

судинну дистонію за змішаним типом.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамова С. Ф. Фізична реабілітація в кардіології : навч. посіб. – Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2009. – 140 с.
2. Іваночко В. Особливості складання оздоровчих фітнес-програм для студенток спеціальної медичної групи / В. Іваночко, І. Грибовська // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. праць] / [За ред. Г. М. Арзютова]. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011 – Вип. 13. – Серія 15. – С. 208–2012.
3. Іваночко В. В. Структура та зміст оздоровчих фітнес-програм для студенток із захворюваннями кардіо-респіраторної системи: автореф. дис. ...канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. В. Іваночко. – Л., 2013. – 20 с.
4. Кучанская А. В. Вегетососудистая дистония / А. В. Кучанская. – СПб: Весь, 2002. – 376 с.
5. Медико-демографічна ситуація та основні показники медичної допомоги населенню в регіональному аспекті 2013 рік – К. : МОЗ України, 2014. – 168 с.
6. Skuratovich M. N. Metodika zanyatiy po fizicheskomu vospitaniyu v vuze so studentkami spetsial'noy meditsinskoj grupy s razlichnymi variantami vegetativnoy disfunktsii : avtoref. dis. na soiskaniye nauch. stepeni kand. ped. nauk : spets. 13.00.04 «Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya, sportivnoy trenirovki, ozdorovitel'noy i adaptivnoy fizicheskoy kul'tury» / M. N. Skuratovich. – Omsk, 2006. – 24 s.
7. Fizychnе vykhovannya : metodychni vkazivky z likuval'noy himnastyky [dlya studentiv NUKHT] / [I. V. Doroshenko, M. M. Dolynina, I. V. Doroshenko, I. I. Nazarova, Z. V. Fabro, V. M. Danylyuk, V. H. Kharchenko]. – K. : NUKHT, 2010.– S. 68.
8. Yastrebov O. O. Vykorystannya zasobiv fizychnoy kul'tury z rekreatsivno-vidnovlyuval'noy spryamovanisty pry riznykh zakhvoryuvannyakh studentiv: metodychni vkazivky z dystsyplin «Fizychna kul'tura», «Fizychnе vykhovannya» [dlya praktychnykh zanyat' studentiv 1–3 kursiv usikh spetsial'nostey akademiy] / O. O. Yastrebov. – KH. : KHNAMH, 2011. – 70 s.

Омельчук О.В., Левицька Л.М.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ПЕРЕДУМОВИ ЩОДО СТВОРЕННЯ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА У ШКОЛАХ МИСТЕЦТВ

Досліджено сучасний стан здоров'я учнів школи мистецтв. Визначено передумови системи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до створення здоров'язбережувального середовища у школах мистецтв.

Ключові слова: система підготовки, майбутній учитель фізичної культури, школярі, здоров'я, здоров'язбережувальне середовище, школи мистецтв.

Омельчук Е.В., Левицкая Л.М. Предпосылки к созданию системы подготовки будущих учителей физической культуры к созданию здоровье сберегательной среды в школах искусств. Исследовано современное состояние здоровья учащихся художественной школы. Определены предпосылки системы подготовки будущих учителей физической культуры к созданию здоровье сберегательной среды в школах искусств.

Ключевые слова: система подготовки будущий учитель физической культуры, школьники, здоровье, здоровье сберегательная среда, школы искусств.

Omelchuk O.V., Levitskaya L.M. Background of the preparation system of the future teachers of physical culture to create a health savings environment in schools of art. Today the school is the only social institution, professionally designed to study the individuality of each student; determine the best ways of becoming favorable for learning when they are in the most intense period of the age – the period of growth, development and maturation. Functional state of school children depends on their way of life: rather high nervous and emotional stress on the background of low levels of motor activity and characteristics of individual development. At school age continues biological formation of the body, there is social identity formation, because during this period of life requires a set of measures designed to achieve harmony of physical, mental and social development. Monitored the medical records of pupils State Secondary Art School named after Taras Shevchenko (state secondary specialized arts boarding school), which is a comprehensive educational institution and has the status of a state educational institution that provides complete secondary education and professional art pre-professional training creatively gifted students. In the 2013-2014 academic year at school there were 390 students grades 5-11. Research health school youth revealed different types of abuse physique in about 70% of students (pathology of the musculoskeletal system - the defeat of the spine, which was found in 45.7% of the students in the form of posture and scoliosis I-II levels (respectively 34.4 and 11.3%), foot arch pathology observed in 24.3% of children, abnormalities in the cardiovascular system - at 35-40%, neuroses - 25%, autonomic dysfunction - 40%. Allergic diseases have been reported in medical records in 10.6% of students (atopic dermatitis, asthma). Monitoring medical records made it possible to identify different groups of children health. It was found that the group I (to conditionally healthy children), is only 10% of students; Group II to health include 66.3% of children with a variety of functional variations in health status, III group is 23.7% of children with chronic illness and organic. The health status of modern students enrolled in Contemporary Students need to create conditions that ensure the restoration, preservation and development of their health, promote intellectual and creative growth. Such conditions can be created, especially in schools, providing individual approach, using molding health, developmental care, health savings, stimulating health,

health deterrent, and health security technology education.

Key words: *preparation system, future teachers of physical of culture, school children, health, health savings environment, the schools of art.*

Вступ. На сьогодні школа є єдиним соціальним інститутом, професійно покликаним вивчати індивідуальність кожного учнів; визначати оптимально сприятливі шляхи їх становлення протягом навчання, коли вони знаходяться у найбільш інтенсивному періоді вікового розвитку – періоді росту, розвитку та дозрівання. Сучасна проблема Європи – впровадження педагогіки, що пропагує здоров'я як інструмент гармонійного розвитку особистості [11]. В Україні об'єктивно склалися такі соціально-педагогічні та соціально-економічні умови, які є причиною істотного погіршення стану здоров'я учнів різного віку. Функціональний стан організму школярів безпосередньо залежить від способу їх життя: досить високе нервово-емоційне напруження на фоні зниженого рівня рухової активності та особливостей індивідуального розвитку. У шкільному віці продовжується біологічне формування організму, відбувається соціальне становлення особистості, тому саме в цей період життя необхідний комплекс заходів, спрямованих на досягнення гармонійності фізичного, психічного та соціального розвитку [1, 2, 5]. За останні роки зростає кількість школярів з послабленим здоров'ям, що відносяться до спеціальної медичної групи. Деякі науковці констатують, що функціональне здоров'я високого рівня мають лише до 2% школярів, середній рівень – до 8%, низький – більше 21%, дуже низький – до 69% [3, 4]. У дітей і підлітків спостерігається зростання числа хронічних захворювань, які як правило, прогресують в процесі навчання. Відзначається збільшення кількості дітей з дефіцитом або надлишком маси тіла, що мають відхилення у фізичному та психічному розвитку. Зростання кількості захворювань збігається з періодом навчання в школі, тому навчальне навантаження можна розглядати як фактор у розвитку таких «шкільних хвороб», як порушення опорно-рухового апарату, порушення зору, різні невротичні прояви [1, 5]. Збереження здоров'я учнів можна назвати пріоритетним напрямком сучасної української школи, оскільки лише здорова молодь в змозі належним чином засвоювати отримані знання і в майбутньому займатися обраною професією.

Робота виконана відповідно до плану НДР Інституту фізичного виховання та спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.

Завдання дослідження – виявити проблеми стану здоров'я школярів України, виявити передумови створення системи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до створення здоров'язбережувального середовища у школі мистецтв, здійснити моніторинг стану здоров'я учнів Державної художньої середньої школи імені Т.Г. Шевченка.

Результати дослідження. Значну увагу проблемі збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління приділяється у Законах України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про вищу освіту», Постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації на 2002-2011 роки», Національній програмі «Діти України», Концепції «Здоров'я через освіту» та ін. Важливим показником здоров'я школярів є їх фізичний розвиток – який знижується (виявляється зменшення показників маси тіла у школярів усіх вікових груп, особливо у віці становлення статевих функцій (11-16 років), як у дівчаток, так і хлопчиків. Як наслідок відхилень у нормальному розвитку дітей шкільного віку є погіршення стану їх здоров'я. Статистичні показники останніх років: тільки 15% дітей народжуються фізіологічно зрілими; 30-35% школярів вже мають хронічні захворювання; 90% дітей мають відхилення фізичного та психічного здоров'я [3, с. 34]; функціональні відхилення в діяльності різних систем організму мають понад 50%, функціональні відхилення серцево-судинної системи – у 26,6%, захворювання органів травлення – у 17%, ендокринної системи – у 10,2%; половина школярів страждає тими чи іншими невротичними синдромами. За даними досліджень останніх років, лише 10% випускників шкіл можуть вважатися здоровими, 40% мають різноманітну хронічну патологію. У кожного другого школяра виявлено сполучення кількох хронічних захворювань [6, 7, 8]. Стан здоров'я дітей та молоді викликає занепокоєння не тільки батьків, а і вчителів, медиків та психологів, так як саме в шкільні роки складається індивідуальний характер, відбувається формування особистості, суспільної позиції і психології людини [9, с. 399]. Формування культури здоров'я, навичок здорового способу життя, ціннісного ставлення до власного здоров'я повинно започатковуватися зі школи. Наукові джерела свідчать, про те що сьогодні значна кількість дітей має відхилення у здоров'ї і незадовільну фізичну підготовку, що пов'язано з великим навчальним навантаженням школярів, порушенням чергування праці та відпочинку, зменшенням рухової активності учнів [10, с. 13]. Нами здійснено моніторинг медичних карток учнів Державної художньої середньої школи імені Т.Г. Шевченка (державна середня спеціалізована мистецька школа-інтернат), яка є загальноосвітнім навчальним закладом і має статус державного навчального закладу, який забезпечує повну загальну середню освіту та фахову мистецьку (художню) допрофесійну підготовку творчо обдарованих учнів. На 2013-2014 навчальний рік в школі налічувалось 390 учнів 5-11 класів.

Дослідження стану здоров'я учнівської молоді Державної художньої середньої школи імені Т.Г. Шевченка виявило різні види порушення статури у приблизно 70% учнів, (патологія кістково-м'язової системи – ураження хребта, що виявлено в 45,7% учнів, у вигляді порушення постави та сколіозу I-II ступенів (відповідно 34,4 і 11,3%); патологія склепіння стопи зафіксовано у 24,3 % дітей, відхилення від норми у серцево-судинній системі – у 35-40% , неврози – у 25%, вегетативних дисфункцій – у 40%. Алергічні захворювання відзначаються у медичних картках у 10,6 % учнів (атопічний дерматит, бронхіальна астма). Моніторинг медичних карт дав можливість виявити дітей різних груп здоров'я. З'ясовано, що до I групи (до умовно здорових дітей), відноситься лише 10% учнів; до II групи здоров'я віднесено 66,3 % дітей, які мають різноманітні функціональні відхилення в стані здоров'я, III групу становлять 23,7 % дітей, які мають хронічні та органічні захворювання.

Також нами з'ясовано, що у 80% учнів, які відстають у навчанні, основною причиною цього є погіршення стану здоров'я, слабкий фізичний розвиток, зниження імунітету до захворювань. Згідно сучасним уявленням метою освіти є

всебічний розвиток дитини з урахуванням її вікових можливостей та індивідуальних особливостей при збереженні і зміцненні здоров'я [1, с. 44]. О. М. Лук'янова відмічає, що в «системі нормального розвитку здорової дитини можна умовно виділити три рівні: індивідуальний, мікро- та макросоціальний. На індивідуальному рівні важливої ролі набувають профілактика, психокорекція з психолого-педагогічними впливами та медико-соціальна допомога, об'єктом яких є власне дитина. Мікросоціальний рівень також передбачає профілактику та комплексну медико-психологічну і медико-соціальну допомогу дитині, але в системі її сімейного та шкільного виховання. На макросоціальному рівні суттєва роль належить великій області впливів, спрямованих на створення соціально-економічних та культурних умов, необхідних для оптимального розвитку дитини» [7]. Освітній процес у сучасній школі зазнає змін у світлі інтеграції традиційних та інноваційних освітніх технологій, комплексного і доцільного використання зовнішніх та внутрішніх ресурсів, що забезпечують гармонійний розвиток інтелектуальної, фізичної, духовно-моральної, соціальної сфер особистості дитини. Особистісно-орієнтована розвиваюча модель школи, місія якої забезпечити досягнення наступних основних цілей: розвиток особистості школяра, його творчих здібностей, інтересу до навчання, формування бажання і вміння вчитися; духовно-моральне й естетичне виховання; освоєння системи знань, умінь і навичок, досвіду здійснення різноманітних видів діяльності; охорона і зміцнення фізичного і психічного здоров'я дітей; збереження та підтримка індивідуальності дитини [4, с. 73].

ВИСНОВКИ. Стан здоров'я сучасних школярів, що навчаються у Державній художній середній школі потребують створення умов, що забезпечують відновлення, збереження і розвиток їх здоров'я, сприяють інтелектуальному та творчому зростанню. Такі умови можуть бути створені, насамперед, забезпечуючи індивідуальний підхід, використовуючи здоров'яформувальні, здоров'ярозвивальні, здоров'язбережувальні, здоров'ястимулювальні, здоров'ястримувальні, здоров'яохороняльні технології навчання. Що, і створює загальне здоров'язбережувальне середовище школи, і надає кожному учню можливість (самостійного або у взаємодії з учителем) зберігати і моделювати своє здоров'я. Реалізація всіх цих завдань можлива лише за умови професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури щодо створення здоров'язбережувального середовища.

Таким чином, аналіз наукової літератури, та власний педагогічний досвід дозволив нам визначити основні передумови і спрямування системи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до створення здоров'язбережувального середовища у школах мистецтв. Явища, які мають бути враховані в системі підготовки майбутніх учителів фізичної культури, що негативно впливають на здоров'я учнів: перевантаження навчальних програм, інтенсифікація навчального процесу; недосконалість навчальних програм і технологій; авторитарний стиль викладання; відсутність індивідуального підходу до учнів; використання переважно навчальних технологій, на шкоду виховним; недолік рухової активності учнів; неправильне харчування учнів; недотримання гігієнічних вимог в організації освітнього процесу. Фактори, що необхідно досліджувати і обговорювати у процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури: дидактогенічна організація освітнього процесу; недостатня психологічна культура навчально-виховного процесу; недостатня компетентність педагогів у питаннях здоров'я, здоров'язберігаючих технологій; низький рівень культури здоров'я учнів, їх неграмотність у питаннях здоров'я; слабе використання технологій, що дають учням досвід для підтримки психологічного здоров'я та ефективної соціально-психологічної адаптації у самостійному житті; неблагополучний стан здоров'я вчителів; недостатній розвиток у вчителів особистісних якостей, необхідних для реалізації здоров'язберігаючих технологій. Система підготовки повинна також забезпечити готовність майбутніх учителів фізичної культури до нейтралізації педагогічних чинників, що погано впливають на здоров'я учнів: стресова тактика авторитарної педагогіки; інтенсифікація навчального процесу, тобто збільшення темпу і обсягу навчального навантаження; невідповідність технологій навчання віковим особливостям учнів; недотримання елементарних фізико-гігієнічних вимог до організації навчального процесу; відсутність в учнів елементарних знань про те, як стати і бути здоровим. Майбутній учитель фізичної культури має виявляти та нейтралізувати причини, що викликають стомлення учнів: професійні помилки і низький рівень компетенції вчителів; негативні особливості традиційної системи шкільного навчання; перевантаженість шкільних навчальних програм та інтенсифікація навчального процесу; переповненість класів учнями, що ускладнює індивідуалізацію навчально-виховного процесу; недотримання гігієнічних умов у школі та класах; порушення організаційно-педагогічних вимог до проведення освітнього процесу. Майбутній учитель фізичної культури повинен вміти діагностувати ознаки перевтоми: різке і тривале зниження розумової та фізичної працездатності, зниження пам'яті та уваги; розлади невротичного характеру (порушення сну, почуття страху, плаксивість, дратівливість тощо); стійкі зміни регуляції вегетативних функцій (аритмія, вегето-судинна дистонія, різні функціональні розлади); зниження імунітету; виявляти причини перевтоми: навчальні перевантаження, що перевищує можливості дитячого організму, індивідуалізувати інтенсивність і якісні характеристики навчального навантаження на учня з урахуванням його індивідуальних особливостей, здібностей, можливостей, стану здоров'я, не оптимально складений розклад уроків, недостатня тривалість змін, під час яких не відбувається повноцінного відновлення працездатності школярів, особливо часто викликає стану перевтоми в учнів п'ятих класів.

Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до створення здоров'язбережувального середовища у школах мистецтв є складовою цілісної моделі підготовки майбутніх фахівців і розглядається як педагогічна система, яка містить мету, завдання, зміст, засоби, методи, форми, компоненти, критерії і показники результативності підготовки майбутніх учителів фізичної культури, що дозволить на професійному рівні забезпечувати ефективну здоров'язбережувальну діяльність у навчально-виховному процесі у школах мистецтв.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бухановська Т.М. Стан здоров'я сучасних школярів, шляхи його збереження та поліпшення / Т.М. Бухановська, Л.О. Мальцева, Л.В. Андрейчин // Україна. Здоров'я нації. – 2012. – № 1. – С. 44-51.

2. Неділько В. П. Шляхи покращення здоров'я школярів / В. П. Неділько, Т. М. Камінська, С. А. Руденко // Гігієна населених місць. – Вип. 44. – К., 2004. – С. 546-549.
3. Няньковський С. Л. Медико-соціальні особливості стану здоров'я школярів м. Львова та Львівської області / С. Л. Няньковський, М. С. Яцула, О. М. Сенкевич, І. В. Пасічник, І. В. Кулик // Львівський клінічний вісник. – 2013. – № 3. – С. 31-35.
4. Петрова Н.Ф. В.И. Современная школа и проблема здоровья учащихся / Н.Ф. Петрова, В.И. Гороя. // Журнал «Успехи современного естествознания» – 2005. – № 11 С. 73-75.
5. Яцула М. С. Фактори ризику порушення адаптації першокласників до систематичного шкільного навчання / М. С. Яцула, С. Л. Няньковський // Педіатрія, акушерство та гінекологія. – 2011. – № 4 (73). – С. 169–170.
6. Ben-Shlomo Y. A life course approach to chronic disease epidemiology: conceptual models, empirical challenges and interdisciplinary perspectives / Y. Ben-Shlomo, D. Kuh // Int. J. Epidemiol. – 2002. – Vol. 31. – Pp. 285–293.
7. Hryhorchuk D., Pilka E., Loukianova E. et al. Total Serum in Three-Year Old Ukrainian Children (Submitted in 2005 to Journal of Toxicology and Environmental Health).
8. Improving School Health Programs barriers and strategies. The WHO Expert committee on Comprehensive School Health Education and promotion.-Geneva. – 1996. Pp. 5-6.; Mental Health: 1999, Sen K., 2000; WHO., 2000.
9. Lee, A., Tsang, K.K., Lee, S.H. and To, C.Y. A "Healthy Schools" Program in Hong Kong: Enhancing Positive Health Behavior for School Children and Teachers. Education for Health, 2000. 13, Pp. 399-403.
10. Moiseenko R.A. The features of health dynamics of pupils of the primary and middle school R.A. Moiseenko, G.N. Danilenko, L.I. Ponomareva SU «Institute of Child and Adolescent Health NAMS» Kharkiv, Ukraine // Contemporary Pediatrics 1 (49) / 2013. Pp.13-16
11. Parsons C. The Health Promoting Schools in Europe: Conceptualizing and Evaluating the change / Parsons C, Stears D., Thomas C. // J. Health Edu. – 1995. – Vol. 55. – P. 311-321.

Орен Д.Л.
Ізраїль

ЧИННИКИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У статті викладено питання динаміки базових мотивів у студентів ВНЗ. Систематизовано низку факторів, що обумовлюють ефективність методики формування їх мотиваційної сфери у галузі фізичної культури. Обґрунтовані соціально-педагогічні зв'язки базових чинників, що детермінують розвиток мотивованості у студентів ВНЗ до формування здорового способу життя, систематичних занять фізичною культурою та спортом.

Ключові слова: *мотив, потреба, студенти, фізична культура, фізичне виховання, навчальна діяльність.*

Орен Д.Л. Факторы здорового способа жизни в высших учебных заведениях. *В статье изложены вопросы динамики базовых мотивов у студентов ВНЗ. Систематизированы факторы, влияющие на эффективность методики формирования мотивационной сферы студентов в области физической культуры. Обоснованы социально-педагогические связи базовых факторов, которые детерминируют развитие мотивации у студентов ВНЗ к формированию здорового образа жизни, систематическим занятиям физической культурой и спортом.*

Ключевые слова: *мотив, потребность, студенты, физическая культура, физическое воспитание, учебная деятельность.*

Oren D.L. Factors of healthy method of life are in higher educational establishments. *The aim of this research was an exposure of athletic-sport interests for the students of different types of educational establishments of high school of assistance to the health under act of verbal methodology of correction and development of positive motivation for the students to engaging in a physical culture and sport (special lectures, conversations, between subject copulas, competitions, module - rating estimation). Description of physical culture of students of educational establishments of high school was examined. We were study motive activity and organizationally - methodical terms of engaging in physical exercises also. Physical activity of students was studied for to such pedagogical parameters, as a type of sport, that a student engages in; motivation to employments; regularity, frequency of employments; duration of one training and sum of time for a week, organizational forms of employments (independently at home with parents, in a university section). Opinion of students was taken into account also in relation to expediency of engaging in that or other kind of sport. This article contains the questions of dynamic of basic methods. There are systematized factors, which influence on the efficacy of psychological, pedagogical processes of formation of the motivation sphere of students to their physical training. Scientifically grounded social-pedagogical connections of basic components that determine the development of the student's motivation to the formation of the healthy way of life and systematic going in for sports (physical culture).*

Key words: *motive, necessity, students, physical culture, physical education, studying activity.*

Вступ. Проблема розробки та впровадження в практику сучасних ефективних технологій фізкультурно-оздоровчої роботи, фізичного виховання студентів є актуальною та соціально необхідною. Пов'язано це з тим, що за останні роки в розвитку нашої держави намітилася негативна тенденція в функціонуванні системи фізичного виховання студентів. Ця тенденція характеризує те, що система фізичного виховання студентів існує в умовах скудного фінансування, кадрового забезпечення, низької мотивації у студентів до систематичних занять фізичною культурою та спортом (В.Г. Григоренко, Л.П. Іванченко, 2003; Т.Ю. Круцевич, 2009). Без рішення викладених питань неможливо оптимізувати існуючу систему фізичного