

5. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів : монографія / Наталя Назарівна Завидівська. – К. : УБС НБУ, 2012. – 402 с.
6. Mosiychuk L. V. Chinniki formuvannya u students'koi molodi stiyikih motiviv ta zvyчки do sistematicnih zanyat' fizichnim vihovannyam / L. V. Mosiychuk, A. B. Dzyubanovs'kii, B. I. Mel'nikovich // Teoriya ta metodika fizichnogo vihovannya. – 2009. – N 2. – S. 46–47.
7. Rozporyadzhennya Kabinetu Ministriv Ukraini vid 21 travnya 2008 r. N731–r. Konkenciya Zagal'noderzhavnoi cil'ovoi social'noi programi «Zdorova naciya» na 2009–2013roki. [Elektronniy resurs]. – Rezhim dostupu : <http://portal.rada.gov.ua>.
8. Ukaz Prezidenta Ukraini vid 17 kvitnya 2002 roku N 347/2002 «Nacional'na doktrina rozvitku osviti v Ukraini u XXI st». [Elektronniy resurs]. – Rezhim dostupu : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>
9. Formuvannya zdorovogo sposobu zhittya molodi: problemi i perspektivi : Monografiya / O. Yaremenko, O. Balakirova, O. Vakulenko ta in. K. : Ukrains'kii institut social'nih doslidzhen', 2000. – 207 s.
10. Yadviga Yu. P. Fizichne vihovannya studentiv vishogo navchal'nogo zakladu ekonomichnogo profilyu v period transformacii vishoi osviti Ukraini v evropeis'kii prostir : avtoref. dis. na zdobuttya nauk. stupenya kand. nauk iz fizichnogo vihovannya i sportu : spec. 24.00.02 «Fizichna kultura, fizichne vihovannya riznih grup naseleння» / Yu. Yadviga. – K., 2011. – 22 s.
11. 2008 Physical Activity Guidelines for Americans. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.health.gov/paguidelines/guidelines/summary.aspx>
12. Haskell W. L. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association / W. L. Haskell, I. M. Lee, R. R. Pate et al. // Med Sci Sports Exerc. – 2007; 39:1423–34.

УДК 378:796.071.4.035

**Данилевич М. В.**  
**Львівський державний університет фізичної культури**

#### **ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ ДО РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

*У статті готовність майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності розглядається як інтегративна особистісна якість, яка визначає стан особистості суб'єкта і включає мотиваційно-ціннісне ставлення до цієї діяльності, систему професійно орієнтованих знань, умінь та навичок, що дозволяють продуктивно їх використовувати при вирішенні професійних завдань. У структурі готовності майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності автором виокремлено такі структурні компоненти: мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий та особистісний.*

**Ключові слова:** формування готовності, майбутні фахівці з фізичного виховання та спорту, рекреаційно-оздоровча діяльність.

**Данилевич М. В. Теоретические основы формирования готовности будущих специалистов по физическому воспитанию и спорту к рекреационно-оздоровительной деятельности.** В статье готовность будущего специалиста по физическому воспитанию и спорту к рекреационно-оздоровительной деятельности рассматривается как интегративное личностное качество, которое определяет состояние личности субъекта и включает мотивационно-ценностное отношение к этой деятельности, систему профессионально ориентированных знаний, умений и навыков, позволяющих использовать их при решении профессиональных заданий. В структуре готовности будущего специалиста по физическому воспитанию и спорту к рекреационно-оздоровительной деятельности автором выделены такие структурные компоненты: мотивационный, когнитивный, эмоционально-волевой и личностный.

**Ключевые слова:** формирование готовности, будущие специалисты по физическому воспитанию и спорту, рекреационно-оздоровительная деятельность.

**Danylyevych M. V. The Theoretical Grounds for Training of Prospective Physical Education and Sports Specialists Engaged in Recreation and Health-Related Activities.** The paper considers the preparedness of prospective physical education and sports specialists engaged in recreation and health-related activities as integral personal quality, which defines the state of an individual and includes motivational attitude to the mentioned activities, system of profession-oriented knowledge and skills that allow their effective application while solving professional problems. The author paid attention to the following structural components as motivational, cognitive, emotional and personal ones during the process of training of prospective physical education and sports specialists engaged in recreation and health-related activities. Motivational component reflects the students' attitude to the health-related activity as the main domain of their further activity, focusing on the chosen activity. This component includes the will to health-related activity, interest in working out health-related technologies, comprehension of value of basic knowledge transferred into new conditions as the ground for health-related activity, wish to be independent designing a model of health-related activities as the means of professional self-affirmation and self-actualization, admiration and determination to self-education in the field of chosen specialty: confidence of necessity to gain health-related activity skills for successful professional work. Cognitive component reflects comprehension of physical recreation principles, means of physical recreation activities, theoretical grounds for health-related

activities and comprehension of their application into the process of modeling of objects in the field of physical education and sport, integration of basic knowledge into new conditions while solving creative tasks as for working out the means of recreational and health-related activities. Emotional component reflects subjective value of the profession; personal responsibility for the professional activity before clients and employers; confidence in successful solving of professional tasks. Personal component reflects the integrity of personal and professional characteristics of prospective specialist in the field of physical education and sport that can be realized in his/her ability successfully and effectively provide recreational and health-related activities aimed to solving professional tasks.

**Key words:** forming of preparedness, prospective experts in physical education and sport, recreational and health-related activity.

**Вступ.** Соціально-економічні та політичні зміни, що відбуваються в сучасному українському суспільстві, вимагають від випускників вищих навчальних закладів високого рівня готовності здійснювати професійну діяльність відповідно до європейських стандартів якості. Важливою відмінною рисою сучасної вищої фізкультурної освіти є посилення ціннісно-гуманістичних аспектів фізичної культури. На сьогодні в Україні існує потреба у фахівцях з фізичного виховання та спорту, здатних проводити рекреаційно-оздоровчу діяльність, що є вкрай важливим для пропаганди здорового способу життя, профілактики захворювань та підвищення рівня рухової активності різних верств населення. Рекреаційна діяльність – це процес раціонально організованої психофізичної активності людини, яка спрямована на відновлення і розвиток фізичних і духовних сил людини у вільний від основних професійних, родинних і громадських обов'язків час. Питанням фізичної рекреації присвячено чимало робіт зарубіжних (С. Bouchard [6], Т. Wolanska [7], Krawczyk [8]) фахівців. Професійна діяльність фахівців з фізичного виховання та спорту досліджувалася у працях багатьох українських (М.В. Дутчак, Є.А. Захаріна, Л.І. Іванова, Р.П. Карпюк, А.П. Конох, В.І. Наумчук, Є.Н. Приступа, Л.П. Суценько, О.В. Тимошенко, Б.М. Шиян та ін.) та зарубіжних (Дж. Берендей, Е. Міранте, А. Соломон, Д. Райжс, Т. Стінет та ін.) науковців. В Україні наразі є актуальними проблеми, пов'язані з підготовкою майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності. Робота виконана відповідно до плану НДР Львівського державного університету фізичної культури.

**Формулювання мети дослідження.** Мета статті полягає у визначенні теоретичних основ формування готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності.

**Результати дослідження.** Модернізація сучасної вищої фізкультурної освіти, в основі якої лежить гуманізація і гуманітаризація навчально-виховного процесу, визначає нові орієнтири її розвитку. Головною метою є виховання всебічно розвинутої особистості фахівця з фізичного виховання та спорту, компетентного, мобільного, готового до зовнішніх і внутрішніх змін, здатного до створення і здійснення стратегій професійного зростання. Професійна підготовка майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту повинна організовуватися на принципах пріоритетності розвитку суб'єктності студента, актуалізації його духовного потенціалу, створення умов для його плідного творчого самовираження, що безпосередньо пов'язано з ефективністю підготовки до професійного саморозвитку. Професійний саморозвиток майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту передбачає усвідомлення своєї відповідальності за процес професійного самовдосконалення, наявність умінь його проектувати, здійснювати і регулювати, бажання і здатність постійно підтримувати і коригувати своє професійне зростання. Аналіз наукової літератури свідчить про відсутність в Україні фундаментальних праць з теоретико-методичних засад підготовки фахівців у сфері фізичної рекреації. На думку О.В. Андреевої, потребують розробки та теоретичного обґрунтування підходи до відбору і структурування змісту та програмно-методичного забезпечення навчального процесу у вищих навчальних закладах України [1, с. 231]. Для підвищення якості вищої фізкультурної освіти, ефективності підготовки компетентного та конкурентоздатного фахівця з фізичного виховання та спорту, як вважають Ю.Войнар, Д. Наварецький та І. Глазирін, необхідно вирішити основні протиріччя, які характеризуються: «необхідністю підвищення рівня освіченості майбутніх фахівців у гуманітарному просторі фізичної культури та готовності до осягання її широкого ціннісного змісту; діяльною природною активністю, яка притаманна студентській молоді та проявами її в засвоєнні методів і способів пізнавальної чи практичної діяльності в сфері фізичної культури; вагомістю проявів студентом суб'єктивної позиції в освітньому процесі та використанням педагогічних технологій, які розвивають особистість і забезпечують її становлення та вияви» [2, с. 14]. Враховуючі зростаючі вимоги до фахівців з фізичного виховання та спорту, об'єктивні труднощі в професійній орієнтації, пов'язані з організацією рекреаційно-оздоровчої діяльності, необхідно особливу увагу приділити оновленню змісту, відбору засобів і методів, спрямованих на формування вмінь та навичок студентів. На сьогоднішній день недостатньо використовується потенціал рекреаційно-оздоровчої діяльності як чинника удосконалення психічних і фізичних здібностей, відновлення та зміцнення здоров'я людини.

У спеціальній літературі з фізичної культури та спорту використовується здебільшого поняттям «фізична рекреація». У трактуванні Г.І. Бердуса поняття «фізична рекреація» – це органічна частина фізичної культури, специфічним змістом якої є рухова діяльність, спрямована на задоволення потреби людини активно відпочивати для адаптації, відновлення, зміни діяльності, а також удосконалення особистої конституції фізичної та духовної [5, с. 2]. На думку В.М. Видріна, «фізична рекреація – це процес використання фізичних вправ, ігор, розваг, а також природних чинників для активного відпочинку, зміни виду діяльності, відволікання від процесів, що спричиняють фізичну, психічну й інтелектуальну втому, отримання задоволення від занять фізичними вправами» [3, с. 2]. Отже, сутність фізичної рекреації полягає, передусім, у визначенні цього явища (процесу) як системи різноманітних занять, що ґрунтується на використанні спеціально організованої рухової активності у формі фізичних вправ зі застосуванням природних і гігієнічних чинників упродовж вільного часу людини добровільно та для відпочинку, відновлення власних сил, отримання задоволення, удосконалення психічних і

фізичних здібностей, відновлення та зміцнення здоров'я. В «Енциклопедії освіти» поняття «готовність до діяльності» трактується як «стан мобілізації психологічних і психофізіологічних систем людини, які забезпечують виконання певної діяльності» [4, с. 240].

Аналіз літератури дозволяє нам виділити два основні підходи до визначення змісту поняття «готовність до діяльності»: функціональний (Е.С. Кузьмін та ін.) і особистісний (М.І. Дьяченко, Л.А. Кандилович, І.О. Зимня, В.А. Сластьонін та ін.). Функціональний підхід розглядає готовність у зв'язку з психічними функціями, формування яких вважається необхідним умовою для забезпечення результативності професійної діяльності. Відповідно до цього підходу готовність визначається як особливий стан, цілісний прояв особистості, що займає проміжне положення між психічними процесами і властивостями особистості, тобто як функціональний стан, «фон», на якому відбуваються психічні процеси. У рамках цього напрямку існує підхід до розгляду готовності у взаємозв'язку з установкою (С.Л. Рубінштейн). Поняття «готовність до професійної діяльності» дослідники розглядають як володіння певними знаннями, уміннями та навичками, як складну властивість особистості, що структурується компонентами: змістовим, процесуальним, моральним, мотиваційно-цільовим і професійним. Професійна готовність пов'язана із збереженням емоційно-позитивного фону, поліпшенням уваги, пам'яті і сприяє здійсненню швидких раціональних дій, правильному використанню знань, досвіду, особистісних якостей, перебудові діяльності при прояві перешкод. З позиції особистісно діяльносного підходу готовність до професійної діяльності презентується як важлива передумова цілеспрямованої діяльності індивіда, її регуляції, стійкості й ефективності через єдність мотиваційної, емоційно-вольової та операційної сфер. Найбільш широке тлумачення професійної готовності подано у працях К.М. Дурай-Новакової: з одного боку вона розглядає готовність як якість особистості, яка включає в себе позитивне ставлення до професії, здібності, знання, вміння, навички, стійкі професійно-важливі якості (пам'ять, мислення та інше); з другого боку – як актуальний психологічний стан, як регулятор педагогічної діяльності. Професійна готовність розглядається нами як суб'єктивний стан особистості, яка вважає себе здатною і підготовленою до виконання діяльності та прагне її виконувати. Структурні компоненти готовності до професійної діяльності виділені у працях М.І. Дьяченко і Л.А. Кандиловича. Розглядаючи готовність як професійно важливу якість особистості, складне психологічне утворення, вони виділяють в її змісті наступні компоненти: мотиваційний (позитивне ставлення до професії, інтерес до неї та інші доволі стійкі та професійні мотиви); орієнтаційний (знання, уявлення про особливості й умови професійної діяльності, вимоги до особистості); операційний (володіння засобами і прийомами професійної діяльності, необхідними знаннями, уміннями, навичками, процесами аналізу, синтезу, порівняння, узагальнення тощо); вольовий (самоконтроль, уміння керувати своїми діями, з яких складається виконання трудових обов'язків); оцінювальний (самооцінка своєї професійної підготовленості і відповідність процесу вирішення професійних завдань оптимальним взірцям). У структурі готовності майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності нами виокремлено такі структурні компоненти: мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий та особистісний.

Мотиваційний компонент відображає ставлення студентів до рекреаційно-оздоровчої діяльності як основного виду майбутньої професійної діяльності, виборчу спрямованість на цей вид діяльності. Включає: прагнення до рекреаційно-оздоровчої діяльності; інтерес до розробки технологій рекреаційно-оздоровчої діяльності; усвідомлення цінності навичок перенесення фундаментальних знань в нові умови як основи рекреаційно-оздоровчої діяльності; прагнення до самостійності при проектуванні рекреаційно-оздоровчої діяльності як до засобу професійного самоствердження і самореалізації; захопленість професією і прагнення до самоосвіти в обраній спеціалізації; впевненість в необхідності оволодіння рекреаційно-оздоровчої діяльністю для успішної роботи за фахом.

Когнітивний компонент відображає знання фундаментальних основ фізичної рекреації, засобів рекреаційно-оздоровчої діяльності, теоретичних основ проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності і розуміння того, як їх застосовувати в процесі моделювання об'єктів галузі фізичної культури і спорту; використання міждисциплінарних зв'язків і розуміння потенціалу застосування фундаментальних знань в нових умовах при вирішенні творчих завдань щодо розробки засобів рекреаційно-оздоровчої діяльності.

Емоційно-вольовий компонент відображає суб'єктивну значущість цінностей професії; почуття особистої відповідальності за професійну діяльність перед клієнтами і роботодавцями; впевненість в успішному вирішенні виробничих завдань; уміння зосередити власні сили і залучити, у разі потреби, знання і досвід колег, консультації професійного співтовариства для вирішення завдань у відповідний термін; прагнення досягти результату та очікування позитивних емоцій при успішному вирішенні професійно орієнтованих завдань. Особистісний компонент відображає сукупність особистісних і професійних якостей майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту, які проявляються і реалізуються в його уміннях успішно, результативно і ефективно здійснювати рекреаційно-оздоровчу діяльність з метою оптимального вирішення професійних завдань.

### **ВИСНОВКИ**

Готовність майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності – це інтегративна особистісна якість, яка визначає стан особи суб'єкта і включає мотиваційно-ціннісне ставлення до цієї діяльності, систему професійно орієнтованих знань, умінь та навичок, що дозволяють продуктивно їх використовувати при вирішенні професійних завдань. Оволодіння професійно-педагогічними знаннями, вміннями, та навичками в сфері фізичної рекреації не тільки сприятиме підвищенню рівня пізнавальної і творчої активності майбутніх фахівців, високому науковому рівню їх готовності, але, головне, на практиці створить умови для соціальної і професійної стабільності фізкультурних кадрів, розширить розуміння ними високої громадянської відповідальності за результати своєї діяльності, за здоров'я населення України.

**У ПОДАЛЬШОМУ ПЛАНУЄМО** спрямовувати свої зусилля на розроблення моделі професійної підготовки

майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева О. В. Фізична рекреація : [монографія] / Олена Валеріївна Андреева. – К. : ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. – 286 с.
2. Войнар Ю. Развитие та сучасні тенденції системи підготовки фахівців з фізичної культури в умовах євроінтеграції: Монографія. / Ю. Войнар, Д. Наварецький, І. Глазирін – Черкаси: Відлуння-Плюс, 2005. – 184 с.
3. Выдрин В. М. Физическая рекреация – вид физической культуры / В. М. Выдрин, А. Д. Джумаев // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 3. – С. 2-3.
4. Енциклопедія освіти / Академія пед. наук України; гол. ред. В.Г. Кремень. – К.: Юрінком Інтер, 2008. – 1040 с.
5. Физическая рекреация и метатеоретические аспекты ее теории // Бердус М., Боген М., Бердус Г., Чувилін В. Человек в мире спорта : новые идеи, технологии и перспективы : тезы Международ. конгресса. – М., 1998. – Т. 2. – С. 1-35.
6. Krawczyk Z. Preobrazenia sportu dla wszystkich w krajach postindustrialnych i inustrialnych / Z. Krawczyk // Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. – 2008. – № 1. – S. 4-7.
7. Physical activity and health /ed. C. Bouchard, S.N. Blair, W.I. Haskell. – Champaign : Human Kinetics, 2007. – 410 p.
8. Wolanska T. Rekreacja fizyczna / T. Wolanska. – Warszawa : C.O.M.U.K., 1992. – 156 p.

УДК 37.041:378.124

Демченко В. В.

Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка

### ПРОБЛЕМА ПРОФЕСІЙНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті окрему увагу приділено розвитку ідей про самовдосконалення особистості. Для досягнення поставленої мети з'ясовано змістове наповнення понятійного апарату дослідження. Розглядаються питання, пов'язані з професійним самовдосконаленням педагога. Аналізуються різні підходи до визначення терміну «професійне самовдосконалення».

**Ключові слова:** самовдосконалення, саморозвиток, самовиховання, особистість, професійне самовдосконалення особистості.

**Демченко В.В. Проблема професійного самоусовершенствования будущего учителя физической культуры.** В статье отдельное внимание уделено развитию идей о самоусовершенствовании личности. Для достижения поставленной цели выяснено смысловое наполнение понятийного аппарата исследования. Рассматриваются вопросы, связанные с профессиональным самоусовершенствованием педагога. Анализируются разные подходы к определению понятия «профессиональное самоусовершенствование».

**Ключевые слова:** самоусовершенствование, саморазвитие, самовоспитание, личность, профессиональное самоусовершенствование педагога.

**Demchenko V.V. The problem of professional self-improvement of future teacher of physical education.** In this paper special attention is paid to the development of ideas about self-improvement of personality. The paper analyzes the professional activity of the teacher of physical education. The emphasis is on the development and the realization of personal potential future specialist, including a professional. For achievement of purpose found out semantic filling conceptual apparatus of investigation. The issues related to professional self-improvement of teacher are examined. Different approaches to the definition of "professional self-improvement" are analyzed. The components, features, types and levels of professional self-improvement are studied. As a result of the research we formulated a definition of professional self-improvement of teacher of physical education as an independent process of improvement professionally important components of activity oriented in the direction of "I am – perfect professional". Attention is focused on differentiating content concepts of "self-development", "self-improvement", "self-education". The most important parameters and elements of the main components of professional self-improvement of teacher of physical education are outlined. The process of a professional self-improvement of future specialists is characterized. The features of self-improvement practices, basic strategies and models of self-improvement are analyzed. In addition, we show the importance of self-improvement as one of the most important factors of social development.

**Key words:** self-improvement, self-development, self-education, personality, self-improvement of personality.

**Постановка проблеми.** Пошуки шляхів удосконалення професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів, що ведуться нині, характеризуються посиленням уваги до розвитку індивідуальності студентів, розширенню сфери їх професійного мислення і творчості. Актуальність проблеми також зумовлена об'єктивною необхідністю у професійному самовдосконаленні студентської молоді.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема самовдосконалення активно досліджувалась: І.Д. Бехом, Л.І. Божович, А.Й. Капською, В.О. Сухомлинським, К.Д. Ушинським. Також проблема професійного самовдосконалення особистості майбутнього фахівця розкрита в працях Л.Є. Варфоломеева, Н.Ю. Волянук, С.І. Філімонова. Питання професійного самовдосконалення майбутніх вчителів розглядали О.В. Борденюк, І.А. Чемерілова, І.Ю. Склярєнко. Вивчення наукових досліджень із зазначеної проблеми показує, що науковці переважно торкаються даної проблеми лише в