

УДК 37.091.12:796

Проніков О.К.

## ВДОСКОНАЛЕННЯ ЯКОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ ТА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

*У статті проаналізовано актуальні проблеми вдосконалення якості фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл та підготовки майбутніх учителів фізичної культури у педагогічних ВНЗ України. Накопичений досвід європейських та світових здобутків в галузі освіти дозволяє здійснювати навчальну та спортивно-оздоровчу роботу з дітьми шкільного віку на нових концептуальних засадах, втілювати державну політику розвитку особистості, задоволення її освітніх і духовно-культурних потреб. На реалізацію цієї мети спрямовані закони України "Про освіту" (1991, 1996, 2006), "Про вищу освіту" (2014), "Про фізичну культуру і спорт" (1993), Національна доктрина розвитку освіти (2002), Концептуальні засади розвитку педагогічної освіти України та її інтеграції в європейський освітній простір (2004), Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2004). Їх імплементація потребує створення такого освітнього середовища, яке б сприяло формуванню в учнів мотивації бережливого ставлення до свого здоров'я, розвитку фізичних і психічних якостей, творчого використання засобів фізичної культури в організації здорового способу життя.*

**Ключові слова:** навчання, виховання, підготовка учителя фізичної культури, педагогічний досвід.

**Аналіз досліджень та публікацій.** Проблема підготовки майбутніх учителів фізичної культури до навчальної та виховної роботи з учнями стала предметом дослідження в багатьох українських вчених. Проблемам розвитку позакласної та позашкільної спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи з фізичної культури в різних регіонах України присвячено докторська дисертація А.В. Цюся "Розвиток фізичного виховання на території України з найдавніший часів до початку XIX ст." [6].

В докторській дисертації О.К. Пронікова "Теоретичні та методичні основи підготовки майбутніх учителів фізичної культури у педагогічних вищих навчальних закладах України (друга половина XX – початок XXI століття)", яка є теоретичним, історико-педагогічним дослідженням, вперше системно висвітлено наукову проблему яка до цього часу не була предметом спеціального вивчення, окреслено історіографію цієї проблеми. Процес навчання студентів на факультетах фізичного виховання педагогічних ВНЗ України визначено як відкриту, саморегулюючу, теоретично та методично обґрунтовану систему, що передбачає взаємозв'язок цілей, змісту, форм, засобів, технологій і методів професійного вишколу, що здійснювався на тлі суспільно-політичних та освітньо-виховних чинників і розглядається у трьох площинах (предметній, функціональній, історичній) [4].

Загальні проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури у педагогічних ВНЗ України аналізуються в сучасних експериментальних докторських дисертаціях. Зокрема, зміст, форми й методи теоретичної та методичної підготовки вчителя фізичного виховання у вищих педагогічних закладах, а також теоретико-методологічні засади цієї підготовки розкриваються в дослідженнях Л.П. Сущенко "Теоретико-методологічні засади підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах" та Б.М. Шияна "Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних закладах" [5; 7].

Дослідники визначають структуру педагогічної діяльності фахівців з фізичної культури, надають перелік вмінь та якостей особистості учителя фізичної культури та вимоги до оволодіння ними під час навчання у вищих педагогічних навчальних закладах.

Шляхи підвищення ефективності системи підготовки студентів-заочників факультетів фізичного виховання до проведення фізкультурно-масової роботи в школі розглядав С.Ф. Кичук у дисертаційному дослідженні "Система підготовки студентів заочної форми обучения к внеклассной спортивно-массовой работе в школе". Автор довів, що здійснення визначеної цілеспрямованості навчального процесу на заочному відділенні факультету фізичного виховання позитивно відобразиться на покращенні підготовки студентів до проведення спортивно-масової роботи в школі. Цілеспрямованості, на його думку, мало сприяти, по-перше, доповнення провідних спортивно-педагогічних дисциплін факультетом, в якому мають бути сконцентровані питання методики проведення позакласних форм занять з фізичного виховання дітей, і, по-друге, організація самостійної роботи, яка забезпечує високу навчальну активність і тісний зв'язок навчання з практичною професійною діяльністю [3].

Результати проведених досліджень свідчать про неухильний пошук вітчизняними вченими нового змісту теоретичної та методичної підготовки учителів фізичної культури у ВНЗ України на основі використання сучасних інформаційних й освітніх технологій, дистанційного навчання, оновлення змісту

й програм методичних дисциплін. Одночасно вони вважають за необхідне кардинально змінювати систему навчальної, позакласної та позашкільної спортивно-оздоровчої роботи з дітьми.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Усі зміни мають базуватися на об'єктивних даних науки, зокрема, медицини, фізіології, педагогіки, психології, тощо. Неодмінною складовою цього процесу має бути врахування досвіду провідних країн світу. Слід зазначити, що об'єктивний аналіз особливостей організації фізичного виховання у найрозвинутіших країнах дозволить уникнути можливих помилок у процесі реформування вітчизняної освітньої галузі.

Одним із найбільш яскравих прикладів, який можна розглядати як орієнтир, є школи США. Згідно з федеральними рекомендаціями діти та підлітки повинні щодня одну годину присвячувати фізичній культурі та спорту. Країна поставила собі за мету докласти всіх зусиль, щоб зміцнювати здоров'я дітей, підвищити фізичну активність серед школярів і надати уроку фізкультури статусу "основного", що дозволить, у свою чергу, підвищити розумову активність учнів. Інститут медицини США рекомендував школярам молодшого віку займатися фізичною активністю щонайменше 30 хвилин щодня, а старшим – 45 хвилин, з яких 20 хвилин мають бути присвячені інтенсивним справам.

Проаналізуємо програми із фізичного виховання, які застосовуються в системі середньої освіти США. Навчання дітей триває 12 років (від 6 до 18 років). Модель освіти має таку структуру: початкова (елементарна) школа (від 6 до 12 років); середня школа (коледж середньої освіти); старша школа (9-12 класи). Програма початкової школи (1-6 класи) включає англійську мову, літературу, математику, природознавство, суспільствознавство, трудове навчання, цикл естетичної освіти (малювання, музика, співи, ліплення), спорт і фізичне виховання, якому відводиться приблизно 1/6 частина часу, передбаченого на усі дисципліни.

Молодша середня школа (юніор хай скул – 7-9 класи) одну третину навчального часу відводить на вивчення загальної для всіх програми: англійська мова та мовленнєва культура, математика, природничі дисципліни, історія США, всесвітня історія, фізичне виховання. Решта навчального часу віддається на вивчення елективних курсів (за вибором).

Старша школа (*англ. high school*) – останній етап середньої освіти в США, який триває з 9 по 12 класи. У цій школі учні мають право вільно обирати ті чи інші навчальні дисципліни. Проте для отримання диплому вони повинні виконати мінімальні вимоги, що встановлюються шкільною радою. При цьому на фізичну культуру відводиться 1-2 уроки.

У 2009 році в США було проведено спеціальне дослідження тенденцій розвитку фізичної культури у середніх загальноосвітніх школах країни. Воно базувалося на аналізі практики фізичного виховання у відповідних закладах і включало опитування вчителів. Спектр запитань охоплював широке коло проблем фізичного виховання. Проаналізуємо лише ті, що є актуальними і для вітчизняної системи освіти. На запитання "На чому акцентуються програми з фізичного виховання у вашій школі?" були отримані такі відповіді (табл. 1).

Таблиця 1

#### Пріоритети у програмах із фізичного виховання в середніх школах США

Варіанти відповідей	Початкова школа (%)	Середня школа (%)	Старша школа (%)	Загалом (%)
Оздоровчий фітнес	33	63	67	49
Рухові навички та форми рухів	53	17	13	33
Формування характеру, особиста та соціальна культура	12	12	12	12
Підготовка до змагань	2	9	8	6
Кількість шкіл	522	308	302	1132

Як видно з таблиці, у початковій школі програми із фізичного виховання спрямовані переважно на вирішення завдань формування та вдосконалення нових форм рухів. У вітчизняній теорії фізичного виховання вони включаються до групи освітніх завдань. У відповідних програмах середніх та старших шкіл акцент зроблено на вирішенні оздоровчих питань [1].

Інформація щодо видів спорту та різновидів рухової активності, які найчастіше включаються вчителями у шкільні програми із фізичного виховання, є цікавою насамперед у контексті запровадження нової вітчизняної програми. Вона передбачає низку варіативних модулів, які базуються на певних видах спорту. Так, на запитання "Які види рухової активності пропонуються у вашій школі?" учителі середніх шкіл США дали відповіді, що наведені в таблиці (табл. 2).

Отже, найпопулярнішим видом спорту в середніх школах США є баскетбол. Він практикується у понад 90% усіх середніх навчальних закладів. Поряд із традиційними для нас видами спорту в шкільних програмах США трапляються й досить оригінальні. Насамперед це exergames (використання спеціальних комп'ютерних симуляторів, які передбачають рухову активність людини), що практикується у 31% шкіл; гольф; метання тарілок фрісбі; скейтбордінг тощо [1].

Таблиця 2

## Найпоширеніші різновиди рухової активності у школах США

Варіанти відповідей	Початкова школа (%)	Середня школа (%)	Старша школа (%)	Загалом (%)
1. Баскетбол	91	96	94	93
2. Персональний фітнес	85	89	92	88
3. Волейбол	82	93	91	88
4. Стрибки зі скакалкою	97	85	66	86
5. Футбол (європейський)	84	85	81	83
6. Бейсбол/софтбол	64	85	84	75
7. Американський футбол	63	88	78	74
8. Танці	83	67	51	70
9. Дисковий спорт (метання тарілок фрісбі)	60	74	78	69
10. Різновиди хокею	62	73	56	64
11. Боулінг	74	43	43	57
12. Теніс	48	53	74	56
13. Легка атлетика	58	60	46	56
14. Важка атлетика	18	63	93	50
15. Гандбол	19	50	60	39
16. Гольф	27	37	40	34

Як свідчать дані таблиці, однією із найпоширеніших форм рухової активності в школах США є так званий персональний фітнес. Він використовується у 88% середніх шкіл. У контексті вищезгаданих даних цікавим видається факт переважання в середніх школах США традиційного для європейців футболу, тоді як популярний там американський футбол практикується в дещо меншій кількості навчальних закладів. Звертає на себе увагу й та особливість, що поширена в більшості українських освітніх закладах легка атлетика практикується лише в 56% американських шкіл[1].

Аналіз літератури дозволяє стверджувати, що в США відсутні характерні для нашої системи освіти структуровані програми із фізичного виховання. Одними із найважливіших документів, згідно з якими проводяться заняття з фізичної культури, є спеціальні інструкції, які розробляються на основі рекомендацій відповідних державних структур та затверджуються відділами освіти відповідних штатів. Ці інструкції є своєрідними аналогами вітчизняної програми з фізичної культури.

Усі нормативні документи у сфері фізичної культури та спорту незалежно від законодавства штату, в якому вони були прийняті, повинні базуватися на національних стандартах, які розроблені КЛБРЕ (Національною асоціацією спорту та фізичного виховання). КЛБРЕ – одна із ключових організацій, що займається програмно-нормативним забезпеченням різних форм фізичного виховання. У рекомендаціях цієї асоціації зокрема наголошується на тому, що шкільні програми із фізичного виховання повинні розроблятися з метою забезпечення регулярної та структурованої рухової активності й слугувати засобом для покращення здоров'я дітей в Америці. Схожі рекомендації зазначені у документі, розробленому Департаментом охорони здоров'я та соціальних служб, під назвою "Стратегія вдосконалення якості фізичного виховання". У цій стратегії учням та студентам пропонується щоденна рухова активність (від помірної до великої) тривалістю 60 хвилин з метою зниження ймовірності розвитку серцевих захворювань, діабету другого типу та ожиріння. У цій же стратегії йдеться про те, що однією із основних вимог до шкільних програм з фізичного виховання є необхідність забезпечення не менше ніж 50% часу для безпосередньо рухової активності.

Питанням фізичного виховання, зокрема розробкою відповідних рекомендацій та програм, займається досить велика кількість структур, до компетенції яких входить діяльність і в інших сферах. Наприклад, такі організації, як Американське онкологічне товариство, Американська асоціація діабету, а також Американська асоціація серця проводять власні дослідження, на основі яких розробляються рекомендації щодо занять руховою активністю. Згаданими організаціями фізичне виховання розглядається як невід'ємна складова шкільної освіти, спрямована на забезпечення здоров'я та благополуччя учнів середніх шкіл. Фізичне виховання також визнається центральним компонентом шкільних програм охорони здоров'я, метою яких є насамперед профілактика ожиріння та супутніх цьому явищу захворювань серцево-судинної системи.

Велика кількість програм із фізичного виховання систематизована на спеціальному веб-порталі під назвою "PHYSICAL EDUCATION CENTRAL". Цей електронний ресурс дозволяє будь-якому користувачеві знайти програму тренування, яка б відповідала його віку, статі та вподобанням. Згадані програми нагадують спрощений варіант звичного для нас конспекту уроку з фізичної культури на певну тему (гімнастика, баскетбол, волейбол тощо).

Таким чином, можна стверджувати, що програми із фізичного виховання, які застосовуються в середніх школах США, є досить різносторонніми. Вони включають велику кількість різновидів організованої рухової активності, які практикуються в тій чи іншій школі залежно від матеріально-

технічного та кадрового забезпечення, а також уподобань учнів. Спільною рисою для усіх шкільних програм з фізичного виховання є відповідність державним стандартам у сфері фізичної культури [2].

Участь у формуванні програм з фізичного виховання, що застосовуються в середніх школах США, приймають насамперед організації загальнодержавного значення, відповідні виконавчі структури окремих штатів, батьківські комітети, учителі та учні. Рекомендації щодо рухових режимів для школярів надаються організаціями, пов'язаними зі сферою охорони здоров'я.

Одним із головних завдань викладачів з фізичної культури під час проведення уроків у школах США є отримання учнями задоволення та створення у них гарного настрою.

**Висновки.** Результати проведеного аналізу вітчизняної та зарубіжної науково-методичної літератури, присвяченої світовому досвіду організації фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл та підготовки учителів відповідно до сучасних вимог, засвідчують про наявність спільних складових методичної підготовки як системи, що конструється з *когнітивного* (методики викладання спортивних дисциплін, спецкурси та спецсеінари з методик, засвоєння методичних знань і понять), *діяльнісного* (вироблення загальнометодичних умінь і навичок, проходження різних видів педагогічної практики) та *особистісного* (авторизація педагогічного досвіду, збагачення методичних надбань, запровадження у власну педагогічну діяльність інновацій та сучасних педагогічних технологій, саморегуляція методичних знань і вмінь) компонентів.

Сучасні підходи до підготовки майбутніх учителів фізичної культури сприятимуть вдосконаленню набутих умінь, підвищенню професійно-методичної майстерності, дозволять успішно розв'язувати нагальні завдання національної системи освіти.

### Використані джерела

1. Physical Education Trends in Our Nation's Schools [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http // www.aaahperd.org/naspe/about/announcements/upload/PE-Trends-Report.pdf](http://www.aaahperd.org/naspe/about/announcements/upload/PE-Trends-Report.pdf).
2. Missouri Physical Fitness Assessment Manual. Missouri Department of Elementary and Secondary Education. D. Kent King, Commissioner of Education. – 2000. – October. – 22 pages.
3. Кичук С.Ф. Система підготовки студентів заочної форми обучения к внеклассной спортивно-массовой работе в школе: автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки" (включая методику лечебной физкультуры) / С.Ф. Кичук. – М., 1983. – 23 с.
4. Проніков О.К. "Теоретичні та методичні основи підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищих педагогічних навчальних закладах України (друга половина ХХ – початок ХХІ століття)" / Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук. 13.00.01 – загальна педагогіка та історія педагогіки / О.К. Проніков. – Тернопіль, 2014. – 495 с.
5. Сущенко Л.П. Професійна підготовка фахівців фізичного виховання і спорту: Історичний аспект / Л.П. Сущенко // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2001. – №1. – С.183-193.
6. Цьось А.В. Розвиток фізичного виховання на території України з найдавніший часів до початку ХІХ ст.: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / А.В. Цьось. – Харків, 2005. – 40 с.
7. Шиян Б.М. Теоретико-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання в педагогічних закладах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук: спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки" / Б.М. Шиян. – К., 1997. – 48 с.

*Pronikov O.*

### IMPROVEMENT OF PHYSICAL EDUCATION OF PUPILS AND PREPARATION OF PHYSICAL TRAINING TEACHERS-TO-BE

*In the article we analyze important problems of physical education quality of the physical training teachers-to-be in the pedagogical higher education establishments of Ukraine. The best Ukrainian and European practices in the field of education permit to do educational, sports and health work with pupils on the new conceptual bases, to implement the state policy of personality development, satisfaction of their spiritual and cultural necessities. The leys of Ukraine "About Education" (1991, 1996, 2006), "About Higher Education" (2014), "About Physical Education and Sports" (1993), National Doctrine of Education Development (2002), Conceptual Bases of Pedagogic Education Development of Ukraine and its integration to the European educational environment (2004), National Doctrine of Physical Training and Sports Development (2004). Their implementation requires the creation of the educational environment that would contribute to the formation of motivation of solicitous attitude of pupils to their health, development of physical and psychological qualities creative application of physical training to the healthy way of life organization.*

**Key words:** *teaching, education, preparation of physical training teacher, pedagogical experience.*

*Стаття надійшла до редакції 23.01.2015*