості, що включає систему мотивів (мотивацію) у її певній побудові (ієрархії). Поняття «мотиваційна сфера» вживається для характеристики структурно-змістової визначеності мотивів особистості, що відбиває системне ієрархічне розуміння мотивації.

В основі пізнавальних мотивів діяльності студентів (учінні) лежить пізнавальна потреба, що пов'язана зі стійким пізнавальним інтересом, який спонукає до оволодіння майбутніми учителями фаховими психолого-педагогічними знаннями, вміннями, навичками і способами професійної діяльності. Саме тому зміст навчального матеріалу повинен мати значущість для студента, визначену педагогічну мету, внутрішньопредметні й міжпредметні зв'язки, професійну спрямованість фундаментальних дисциплін, розвиток пізнавального інтересу та самостійності» [105, с.88].

Важливим, на нашу думку, є усвідомлення майбутніми учителями фізичної культури соціальної значущості здоров'язберігаючої діяльності; її сутності, змісту, механізмів реалізації; формування мотивів до здоров'язберезувальної діяльності у відповідних умовах.

У закладі вищої освіти потрібно створювати таке освітньо-розвивальне середовище, при взаємодії з яким у майбутніх фахівців буде формуватися усвідомлене, позитивне ставлення до предмета викладання і здоров'язберезувальної діяльності. У вирішенні цієї проблеми необхідно використовувати в освітньо-виховному процесі такі ситуації, які нададуть змогу цілеспрямовано мотивувати всіх суб'єктів педагогічного процесу на здоров'язберезувальну діяльність. Усвідомлення особистої значущості професійної діяльності сприяє підвищенню готовності до майбутньої праці

лише в тому разі, коли відбувається переведення цінностей соціальних в особистісно значущі.

Від того, який мотив спонукає діяльність, активність суб'єкта, які особистісні смисли його стимулюють, буде залежати рівень професійної спрямованості, усвідомлення сутності майбутньої професійної здоров'язбережувальної діяльності, прагнення до оволодіння компетенціями та компетентностями, необхідними для її здійснення.

Ця умова спрямована на розвиток внутрішніх механізмів активності, потреби в пізнавально-практичних діях щодо покращення стану власної самоорганізації і сприяє формуванню готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберігаючої діяльності.

Не менш важливою педагогічною умовою підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності є *оновлення змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти.*

Важливого значення у формуванні готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності учнів базової середньої школи набуває проблема забезпечення системи знань: основних нормативних документів, що забезпечують реалізацію здоров'язберігаючої діяльності; знань з методик організації базових курсів, елективних курсів, індивідуальних занять; система знань особливостей психологічного та фізичного розвитку учнів базової середньої школи, мотивів вибору їх власної траєкторії здоров'язбереження.

Вирішення цієї проблеми потребує оновлення змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Структура й зміст вищої педагогічної освіти переглядаються у зв'язку зі змінами можливостей і потреб суспільства. Такі зміни відображаються в нових програмах і стандартах педагогічної освіти.

Відповідно до вище зазначеного, вважаємо, що формування готовності майбутніх учителів до здоров'язберігаючої діяльності в базовій середній школі

буде протікати успішно за умови вдосконалення їх фахової підготовки. Це може відбуватися шляхом внесення у діючі навчальні дисципліни додаткової інформації щодо основ здоров'язберігаючої діяльності, розробки та впровадження нових спецкурсів, удосконалення виробничих педагогічних практик в закладах освіти.

У зміст педагогічної підготовки важливо запровадити викладання спецкурсу «Здоров'язбережувальна діяльність учителя фізичної культури базової середньої школи», що передбачає опанування майбутніми учителями фізичної культури системою знань про здоров'я людини й чинники, що впливають на формування культури здоров'я; обґрунтування необхідності створення здоров'язбережувального середовища в базовій середній школі; усвідомлення студентами цінності здоров'я у професійній діяльності; ознайомлення із застосуванням здоров'язбережувальних методик в освітньо-виховному процесі базової середньої школи та різними способами підтримки здоров'я; формування життєвих установок на дотримання здорового способу життя.

На думку І. Щербини «процес створення здоров'язбережувального середовища можна визначити як комплекс змін традиційної системи, націлених на підвищення ефективності діяльності щодо збереження і зміцнення життєздатності студентів і педагогів у взаємозв'язку з корекцією їхньої внутрішньої картини здоров'я» [105, с. 93].

Здоров'язбережувальне середовище вищого навчального закладу Б. Долинський розглядає «як цілеспрямовану систему навчально-виховної діяльності, що не шкодить здоров'ю майбутніх учителів; надає можливість набуття особистістю досвіду культуровідповідної поведінки; забезпечує умови для фізичного, психічного, соціального і духовного комфорту, що сприяє збереженню і зміцненню здоров'я суб'єктів педагогічного процесу, їхній продуктивній навчально-пізнавальній та практичній діяльності» [33, с. 249].

Науковець також наголошує на доцільності ознайомлення студентів із застосуванням здоров'язбережувальних методик і зазначає: «сутність

здоров'язберезувальних методик, на нашу думку, полягає насамперед у тому, щоб знайти можливості для покращення фізичного і психологічного здоров'я суб'єктів педагогічного процесу, не допустити його погіршення або, навіть, втрати. ...Здоров'язберезувальна методика – це сукупність принципів, прийомів, методів педагогічної роботи, які доповнюють традиційні методики навчання, виховання, розвитку завданнями здоров'язбереження» [33, с. 214].

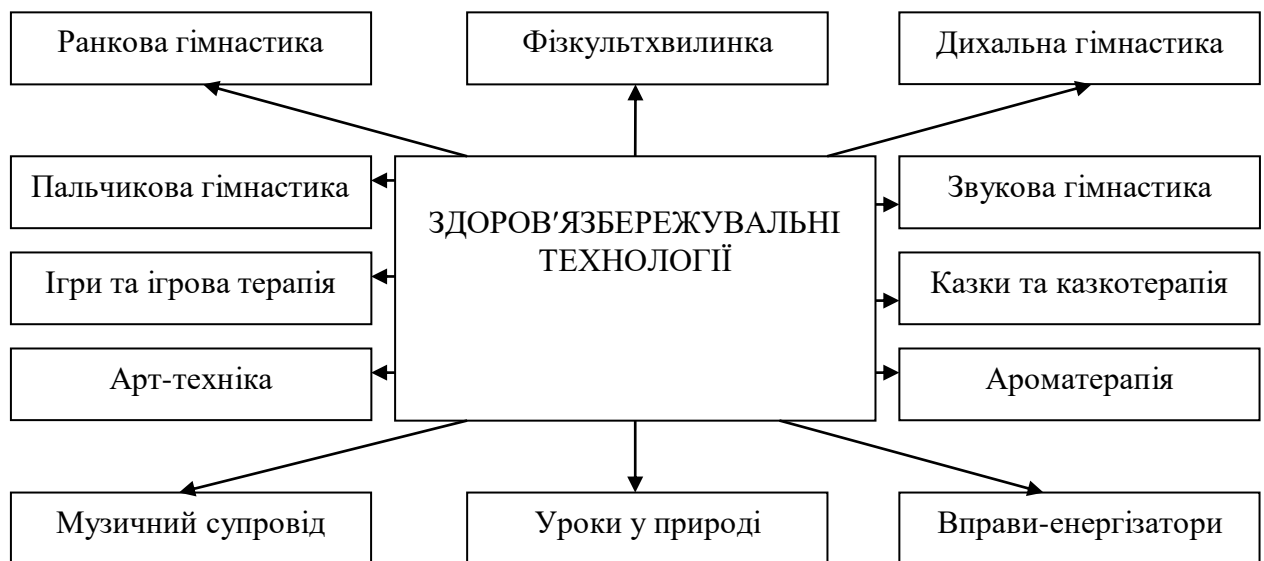
Позитивний вплив на ефективність педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберігаючої діяльності в базовій середній школі забезпечує й така педагогічна умова, як *ознайомлення студентів зі здоров'язберезувальними технологіями та особливістю їх впровадження в освітньо-виховний процес закладу освіти.*

У словнику-довіднику з професійної педагогіки зазначено, що «технологія (від грец. – мистецтво, майстерність, уміння та логіка), сукупність методів, допоміжних пристроїв обробки, виготовлення, зміни стану, властивостей, матеріалу, що застосовуються у процесі виробництва продукції; спосіб реалізації людьми конкретного складного процесу шляхом розділення його на систему взаємопов'язаних процедур і операцій, які виконуються більш менш однозначно і мають за мету досягнення високої ефективності» [93, с. 187].

Схарактеризуємо визначення поняття «здоров'язберезувальні технології». Аналіз наукової літератури дозволяє стверджувати про різні підходи до поняття «здоров'язберезувальні технології». Деякі підходи виходять із розуміння технології як певного прийому, методу, методики, інші розуміють його як значення змістової техніки, за допомогою якої реалізується певне педагогічне завдання.

О. Ващенко, О. Свириденко зазначають, що «здоров'язберезувальні технології – це «освітня технологія, у якій закономірно формується сукупність і відбувається розподіл принципів, прийомів та методів педагогічної діяльності, що постійно збагачують традиційні технології навчання й виховання сучасними, адаптованими ознаками здоров'язбереження» [14, с. 12].

Науковці виділяють наступні здоров'язберезувальні технології:



Виокремлені типи здоров'язберезувальних технологій зорієнтовані на формування у здобувачів освіти здоров'язберезувальної компетентності завдяки зміцненню в них ціннісного ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, розширенню бази знань про здоров'язберезувальну поведінку й удосконаленню умінь і навичок збереження індивідуального здоров'я на рівні духовного, соціокультурного й фізіологічного складників.

Діяльність загальноосвітнього навчального закладу щодо збереження й зміцнення здоров'я учнів лише тоді може вважатися повноцінною й ефективною, якщо в повній мірі професійно й творчо в єдиній системі реалізуються здоров'язберігаючі технології.

М. Гончаренко, С. Лупаренко вважають, що «здоров'язберезувальні технології – це послідовна сукупність педагогічних та дидактичних прийомів, форм, засобів, спрямованих на побудову психологічно комфортного освітнього середовища, що сприяє формуванню здорової компетентної особистості [25, с. 45–55].

Ми поділяємо точку зору С. Присяжнюк, котрий стверджує що «здоров'язберезувальні технології – це «педагогічний процес збереження, зміцнення і покращення здоров'я, спрямований на підвищення інтелектуальної і фізичної дієздатності засобами фізичної культури і спорту та виховання

мотиваційних здібностей у студентства до свого фізичного самовдосконалення» [86, с. 89].

С. Омельченко, розглядаючи педагогіку здоров'я як науку про виховання культури здоров'я, формування здорового способу життя молодого покоління, духовний розвиток особистості, становлення людини в людині, визначають засоби здоров'язберезувальних технологій. Поділяючи точку зору С. Омельченко, вважаємо, що *засобами здоров'язберезувальних технологій є*: фізичні вправи та різні форми занять фізичними вправами (фізкультурні хвилинки, гімнастику, рухливі ігри, тренінги); оздоровчі сили природи (заняття на свіжому повітрі, сонячні та повітряні ванни, водні процедури, фітотерапія, аромотерапія, вітамінотерапія); гігієнічні фактори (виконання санітарно-гігієнічних вимог, прибирання приміщень, дотримання режиму дня та режиму рухової активності, режиму харчування та сну) [78, с. 27].

Б. Шиян у підручнику «Теорія і методика фізичного виховання школярів» виокремлює такі *різновиди здоров'язберезувальної діяльності з фізичного виховання*:

1) форми фізичного виховання протягом навчального дня (гімнастика перед заняттями, фізкультурні хвилинки і фізкультурні паузи, години здоров'я, спортивні години у групах подовженого дня);

2) позакласні заняття фізичними вправами (включають некласифікаційні змагання, фізкультурно-художні свята, спортивно-художні вечори, дні здоров'я);

3) фізичне виховання учнів поза школою (у сім'ї, позашкільних установах, дитячих спортивних школах, дитячих екскурсійно-туристичних станціях та інших культурно-просвітницьких установах і організаціях) [103].

Отже, ефективність позитивного впливу на здоров'я здобувачів освіти різноманітних здоров'язберезувальних технологій визначається не скільки якістю кожного із структурних елементів кожної з них, стільки адекватністю їх впровадження в освітньо-виховний процес, спрямований на збереження та зміцнення здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Висновки до першого розділу

Перехід освіти на шлях демократизації, підвищення якості здоров'язбереження підростаючого покоління вимагають нових підходів до організації й підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження дозволив з'ясувати сутність базових понять, таких як: «підготовка», «здоров'я», «діяльність», «здоров'язбережувальна діяльність», «здоров'язбережувальна діяльність вчителя фізичної культури»;

Підготовка – це система, для якої характерний взаємозв'язок і взаємодія структурних компонентів, сукупність яких забезпечує формування особистості студента відповідно до поставленої мети вищої освіти, а також процес формування комплексу спеціальних знань, умінь і навичок, відповідно до майбутньої професійної діяльності

Значна роль у здоров'язбереженні молодого покоління та формуванні цінності здоров'я належить вчителю фізичної культури, який має досконало знати здоров'язбережувальні технології, різні засоби, методи й форми рухової активності та здатний формувати позитивне ставлення здобувачів освіти до занять фізичною культурою й організувати їхнє здорове дозвілля.

Здоров'я – є найвищою загальнолюдською і суспільною цінністю, це інтегральна категорія, що містить фізичні, психічні, соціальні та духовний компоненти. Відповідальне ставлення до здоров'я забезпечує його здоров'язбереження.

Здоров'язбереження – це діяльність, яка передбачає формування у здобувачів освіти здоров'язбережувальної компетентності шляхом усвідомлення ціннісного ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, розширення бази знань про здоров'язбережувальну поведінку й удосконалення вмінь і навичок збереження індивідуального здоров'я на рівні духовного, соціокультурного й фізіологічного складників.

Основою здоров'язбереження в школі є уроки фізичної культури, гімнастика до початку навчальних занять, фізкультурні хвилини на уроках, організоване проведення перерв, санітарно-гігієнічна просвіта у формі проведення лекцій, бесід, консультацій із проблем збереження й зміцнення здоров'я, профілактики шкідливих звичок; оформлення тематичних інформаційних стендів; організації виставок малюнків та плакатів; проведення днів і тижнів здоров'я, конкурсів, тематичних свят, спрямованих на формування відповідних умінь і навичок (здорового харчування, загартовування, самооздоровлення); внутрішньошкільні проекти за тематикою здоров'язбереження; організація і проведення спортивно-масових заходів, рухливих перерв для учнів ; спортивне вдосконалення.

Здоров'язбережувальна професійна діяльність учителя фізичної культури – це складне, поліфункціональне соціальне явище з управління процесом здоров'язбереження, що передбачає впровадження фізкультурно-оздоровлювальних, еколого-гігієнічних, психовалеологічних, медико-валеологічних, оздоровчо-розвивальних та інших здоров'язбережувальних методик у навчально-виховний процес, які не зашкоджують, а сприяють зміцненню й збереженню здоров'я, спрямовані на формування здоров'язбережувального освітнього середовища.

Орієнтація майбутніх учителів фізичної культури на здоров'язбереження та здоров'язбережувальну діяльність має здійснюватися в процесі професійної підготовки.

Поділяючи точку зору О. Безкопильного *підготовку майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності* розглядаємо як систему організаційних і психолого-педагогічних заходів, що відбуваються в закладах вищої освіти та спрямовані на оволодіння студентами професійно орієнтованими знаннями, вміннями, навичками та досвідом, які дозволять запроваджувати різноманітні форми фізичного виховання учнів протягом навчального дня та в позакласній роботі, ефективно проводити гімнастику перед заняттями, фізкультурні хвилини і фізкультурні паузи, спортивні години

в групах подовженого дня та фізкультурно-спортивні свята з метою зміцнення та збереження здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Похідним від поняття «професійна підготовка» є поняття «готовність».

Готовність майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності розглядаємо як інтегративне особистісне утворення, що містить усвідомленість соціальної цінності мотивів здоров'язбереження, позитивну мотивацію до оздоровлення учнів, налаштованість на формування здорового способу життя та відповідального ставлення їх до власного здоров'я і здоров'я оточення, наявність професійно важливих якостей особистості, достатніх для підвищення рухової активності та фізичної досконалості молодого покоління.

Нами визначено такі *критерії сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності* в базовій середній школі: мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-практичний, особистісний.

Нами схарактеризовано показники сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі за виокремленими критеріями та рівні сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі: низький, середній, високий.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження дозволив теоретично обґрунтувати педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності, а саме: забезпечення стійкої позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі; оновлення змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти; ознайомлення студентів зі здоров'язбережувальними технологіями та особливістю їх впровадження в освітньо-виховний процес закладу освіти.

Основні результати першого розділу знайшли відображення в публікації автора [106].

РОЗДІЛ 2.
АНАЛІЗ СТАНУ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ В БАЗОВІЙ СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ
ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЇЇ ПОЛІПШЕННЯ

2.1. Вивчення стану проблеми у вузівській практиці

Дослідницька робота здійснювалася на базі Криворізького державного педагогічного університету. У 2017 році здійснено ліцензування підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня зі спеціальності: фізична культура, спеціалізація: спортивний туризм.

У дослідницькій роботі брали участь студенти групи ФК – 20 природничого факультету, спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура), загальною кількістю 26 осіб.

На початку дослідницької роботи перед нами постали наступні *завдання*:

1. Провести опитування серед викладачів кафедри фізичної культури та методики її викладання КДПУ з метою з'ясування їх ставлення до формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

2. Провести анкетування серед студентів гр. ФК – 20 з метою виявлення рівня сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

З метою з'ясування ставлення викладачів кафедри фізичної культури та методики її викладання КДПУ (9 осіб) до формування готовності майбутніх фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі нами було проведено опитування.

Одержані результати опитування викладачів кафедри фізичної культури та методики її викладання КДПУ дозволяє зробити висновок про те, що всі педагоги (100% від опитаних) дійсно дбають про формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в

базовій середній школі. Під час організації освітнього процесу викладачі намагаються озброїти майбутніх учителів фізичної культури теоретичними знаннями, практичними вміннями й навичками, системою мотиваційних установок щодо ефективного здійснення здоров'язбережувальної діяльності.

Результати опитування а також аналіз освітньо-професійної програми (2020р.) за якою відбувається підготовка майбутніх учителів фізичної культури: рівня вищої освіти – перший (бакалаврський); ступеня вищої освіти – бакалавр; галузі знань – 01 Освіта / Педагогіка; спеціальності – 014 Середня освіта; предметної спеціальності 014.11 Фізична культура; додаткової спеціалізації – спортивний туризм; свідчать про те, що задля підготовки майбутніх фахівців до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі пропонуються до вивчення ряд навчальних дисциплін, таких як: «Основи медичних знань та безпека життєдіяльності», «Основи теорії здоров'я і здорового способу життя», «Адаптивна фізична культура», «Основи оздоровчо-рекреаційного туризму», «Здоров'язбережувальні технології для дітей різного віку». Можна стверджувати, що викладачі дбають про удосконалення освітнього процесу. На їх думку, ефективними формами методико-практичної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі є використання рольових, імітаційних ігор, проблемних ситуацій, тематичних завдань для самостійного виконання, в процесі яких виявляється міра готовності студентів до практичного оволодіння певною методикою.

Викладачі кафедри фізичної культури та методики її викладання КДПУ одноставні думки про те, що формування готовності майбутніх вчителів-логопедів до професійної діяльності буде здійснюватися успішно при дотриманні теоретично обґрунтованих нами педагогічних умов, таких як: забезпечення стійкої позитивної мотивації студентів на майбутню професійну діяльність; оновлення змісту педагогічної підготовки майбутніх вчителів-логопедів у системі університетської освіти; ознайомлення студентів зі

здоров'язберезувальними технологіями та особливістю їх впровадження в освітньо-виховний процес закладу освіти.

З метою виявлення рівня сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності у базовій середній школі нами було проведено анкетування студентів. Здобувачам освіти було запропоновано дати відповіді запитання анкет, які розміщено в додатку А, додатку Б, додатку В, додатку Г. Аналіз одержаних результатів тестування дозволив виявити рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності у базовій середній школі. Отримані результати наведені в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

**Початковий рівень сформованості готовності майбутніх
фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності у базовій
середній школі**

Рівень сформованості готовності майбутніх фізичної культури (гр. ФК – 20)	Одержані результати (у %)
Низький	31,4
Середній	48,2
Високий	20,4

Аналіз отриманих даних свідчить про те, що високий рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі виявили 20,4% респондентів; середній рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі виявили 42,2% респондентів; низький рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі виявили 31,4% респондентів. Таким чином, у студентів третього курсу – майбутніх учителів фізичної культури переважає середній

рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Отже, проведена дослідницька робота, що передбачала вивчення початкового рівня сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі, дозволяє стверджувати, що процес підготовки у закладі вищої освіти, на наш погляд, потребує певних змін в оновленні змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти (впровадження нових спецкурсів, удосконалення виробничих педагогічних практик в закладах освіти).

2.2. Методичні рекомендації щодо здійснення вчителем фізичної культури здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі

Сьогодні стає очевидною зміна ставлення до здоров'я учнів в системі освіти. На сучасному етапі основною формою організації навчальної діяльності учнів залишається урок. Багатохвилинне сидіння за партою згубно діє на фізіологічний розвиток всіх школярів, призводить до порушення основних нервових процесів, зниження розумової та м'язової працездатності. Тому особливу увагу слід приділяти чергуванню різних видів діяльності, активному відпочинку учнів на уроках, що забезпечить школярам і вчителів збереження та збільшення їх життєвих сил.

Здоров'язбережувальна діяльність учителя фізичної культури передбачає запровадження різноманітних форм фізичного виховання учнів протягом навчального дня та в позакласній роботі, ефективного проведення гімнастики перед заняттями, фізкультурних хвилинок і фізкультурних пауз, спортивних годин в групах подовженого дня та фізкультурно-спортивних свят з метою зміцнення та збереження здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Великі можливості у збереженні та зміцненні здоров'я школярів та формування здорового способу життя учнів мають уроки фізичної культури.

З перших хвилин уроку, з привітання потрібно створити обстановку доброзичливості, позитивний емоційний настрій, оскільки в учнів розвинена інтуїтивна здатність сприймати емоційний настрій учителя. Не є винятком у цьому сенсі й організація початку уроку. Всі учні люблять грати, тому ігрові моменти можна провести в будь-якому класі. Для школярів це буде гра, а для педагога – методичний прийом. Наприклад, у вправі «Вірю – не вірю» кожне запитання починається словами «Чи вірите ви, що...» або бліцопитування ланцюжком (перший учень ставить питання другому, другий – третьому і т. ін.). Методичний прийом – вправа «Знайди помилку» (вчитель пропонує учням низку формул, серед яких є правильні й неправильні) – сприяє виникненню ситуації успіху на уроці, а отже, й формуванню позитивного настрою до предмета.

Здійснення ідеї організації здоров'язберігаючого освітнього процесу призводить до необхідності використання динамічних пауз на кожному уроці. Тому слід давати учням можливість на уроках фізичного виховання порухатися і скинути втомленість у м'язах, що закам'яніли. Для учнів старших класів можна використати «Рухавку». Учні підводяться і сідають ланцюжком у єдиному ритмі – так, щоб як тільки сів попередній, підвівся наступний.

Для того щоб навчити учнів базової середньої школи (5-9 класи) піклуватися про своє здоров'я, корисно на уроках фізичної культури вчителю фізичної культури подбати про девіз уроку зі здоров'язбережувальним змістом, наприклад,

Девіз уроку:

Хто здоровий, той сміється,

Все йому в житті вдається.

Він долає всі вершини,

Це ж чудово для людини!

Формування в учнів компетентного ставлення до власного здоров'я неможливе без реалізації всіх складових здоров'я..

Реалізація фізичної складової здійснюється через:

- ранкову гімнастику, фізкультхвилинки, рухливі ігри, фізкультпаузи (оздоровчу рухливу діяльність);
- контроль та самоконтроль за правильною осанкою під час письма, читання, ходіння тощо;
- використання вправ із профілактики сколіозу, запобіганню гіподинамії;
- виконання дихальних вправ;
- виконання гімнастики для очей, точковий самомасаж біологічно активних точок обличчя й голови, щоб врешті «розбудити» учнів і створити відповідний робочий настрій на весь навчальний день;
- навчання використання народних засобів оздоровлення та профілактики захворювань;
- знання свого особистого рівня здоров'я;
- навчання правильного та регулярного чищення зубів;
- навчання дотримання режиму навчання, харчування, праці, відпочинку;
- навчання культури споживання їжі;
- закінчення уроку має бути своєчасним.

Велике значення має правильна *організація уроку*, тобто раціональне врахування всіх критеріїв збереження здоров'я. Урок повинен включати такі етапи:

1. Учитель повідомляє інформацію.
2. Учні формулюють і ставлять запитання вчителю.
3. Учні відповідають на запитання вчителя.

Обов'язковим елементом здоров'язберігаючої організації уроку, який запобігає втомленості учнів, є фізкультхвилинка, яка позитивно впливає на аналітико-синтетичну діяльність мозку, активує серцево-судинну і дихальну системи, покращує кровообіг і працездатність нервової системи.

Є різні *види фізкультхвилинки*:

- вправи для зняття загальної або локальної втомленості;
- вправи, які корегують поставу;
- вправи для кистей рук;

– гімнастика для очей;

– гімнастика для слуху.

Епіграфом до фізкультпаузи можуть бути народні прислів'я та приказки про здоров'я:

Здоров'я згубиш – нове не купиш.

Було б здоров'я, а щастя знайдеться.

Здоровим будеш – все здобудеш.

Гроші – мідь, одяг – тлін, а здоров'я – найдорожче.

Найбільше багатство – здоров'я.

Як нема здоров'я й сили, то цілий світ не милий.

Здоровому все здорово.

Здоров'я маємо – не дбаємо, а втративши – плачемо.

Тримай ноги в теплі, голову в холоді, живіт у голоді – не будеш хворіти, будеш довго жити.

У кого болять кості, той не думає йти в гості.

Поганому животу й пироги шкодять.

На похиле дерево й кози скачуть.

Як на душі, так і на тілі.

Весела думка – половина здоров'я.

Бережи одяг, доки новий, а здоров'я, доки молодий.

Без здоров'я нема щастя.

Здоровий бідняк, щасливіший від хворого багатія.

Хто часто лютує, той здоров'я руйнує.

Недузі слід запобігати раніше, ніж вона прийде.

Мед їстимеш – не хворітимеш.

Охайність – запорука здоров'я.

Воля підтримує тіло, а юшка – живіт.

Хто погано їсть, той далеко не заїде.

Бережи здоров'я, його в крамниці не купиш.

Якщо хочеш здоров'я мати, мусиш рано вставати, а звечора лягати.

Лікуйтеся задовго до хвороби.

Сміх продовжує людське життя.

Моє здоров'я – моє багатство.

По-перше, і головне – кожен педагог фізичної культури має взяти собі за правило, хоч якою б складною та насиченою не була б робота на уроці, через 20 хвилин після початку уроку, відволікатися від справи і протягом трьох-п'яти хвилин влаштовувати зарядку на нахили-прогини, присідати, стискати пальці в кулаки, виконувати разом з учнями різні вправи.

Фізкультхвилинка сприяє зниженню або зняттю локального стомлення.

Вчитель може запропонувати учням виконати вправу « Будьте здорові!»

Вчитель показує вправи й називає *правила здорового способу життя.*

Радійте життю (*потягнутися до сонця, усміхнутися*).

Ні шкідливим звичкам (*нахили головою до правого та лівого плеча*).

Активний відпочинок (*пострибати*).

Загартування (*імітування рухів, мов би розтираєте спину рушником*).

Правильне харчування (*погладити живіт за годинниковою стрілкою*).

Планування часу (*нахилити тулуб, мов маятник. Руки по швах, спину тримати рівно, лопатки звести*).

Позитивне спілкування (*потискання руки сусіду, сказати комплімент*).

Здійснення ідеї організації здоров'язберігаючого освітньо-виховного процесу зумовлювало необхідність використання *динамічних пауз* на кожному уроці. Про них вчитель може нагадувати так:

Зупиняємо урок – робимо зарядку!

Руки вгор, руки вниз,

Все у нас в порядку.

Руки в боки – нахилийся,

Наче маятник – хитайся

Нахвилинку відпочили

І за парти тихо сіли.

Учитель також радить учням:

Любіть себе та інших поважайте,
 Своє життя й здоров'я бережіть.
 І поведінку гарну обирайте,
 Якщо бажаєте до старості дожити!

Здійснення ідеї організації здоров'язберігаючого освітньо-виховного процесу зумовлювало необхідність використання *рухливих ігор, змагань та жартів* на уроці. Про них вчитель може нагадувати так:

Управившись з ділом,
 Хіба нам не варто
 Зустрітись з грою,
 Змаганням і жартом?

Здійснення ідеї організації здоров'язберігаючого освітньо-виховного процесу зумовлює необхідність використання *загадок* на уроці. Про них вчитель може нагадував так:

Ми, веселі дітлахи,
 Працювали залюбки.
 На уроці дружно всі
 Відгадаєм загадки.

Після завершення вправи вчитель має вимовляти побажання учням:

Будьте здоровими,
 Будьте щасливими,
 Будьте розумними
 Будьте красивими!

Все разом учні промовляли:

Здоров'я – це сила!
 Здоров'я – це клас!
 Хай буде здоров'я
 У вас і у нас!

Змусити учня робити вправи ранкової гімнастики, а тим більше лікувально-профілактичну фізкультуру, коли йому не цікаво, неможливо. Але

будь-яка гра зацікавить учнів, сприятиме творчому розвитку, підсилюватиме пізнавальний інтерес, формуватиме активну життєву позицію щодо зміцнення власного здоров'я. В ігрові моменти вчителю потрібно додавати вправи, які зміцнюють органи дихання, органи серцево-судинної системи, нервової системи, координації руху та інші.

Наскільки цікавою буде гра – залежить від фантазії вчителя. Створюючи гру, потрібно не забувати про індивідуальність кожного учня. Коли школяр дуже рухливий, ігри повинні бути більш стриманими, а зі спокійним учнем – навпаки, краще пострибати та побігати. Обов'язково потрібно слідкувати, щоб під час гри учні надмірно емоційно не збуджувалися. Перше – гра розвиває та зміцнює, тренує організм. Друге – змінюється емоційний стан школяра. Третє – покращуються стосунки з однолітками. Прикладом є такі ігри.

Гра «Літаюче перо».

Мета. Тренувати органи дихання, зміцнювати м'язи рота. Такі вправи сприяють кровопостачанню до легенів та є профілактичним засобом від кашлю.

Завдання. Якнайдовше втримати перо в повітрі.

Підготовка до гри:

1. Обирання гравців групами чи парами.
2. Бесіда щодо правил гри.
3. Інструктаж з техніки безпеки.

З метою профілактики захворювань органів дихання та затяжного кашлю запропонувати учням надувати кульки чи просто подути на гарячі страви. Ці легкі та дотепні вправи тренують та зміцнюють органи дихання за рахунок зростання кровообігу.

Гра «Ріжок пастуха».

Мета. Розвивати та тренувати навички правильного носового дихання.

Завдання. З аркуша паперу зробити дудочку у формі конуса та дути в неї, «скликаючи» корів до стада. При цьому необхідно вдихати повітря через ніс, а видихати різко ротом.

Неабияке значення в попередженні втомлюваності має чітка організація навчальної праці. Хороші результати дає робота в парах, у групах як на місцях, так і біля дошки, де більш «слабкий» учень відчуває підтримку товариша. Адже суттю групової роботи є «навчання інших».

Застосовуючи на уроках фізкультпаузи та фізкультхвилинки, вчитель піклується не тільки про здоров'я своїх учнів, а й про розвиток уяви, творчого мислення, зацікавленого ставлення до уроку.

Учитель фізичної культури має радити усім вчителям – предметникам наступне: дбайте про здоров'я учнів, використовуйте на уроках рухавки, фізкультхвилинки та динамічні паузи, стежте за чистотою повітря в класі, за температурним режимом, освітленістю, за доброзичливим ставленням один до одного. Будьте для школярів яскравим прикладом. Привчайте їх до здорового способу життя.

Аналіз календарного планування уроків фізичної культури у базовій середній школі свідчить про те, що на кожному уроці фізичної культури передбачено проведення *інструктажу з безпеки життєдіяльності (БЖД)*. Під час проведення інструктажу з безпеки життєдіяльності у вчителя фізичної культури є можливість запропонувати до обговорення важливі питання здоров'язбережувальної проблематики. Наприклад, можна запропонувати до обговорення учням 7 класу *тему: Здоров'я і спосіб життя. Цілісність здоров'я. Чинники впливу на здоров'я. Формування здорового способу життя. Переваги здорового способу життя.* І на різних етапах уроку (покажемо фрагментарно) дбати про реалізацію поставленої *мети бесіди*: дати уявлення про цілісність здоров'я та чинники впливу на нього, систематизувати знання про правила здорового способу життя; вчити здійснювати самооцінку здоров'я; сприяти формуванню в учнів стійких переконань щодо пріоритету здорового способу життя як основної умови реалізації фізичного, психічного, соціального та духовного потенціалу людини з урахуванням її індивідуальних особливостей; розвивати здоров'язбережувальні компетенції; виховувати свідому потребу в дотриманні принципів здорового способу життя.

Обладнання: ілюстративний матеріал до теми уроку, таблиця «Фактори, що впливають на здоров'я людини», таблиця – схема «Процедури загартовування».

Хід уроку

I. Організаційний момент

Привітання, створення позитивного настрою

Чому всі мають дбати про здоров'я?

Бо світ навколо – пречудовий!

Бо з друзями цікаво час проводить,

З сім'єю разом – милуватися природою!

Ви цінувати мить навчіться...

Тож починаймо! Посміхніться...

Олена Жадан

II. Активізація чуттєвого досвіду, опорних знань учнів

1. Вправа «Повітряна куля».

Кожен учень отримує малюнок – контур із зображенням повітряної кулі, до кошика якої прив'язано десять мішечків. На кожному з них учні пишуть найважливіші для них цінності. Наприклад: навчання, сім'я, природа, спорт, їжа, здоров'я, дружба, кар'єра, розваги, гроші тощо.

Учитель розповідає історію під музичний супровід.

Кажуть, що життя – це політ. Ми сьогодні полетимо на повітряних кульках. Політ наш має бути вдалий, бо взяли ми з собою найцінніше. Уявіть, що ви вже піднялися досить високо; під вами – поля, гаї, річки, мереживо доріг. І раптом куля починає падати! Щоб втриматися на висоті, ви маєте швидко щось викинути – закреслити три мішечки (*учні закреслюють*). Летимо далі. Ви летите трохи нижче, а внизу видніється чудовий краєвид... Та куля знову починає падати! Вам слід ще щось швидко викинути – закреслити три мішечки (*учні закреслюють*). Ваша куля летить не високо й не низько, а з вами залишилося найцінніше... Та раптом ви відчуваєте, що куля знову падає, і вам

треба швидко зменшити вантаж – закреслити два мішечки (*учні закреслюють*). Ось тепер усе чудово, ваш політ триватиме довго-довго. А які ж цінності ви собі залишили? (*Учні по черзі відповідають. Більшість залишають: «родина» та «здоров'я»*)

Висновок вчителя: Ми з'ясували, що найцінніше для всіх є родина і здоров'я. Чому саме родина? Чому залишили здоров'я? (*Учні за бажанням відповідають*). Я б також залишила біля себе свою родину, і дуже хочу, щоб ми всі були здорові.

Усі ми добре знаємо, що здоров'я – найбільша людська цінність, яку, на жаль, багато хто починає цінувати і берегти, вже втративши частину цього скарбу, відпущеного нам природою. Наукові дані свідчать про те, що людина має можливість жити 100 років і більше.

Щоб зберегти здоров'я змолоду, треба виробити в себе звичку до здорового способу життя та безпечної поведінки.

III. Мотивація навчальної діяльності учнів

1. Обговорення та аналіз епіграфа уроку

Усі здорові люди люблять життя.

(Г. Гейне,, німецький поет, публіцист, критик)

IV. Повідомлення учням теми, мети та завдань уроку

– Яка, на ваш погляд, складова здоров'я найважливіша? Аргументуйте відповідь.

– Який зв'язок між способом життя і здоров'ям?

Ваші відповіді відображають тему і завдання уроку. Отже, мова піде про цілісність здоров'я та чинники впливу на нього; продовжимо розмову про здоровий спосіб життя, його переваги та шляхи формування.

V. Осмислення учнями знань

1. Складання «асоціативного куца» до поняття «Здоров'я»

Варіанти відповідей учнів: повноцінне харчування, спілкування з друзями, турбота про себе і ближніх, гарний настрій, рухливі ігри, здоровий сон тощо.

Складові здорового способу життя

- 1) Повноцінне регулярне харчування.
- 2) Рухова активність.
- 3) Міцний сон уночі.
- 4) Загартування.
- 5) Чергування праці і відпочинку.
- 6) Дотримання правил гігієни.
- 7) Позитивні емоції.

VI. Підбиття підсумків уроку

1. Коментоване оцінювання роботи класу, окремих учнів на уроці

8) Рефлексія

– «Дотримання правил здорового способу життя дозволять мені бути (стати, відчувати тощо)...»

VII. Домашнє завдання (за власним вибором учня)

- підготувати мудрі поради щодо здоров'я: прислів'я, вислови відомих людей, батьків;
- скласти кросворд «Здоров'я – скарб»;
- написати твір-роздум «Як зберегти здоров'я».
- скласти статтю для класного куточка «Значення лазні, сауни для загартовування».

Також доцільно з учнями 8 класу під час проведення інструктажу з БДЖ провести бесіду на тему : «Принципи та складові здорового способу життя».

Мета бесіди: формувати поняття здоров'я, ознайомити з основними факторами, що зміцнюють та ослаблюють здоров'я людини; навчити застосовувати на практиці науково обґрунтовані знання та правила особистої і громадської гігієни, зміцнювати і загартовувати свій організм, стати фізично розваненою, здоровою, здатною до будь-якої праці, особистістю.

Основні поняття і терміни: здоров'я, хвороба, валеологія, якісні показники здоров'я, кількісні показники здоров'я, фізичне здоров'я, психічне здоров'я, соціальне здоров'я.

«Здоров'я – це безцінний дар природи, воно дається, на жаль, не навіки, його треба берегти. Але здоров'я людини багато в чому залежить від неї самої, від її способу життя, умов праці, харчування та звичок...

(І. Павлов)

Бесіда з учнями :

2. Що таке здоров'я людини ?

3. Від чого або від кого залежить здоров'я кожної людини ?

Розповідь вчителя:

1. Поняття про здоров'я. Кількісні та якісні показники здоров'я.

Здоров'я – це стан фізичного, психічного та соціального благополуччя, високої працездатності та соціальної активності людини.

Здоров'я буває фізичним, психічним та духовним. Кожна людина, якщо вона хоче бути здоровою, повинна запам'ятати такі *правила здорового способу життя*: правильно харчуватися, постійно тренувати своє тіло, дотримуватися певних гігієнічних норм, чергувати працю та відпочинок, уникати різних шкідливих звичок (куріння, алкоголь, наркотики).

Стан здоров'я визначається добрим самопочуттям людини (суб'єктивний критерій). Існують і об'єктивні критерії здоров'я – це антропометричні показники: нормальний зріст, нормальна вага, пропорційна будова тіла, анатомічні, фізіологічні, біохімічні показники, що відповідають нормі не тільки за умов фізичного спокою, але й у період певних фізичних або психічних навантажень, перемини кліматичних умов проживання.

Здоров'я – це коли у відповідь на дію різноманітних подразників в організмі виникають відповідні реакції, які за характером і силою часу і тривалістю властиві більшості людей даного віку і статті.

Хвороба – це патологічний процес, який проявляється порушеннями морфології (анатомічної, гістологічної будови), обміну речовин та функціонування організму або його частин.

Хвороба – це життя та функціонування організму в умовах анатомічних і функціональних порушень клітин, тканин, органів і систем. Хвороби бувають набутими, спадковими та вродженими. Хвороби виникають під дією шкідливих чинників, коли їхня сила перевищує захисно-приспосувальні можливості організму. Іноді достатньо одноразової дії такого агента. Розвиваються хвороби також і за тривалої дії шкідливих чинників. Шкідливо впливають на організм людини підвищене радіоактивне випромінювання, хімічне та пилове забруднення довкілля, різні бактерії та віруси, порушення правил здорового способу життя, порушення гігієнічних норм.

Хвороба – порушення життєдіяльності організму, взаємозв'язку його з навколишнім середовищем, що призводить до тимчасового або постійного зниження чи втрати працездатності. Перебіг хвороби буває прихованим, гострим, хронічним. Хвороба може закінчитися одужанням, інвалідністю або смертю. Хвора людина потребує лікування, співчуття та турботи.

Хвороба – це єдність двох протилежних тенденцій – руйнівної та захисної, що перебувають в постійній боротьбі.

Показники здоров'я :

- а) *кількісні* : антропометричні, фізіологічні та біохімічні дослідження
- б) *якісні* : порівняння анатомічних і фізіологічних показників у конкретної людини із середнім значенням цих показників у людей даного віку і статі

2. Принципи здорового способу життя.

Здоровий спосіб життя (скорочено «ЗСК») – означає розумне використання свого життєвого потенціалу, а також дотримання науково обґрунтованих рекомендацій Всесвітньої організації охорони здоров'я та інших медичних організацій. Його необхідність виходить із того, що багато причин пошкодження стану здоров'я можна уникнути. Здоровий спосіб життя заснований на загальних рекомендаціях щодо харчування, необхідних фізичних

навантажень, гігієни, тренування холодом, позбавлені від шкідливих звичок та залежностей, запобігання захворюванням, що передаються статевим шляхом.

Принципи здорового способу життя

Принцип 1. Активність та рухливість. Нині робочі професії не в тренді. Люди переважу частину часу проводять за комп'ютером, мало рухаються. Необхідно більше ходити пішки, бути активними, рухатися на зустріч міцному здоров'ю і довголіттю. Краще вже бігати на свіжому повітрі, ніж по лікарнях.

Принцип 2. Здорове харчування. Більше фруктів і овочів, продуктів наповнених корисними для нашого організму речовинами. Ніяких гамбургерів, чіпсів та іншої гидоти. Як говорив Гіпократ, їжа повинна бути нашою ліками, і не ліки – їжею.

Принцип 3. Мінімізація шкідливих звичок. Здоровий спосіб життя жодним чином не сумісний з постійними шкідливими звичками : курінням, вживанням алкоголю та тим більш наркоманією. І якщо алкоголь на свята при здоровому способі життя ще можна зрозуміти, то куріння і наркоманія скасовуються повністю.

Принцип 4. Розпорядок дня. Правильний розпорядок дня – це перш за все – 7-8 годинний здоровий сон. Потрібно привчити свій організм лягати й прокидатися в один і той же час, незалежно від того який день тижня, будень чи вихідний. В ідеалі, звичайно прокидатися треба без будильника – це означає, що виспалися.

Принцип 5. Настрій. Одне з найважливіших правил здорового способу життя – це позитивний настрій. Не зациклюйтеся на невдачах і промахах. Думайте тільки про хороше, згадуйте тільки хороше.

Принцип 6. Дбайливе ставлення до себе. Себе треба любити, про себе треба піклуватися. Наприклад, під час занять у спортзалі потрібно думати не про те, як швидше піти, а займатися із задоволенням, з думками про те, що кожна вправа підтягує ваші м'язи. Кожна вправа наближає вас до ідеалу!

Принцип 7. Друзі. Вести здоровий спосіб життя легше не поодинці, а в компанії. В ідеалі, звичайно, потрібно, щоб усі навколо дотримувалися такої ж

життєвої позиції – разом веселіше і є дух суперництва, наприклад, у позбавленні від зайвої ваги.

Уявіть, що всі навколо ведуть здоровий спосіб життя, всі в прекрасному настрої, бажають один одному тільки добра.

3. Сучасні методи дослідження здоров'я людини (*розповідь учителя, складання схеми*). До сучасних методів дослідження здоров'я людини відносять:

- спостереження;
- психоаналіз;
- лабораторні дослідження (аналіз калу, сечі, крові);
- електрокардіографія (ЕКГ);
- електроенцефалограма (ЕЕГ);
- ультразвукова діагностика (УЗД).

Фактори, що зміцнюють та ослаблюють здоров'я (бесіда вчителя на основі знань учнів та заповнення ними таблиці).

Фактори, що зміцнюють здоров'я:

- фізична активність і загартування організму;
- чіткий режим дня;
- урівноваженість почуттів, подолання емоційних конфліктів;
- повноцінне раціональне харчування;
- спілкування з природою.

Фактори, що ослаблюють здоров'я (учні мають визначити самостійно).

Учитель фізичної культури: Я прошу всіх прийняти участь у дискусії.

Проблема звучить так: «Сенс життя».

Пропоную такі відповіді:

Здоров'я потрібне, щоб якомога більше жити.

Здоров'я потрібне, щоб розвивати свій інтелект.

Здоров'я потрібне, щоб любити себе і оточення.

Здоров'я потрібне, щоб ...

Сформулюйте власну думку, висунувши аргументи на захист поглядів.

Висновки до другого розділу

В закладах вищої освіти професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури спрямована на формування системи науково обґрунтованих теоретичних знань та практичних умінь застосувати їх у практичній діяльності. Значною проблемою сьогодення є розрив між теоретичною та практичною підготовкою, що призводить до формування почуття безпорадності в процесі реалізації професійних функцій під час роботи в школі.

Вивчення початкового рівня сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі, дозволяє стверджувати, що процес підготовки у закладі вищої освіти, на наш погляд, потребує певних змін в оновленні змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти (впровадження нових спецкурсів, удосконалення виробничих педагогічних практик в закладах освіти).

ВИСНОВКИ

Одним із пріоритетних завдань у системі освіти України є виховання в особистості відповідального ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я довколишніх людей. Формування культури здоров'я, навичок здорового способу життя, ціннісного ставлення до власного здоров'я – першочергові завдання педагогів, у тому числі вчителів фізичної культури.

Реалізовані завдання й мета дослідження дали підстави сформулювати низку висновків:

1. Здійснено аналіз наукової літератури з проблеми дослідження та розкрито сутність базових понять дослідження: «підготовка», «здоров'я», «діяльність», «здоров'язбережувальна діяльність», «здоров'язбережувальна діяльність вчителя фізичної культури.

Підготовку майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності розглядаємо як систему організаційних і психолого-педагогічних заходів, що відбуваються в закладах вищої освіти та спрямовані на оволодіння студентами професійно орієнтованими знаннями, вміннями, навичками та досвідом, які дозволять запроваджувати різноманітні форми фізичного виховання учнів протягом навчального дня та в позакласній роботі, ефективно проводити гімнастику перед заняттями, фізкультурні хвилинки і фізкультурні паузи, спортивні години в групах подовженого дня та фізкультурно-спортивні свята з метою зміцнення та збереження здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Здоров'язбережувальна діяльність учителя – це складний, динамічний, багатогранний та неперервний процес, який визначає багатофункціональність дій сучасного педагога та охоплює всі ланки навчання і спрямований на формування в учнів умінь і навичок здорового способу життя, створення умов для здоров'язбереження, що виключають вплив факторів ризику на самопочуття учнів, характер ставлення до навчання, навчальні досягнення.

Здоров'язберезувальна діяльність в базовій середній школі передбачає готовність майбутніх учителів до розв'язання низки проблемних завдань.

Готовність майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності розглядаємо як інтегративне особистісне утворення, що містить усвідомленість соціальної цінності мотивів здоров'язбереження, позитивну мотивацію до оздоровлення учнів, налаштованість на формування здорового способу життя та відповідального ставлення їх до власного здоров'я і здоров'я оточення, наявність професійно важливих якостей особистості, достатніх для підвищення рухової активності та фізичної досконалості молодого покоління.

Нами визначено такі *критерії сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності* в базовій середній школі: мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-практичний, особистісний.

Нами схарактеризовано показники сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі за виокремленими критеріями та рівні сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі: низький, середній, високий.

2. Теоретично обґрунтовано педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження дозволив теоретично обґрунтувати педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності, а саме: забезпечення стійкої позитивної мотивації студентів на здійснення здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі; оновлення змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти; ознайомлення студентів зі здоров'язберезувальними технологіями та особливістю їх впровадження в освітньо-виховний процес закладу освіти.

3. Здійснено аналіз стану готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності.

Вивчення початкового рівня сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі, дозволяє стверджувати, що процес підготовки у закладі вищої освіти, на наш погляд, потребує певних змін в оновленні змісту педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у системі університетської освіти (впровадження нових спецкурсів, удосконалення виробничих педагогічних практик в закладах освіти).

4. Підготовлено методичні рекомендації щодо здійснення вчителем фізичної культури здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Аналіз календарного планування уроків фізичної культури у базовій середній школі свідчить про те, що на кожному уроці фізичної культури передбачено проведення інструктажу з безпеки життєдіяльності (БЖД). Під час проведення інструктажу з безпеки життєдіяльності у вчителя фізичної культури є можливість запропонувати до обговорення важливі питання здоров'язбережувальної проблематики.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності. Перспективу дослідження вбачаємо у вивченні можливостей дистанційного навчання у підготовці майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ареф'єва Л. П. Особливості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах сучасної парадигми освіти. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2011. Вип. 10. С. 19–23.
2. Бараболя В. І. Школа сприяння здоров'ю – школа майбутнього. *Основи здоров'я*. 2013. № 3. С. 39–42.
3. Бермудес Д. В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до реалізації варіативних модулів у процесі професійної діяльності. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки*. 2016. Вип. 137. С. 200–203.
4. 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.
5. Безкопильний О. О. Система підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі: дис. ... доктора пед. наук : спеціальність 13.00.04. Черкаси, 2020. 595 с.
6. Бережна Т. Створення здорового середовища навчального закладу як шлях збереження і зміцнення здоров'я учнів. *Рідна школа*. 2012. № 1–2. С. 44–47.
7. Биковська Л. Б., Бабінець О. О. Фізична культура – засіб формування мотивацій до підвищення рівня здоров'я та відмови від шкідливих звичок. *Проблеми освіти: наук.-метод. зб.* Київ : Інститут інноваційних технологій.
8. Бібік Н. М. Компетентнісний підхід: рефлексивний аналіз застосування. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О. В. Овчарук. К. : «К.І.С.», 2004. С. 47– 52.
9. Бобрицька В. І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук: автореф. дис. ... доктора пед. наук: спеціальність 13.00.04. Київ, 2006. 40 с.
10. Богатирьова Т. В. Проблема збереження здоров'я учнівської молоді в

сучасному українському суспільстві. *Науковий вісник Волинського національного університету ім. Лесі Українки*. 2012. № 7. С.127–129.

11. Бойко А. М. Оновлена парадигма виховання: шляхи реалізації. Київ: ІЗМН, 1996. 232 с.

12. Бондар Т. Методологічні аспекти процесу формування та збереження здоров'я дітей та молоді. *Фізичне виховання в школі*. 2011. № 6. С. 5–10.

13. Бондаренко О. В. Формування готовності студентів природничо-географічних факультетів педагогічних університетів до краєзнавчої роботи з учнями : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Ялта, 2009. 178 с.

14. Ващенко О., Свириденко О. Здоров'язберегаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах. *Директор школи (шкільний світ)*. 2006. № 20. С. 12–15.

15. Великий тлумачний словник сучасної української мови / укладач і гол. ред. В. Бусел. Ірпінь : ВТФ Перун, 2001. 1440 с.

16. Віндюк А. В., Захаріна Є. А. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування в учнів уміння самостійно виконувати фізичні вправи. *Зб. наук. праць Бердянського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. Бердянськ, 2013. № 2. С. 20–26.

17. Волкова Н. Педагогіка: навчальний посібник. Київ : «Академвидав», 2007. 616 с.

18. Волошенко О. В. Формування готовності майбутнього вчителя до педагогічної творчості в умовах коледжу: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2000. 155 с.

19. Воронін Д. Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання: дис. ... ступеня канд. пед. наук: 13.00.07. Херсон, 2006. 225 с.

20. Воскобойнікова Г. Л. Здоров'язбереження учасників педагогічного процесу професійної підготовки майбутніх педагогів галузі фізичного виховання,

спорту і здоров'я людини / Г. Л. Воскобойнікова // *Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт* : зб. наук. праць. Чернігів, 2013. Вип. 112(3). С. 126–128.

21. Вітвицька С. С. Основи педагогіки вищої школи. Київ : Центр навчальної літератури, 2011. 384 с.

22. Глузман О. В. Базові компетентності: сутність та значення в життєвому успіху особистості. *Педагогіка та психологія*. 2009. № 2 (63). С. 51–60.

23. Горашук В. П. Теоретичні та методичні засади формування культури здоров'я школярів : автореф. дис. ... доктора пед. наук : 13.00.01. Харків, 2004. – 37 с.

24. Гонтаревська Н. Діяльність навчального закладу в контексті школи сприяння здоров'ю. *Директор школи (Шкільний світ)*. 2007. № 39. С. 29–31.

25. Гончаренко М. С., Лупаренко С. Є. Поняття «валеопедагогіка» та «педагогічна валеологія» у психолого-педагогічній літературі. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2010. № 1(3). С. 45–55.

26. Гончаренко С., Кушнір В. Педагогічний процес з погляду «філософії XXI століття». *Шлях освіти*. 2005. № 1. С. 2–7.

27. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ: Либідь, 1997. 376 с.

28. Гриньова М., Дудка І. До питання про значення здоров'язберігаючого середовища у вищому навчальному закладі. *Зб. наук. праць «Наукові записки». Серія : Педагогічні науки*. Випуск 140. Кіровоград : РВВ КДПУ імені В. Винниченка, 2015. С. 6 – 10.

29. Данилко М. Т. Формування готовності до професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Луцьк, 2000. 19 с.

30. Державна національна програма «Освіта» (Україна XXI століття). *Освіта*. 1993. № 44 – 46. С. 1–13.

31. Джуринський П. Б. Реалізація експериментальної моделі з підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної професійної діяльності. *Наука і освіта*. 2013. № 1/2. С. 147–151.

32. Довга Т. Я. Представники гуманістичної педагогіки про ідею здоров'язбереження в освіті. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. № 1(3). 2010. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. С. 39–45.

33. Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховному процесі : дис. ... доктора пед. наук : спец. 13.00.04. Одеса, 2011. 549 с.

34. Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховному процесі : автореф. дис. ... доктора пед. наук : спец. 13.00.04. Одеса, 2011. 44 с.

34. Дубасенюк О. А. Методологічні основи професійної виховної діяльності педагога. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика*: зб. наук. праць. Київ, 2001. Ч.1. С. 130–134.

35. Дубогай О., Євтушок М. Зміст та результативність шкільної інноваційної діяльності в системі здоров'язберігаючих технологій. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць Волинського національного університету імені Лесі Українки*: у 3 т. / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козібрицький. Т. 1. Луцьк : РВВ «Вежа», 2008. С. 36–40.

36. Енциклопедія освіти / голов. ред. В. Г. Кремень; підгот.: Н. М. Авшанюк та ін. Київ : Юрінком Інтер, 2008. 1038 с.

37. Євтух М. Б. Сучасні тенденції професійної підготовки вчителя. *Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та вузі*: зб. наук. праць. Рівне: Волинські обереги, 2002. Вип. 3. С. 170–175.

38. Іванова Л. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2006. 24 с.

39. Закон України від 01.07.2014 №1556-VII «Про вищу освіту». URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18/stru>
40. Закон України «Про загальну середню освіту»: URL : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/651-14>
41. Закон України «Про освіту»: URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1060-12>
42. Зязюн Л. І. Гуманістична парадигма освіти і виховання. *Вища школа України*. 2002. № 3. С. 111–113.
43. Зязюн І. А. Педагогічна майстерність: підручник. Київ : Вища школа, 2004. 422 с.
44. Ирхин В. Н. Теория и практика отечественной школы здоровья: монография. Барнаул : Изд-во БГПУ, 1998. 279 с.
45. Іванова В. В. Формування готовності майбутнього вчителя математики до творчої професійної діяльності: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Кіровоград, 2007. 20 с.
46. Калуська Л. В. Бережемо здоров'я змалку. Харків: Ранок – НТ, 2007. 96 с.
47. Кічук Н. В. Творча особистість вчителя: Педагогічні засади формування. Одеса : «Прінт Майстер», 1999. 87 с.
48. Кукса В. О. До еволюції визначення поняття «здоров'я». URL : // <http://library.rehab.org.ua/ukrainian/phis/kuksa> (дата звернення 17.04.2022 р.).
49. Компетентнісна освіта : від теорії до практики / Н. М. Бібік, І. Г. Єрмаков, О. В. Овчарук та ін. Київ: Плянди, 2005. 120 с.
50. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи (бібліотека з освітньої політики): колективна монографія / Н. М. Бібік, Л. С. Ващенко та ін. Під заг. ред. О. В. Овчарук. К. : «К.І.С.» 2004. 112 с.
51. Коцур Н. Формування здоров'язбережувального простору в загальноосвітніх навчальних закладах. *Рідна школа*. 2012. № 11. С. 60–65.

52. Кругляк О. Я., Кругляк Н. П. Від гри до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури: метод. посіб. Тернопіль : Підручники і посібники, 2000. 80 с.

53. Кузь В. Г. Нова освітня парадигма – нові освітні технології. *Педагогіка і психологія*. 2011. № 2 (71). С. 12-18.

54. Кузьмінський А. І. Педагогіка вищої школи: навч. посіб. Київ : Знання, 2005. 486 с.

55. Кузьмінський А. І. Стан і шляхи збереження і поліпшення здоров'я студентів. *Вісник Черкаського університету. Серія «Педагогічні науки»*. Черкаси. Вип. 15. 2016. 49 с.

56. Кукса В. О. До еволюції визначення поняття «здоров'я». URL : // <http://library.rehab.org.ua/ukrainian/phhis/kuksa>.

57. Курлянд З. Н. Педагогіка вищої школи: навч. посіб. Київ : Знання, 2007. 495 с.

58. Лодатко Є. О. Модельовання в педагогіці: точки відліку. *Педагогічна наука: історія, теорія, практика, тенденції розвитку* : е-журнал. 2010. Вип. 1. URL : http://intellectinvest.org.ua/pedagog_editions_emagazine_pedagogical_science

59. Локк Дж. Думки про виховання. Твори. Т. 3. С. 232–237.

60. Лукьянова Ю. С. Формування готовності майбутніх інженерів-педагогів до використання здоров'язберігаючих технологій у професійній діяльності: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04. Харк. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. Х., 2012. 19 с.

61. Лохвицька Л. В., Андрющенко Т. К. Виховання здорової дитини в сучасній сім'ї. Сім'я – берегиня здоров'я дитини: навч. – метод. посіб. – Тернопіль: Мандрівець, 2010. 228 с.

62. Мантуленко С. В. Формування готовності майбутніх учителів географії до профільного навчання старшокласників: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Кривий Ріг, 2014. 255 с.

63. Мацук Л. О. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до правового виховання молодших школярів : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Тернопіль, 2002. 20 с.

64. Мешко Г. Професійне здоров'я як показник якості професійного життя. С. 148-150.

URL : http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/30289/2/FVT_2019_Meshko_H_M-Occupational_health_as_148-150.pdf

65. Микитюк Г. Ю. Взаємини викладачів і студентів як чинник становлення особистості майбутнього вчителя: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 19.00.07. Київ, 2003. 20 с.

66. Мороз О. Г., Сластьонін В. О. Підготовка майбутнього вчителя : зміст та організація : навч. посіб. Київ : Либідь, 1992. 96 с.

67. Морозов В. В. Формування готовності студентів педагогічних закладів до діалогічного навчання : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04. Кривий Ріг : КДПУ, 2000. 196 с.

68. Наукові підходи до педагогічних досліджень: колективна монографія / за заг. ред. В. І. Лозової. Харків : вид-во Віровець А. П. «Апостроф», 2012. 348 с.

69. Національна доктрина розвитку освіти: затв. Указом Президента України від 17.04.2002 р. *Освіта*. 2002. 24 квіт. (№ 14). С. 2–4.

70. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». URL : <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>

71. Неділько В. П., Камінська Т. М., С. А. Руденко Шляхи покращення здоров'я школярів. *Гігієна населених місць*. Київ, 2004. Вип. 44. С. 546–549.

72. Ничкало Н. Г. Проблеми підготовки підготовки для сучасної професійної школи у системі неперервної освіти. Педагог професійної освіти : зб. наук. праць / АПН України ; Ін-т педагогіки і психології професійної освіти. К. : Наук. світ, 2001. Вип. 1. С. 17– 31.

73. Ничкало Н. Г. Розвиток професійної освіти і навчання в контексті Європейської інтеграції. *Педагогіка і психологія*. 2008. № 1. С. 57–69.

74. Однолеток Т. В., Лянной М. О. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури як педагогічна проблема. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 9. С. 107–109.

75. Олефір Г. В. Сутність проблеми професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Донбасу*. 2011. № 1. С. 20–26.

76. Омельченко Л. П. Омельченко О. В. *Здоров'ятворча педагогіка*. Харків: Вид. група «Основа», 2008. 205 с.

77. Омельченко С., Каліберда Л. *Здоров'язбережувальна педагогіка: сучасні тенденції та перспективи розвитку*. *Рідна школа*. 2012. № 7. С. 25–28.

78. Омельченко С. О. *Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків: монографія*. Луганськ: «Альма-матер», 2007. 352 с.

79. Однолеток Т. В., Лянной М. О. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури як педагогічна проблема. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 9. С. 107–109.

80. Онищенко Н. Технологічний підхід у системі підготовки майбутніх учителів. *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. № 4 (Ч. 2), 2011. С. 105–111.

81. *Педагогіка вищої школи: навч. посіб.* / З. Н. Курлянд, Р. І. Хмелюк, А. В. Семенова та ін.; за ред. З. Н. Курлянд. Київ : Знання, 2007. 495 с.

81. *Педагогічний словник* / за ред. М. Д. Ярмаченка. Київ : Педагогічна думка, 2001. 516 с.

82. *Педагогічні технології у безперервній професійній освіті: монографія*. за ред. С. О. Сисоєвої. Київ : ВІПОЛ, 2001. 504 с.

83. Пеньковець Д. В. Теоретичні аспекти формування професійних якостей у майбутніх учителів фізичної культури. *Зб. наук. праць Уманського держ. пед. ун-ту*. Умань, 2013. Ч. 3. С. 209–214.

84. Підготовка майбутнього вчителя до впровадження педагогічних технологій / за ред. І. А. Зязюна, О. М. Пехоти. К. : «А.С.К.», 2003. 240 с.

85. Пометун О. І. Компетентнісний підхід – найважливіший орієнтир розвитку сучасної освіти. *Рідна школа*. 2005. № 1. С. 65 – 69.

86. Присяжнюк С. І. Вплив здоров'язбережувальних технологій на здоров'я студентів спеціальної медичної групи. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15, *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць. Київ, 2014. Вип. 3. С. 86–92.

87. Професійний стандарт за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти (з дипломом молодшого спеціаліста)» : наказ Міністерства розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства від 23.12.2020 № 2736. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v2736915-20#Text>

88. Савченко О. Я. Здоров'я дітей – пріоритет реформування шкільної освіти. *Шкільний світ*. 2000. № 22. С. 3–7.

89. Свириденко С. О. Формування в учнів умінь і навичок здорового способу життя. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*: зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2005. С. 153–158.

90. Семиченко В. А. Психологія педагогічної діяльності : навч. посіб. / В. А. Семиченко. Київ : Вища школа, 2004. 335 с.

91. Сисоєва С. О. Створення сприятливих умов для педагогічної творчості вчителів. *Соціальна педагогіка і адаптивність особистості*. Суми, 1994. С. 206 – 215.

92. Сисоєва С. О. Сучасні аспекти професійної підготовки вчителя. *Педагогіка і психологія*. 2005. № 4. С. 60 – 66.

93. Словник-довідник з професійної педагогіки / ред.-упоряд. А. В. Семенова. Одеса : Пальміра, 2006. 272 с.

94. Сухенко В. А. Філософські аспекти підходу до формування здорового способу життя. Тези доповідей наукових досліджень викладачів, студентів та

магістрантів на I-й Всеукраїнській науково-практичній конференції «Здоровий спосіб життя – здорова нація – здорове суспільство» 8-9 квітня 2010 року.– Кіровоград: КНТУ, 2010. С.148 – 150.

URL : <https://core.ac.uk/download/pdf/84826443.pdf>

95. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): монографія. Запоріжжя: Запорізький державний університет, 2003. 442 с.

96. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Київ, 2003. 45 с

97. Тарасова С. М. Професійна готовність майбутніх менеджерів до управлінської діяльності. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету ім. В. Винниченка. Педагогічні науки*. Кіровоград, 2006. Вип. № 68. С. 201– 204.

98. Ткаченко В. В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до використання здоров'язбережувальних технологій у дитячих оздоровчих таборах : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Кіровоград, 2015. 20 с.

99. Туркот Т. І. Педагогіка вищої школи : Навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів / Тетяна Іванівна Туркот. К. : Кондор, 2011. 628 с.

100. Турчак А. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок у учнів. *Наукові записки Серія: Педагогічна наука*. Вип. 106. С. 162– 169.

101. Цокур О. С. Педагогіка толерантності як концептуальна основа професійної самосвідомості вчителя нової формації. *Південноукраїнський правничий часопис*. Одеса : Юридичний інститут, 2006. № 1. С. 240–243.

102. Шиян Б. М. Підготовка вчителя фізичної культури третього тисячоліття. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні* : зб. наук. праць. Рівне, 2001. Вип. 2. С. 371–374.

103. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2006. Ч. 2. 248 с.

104. Шукатка О. В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2020. № 70. Т. 4. URL : http://www.pedagogujournal.kpu.zp.ua/archive/2020/70/part_4/43.pdf

105. Щербина І. Ю. Педагогічні умови підготовки майбутніх учителів до здоров'язберігаючого навчання учнів узагальноосвітній школі. дис. ... канд. пед. наук : спеціальність 13.00.04. Черкаси, 2017. 297 с

106. Щербина С. М., Маленков Д. О. Підготовка вчителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності – вимога часу. *Педагогічне Криворіжжя: педагогічний альманах*. Кривий Ріг, 2022. Вип. 8. С. 52 – 54.

107. Ягупов В. В. Педагогіка : навч. посіб. Київ : Либідь, 2002. 560 с.

108. Ярмаченко М. Д. Від Я. А. Коменського до А. С. Макаренка і В. О. Сухомлинського. *Педагогіка і психологія*. 2000. № 4. С. 5–13.

109. Ambach G. Standarts for teachers: potential for improving practice. *Academe*. 1996. Vol. 82. № 3. P. 20–23.

110. Elliot J. *Reconstructing teacher education*. London : Falmer Press, 1993. 184 p.

111. Maslow A. *Motivation and personality*. New York: Addison – Wesley Educational Publishers, Inc., 1987. 293 p.

112. Sellick D. Learning to use the mirror: Reflection and teacher education. *Education today*. 1996. Vol. 46. № 4. P. 11–16.

ДОДАТКИ

Додаток А

АНКЕТА

для визначення рівня обізнаності студентів щодо розуміння актуальності та сутності проблеми здоров'язберігаючої діяльності

1. Чи актуальною, на Вашу думку, є проблема здоров'язбереження підростаючого покоління? Обґрунтуйте свою точку зору.
2. Що Ви розумієте під здоров'язбереженням учнів?
3. Чи вважаєте Ви що вчитель фізичної культури має дбати здоров'язбереження учнів під час організації освітньо-виховного процесу? Поясніть свої міркування.
4. Що Ви розумієте під здоров'язбережувальною діяльністю вчителя?

5. Яким чином, на Вашу думку, учителю фізичної культури можна організувати здоров'язбережувальну діяльність у базовій середній школі?
6. Чи важливою, на Ваш погляд, є проблема підготовки майбутнього учителя фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності у базовій середній школі у процесі професійної підготовки у закладі вищої освіти?
7. Що має передбачати професійна підготовка, щоб підготувати майбутнього учителя фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності у базовій середній школі?

**Оцінка мотивації ставлення майбутніх учителів до здійснення
здоров'язбережувальної діяльності**

Усі пункти шкали оцінюються в балах від 1 до 5 та виражають позитивне або негативне ставлення до здоров'язбережувальної діяльності. Загальна оцінка складається з балів за рядками. Варіанти відповідей на судження можуть бути «так», «скоріше так, ніж ні», «не можу відповісти», «скоріше ні, ніж так», «ні».

1. Чи бажали б Ви створити щось нове у сфері своєї майбутньої професійної діяльності?
2. Якщо Ви позбавитесь можливості працювати вчителем, то чи втратить сенс Ваше життя?
3. Чи лякають Вас несподіванки у професійній діяльності, які потребують нових виходів із ситуацій?
4. Чи вважаєте Ви, що навчальні заняття сприяють збереженню здоров'я учнів?
5. Чи відвідували б Ви заради нових професійних знань щодо здоров'язбережувальної діяльності спеціальні заняття, навіть, якщо це пов'язано з незручностями?
6. Чи вбачаєте Ви в учневі активного учасника освітньо-виховного процесу?
7. Чи вважаєте Ви, що тільки знання, отримані Вами під час навчання у закладі вищої освіти, дають можливість здійснювати професійну діяльність, спрямовану на збереження і зміцнення здоров'я учнів?
8. Чи вважаєте Ви, що Ваша професійна діяльність надасть можливість Вам поліпшити стан здоров'я школярів?
9. Чи вважаєте Ви, що організація здоров'язбережувальної діяльності учнів має першорядне значення, сприяючи збереженню і зміцненню їхнього здоров'я?
10. Чи згодні Ви з тим, що під час організації освітнього процесу в школі треба дбати про збереження і зміцнення здоров'я учнів?
11. На Вашу думку, чи обов'язково завдання збереження і зміцнення здоров'я учнів повинне супроводжувати Вашу професійну діяльність?
12. Чи є у Вас утруднення при здійсненні здоров'язбережувальної діяльності?

13. Чи враховували Ви, обираючи професію, стан власного здоров'я?

14. Чи втрачає учитель, який займається науково-дослідницькою роботою, пов'язаною із здоров'язбереженням, можливість спілкування з учнями?

15. Чи зацікавлюють Вас нові ідеї, що спрямовані на збереження і зміцнення здоров'я учнів під час організації навчально-виховного процесу?

Загальна сумарна оцінка результатів складається за ключем, наведеним у таблиці:

	№ запитання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Відповіді	Так	5	5	1	5	5	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5
	Скоріше так, ніж ні	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4
	Не можу відповісти	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	Скоріше ні, ніж так	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2
	Ні	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1

Ступінь мотивації ставлення майбутніх учителів здоров'язберігаючого навчання учнів

Ступінь мотивації	Низький	Середній	Достатній	Високий
Сума балів	15 – 29	30 – 44	45 – 59	60 – 75

АНКЕТА

для виявлення стану готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності у базовій середній школі

Шановні майбутні вчителі! Просимо Вас відповісти на запитання цієї анкети з метою виявлення стану Вашої готовності до здоров'язберезувальної діяльності у базовій середній школі..

Уважно прочитайте питання та відповіді. Підкресліть обрані відповіді або допишіть свої. За необхідності наведіть декілька варіантів відповідей.

П.І.Б. _____

1. Чи вважаєте Ви, що здоров'я – найдорожчий скарб, найважливіша цінність, про збереження та зміцнення якої має дбати учитель фізичної культури?

а) так; б) ні; в) не знаю.

2. Спираючись на Ваш власний досвід, вкажіть, наскільки актуальною для сучасної школи є проблема реалізації здоров'язберезувальної діяльності учителя фізичної культури?

а) важлива; б) є важливіші питання; в) не знаю.

3. Як систематично Ви використовуєте на заняттях здоров'язберезувальні технології у роботі над собою (з учнями) ?

а) постійно; б) інколи; в) не здійснюю; г) не знаю.

4. З якою метою Ви використовуєте технологію здоров'язберезувальні технології?

а) створення психологічного комфорту; б) підвищення успішності;
в) стимулювання пізнавального інтересу; г) економія фізичних сил і збереження психічного здоров'я учнів; д) зняття навчальних перевантажень; е) не знаю; є) інша мета (вкажіть) _____

5. Що Ви використовуєте при підготовці до заняття здоров'язберігаючої спрямованості?

а) методичну літературу; б) дидактичну літературу; в) науково-популярну літературу; г) періодичні видання з педагогіки; д) матеріали засідань науково-методичних семінарів; е) взаємодопомогу вчителів; є) нічого не використовую; ж) інші джерела (вказіть) _____

6. Що, на Вашу думку, є найбільш ефективним у впровадженні здоров'язберезувальної діяльності?

а) індивідуальний підхід; б) використання прийомів гармонізації інтелектуальної та емоційної сторін навчання; в) методичні прийоми зняття психічного, фізичного перевантаження; г) ігрова діяльність; д) демократизація стосунків з учнями; е) зв'язок із життям і власним досвідом учнів; є) не знаю; ж) інше (вказіть) _____

7. Що викликає у Вас утруднення при реалізації здоров'язберезувальної діяльності?

а) планування; б) недостатній рівень пізнавальної активності учнів; в) установлення взаємин із учнями; г) незабезпечення емоційно сприятливого клімату на уроці; д) недостатній рівень власної підготовки до здоров'язберігаючого навчання учнів; е) відсутність методичних рекомендацій; є) інші утруднення (вказіть) _____

8. Чи обов'язкова, на Вашу думку, організація у школі спеціального комплексу заходів для здоров'язбереження учнів?

а) так; б) ні; в) не знаю.

9. Ваші пропозиції щодо підвищення рівня підготовки учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної діяльності в базовій середній школі.

а) проведення семінарів із цієї проблеми; б) періодичний розгляд та обговорення цього питання на педагогічних нарадах; в) більш детальний розгляд цього питання у процесі підвищення кваліфікації; г) видання методичних рекомендацій та посібників; д) немає пропозицій; е) інші (вказіть) _____

10. Яке Ваше ставлення до використання прийомів збереження та розвитку здоров'я учнів засобами навчальної роботи?

а) позитивне; б) частково позитивне; в) негативне.

11. Як Ви ставитесь до вияву ініціативи учнів щодо власного здоров'язбереження ?

а) позитивно; б) частково позитивно; в) негативно.

12. Як на Вашу думку, чи часто варто проводити на заняттях бесіди, диспути, дискусії з питань збереження й розвитку здоров'я учнів?

а) так, дуже часто; б) інколи; в) рідко; г) ніколи не проводити.

16. Який стиль педагогічної діяльності найбільш зручний та ефективний для Вас? а) авторитарний; б) ліберальний; в) демократичний.

Дякуємо за участь в анкетуванні!

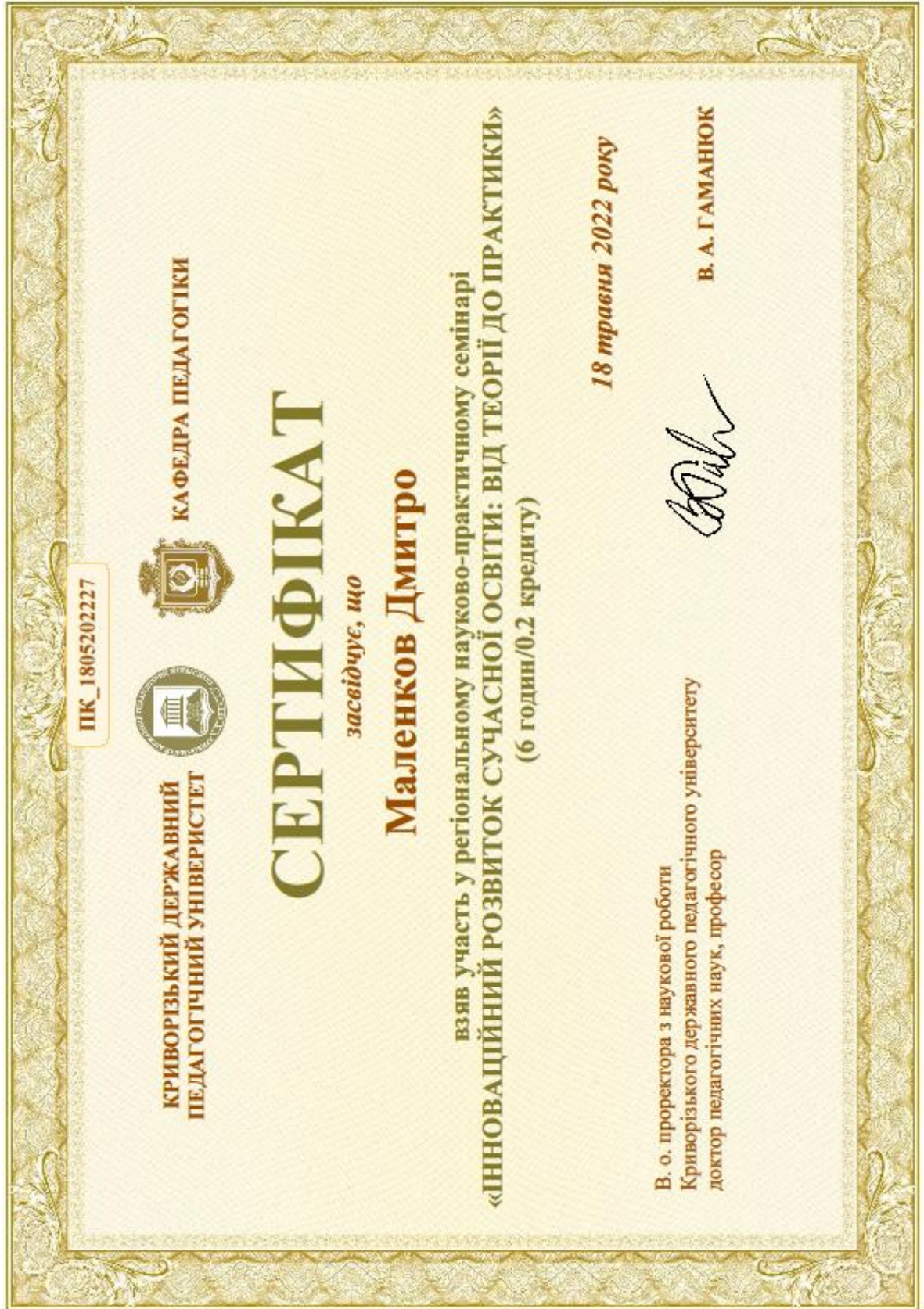
Додаток Г

Карта-схема самооцінки рівня готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберігаючої діяльності

Для самооцінки рівня готовності майбутніх учителів до здоров'язберігаючого навчання студентам пропонується поставити знак «+» у графі, що відповідає рівню вияву показника

№/п	Показники	Високий	Середній	Низький
1.	Володіння методикою здоров'язбережувальної діяльності			
2.	Наявність рухових умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності			
3.	Наявність гностичних умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності			
4.	Наявність комунікативних умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності			
5.	Наявність конструктивних умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності			
6.	Наявність організаційних умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності			
7.	Наявність проєктувальних умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності			
8.	Знання гігієнічних норм і вимог під час організації уроку та їх дотримання			
9.	Умінь використовувати			

	прийоми емоційного розслаблення, зняття психоемоційного та статичного напруження			
10.	Знання здоров'язберезувальних технологій та уміння їх використовувати			
11.	Наявність знань та умінь відбирати здоров'язберезувальні прийоми, методи,			
12.	Уміння створювати здоров'язберезувальне середовище в закладі освіти			
11.	Володіння способами збору й аналізу інформації про стан здоров'я учнів			
12.	Уміння ставити конкретні цілі й завдання уроку з урахуванням здоров'язбереження учнів			



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; *Щербина 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.

УДК 37(477.63)

© Криворізький державний педагогічний університет, 2022.
© Колектив авторів, 2022.

РОЗДІЛ 2

ПЕДАГОГІЧНИЙ САМОМЕНЕДЖМЕНТ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ УПРАВЛІНСЬКИЙ ІНСТРУМЕНТ У
ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛЯ

Будонь М. В. Можливість позашкільного закладу освіти для реалізації технології «Педагогічний дизайн»	43
Волощук І. А. Інноваційний освітній менеджмент вчителя в умовах воєнної дійсності	45
Герасимова О. В. Підготовка майбутніх вчителів-логопедів до професійної діяльності в умовах Нової української школи як актуальна проблема	46
Ковельська І. М., Орешечко Н. В. Перспективи проектування діяльності практичного психолога на основі самооцінювання результатів роботи	48
Король А. М. Формування творчої моделі особистості майбутнього вчителя у сучасних дидактичних підходах	49
Лисоконь І. О. Корпоративна соціальна відповідальність в Україні: сучасні тренди у вищій школі	51
Щербина С. М., Маленков Д. Підготовка вчителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності – вимога часу	52
Микитенко М. В. Сутність студентоцентричного підходу, його вплив на учасників освітнього процесу	54
Мотуз Т. В. Особливості професійного розвитку вчителя в сучасних умовах	56
Поляковська О. О. Організаційні форми реалізації доуніверситетської підготовки іноземних громадян у закладах вищої освіти Дніпропетровської області	57
Соколова Е. Т., Мамедова І. О. Практична реалізація педагогічного самоменеджменту у професійній діяльності вчителя географії	58
Тимофієва Л. Є. Управлінські аспекти розробки системи запровадження сучасних інформаційних технологій в практику діяльності закладу в умовах дистанційної освіти	59
Чигрина В. А., Слободенюк О. О. Стан і розвиток індивідуальної освітньої траєкторії в історії педагогічної думки	61

РОЗДІЛ 3

ОСВІТНІ ІННОВАЦІЇ: ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ

Ахматова Н. О. Використання технологій дистанційного навчання під час викладання хімії в 7-8 класах	62
Висоцька Л. В. Нормативне підґрунтя забезпечення якості освіти у закладі фахової передвищої освіти	63
Вівчаренко О. Б. Використання методу проєктів у процесі викладання української літератури	65
Соловйова В., Скрикєра Л., Попова О., Руденко В., Непомняща О., Мюллер М., Руда А. Реалізація інноваційних технологій навчання в початкових класах в умовах Нової української школи	68
Данилик Ю. О. Впровадження здоров'язберігаючого навчання у процесі вивчення навчальної дисципліни «Основи здоров'я»	73
Калутін Р. Ю. Як розв'язування задач формує логічне мислення?	76
Кірстя О. М. Формування математичної компетентності учнів 5-6 класів засобом використання інтерактивних методів навчання	78
Кононюк Д. О. Використання комп'ютера як ефективного засобу навчання у процесі вивчення біології	81

логопедична кімната, сенсорна кімната, молодіжний центр, центр сприяння працевлаштування студентів та випускників, психологічна служба, студентський клуб тощо [4].

Існує різниця між корпоративною соціальною відповідальністю бізнес-сектору та закладів вищої освіти. Бізнес впливає на фінансово-економічне життя населення і задає соціальні тренди незалежно від сфери людського життя. Бізнес-сектор в пріоритетних завданнях визначає підвищення іміджу власного продукту і пошук можливих шляхів для його популяризації.

В галузі вищої освіти синергія бізнесу та закладів освіти, для реалізації сучасних соціальних трендів, можлива через державно-приватно-громадську систему управління. Така система дозволяє віднайти оптимальну індивідуальну траєкторію взаємодії та розвитку закладу вищої освіти з іншими суб'єктами приватного права. Найбільш популярними механізмами підтримки соціальних проєктів або ініціатив корпоративної соціальної відповідності у вищій школі є залучення інвестицій.

На думку Т. Яровенко «залучення інвестицій у сферу освіти є ключовим аспектом, що забезпечує її розвиток, а інвестиції в освітні інновації – пріоритетний напрям, який забезпечує інноваційний розвиток цієї сфери» [8, с. 153]. На нашу думку твердження дослідниці досить влучно характеризує процес вкладання позабюджетних коштів у державну систему вищої освіти. Залучення інвестицій для реалізації соціальної місії вітчизняних університетів дозволить сприяти підвищенню конкурентоспроможності освітніх установ, створити позитивний вплив на їх освітню діяльність, науково-дослідницьку роботу, мотивувати професорсько-викладацький колектив

до створення й реалізації нових проєктів розвитку закладів вищої освіти, розвивати інфраструктуру та поширювати сучасні європейські цінності для сталого розвитку.

Важливим етапом корпоративної соціальної відповідальності вищої школи є реалізація соціально корисних проєктів. Заклад вищої освіти, що реалізує свою власну соціальну програму та гармонізує свої відносини із бізнесом та територіальною громадою, відчуває відповідальність перед учасниками освітнього процесу і партнерами, встановлює кроссекторальні зв'язки із бізнесом та стає конкурентоспроможним закладом освіти.

На підставі вище викладеного можна зробити висновок, що аналіз корпоративної соціальної відповідальності в галузі вищої освіти як пріоритет освітньої політики дозволив нам визначити потребу системи до системних інтеграційних змін. Вітчизняне освітнє середовище має багато позитивних практик впровадження соціальних трендів у роботу закладу вищої освіти, що сприяє підвищенню рівня його іміджу на різних рівнях. Варто зазначити, що перелік сучасних моделей інвестування у вищу школу є невичерпним і основною їх відмінністю є форми організації, тривалість та кінцевий результат. Першочергово для бізнес-сектору цікаві соціальні проєкти, які спрямовані на отримання максимально позитивного ефекту та ресурсів. Наукові розвідки щодо питань корпоративної соціальної відповідальності у вітчизняному педагогічному дискурсі лише набирають обертів і тому існує потреба у подальших ґрунтовних наукових дослідженнях даного питання.

Література

1. Державний університет економіки і технологій. Кривий Ріг. 2022. URL: <https://www.duet.edu.ua/>.
2. Криворізький державний педагогічний університет. Кривий Ріг. 2022. URL: <https://kdpu.edu.ua/>.
3. Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова. Київ. 2021. URL: <https://npu.edu.ua/>.
4. Структура молодіжного центру Криворізького державного педагогічного університету. Кривий Ріг. 2021. URL: <https://kdpu.edu.ua/stubkhab/pro-nas/struktura.html>.
5. Львівський національний університет ім. І. Франка. Львів. 2022. URL: <https://lnu.edu.ua/>.
6. Сумський державний університет. Суми. 2021. URL: <https://sumdu.edu.ua/uk/>.
7. Саврикіна М. Що таке корпоративна соціальна відповідальність і навіщо вона. Львівська торгово-промислова палата. Львів. 2019. URL: <https://lcci.com.ua/shho-take-korporativna-socialna-vidpovidalnist-i-chomu-vona-vazhlyva/>.
8. Яровенко Т. Інвестиційна політика у сфері освіти України та механізм її реалізації. Економіка і організація управління. 2014. № 3/19–4/20. С. 153.

Шербина С. М.,
канд. пед. наук, доцентка,
Маленков Л. О.,
магістрант кафедри педагогіки, КДПУ,
м. Кривий Ріг

ПІДГОТОВКА ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ – ВІНМОГА ЧАСУ

У статті розкрито сутність поняття «здоров'язбережувальна діяльність» та обґрунтована необхідність підготовки вчителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в базовій середній школі.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язбереження учнів, здоров'язбережувальна діяльність учителя, здоров'язберігаючі освітні технології.

The article defines the concept of «health-saving activity» and substantiate the necessity of training the physical education teachers for health-saving activity in basic secondary school.

Key words: health, saving the students' health, health-saving activity of a teacher, health-saving educational technologies.

У системі цінностей, які у пріоритеті у будь-якої цивілізованої нації, особливе місце відводиться здоров'ю людей. Здоров'я нації визначається насамперед станом здоров'я підрастаючого покоління. Збереження та зміцнення морального, фізичного та психічного здоров'я школярів є одним із важливих завдань сучасної школи.

В умовах модернізації української освіти основні зусилля спрямовані на підготовку конкурентоспроможного фахівця нової формації, що відповідає сучасним вимогам. Одним із обов'язкових критеріїв конкурентоспроможного фахівця в галузі фізичної культури є його знання, вміння та навички відновлювати, зберігати й зміцнювати здоров'я учнів, тобто рівень і якість оволодіння ним здоров'язбережувальною діяльністю, яка, в свою чергу, забезпечить здоров'язберігаюче навчання.

На необхідності збереження та зміцнення здоров'я учасників освітнього процесу наголошують у своїх працях науковці: Р. Айзман, М. Аносова, М. Безруких, В. Безрукова, Л. Борисова, Е. Вайнер, Н. Віноградова, Ю. Гаврілова, Е. Дегтярев, Б. Доминський, О. Емельянова, В. Зверєва, Е. Ісаєва, В. Ковалько, В. Колбанова, Л. Кондрашова, В. Кучма, Н. Лазарева, Р. Матківський, Л. Мозжухіна, Т. Молчанова, В. Муравйов, О. Непомілуєва, Е. Нестеренко, М. Остапенко, Н. Полуїна, Ю. Синицих, Н. Созінова, Ю. Смирнова, М. Степанова, Л. Татарникова, П. Храпцов, А. Хришкова, І. Чулаха, В. Шувалова, О. Шиняєва та ін.

Аналіз шкільної практики свідчить про те, що успіх вчителів фізичної культури забезпечується його підготовленістю до здійснення здоров'язбережувальної діяльності.

Актуальним постає питання підготовки вчителів фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, що включає: озброєння його необхідними знаннями з теорії і методики формування здорового способу життя; формування спрямованості на збереження і зміцнення власного здоров'я та здоров'я учнів, здатності формувати у вихованців уміння і навички здорового способу життя; проектування та практична реалізація здоров'язберігаючої стратегії, а також використання під час організації освітнього процесу здоров'язбережувальних технологій.

Мета статті – розкрити сутність та роль здоров'язбережувальної діяльності вчителів фізичної культури у збереженні та зміцненні здоров'я учнів.

В організації здоров'язберігаючого навчання у шкільній практиці провідна роль належить учителю. Успіх діяльності педагога залежить від того, наскільки він усвідомлює можливість впливу навчального процесу на здоров'я кожного учня, які конкретно заходи допомагають йому підвищити здоров'язбережувальний ефект педагогічної діяльності.

Здоров'язбережувальна діяльність вчителя передбачає вирішення проблем, пов'язаних із розвитком психічного здоров'я та попередження різних його порушень в учнів. Поділяючи думки сучасних науковців, ми вважаємо, що здоров'язбережувальна діяльність вчителя – це складний, динамічний та багатограничний процес, що характеризується поліфункціональністю дій сучасного педагога.

Головна мета здоров'язбережувальної діяльності – це турбота про гарне самопочуття учня у навчальному

процесі, його місці у шкільному середовищі, «надання йому своєчасної психолого-педагогічної допомоги у складних ситуаціях, у виборі напрямку навчання та професії, відборі відповідних форм навчання, залучення до різних форм суспільного життя» [1, с. 61]. Здоров'язбережувальна діяльність – це система заходів, що включає взаємозв'язок і взаємодію всіх факторів освітнього середовища, спрямованих на збереження й активне формування здоров'я, на навчання здоровому способу життя кожного учня. Здоров'язбережувальна діяльність вчителя дозволяє долати емоційну перевтому, негативні емоції, стани пригніченості, апатію, спалахи роздратування, відчуття постійної напруги, дискомфорту, байдужості до оточуючих, цинізм, агресію.

Підготовка майбутнього вчителя до здоров'язбережувальної діяльності є актуальною педагогічною проблемою і одним із шляхів формування готовності майбутнього вчителя до здоров'язбережувальної діяльності є оволодіння ним у процесі навчання в закладі вищої освіти здоров'язберігаючими освітніми технологіями.

Аналіз наукової літератури дозволяє стверджувати, що під здоров'язберігаючою освітньою технологією науковці розуміють систему, що створює максимально можливі умови для збереження, зміцнення і розвитку духовного, емоційного, інтелектуального, особового і фізичного здоров'я всіх суб'єктів освіти (учнів та педагогів). До цієї системи належать: використання медичних даних моніторингу стану здоров'я учнів з власними спостереженнями у процесі реалізації освітньої технології; її корекція; облік особливостей вікового розвитку учнів та розробка освітньої стратегії для учнів даної вікової групи; створення сприятливого емоційно-психологічного клімату в процесі реалізації технології; використання різноманітних видів здоров'язберігаючої діяльності учнів, спрямованих на збереження і підвищення резервів здоров'я, працездатності.

Ми поділяємо точку зору дослідниці Г. Циганової, яка вважає, що «основними компонентами здоров'язберігаючої технології виступають:

- аксіологічний, що виявляється в усвідомленні учнями здоров'я як вищої цінності, переконаності в необхідності вести здоровий спосіб життя, який дозволяє якнайповніше здійснити намічені цілі, використати свої розумові і фізичні можливості;
- гносеологічний, пов'язаний з придбанням необхідних для процесу здоров'язбереження знань і умінь, пізнанням себе, своїх потенційних здібностей і можливостей, інтересом до питань власного здоров'я, до вивчення літератури з даного питання, різних методик щодо оздоровлення і зміцнення організму;
- здоров'язберігаючий, що містить у собі систему цінностей і установок, які формують систему гігієнічних навичок і умінь, необхідних для нормального функціонування організму, а також систему вправ, направлених на вдосконалення навичок і умінь по догляду як за самим собою, так і навколишнім середовищем;
- емоційно-вольовий, який включає прояв психологічних механізмів – емоційних і вольових, оскільки необхідною умовою збереження здоров'я є позитивні емоції та переживання, завдяки яким у людини закріплюється бажання вести здоровий спосіб життя, спрямований на формування досвіду взаємостосунків особи і суспільства;

– екологічний, що враховує те, що людина як біологічний вид існує в природному середовищі, яке забезпечує людську особу певними біологічними, економічними і виробничими ресурсами, формує її фізичне здоров'я і духовний розвиток;

– фізкультурно-оздоровчий, такий, що припускає оволодіння способами діяльності, направленими на підвищення рухової активності, попередження гіподинамії і спрямований на засвоєння особистісно-важливих життєвих якостей, які підвищують загальну працездатність, а також навичок особистої і суспільної гігієни» [2, с. 37–39].

За характером діяльності здоров'язберігаючі технології можуть бути як часткові (вузькопрофільні), так і комплексні (інтегровані).

За напрямом діяльності серед часткових здоров'язберігаючих технологій виділяють: медичні (технології профілактики захворювань; корекції та реабілітації соматичного здоров'я; санітарно-гігієнічної діяльності); освітні, що сприяють здоров'ю (інформаційно-навчальні та виховні); соціальні (технології організації здорового і безпечного способу життя; профілактики і корекції девіантної поведінки); психологічні (технології профілактики та психокорекції психічних відхилень особистісного та інтелектуального розвитку). До комплексних здоров'язберігаючих технологій відносять: технології комплексної профілактики захворювань, корекції та реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі та валеологічні); педагогічні технології, що сприяють здоров'ю; технології, що формують здоровий спосіб життя.

Вирішуючи проблему зміцнення і збереження здоров'я учнів, можна стверджувати, що однією з умов її розв'язання є готовність майбутнього вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у процесі навчання школярів у загальноосвітній школі.

Література

1. Теоретические основы здоровьесберегающей деятельности учителя : монография / под ред. : д-р. пед. наук, проф. Л. Кондратовой и д-р. пед. наук, проф. А. Клим-Климатевской. Седьце – Черкассы : УПХ – ЧНУ им. Б. Хмельницкого, 2014. С. 61–62.
2. Циганов Г. В. Реалізація здоров'язберігаючих освітніх технологій в навчально-виховному процесі. URL: http://zpschool63.ucoz.ua/publ/ciganov_g_v_realizacija_zdorov_jazberigajuchihk_ostvnikh_tekhnologij_v.

Микитенко М. В.,
аспірантка кафедри педагогіки, КДПУ,
м. Кривий Ріг

СУТНІСТЬ СТУДЕНТОЦЕНТРОВОГО ПІДХОДУ, ЙОГО ВПЛИВ НА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Здобувачі освіти є одними з основних стейкхолдерів вищої освіти, орієнтація на задоволення їх потреб, стає в центрі розвитку вищої освіти. Викладачі виступають помічниками, людьми які не просто передають знання, а навчають навчатися, допомагають вибудувати власну освітню траєкторію, власні пріоритети, спеціалізацію. Заклад вищої освіти є першою сходинкою для розвитку особистості, побудови кар'єри, свідомого громадянина.

Ключові слова: студентоцентризм, здобувачі освіти, заклади вищої освіти.

Applicants are one of the main stakeholders in higher education, the focus on meeting their needs is becoming a focus of higher education. Teachers are assistants, people who do not just pass on knowledge, but teach to learn, help build their own educational trajectory, their own priorities, specialization. Higher education is the first step to personal development, career building, conscious citizenship.

Key words: student-centeredness, students, higher education institutions.

Сучасна парадигма вищої освіти акцентує компетентностей та результатів навчання освітню діяльність закладів вищої освіти на здобувачів. У таких умовах пріоритетного значення формування чітких професійно вагомих у підготовці фахівців набуває студентоцентризм.