

DOI: 13.33310/2518-7813-2019-65-2-21-25

УДК 37. 378.17

### **Олена БІДА**

*доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки і психології,  
Закарпатський угорський інститут ім. Ференца Ракоці II  
e-mail: tetyanna@ukr.net*

### **Ольга ШЕВЧЕНКО**

*кандидат педагогічних наук, доцент, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України,  
майстер спорту СРСР з художньої гімнастики, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання,  
Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені В. Винниченка*

### **Олександр КУЧАЙ**

*доктор педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки,  
Національний університет біоресурсів і природокористування України  
e-mail: kuchay@ukr.net*

## **ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗАСОБАМИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

*Конкретизовано педагогічні умови ефективної здоров'язберезувальної діяльності студентів у освітньому процесі закладів вищої освіти. Визначаючи педагогічні основи підготовки фахівців з фізичної культури до формування здорового способу життя засобами здоров'язберезувальних технологій, було виявлено недоліки в підготовці кадрів, які доречно об'єднати в три групи. Розкриваються головні завдання організації освітнього процесу. Розглядаються основні цільові установки та чинники програмно-методичного забезпечення здоров'язберезувальної діяльності молоді. Зазначено, що програмно-методичне забезпечення з проблеми здоров'язберезувальної діяльності молоді в освітньому процесі ВНЗ залежить, насамперед, від таких чинників, як: 1) матеріальне забезпечення освітнього процесу; 2) контингент, який бере участь у навчальному процесі; 3) реалізація конкретних умов програми.*

*Ключові слова: молодь, здоров'язберезувальна діяльність, молоде покоління, освіта, студент, педагогічні умови, освітній процес.*

Професійна освіта ХХІ століття зумовлює необхідність докорінного переосмислення освітніх завдань, актуалізацію змісту навчання, створення проектно-життєвого простору, технологій становлення індивідуальності підростаючого покоління як суб'єкта і проектувальника життя, спрямованого на розвиток конкурентоспроможної, компетентної особистості, яка творчо підходить до розв'язування проблем, прагне змінити на краще своє життя й життя своєї країни.

Проблема дослідження підготовки фахівців з фізичної культури до формування здорового способу життя засобами здоров'язберезувальних технологій на сучасному етапі розвитку психолого-педагогічної науки має важливе наукове освітнє і суспільне значення.

Проблеми, що стосуються здоров'язберезувальної діяльності молоді, не відірвані від економічних і політичних явищ, в яких яскраво відображаються протиріччя нашого суспільства. Забезпечити майбутнє фахівця, у тому числі і за рахунок ціннісного ставлення до здоров'я і оволодіння ним основ здорового способу життя стосовно вимог до професійної діяльності – одне з найважливіших завдань педагогічної науки.

Для задоволення сучасних вимог до спеціаліста, зокрема з фізичної культури щодо формуван-

ня здорового способу життя засобами здоров'язберезувальних технологій необхідний новий підхід до проблем виховання фахівця нової формації, здорового, мобільного, конкурентоспроможного, морально зрілого, професійно-культурного, готового до активної життєдіяльності в умовах сучасних соціокультурних реалій, які складаються ще в процесі навчання [1].

Про необхідність підготовки фахівців з фізичної культури до формування здорового способу життя засобами здоров'язберезувальних технологій наголошується у Законах України «Про вищу освіту» (2014); Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту (2016), Національній стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року (2012), Концепції національно-патріотичного виховання дітей і молоді (2015), де зацентровано на пріоритетності розвитку загальнолюдських цінностей, життя і здоров'я людини, вільного становлення особистості, єдності ціннісних орієнтацій державної стратегії гуманістичної та оздоровчої спрямованості фізкультурної освіти.

Реалізація основних завдань професійної діяльності, окреслених у Національній доктрині розвитку освіти України у ХХІ столітті вимагає від фахівців з фізичної культури здатності до творчої організації навчально-виховного процесу; здійс-

нення досліджень педагогічного процесу для розроблення й упровадження авторських методик та технологій навчання і виховання; вільного володіння методологією педагогічної науки; опанування нових технологій та інформаційних систем; узагальнення передового досвіду; критичного оцінювання результатів власної роботи, творчої діяльності для професійного самовдосконалення.

Проблемі здоров'язбережувальної діяльності присвячено в останні роки чимало спеціальних досліджень. У числі таких робіт слід виділити дослідження загального плану (Ю. Андрєєв, О. Бабінець, В. Віленський, В. Пономарчук та ін.), а також більш спеціалізовані, присвячені збереженню і зміцненню здоров'ю в системі професійної освіти (Р. Ахтаова, О. Науменко, С. Лапшина, С. Сергєєв, М. Хакунов і ін.). Однак тільки останнім часом почали розкриватись особливості здоров'язбережувальної діяльності і педагогічні умови їх формування стосовно подальшої професійної діяльності майбутніх фахівців у працях С. Коровіна, Є. Пожарської, А. Смирнова, Л. Татарнікової, А. Цоя та ін. Специфіку професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури досліджували О. Ю. Ажиппо, Г. Д. Бабушкін, Н. О. Белікова, В. М. Видрін, В. Г. Григоренко, І. Б. Гринченко, П. Б. Джуринський, М. В. Дутчак, Л. І. Іванова, Р. П. Карпюк, М. В. Карченкова, А. П. Конох, М. В. Кричфалуший, Т. Ю. Круцевич, О. С. Куц, Г. В. Ложкін, В. І. Маслов, А. О. Мельнік, В. І. Наумчук, Т. Г. Овчаренко, Г. О. Остапенко, О. В. Петунін, С. Г. Собко, Л. П. Суцєнко, О. В. Тимошенко, А. Л. Турчак, А. В. Цьось, О. Л. Шабаліна, Б. М. Шиян, Ю. М. Шкрєбтій. Зауважимо, що більшість дослідників дану проблему трактують в аспекті професійної фізичної підготовки. Зазначені моменти визначають актуальність і перспективність даного дослідження.

**Мета статті** – висвітлити педагогічні умови, що забезпечують здоров'язбережувальну діяльність; розкрити головні завдання організації освітнього процесу; визначити педагогічні основи здоров'язбережувальної діяльності у фахівців з фізичної культури, їх здатність до формування здорового способу життя засобами здоров'язбережувальних технологій, основні цільові установки та чинники програмно-методичного забезпечення збереження і зміцнення здоров'я молоді.

При великій кількості сучасних теоретико-методичних та концептуальних підходів до підготовки фахівців з фізичної культури до формування здорового способу життя засобами здоров'язбережувальних технологій серед фахівців немає заперечень відносно необхідності організації особистісно спрямованої і здоров'язбережувальної системи педагогічного впливу на студентів, ком-

плексного засвоєння ними цінностей фізичної культури школярів, але структура, зміст і технології підготовки у закладах вищої освіти дотепер не мають систематизованої наукової рефлексії. Поза увагою дослідників залишаються методичні та організаційні засади створення педагогічного здоров'язбережувального середовища навчання студентів з метою впровадження опанованих здоров'яформуючих форм, засобів та методів у фізичне виховання школярів.

Актуальність проблеми збереження і розвитку духовного й фізичного здоров'я молодого покоління української нації постійно зростає. Зумовлено це такими чинниками, як радикальна соціально-політична трансформація суспільства, політичні та економічні проблеми країни, глобальна екологічна криза, зростання рівня захворюваності громадян, зниження їх працездатності. Особливо виражене погіршення фізичного, психічного, розумового розвитку і працездатності серед студентської молоді.

Причини зростання захворюваності дітей і молоді також пов'язують із недоліками у системі освіти, з тими чинниками навчальної діяльності, які призводять до перенавантаження нервової системи і заважають створенню належних умов для задоволення потреб у самопізнанні, самовдосконаленні й самореалізації. Недосконалість навчально-виховної діяльності та відповідних пропагандивальних і популяризаторських заходів у системі освіти; недосконалість профілактичної роботи у системі охорони здоров'я; нестача знань та інформації, що повинні надаватися з інших державних і суспільних структур – засобів масової інформації, молодіжних осередків, соціальних служб для молоді, громадських організацій; обмежені матеріальні можливості призводять до небажання молоді зміцнювати та розвивати своє здоров'я.

Головні завдання такого підходу в організації освітнього процесу полягають у тому, щоб: зробити досягненням кожної людини базові знання загального і науково-практичного характеру із здоров'язбережувальної діяльності; забезпечити раціональне формування індивідуального фонду знань, умінь і навичок у сфері здоров'я потрібних у житті, довести їх до необхідного рівня досконалості [2, 95].

Пріоритетним завданням вищої фізкультурної освіти є підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності, пов'язаної зі збереженням і зміцненням здоров'я школярів засобами здоров'язбережувальних технологій. У першу чергу це зумовлено стійкими негативними тенденціями стану здоров'я дітей і учнівської молоді. Сьогодні майже 90% дітей, учнів і студентів мають відхилення у стані здоров'я, понад 50%

– незадовільну фізичну підготовку. Останніми роками за період навчання у школі в дітей кількість хронічних захворювань збільшилась у 1,5–2 рази. Загалом актуальність проблеми здоров'язбереження школярів зумовлена наявністю стійких суперечностей на практико-методичному рівні, а саме: практичною не розробленістю цілісного підходу щодо оптимізації здоров'язбережувальної технології під час навчання у середній школі; потребою покращення здоров'я учнівської молоді і не наявністю ефективних важелів впливу на нього; не вирішенням значущих індивідуальних і суспільних проблем збереження здоров'я дітей та молоді й не розробленістю оцінювання важелів реалізації відповідних організаційних і методичних засобів в кожному навчальному закладі.

Отже, актуальність пошуків ефективних умов і методів підготовки майбутнього вчителя, здатного формувати інтеріоризовану систему загальнолюдських і професійних цінностей, норм та традицій у спрямованій взаємодії з динамічною соціокультурною сферою в сучасній теорії і практиці професійної педагогічної освіти, сумніву не викликає.

Сучасна професійна педагогічна освіта має забезпечити підготовку кожного майбутнього вчителя фізичної культури до використання різноманітного спектру здоров'язбережувальних технологій у майбутній професійній діяльності.

Наукова рефлексія теоретичного підґрунтя та освітньої практики вможливила виокремлення низки суперечностей, які потребують розв'язання та доводять актуальність теми дослідження, а саме:

- між рівнем підготовки вчителя фізичної культури у педагогічних закладах вищої освіти та рівнем сучасних вимог суспільства до вчителів означеної категорії;
- між місцем здоров'язбережувальних технологій у педагогічній діяльності й недостатньою теоретико-методичною базою, яка забезпечує підготовку майбутніх учителів фізичної культури до використання здоров'язбережувальних технологій у процесі професійної освіти;
- між рівнем теоретичного дослідження проблем здоров'язбереження в психології й загальній педагогіці та недостатнім науковим обґрунтуванням даної проблеми у професійній педагогіці.

Робота з підготовки фахівців з фізичної культури до формування здорового способу життя засобами здоров'язбережувальних технологій має об'єднувати дві взаємопов'язані складові: 1) прийняття ними цінностей здорового способу життя (пропагандувальна складова); 2) здобуття ними знань і набуття умінь і навичок, необхідних для самостійного виконання вимог та передачі знань

учням у майбутній професійній діяльності (змістовно-інформаційна і практична площини).

Вивчення стану проблеми в сучасних наукових дослідженнях дозволяє сформулювати, конкретизувати і науково обґрунтувати педагогічні умови ефективної здоров'язбережувальної діяльності студентів у освітньому процесі закладів вищої освіти, а саме: ціннісне ставлення до збереження і зміцнення здоров'я; оволодіння цінностями здоров'я, необхідними в соціально-особистісному, психічному і фізичному плані для підвищення ефективності професійної освіти і здійснення надалі ефективної професійної діяльності; здійснення системного вирішення проблеми збереження і зміцнення здоров'я в навчально-інформаційному і поведінковому плані; диференційований і індивідуальний підбір змісту, форм і методів збереження і зміцнення здоров'я з урахуванням особливостей контингенту студентів; розробка системи програмно-методичного забезпечення з проблеми забезпечення і зміцнення здоров'я студентів, освоєння комплексу методико-організаційних заходів щодо реалізації даної проблеми; врахування та реалізація рекреативних та реабілітаційних перспектив і можливостей організму[3].

Здійснення комплексного, науково і методологічно обґрунтованого підходу до вирішення зазначеної проблеми, на нашу думку, дозволить значно підвищити ефективність збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді. Звертаючись до проблеми загального плану – до ціннісних орієнтацій студентів – можна констатувати, що здоров'язбережувальна діяльність займає місце, не адекватне його реальному потенціалу. Аналізуючи дану проблему були виявлені і особливо слабкі місця в освітньому процесі вищої школи щодо здоров'язбережувальної діяльності студентів: по-перше, з позицій інформаційної забезпеченості студентів з питань зміцнення та збереження здоров'я; по-друге, з позицій їх психічної і фізичної активності; по-третє, з точки зору умінь зберігати та зміцнювати здоров'я; по-четверте, з точки зору соціально-позитивних установок у сфері його розвитку[4].

Визначаючи педагогічні основи підготовки фахівців з фізичної культури до формування здорового способу життя засобами здоров'язбережувальних технологій, було встановлено, що виявлені при аналізі недоліки в підготовці кадрів доречно об'єднати в три групи: 1) залежні від загально педагогічних аспектів організації навчального процесу в цілому; 2) залежні від особливостей змістовного, методичного, програмного забезпечення спеціальної підготовки і професіоналізму викладачів; 3) залежні від установок студентів, їх відносини і залучення в педагогічний процес [5].

Програмно-методичне забезпечення з проблеми здоров'язбережувальної діяльності студентської молоді в освітньому процесі закладу вищої освіти залежить, насамперед, від таких чинників, як: 1) матеріальне забезпечення освітнього процесу; 2) контингент, який бере участь у навчальному процесі; 3) реалізація конкретних умов програми (огляд змісту навчального матеріалу, використання різних форм організації навчальної діяльності, вибір адекватних змісту та формі навчання методів, врахування індивідуальних особливостей студентів в організації навчальних занять).

Ці чинники можуть варіювати в різних регіонах з урахуванням умов, однак самі принципи побудови освітнього процесу, його установки залишаються практично незмінними.

Такими є: з освітніх позицій – навчання студентів здоров'язбережувальної діяльності, здоров'язберігаючим принципом, методичним особливостям і практичним навичкам організації самостійних занять рекреаційної та оздоровчої спрямованості, розвиток активності і самостійності при виконанні програм самовиховання і самовдосконалення; з мотиваційно-настановних і поведінкових позицій – організація педагогічного процесу з орієнтацією на зміну особистісних прагнень з індивідуального вдосконалення на соціально важливі – вміння використовувати потенціал здоров'язберігаючої поведінки для успішного оволодіння професійно значущими здібностями: прикладними вміннями та навичками, підвищенню стійкості організму до несприятливих впливів зовнішнього середовища, розумової і фізичної активності, що і визначає надалі досягнення майстерності в своїй професії і кар'єрне зростання фахівця [4, 33].

Збереження і зміцнення здоров'я студентів в освітньому процесі закладу вищої освіти та їх здоров'язбережувальна діяльність, вміння у практичній діяльності передати ці вміння учням, є визначальною основою всебічного і гармонійного розвитку особистості студента, його способу життя і життєвої позиції. Найбільш важливою причиною низької ефективності освітнього процесу в навчальних закладах є недостатня розробленість варіативного компоненту навчальних програм, покликаного враховувати професійний профіль вищого

навчального закладу, місцеві, регіональні та національні умови і традиції розвитку. Цільова ж орієнтація, програмно-методичне й практичне забезпечення академічних занять, регламентованих базовим змістовним компонентом освіти, спрямовані в основному на вирішення поточних задач оптимізації статусу студента, що не створює умов для ефективної реалізації потенціалу засобів для здоров'язбережувальної діяльності засобами здоров'язбережувальних технологій молодій людині, його потреби до регулярних занять оздоровчої та рекреаційної спрямованості, розвитку професійно значущих кондицій і збереження рівня здоров'я. Це зумовлює необхідність вдосконалення педагогічної майстерності викладачів паралельно з установою у практику роботи сучасного програмно-методичного забезпечення навчального процесу [6].

Актуальність проблеми збереження і розвитку духовного й фізичного здоров'я молодого покоління української нації зумовлена такими чинниками, як радикальна соціально-політична трансформація суспільства, політичні та економічні проблеми країни, глобальна екологічна криза, зростання рівня захворюваності громадян, зниження їх працездатності. Здоров'язбережувальна діяльність є визначальною основою всебічного і гармонійного розвитку особистості студента, його способу життя і життєвої позиції. Головні завдання такого підходу полягають у тому, щоб забезпечити здоровий спосіб життя засобами здоров'язбережувальних технологій кожної людини, довести їх до необхідного рівня досконалості. Це зумовлює необхідність вдосконалення фахівців з фізичної культури щодо формування здорового способу життя засобами здоров'язбережувальних технологій паралельно із введенням у практику їх роботи сучасного програмно-методичного забезпечення навчального процесу. Конкретизовано педагогічні умови ефективної здоров'язбережувальної діяльності студентів у освітньому процесі закладів вищої освіти. Визначаючи педагогічні основи підготовки фахівців з фізичної культури до формування здорового способу життя засобами здоров'язбережувальних технологій, було виявлено недоліки в підготовці кадрів, які доречно об'єднати в три групи.

### Список використаних джерел

1. Кучай А. В. Формирование информационной компетенции – одна из ведущих задач подготовки будущего учителя / А.В. Кучай // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. – Серия: «Педагогика и психология». – 2010. – № 1(1). – С. 23–25.
2. Зысманов Б.М. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи как доступного и эффективного средства противодействия неблагоприятным воздействиям окружающей среды / Б.М. Зысманов // Проблемы региональной экологии. – 2006. – № 4. – С. 94–98.
3. Игнатова В.В. Педагогические стратегии в контексте профессионально-культурного становления личности студента вуза / В.В. Игнатова, О.А. Шушерина // Сибирский педагогический журнал. – 2004. – № 1. – с. 105–113.

4. Красноперова Н.А. Педагогическое обеспечение формирования здорового образа жизни / Н.А. Красноперова // Научно-теоретический журнал. – 2005. – № 6. – С. 32–38.
5. Лапшина С.В. Система організації здорового способу життя студентів гуманітарно-педагогічного інституту / С.В. Лапшина // Проблеми освіти. – 2006. – №45. – С. 213–217
6. Сало В.М. Роль навчальних закладів у формуванні здорового способу життя молоді / В.М. Сало // Проблеми освіти. – 2006. – № 45. – С. 217–222

### References

1. Kuchay A. V. (2010) Formirovaniye informatsionnoy kompetentsii – odna iz vedushchikh zadach podgotovki budushchego uchitelya [Formation of information competence – one of the leading tasks of preparing the future teacher] / A.V. Kuchay // Vektor nauki Tol'yattinskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: «Pedagogika i psikhologiya». № 1(1). 23–25.
2. Zysmanov B.M. [2006] Formirovaniye zdorovogo obraza zhizni studencheskoy molodezhi kak dostupnogo i effektivnogo sredstva protivodeystviya neblagopriyatnym vozdeystviyam okruzhayushchey sredy [Forming a healthy lifestyle of student youth as an affordable and effective means of counteracting adverse environmental effects] / B.M. Zysmanov // Problemy regional'noy ekologii. № 4. 94–98.
3. Ignatova V.V. [2004] Pedagogicheskiye strategii v kontekste professional'no-kul'turnogo stanovleniya lichnosti studenta vuza [Pedagogical strategies in the context of vocational and cultural development of the personality of the student of the university] / V.V. Ignatova, O.A. Shusherina // Sibirskiy pedagogicheskiy zhurnal. № 1. 105–113.
4. Krasnoperova N.A. (2005) Pedagogicheskoye obezpecheniye formirovaniya zdorovogo obraza zhizni [Pedagogical zabezpecheniye of formation of a healthy way of life] / N.A. Krasnoperova // Nauchno-teoreticheskiy zhurnal. № 6. 32–38.
5. Lapshina S.V. (2006) Sistema organizatsii zdorovogo sposobu zhittya studentiv gumanitarno-pedagogichnogo institutu [System of Organizing a Healthy Method of Studying Students at a Humanist-Pedagogical Institute] / S.V. Lapshina // Problemi osviti. №45. 213–217.
6. Salo V.M. (2006) Rol' navchal'nikh zakladiv u formuvanni zdorovogo sposobu zhittya molodi [The role of naval mortgages in the form of a healthy method of living young] / V.M. Salo // Problemi osviti. № 45. 217–222.

#### **Олена БИДА, Ольга Шевченко, Александр Кучай. Подготовка специалистов по физической культуре к формированию здорового образа жизни средствами здоровьесберегающих технологий**

*В работе освещаются педагогические условия, обеспечивающие в образовательном процессе сохранения и укрепления здоровья молодежи. Раскрываются главные задачи организации образовательного процесса. Определяются педагогические основы здорового образа жизни в образовательном процессе высшей школы. Рассматриваются основные целевые установки и факторы программно-методического обеспечения здорового образа жизни молодежи. Отмечено, что программно-методическое обеспечение по проблеме здорового образа жизни молодежи в образовательном процессе вуза зависит прежде всего от таких факторов, как: 1) материальное обеспечение образовательного процесса; 2) контингент, участвующий в учебном процессе; 3) реализация конкретных условий программы.*

*Ключевые слова: молодежь, здоровый образ жизни, молодое поколение, образование, студент, педагогические условия, образовательный процесс.*

#### **Olena Bida, Olga Shevchenko, Alexander Kuchay. Training of specialists from physical culture to forming healthy way of life by health care technologies**

*Healthcare-saving activity is the determining basis for the comprehensive and harmonious development of the student's personality, his lifestyle and life position. The main tasks of this approach are to ensure a healthy lifestyle by means of healthcare-saving technologies of each person, to bring them to the required level of perfection. This necessitates the improvement of specialists in physical culture regarding the formation of a healthy lifestyle by means of health-saving technologies in parallel with the introduction of the modern software and methodological support of the educational process in their practice. The pedagogical conditions of effective healthcare-saving activity of students in the educational process of institutions of higher education are specified.*

*The main tasks of the organization of the educational process are revealed. Pedagogical bases of a healthy way of life in the educational process of the higher school are defined. The main objectives and factors of the program-methodical support of a healthy lifestyle of young people are considered. It is noted that the program and methodological support for the problem of a healthy lifestyle of young people in the educational process of the university depends primarily on such factors as: 1) material support of the educational process; 2) the contingent participating in the educational process; 3) implementation of the specific conditions. of the program.*

*Key words: youth, healthy lifestyle, young generation, education, student, pedagogical conditions, educational process.*