

УДК 371.134 : 796.011

Н.А. Беседа  
м. Полтава, Україна

### **ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІЙ ШКОЛІ**

**Постановка проблеми.** Серед викликів, що наразі постають перед сучасною шкільною освітою, особливої актуальності набуває пошук підходів до ефективного розв'язання проблеми здоров'язбереження учнів завдяки оптимальному поєднанню їх рухової й інтелектуальної активності. У цьому контексті головна роль відводиться вчителю фізичної культури, здатному на якісно новому рівні організувати фізкультурно-оздоровчу діяльність у загальноосвітньому навчальному закладі. Таким чином виникає об'єктивна потреба в підготовці майбутніх учителів фізичної культури на основі формування в них психолого-педагогічних і методичних знань у галузі фізкультурно-оздоровчої діяльності в школі.

**Аналіз попередніх досліджень.** Аналіз наукового доробку вітчизняних і зарубіжних дослідників дає підстави вважати, що питання здоров'язбереження молодого покоління багатоаспектне і потребує комплексного вирішення. Дослідженню теоретичних та прикладних

аспектів проблеми здоров'язбереження дітей і учнівської молоді приділяли увагу вітчизняні й зарубіжні вчені, зокрема: Г. Апанасенко, Л. Попова, С. Лапаєнко, І. Єрохіна, І. Поташнюк, Є. Чернишова та інші. Пріоритетні напрями формування здорового способу життя дітей і підлітків розробили М. Антропова, В. Базарний, Л. Горяна, О. Дубогай, А. Хрипкова, В. Шахненко та інші. Сутність валеологічної культури учнів за сучасних умов навчання розкрили Т. Бойченко, О. Бондаренко, Л. Ващенко, М. Гончаренко, В. Горащук, В. Грибань, С. Кондратюк та інші. Соціальні проблеми здоров'я дітей і підлітків проаналізували Т. Титаренко, Л. Бойко, М. Варданян, І. Калиниченко, Є. Неведомська, Ю. Науменко, С. Омельченко, В. Оржеховська, П. Плахтій та інші.

У наукових розвідках, здійснених В. Ареф'євим, Г. Бойко, Т. Круцевич, С. Лазаренко, Р. Раєвським та ін. досліджено умови професійної підготовки випускників вищих навчальних закладів до впровадження інноваційних технологій збереження і зміцнення здоров'я учнівської молоді. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту в вищих навчальних закладах висвітлено у наукових висновках Л. Сущенко, теоретико-методичні основи підготовки майбутніх учителів фізичної культури відображено в напрацюваннях Є. Захаріної, Б. Шияна та ін.

Узагальнюючи теоретичні і практичні надбання, слід зазначити, що водночас недостатньо досліджено структуру готовності майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі.

З огляду на це, **мета** статті — охарактеризувати структурні компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі.

**Виклад основного матеріалу.** Із позиції нашого дослідження науковий інтерес становлять висновки А. Линенко, К. Макагон, Г. Троцько та ін. стосовно того, що підготовка до діяльності це — динамічний процес, результатом якої є розвиток готовності. Слушним є зауваження О. Пехоти, що «специфіка підготовки вчителя з позицій теоретичних моделей його індивідуальності полягає в тому, що акцент переноситься із зовнішньої організації діяльності у сфері підготовки спеціаліста на її «внутрішню картину» [7, с. 11].

Узагальнюючи низку наукових розвідок учених, ми виокремили такі головні, на наш погляд, підходи до визначення змісту поняття «готовність»:

- психічний стан особистості, що допомагає їй мобілізуватися задля досягнення результатів певної діяльності (Д. Узнадзе);
- стан психічних функцій, що забезпечує високий рівень досягнень при виконанні певного виду діяльності (Л. Онищук);
- активно-діяльнісний стан особистості, настанова на певну поведінку, мобілізованість сил на виконання завдання (В. Урусський);
- система якостей особистості вчителя, що визначає успіх його професійної праці (Б. Анан'єв, В. Сластьонін);
- якість особистості, що поєднує в собі настанови, мотиви, відповідні знання про предмет і способи діяльності, а також практичні навички та вміння щодо їх реалізації (А. Линенко);
- інтегративне особистісне утворення, що формується в процесі підготовки компетентного вчителя фізичної культури і пов'язане з формуванням його професійної позиції, іміджу (Л. Ареф'єва, І. Гринченко).

Розмірковуючи над критеріями оцінювання готовності до певного виду діяльності, ми проаналізували наукові здобутки вітчизняних і зарубіжних учених (І. Дичківської, М. Козуб, Л. Сущенко, С. Сисоєвої, В. Урусського та ін.). Це стало теоретичним підґрунтям для виокремлення структурних компонентів готовності майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі, а саме: мотиваційного, когнітивного, операційно-діялісного, професійно-технологічного, оцінно-рефлексивного. Коротко охарактеризуємо їх.

*Мотиваційний компонент* указує на домінування у майбутніх учителів фізичної культури професійно важливих настанов і мотивів до реалізації цілей фізкультурно-оздоровчої діяльності в сучасній школі; вияв пізнавальних інтересів, мотивів до опанування теорією і методикою фізкультурно-оздоровчої діяльності; позитивну емоційну налаштованість на збереження і зміцнення здоров'я учнів; розвиток потреби в самовдосконаленні; сформованість мотивів особистісно-професійного зростання; наявність соціальних мотивів та стійких переконань у вагомості педагогічного впливу на формування здорового способу життя молодого покоління.

*Когнітивний компонент* готовності визначається спрямованістю майбутніх учителів фізичної культури на розширення кола знань теоретичних і методичних основ організації та здійснення фізкультурно-оздоровчої діяльності; поглибленням фахових знань; знанням сучасних оздоровчих методик; розвитком уявлень про наявні наукові і практичні підходи (особистісний, діяльнісний, компетентнісний, аксіологічний, системний тощо) до збереження й зміцнення здоров'я учнів; здійсненням самоосвіти у галузі фізкультурно-оздоровчої діяльності.

*Операційно-діяльнісний компонент характеризується раціональним застосуванням оздоровчих методів (загартовування, дотримання правил здорового харчування, особистої гігієни, чергування праці й відпочинку тощо); зваженим вибором форм і засобів оптимізації рухової активності (динамічні ігри, фітбол, оздоровчі фітнес-технології тощо).*

*Професійно-технологічний компонент свідчить про розвиток у майбутніх учителів фізичної культури таких практичних умінь і навичок (професійної компетенції): планування розкладу занять з урахуванням динаміки працездатності учнів протягом дня, тижня; проведення моніторингу стану їх здоров'я; оцінювання й корекція згідно із гігієнічними нормами світлового, температурного і повітряного режиму у спортивному залі; розроблення авторських оздоровчих програм, проектів, методик; здійснення профілактично-просвітницької роботи з учителями, учнями та їх батьками, що передбачає формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності; розв'язування навчально-методичних завдань у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі.*

*Оцінно-рефлексивний компонент передбачає сформованість у майбутніх учителів фізичної культури рефлексивної позиції; розвиток здатності до самоаналізу результатів своєї професійної діяльності, самодіагностики власного рівня готовності до фізкультурно-оздоровчої діяльності; розроблення індивідуальної програми особистісно-професійного зростання; вироблення індивідуального стилю педагогічної діяльності.*

*Серед організаційно-педагогічних умов підготовки майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі особливо значущими вважаємо такі:*

- удосконалення змісту, форм і методів професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури;
- зміцнення у них професійно-ціннісного ставлення до здійснення фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- активізація в студентів прагнення до саморозвитку та професійного зростання.

Слід зазначити, що в процесі професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури особливу увагу слід приділяти формуванню методичних знань студентів у галузі фізкультурно-оздоровчої діяльності. Підтвердження цього знаходимо в наукових висновках Л. Іванової, в яких наголошується на необхідності розвитку в майбутніх учителів фізичної культури умінь правильно виконувати фізичні вправи і вчити цього учнів у процесі здійснення фізкультурно-оздоровчої роботи [1]. У цьому контексті влучними є зауваження закордонних дослідників (Дж. Грехем, М. Паркер) стосовно того, що «більшість учителів не робить свідомої, запланованої спроби допомогти дітям зрозуміти поняття затрат часу, сили та динаміки і не пов'язують ці поняття з відповідними практичними навичками» [8, с. 244].

У зв'язку з цим, пропонується починати заняття з ознайомлення дітей із поняттям «рух» і вироблення у них функціонального розуміння цього поняття та поєднання його з певними вміннями. Звісно, мине певний час, доки діти зможуть добре рухатися, але якість їх рухів буде

набагато вищою завдяки опануванню знаннями про простір, затрати, зусилля і взаємозв'язки, які виникають під час здійснення руху [8, с. 226-228].

Отже, якість рухових навичок і вмінь зумовлена сформованістю знань і уявлень дітей про поняття власного і загального простору, затрат часу, сили і динаміки, а також взаємозв'язку між частинами тіла, між об'єктами і людьми, власне між людьми. Для формування згаданих вище знань і вмінь дослідники рекомендують такі вправи:

1. Розділіть учнів на три команди, кожна з яких має виконати завдання, що пов'язані з переміщенням прямим, непрямым і зигзагоподібним шляхом.

2. Запропонуйте учасникам рухатися шляхами, що проходять навколо, над і під перешкодами, які виникають перед ними. За сигналом діти повинні обережно обійти перешкоду, не штовхаючи один одного, і зайняти вільну ділянку загального простору. До того ж, за другим сигналом треба на деякий час затриматися у вигляді певної фігури.

3. Заслуговує на особливу увагу вправа, спрямована на формування усвідомлення та відчуття власного простору. Дітям пропонують уявити, ніби кожен із них знаходиться на острові, навкруги якого — акули. Спершу дозволяється робити довільні рухи тільки руками, а потім — тільки ногами, але не дозволяється зрушувати із місця. Таким чином учні вивчають межі свого власного простору, який завжди навколо них.

Як бачимо, формування бази знань про власний і загальний простір, про різновиди руху стануть теоретичним підґрунтям для розвитку в дітей таких фізичних якостей, як спритність, гнучкість та безпечне переміщення у просторі. Додамо, що урізноманітнення в педагогічній арсеналі вправ для активізації фізичної активності учнів сприятиме гармонійному поєднанню їх розумової й рухової активності.

З позиції нашого дослідження заслуговує на увагу підготовка майбутніх учителів фізичної культури до застосування сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій. З огляду на це цікавими вважаємо праці Т. Коваль, в яких дослідниця пропонує вчителям фізичної культури вивчити і застосовувати на уроках і в позаурочний час фітбол (*резист-а-бол, бодібол*). Фітбол-аеробіка — це різновид оздоровчої аеробіки, в процесі якої використовуються спеціальні силіконові м'ячі, що витримують вагу близько 300 кг і мають діаметр 45-95 см. У процесі роботи з фітболами слід дотримуватися послідовної реалізації таких етапів:

1. Знайомство з м'ячем як тренажером для (1-2 заняття).
2. Освоєння вправ на м'ячах для зміцнення різних груп м'язів, розвитку координації рухів тощо (6-8 занять).
3. Закріплення освоєних навичок роботи з м'ячами (4-6 занять).
4. Підвищення складності вправ, збільшення кількості повторень, удосконалення отриманих навичок (4 заняття).
5. Формування навички правильної постави (10-12 занять).
6. Самостійне розроблення комплексів вправ (2-4 заняття).
7. Оцінка ефективності занять.

Ми цілком поділяємо думку Т. Коваль [6] стосовно того, що фітбол-аеробіка пропонує великий арсенал вправ, диференційованих відповідно до віку, статі, стану здоров'я, фізичної підготовленості й індивідуальних уподобань. Це підтверджує доцільність формування в студентів знань і вмінь застосування фітбол-аеробіки поряд з іншими видами фізкультурно-оздоровчої діяльності.

**Висновки.** Доведено, що в процесі здійснення професійної підготовки студентів доцільною є реалізація організаційно-педагогічних умов, зорієнтованих на підвищення рівня готовності майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі. Встановлено, що цілісне формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності передбачає сформованість таких компонентів: мотиваційного, когнітивного, операційно-діяльнісного, професійно-технологічного та оцінно-рефлексивного.

**Перспективу подальших досліджень** пов'язуємо з розробленням критеріїв ефективності

підготовки майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі.

### Література:

1. Арефьева Л. П. Подготовка будущих учителей физической культуры до позакласної виховної роботи у старшій школі : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Л. П. Арефьева. — К., 2010. — 24 с.
2. Беседа Н. А. Подготовка учителя до застосування здоров'язбережувальних технологій у системі методичної роботи загальноосвітнього навчального закладу : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Н. А. Беседа. — К., 2012. — 21 с.
3. Бобрицька В. І. Формування здорового способу життя у майбутніх учителів : монографія / В. І. Бобрицька. — Полтава : ТОВ «Поліграфічний центр «Скайтек», 2006. — 432 с.
4. Гринченко І. Б. Сучасні напрями впровадження інновацій в професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури / І. Б. Гринченко // Вища освіта України. Теоретичний та науково-методичний часопис. Додаток 3, Т. VII. Тематичний випуск : Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. — К. : Гнозис, 2011. — С. 84-93.
5. Іванова Л. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Л. І. Іванова. — К., 2007. — 376 с.
6. Коваль Т. В. Фітбол-аеробіка як один із засобів здоров'язбережувальних технологій / Т. В. Коваль // Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології: реалії і перспективи: матеріали Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції студентів і молодих учених. — Полтава : ПолтНТУ імені Юрія Кондратюка, 2014. — С. 79-81.
7. Пехота Е. Н. Индивидуальность учителя: теория и практика / Е. Н. Пехота. — Николаев, 1996. — 144 с.
8. Tones K. The Power to Choose : Health Education and the New Health, Health Education Unit, Leeds Politechnic / K. Tones. — UK, 1990. — P. 11-14.

*У статті обґрунтовано доцільність здоров'язбереження учнів через застосування ефективних методів оптимізації їх рухової активності. Визначено організаційно-педагогічні умови формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі та виокремлено й охарактеризовано структурні компоненти цієї готовності. Розглядається питання підвищення якості формування психолого-педагогічних і методичних знань студентів в процесі їх професійної підготовки.*

**Ключові слова:** фізкультурно-оздоровча діяльність, готовність майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітній школі, організаційно-педагогічні умови формування готовності.

*В статье обоснована целесообразность здоровьесбережения учащихся путем применения эффективных методов оптимизации их двигательной активности. Определены организационно-педагогические условия формирования готовности будущих учителей физической культуры к физкультурно-оздоровительной деятельности в общеобразовательной школе, выделены и охарактеризованы структурные компоненты данной готовности. Рассматривается вопрос повышения качества формирования психолого-педагогических и методических знаний студентов в процессе их профессиональной подготовки.*

**Ключевые слова:** физкультурно-оздоровительная деятельность, готовность будущих учителей физической культуры к физкультурно-оздоровительной деятельности в общеобразовательной школе, организационно-педагогические условия формирования готовности.

*Article expediency health saving students by optimizing their physical activity. Defined organizational and pedagogical conditions of formation of future teachers of physical education to sports and recreation activities in secondary schools and singled out and characterized its structural components. The question of improving the quality of the formation of psycho-pedagogical and methodological knowledge of the students during their training.*

**Keywords:** sports and recreational activities, the willingness of future teachers of physical education to sports and recreation activities in secondary school, organizational and pedagogical conditions of the willingness.