

## РОЗДІЛ І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

УДК 378.096 : 796. 011. 3(477)

### **СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНА МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

Верховська М. В.

*72900, Таврійський державний агротехнологічний університет,  
м.Мелітополь, пр.Б.Хмельницького,1, Україна*

romomarenko-34@mail.ru

У статті наведено розроблену, теоретично обґрунтовану структурно-функціональну модель, що забезпечує реалізацію організаційно-педагогічних умов формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. Розглядаючи зміст професійної діяльності вчителя фізичної культури, увагу приділено такій понятійній конструкції, як “фізкультурно-оздоровча технологія”. При розробленні структурно-функціональної моделі ми зазначили кінцеву мету, а саме сформованість психологічної, науково-теоретичної, практичної, психофізіологічної та фізичної готовності майбутніх учителів фізичної культури щодо впровадження в практику загальноосвітніх навчальних закладів різновидів сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій з метою підвищення інтересу учнів до занять фізичною культурою, забезпечення необхідної рухової активності; розвитку, збереження та зміцнення їхнього здоров'я. Поданий у статті варіант структурно-функціональної моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності не вичерпує всіх її аспектів. Разом з тим, наведені в статті результати теоретичного аналізу проблеми дали нам можливість розробити таку структурно-функціональну модель формування відповідної готовності, що дозволяє визначити організаційно-педагогічні умови, які, на нашу думку, забезпечують ефективність реалізації цієї моделі експериментальним шляхом.

*Ключові слова: учитель фізичної культури, фізкультурно-оздоровча технологія, структурно-функціональна модель, готовність.*

### **СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Верховская М. В.

*72900, Таврический государственный агротехнологический университет,  
г.Мелитополь, пр.Б.Хмельницкого,1, Украина*

romomarenko-34@mail.ru

В статье представлена разработанная, теоретически обоснованная структурно-функциональная модель, которая обеспечивает реализацию организационно-педагогических условий формирования готовности будущих учителей физической культуры к использованию физкультурно-оздоровительных технологий в профессиональной деятельности. Отметим, что рассматривая содержание профессиональной деятельности учителя физической культуры, в статье уделено внимание такому понятию, как “физкультурно-оздоровительная технология”. При разработке структурно-функциональной модели нами указана конечная цель, а именно: сформированность психологической, научно-теоретической, практической, психофизиологической и физической готовности будущих учителей физической культуры по внедрению в практику общеобразовательных учебных заведений разновидностей современных физкультурно-оздоровительных технологий с целью повышения интереса учащихся к занятиям физической культурой, обеспечения необходимой двигательной активности; развития, сохранения и укрепления их здоровья. Представленный в статье вариант структурно-функциональной модели формирования готовности будущих учителей физической культуры к использованию физкультурно-оздоровительных технологий в профессиональной деятельности не исчерпывает всех ее аспектов. Вместе с тем, представленные в статье результаты теоретического анализа проблемы дали нам возможность разработать такую структурно-функциональную модель формирования соответствующей готовности, которая позволяет определить организационно-педагогические условия, которые, по нашему мнению, обеспечивают эффективность реализации этой модели экспериментальным путем.

*Ключевые слова: учитель физической культуры, физкультурно-оздоровительная технология, структурно-функциональная модель, готовность.*

## **STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL OF FORMATION OF FUTURE PHYSICAL TRAINING TEACHERS' READINESS FOR APPLYING SPORT AND RECREATION TECHNIQUES IN PROFESSIONAL ACTIVITY**

Verkhovska M.

*72900, Tavria State Agrotechnological University, Melitopol, B.Hmelnitskiy str.,1, Ukraine*

ponomarenko-34@mail.ru

The article presents the developed theoretically grounded structural-functional model that ensures the implementation of organizational-pedagogical conditions of formation of readiness of the future teachers of physical training in the use of sport and recreation techniques in professional work. Note that considering the content of the professional activity of the teacher of physical education, attention is paid to such ponyatiyu as "sport and recreation techniques". In the development of structural and functional model, we specified the ultimate goal, namely: maturity of the psychological, scientific, theoretical, practical, psycho-physiological and physical readiness of the future teachers of physical training on the implementation in practice of secondary schools varieties of modern sport and recreation techniques in order to increase students' interest in physical training, provide the necessary motor activity; development, preservation and strengthening of their health. Presented in the article version of the structural-functional model of formation of readiness of the future teachers of physical training in the use of sport and recreation techniques in professional work does not exhaust all its aspects. At the same time, presented in the article results of theoretical analysis of the problem enabled us to develop a structural-functional model of the appropriate readiness, which allows you to define the organizational and pedagogical conditions, which, in our opinion, ensure the effectiveness of the implementation of this model experimentally.

*Key words: teacher of physical culture, sport and recreation techniques, structural-functional model, readiness.*

### **ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ**

Зміни, що відбуваються в українській державі, торкнулися всіх сторін суспільного життя. Суттєвих трансформацій зазнала система освіти, у тому числі й вищої школи. Це стосується, насамперед, майбутніх учителів фізичної культури, адже результатом їхньої професійної діяльності є використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у практиці загальноосвітніх навчальних закладів (ЗНЗ). Ефективність професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищому навчальному закладі (ВНЗ) залежить від побудови нових стратегій фізкультурно-оздоровчої спрямованості, що орієнтовані на підвищення мотивації та оновлення змісту їхньої майбутньої професійної діяльності в ЗНЗ з метою реалізації біологічної потреби в русі, формуванні, зміцненні й збереженні здоров'я школярів та учнівської молоді.

### **АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ**

Аналіз літературних джерел з проблеми дослідження привертає увагу науковців до різних аспектів професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Так, питання гуманізації педагогічної діяльності вчителя в основній школі висвітлено в наукових працях А. В. Суценка, Н. Є. Щуркової та ін.; особливості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури розглянуто П. Б. Джуринським, Л. П. Суценко, Є. А. Захаріною та ін.; роль учителя фізичної культури в організації самостійних занять фізичними вправами розкрито в наукових працях А. В. Віндюка, О. Л. Благій, А. М. Сітовського та ін.; використання різновидів оздоровчих технологій відбито в дисертаціях Г. В. Глоби, Є. З. Добродуб, О. Я. Кібальник та ін.; пошуки нових підходів до складання фізкультурно-оздоровчих програм оздоровчої орієнтації схарактеризовано Л. Я. Івашенко, Ю. А. Усачовим та ін.; моделі перспективних фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні викладено в публікаціях Н. В. Москаленко, Ю. М. Фурмана; освітні технології вчителя в умовах євроінтеграції педагогічної освіти розкрито О. М. Пехотою, А. М. Старевою та ін.; різні аспекти педагогічної майстерності подано в науково-методичних працях Л. В. Заніної, Н. П. Меньшикової, Т. І. Суценко та ін.

Сьогодні існує низка суперечностей стосовно використання фізкультурно-оздоровчих технологій у підготовці майбутніх учителів фізичної культури у вищій школі, а саме між:

- потребою молоді в суттєвому оновленні змісту цілеспрямованої рухової діяльності та сталістю форм і методів фізичного виховання;
- значним обсягом наукової вітчизняної та зарубіжної інформації стосовно фізкультурно-оздоровчих технологій і відсутністю створених організаційно-педагогічних умов у ВНЗ для формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до застосування цих технологій у процесі фізичного виховання учнів ЗНЗ;
- потенційними можливостями застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у навчально-виховному процесі учнів ЗНЗ та недостатньою сформованістю в майбутніх учителів фізичної культури знань, умінь і навичок для їх творчого використання в сучасних умовах;
- наявністю значної кількості науково-дослідних робіт, у яких з'ясовано позитивний вплив застосування окремих фізкультурно-оздоровчих технологій на дітей шкільного віку та відсутність сформованої цілісної системи заходів у вищій школі.

### **ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ**

Мета статті – розробити, теоретично обґрунтувати структурно-функціональну модель, що забезпечить реалізацію організаційно-педагогічних умов формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

### **ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ**

Аналіз літературних джерел та нормативних документів дав нам змогу виявити зміст професійної діяльності учителя фізичної культури, який відповідно до сучасних вимог є підґрунтям здоров'я дітей. Професійну діяльність учителя фізичної культури у загальноосвітньому навчальному закладі можна представити через координацію обов'язкового – шкільного та довільного – позашкільного (який проводиться за бажанням учнів: фізкультурні гуртки в загальноосвітньому навчальному закладі, оздоровчі табори або самостійно: ранкова гімнастика, домашні завдання, фізкультпаузи, загартування, активний відпочинок тощо) компонентів змісту цієї діяльності.

Відзначимо, що розглядаючи зміст професійної діяльності вчителя фізичної культури, варто звернути увагу на понятійну конструкцію “фізкультурно-оздоровча технологія”, яка тлумачиться як раціональний спосіб цілеспрямованої взаємодії учасників педагогічного процесу, в основу якого покладено різновиди рухової діяльності, що спрямовані на отримання максимально можливого оздоровчого ефекту, реалізацію потреби людини в русі, здоров'ї та дбайливому ставленні до нього через свідоме регулювання фізичної активності [1]. Треба зазначити, що фізкультурно-оздоровчі технології можуть використовуватися в різних формах занять фізичною культурою у загальноосвітніх навчальних закладах.

При розробленні структурно-функціональної моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності на сучасному етапі ми виходили з кінцевої мети, а саме: сформованість психологічної, науково-теоретичної, практичної, психофізіологічної та фізичної готовності майбутніх учителів фізичної культури впроваджувати в практику загальноосвітніх навчальних закладів різновиди сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій з метою підвищення інтересу учнів до занять фізичною культурою, забезпечення необхідної рухової активності; розвитку, збереження та зміцнення їхнього здоров'я. Формування готовності до використання фізкультурно-оздоровчих технологій розуміється нами, з одного боку, як педагогічний процес, що спрямований на реалізацію важливого соціального замовлення ВНЗ, а саме – ефективне формування готовності майбутніх учителів фізичної культури відповідно до освітньо-кваліфікаційного рівня, які використовують сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у професійній діяльності, з іншого боку, – як результат

процесу професійної підготовки у ВНЗ, який надає майбутнім учителям фізичної культури можливість використовувати фізкультурно-оздоровчі технології у своїй професійній діяльності.

Отже, результати теоретичного аналізу проблеми дали змогу розробити структурно-функціональну модель формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності та визначити організаційно-педагогічні умови, які, на нашу думку, забезпечують ефективність реалізації цієї моделі [2; 3]. рис. 1.

Виходячи з викладеного, структурно-функціональна модель формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності являє собою цілісну систему професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у ВНЗ, що складається з цільового, теоретико-методологічного, змістово-процесуального, критеріально-діагностичного та результативного блоків.

Цільовий блок включає: постановку мети навчально-виховного процесу у вищій школі, яка тісно пов'язана з об'єктом та предметом нашого дослідження – формуванням готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, а також завдання, що спрямовані на її вирішення. До них належать такі:

- формування психологічної готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності;
- формування науково-теоретичної готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності;
- формування практичної готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності;
- формування психофізіологічної готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності;
- формування фізичної готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Теоретико-методологічний блок висвітлює методологічні підходи і принципи, що становлять основу, на яку спирається процес формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Методологічні підходи формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності представляють собою особливі сукупності знань, які базуються на принципах. Принципи і методологічні підходи взаємозв'язані. Різноманітність методологічних підходів у педагогічній теорії загалом дає науковцям змогу вибирати той чи інший підхід у теорії і практиці професійної освіти залежно від мети дослідження. Однак, зважаючи на те, що з позицій лише одного підходу важко зрозуміти сутність предмета дослідження, найчастіше вчені спираються на сукупність декількох підходів. Отже, результати дослідження дали змогу виокремити ті методологічні підходи, які найбільше відповідають формуванню готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. Серед них – діяльнісний, компетентнісний, контекстний, інтегративний, здоров'яформувальний, здоров'язбережувальний. Названі підходи не суперечать один одному, а навпаки, взаємодоповнюють один одного, що забезпечує вибір тактики формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

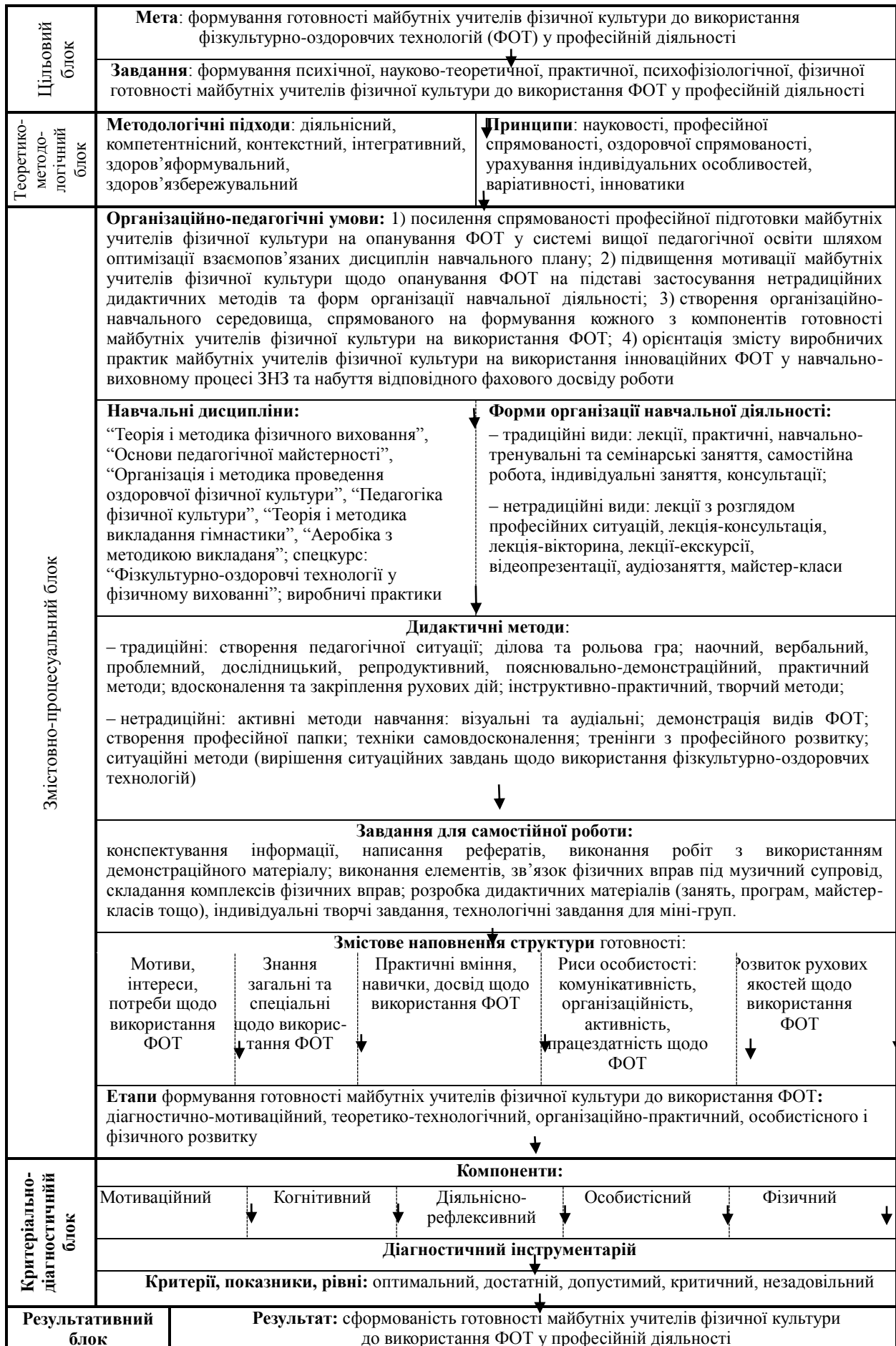


Рис. 1. Структурно-функціональна модель формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Методологічні підходи формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності безпосередньо пов'язані з принципами. У формуванні готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій під час навчання у вищій школі значну роль мають визначені положення, принципи, що покладені в основу цього процесу [4].

Принципи ґрунтуються на об'єктивних, не залежних від бажання людини закономірностях. У теоретико-методологічному блоці структурно-функціональній моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності викладено принципи науковості, професійної спрямованості, оздоровчої спрямованості, урахування індивідуальних особливостей, варіативності, інноватики, за якими здійснюється формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Принципи науковості, професійної спрямованості, урахування індивідуальних особливостей мають значне оздоровче, освітнє та виховне значення. Принципи оздоровчої спрямованості, варіативності й інноватики безпосередньо пов'язані з формуванням готовності до використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності майбутніх учителів фізичної культури. Зобов'язує майбутніх учителів фізичної культури організовувати свою професійну діяльність з використанням фізкультурно-оздоровчих технологій таким чином, щоб вона забезпечувала школярам профілактичну та розвивальну функцію, компенсувала нестачу рухової активності, удосконалювала функціональні можливості організму, оптимізувала процес фізичного виховання у ЗНЗ з метою досягнення ефекту формування, зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді.

Змістово-процесуальний блок у розробленій нами структурно-функціональній моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності представлено зовнішніми регуляторами, що впливають на процес формування їхньої готовності до виконання функцій учителя фізичної культури. До них відносимо визначені нами організаційно-педагогічні умови, а саме:

- посилення спрямованості професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури на опанування фізкультурно-оздоровчих технологій у системі вищої педагогічної освіти шляхом оптимізації взаємопов'язаних дисциплін навчального плану;
- підвищення мотивації майбутніх учителів фізичної культури щодо опанування фізкультурно-оздоровчих технологій на підставі застосування нетрадиційних дидактичних методів та форм організації навчальної діяльності;
- створення організаційно-навчального середовища, спрямованого на формування кожного з компонентів готовності майбутніх учителів фізичної культури на використання фізкультурно-оздоровчих технологій;
- орієнтація змісту виробничих практик майбутніх учителів фізичної культури на використання інноваційних фізкультурно-оздоровчих технологій у навчально-виховному процесі ЗНЗ та набуття відповідного фахового досвіду роботи.

У процесі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності під час навчання у вищій школі нами використовувалися традиційні та нетрадиційні форми організації навчальної діяльності. До традиційних форм організації навчальної діяльності ми відносимо лекції, практичні, навчально-тренувальні та семінарські заняття, індивідуальні заняття, самостійну роботу студентів, консультації. Із нетрадиційних форм організації навчальної діяльності ми вважали за доцільне використання лекцій з розглядом професійних ситуацій, лекцій-екскурсій, лекцій-консультацій, лекцій-вікторин, відеопрезентацій різноманітних сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, аудіозанять, майстер-класів тощо.

Серед дидактичних методів, які було нами покладено в основу навчальної роботи у вищому навчальному закладі для формування готовності майбутніх учителів фізичної культури щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, є як традиційні, так і нетрадиційні методи. Серед традиційних дидактичних методів ми використовували такі: створення педагогічної ситуації; ділова та рольова гра; наочний, вербальний, проблемний, дослідницький, репродуктивний, пояснювально-демонстраційний, практичний методи; вдосконалення та закріплення рухових дій; інструктивно-практичний, творчий методи. Серед нетрадиційних дидактичних методів вагоме місце у нашій педагогічній діяльності як педагога посідали активні методи навчання: візуальні та аудіальні методи; презентація та демонстрація видів фізкультурно-оздоровчих технологій; створення професійної папки; техніки самовдосконалення, тренінги з професійного розвитку, ситуаційні методи, які передбачали вирішення ситуаційних завдань щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій.

Завданнями для самостійної роботи було: конспектування інформації, написання рефератів, виконання робіт з використанням демонстраційного матеріалу; виконання елементів, зв'язок фізичних вправ під музичний супровід, складання комплексів фізичних вправ; розробка дидактичних матеріалів (занять, програм, майстер-класів тощо), індивідуальні творчі завдання, технологічні завдання для міні-груп.

Оцінювання результатів навчання майбутніх учителів фізичної культури проводилося за такими видами контролю: вхідний контроль, поточний контроль, проміжний, комплексний контроль, підсумковий контроль, відстрочений термінований контроль.

Завданнями для оцінювання знань, практичних умінь та навичок стосовно використання майбутніми вчителями фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, які використовувалися нами у процесі навчання, були: конспектування інформації, написання рефератів, виконання робіт з використанням демонстраційного матеріалу; виконання елементів, зв'язок фізичних вправ під музичний супровід, складання комплексів фізичних вправ; розробка дидактичних матеріалів (занять, програм, майстер-класів тощо), індивідуальні творчі завдання, технологічні завдання для міні-груп.

Зміст формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності включав формування мотивів, інтересів, потреб, загальних і спеціальних знань, практичних умінь та навичок, набуття передового практичного досвіду щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій, формування рис особистості та особистісних здібностей, таких як працездатність, педагогічна та соматична активність, комунікативні та організаторські здібності, розвиток рухових якостей.

Реалізація процесу формування відповідної готовності складалася з чотирьох етапів, а саме:

I етап – діагностично-мотиваційний – дозволяв викладачеві вищого навчального закладу оцінити рівень сформованості мотивації, вихідних знань, практичних умінь і навичок, визначити орієнтацію майбутніх учителів фізичної культури щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності;

II етап – теоретико-технологічний – надавав можливість майбутнім учителям фізичної культури сформувати теоретичну базу, що включає у себе комплексне засвоєння загальних і спеціальних знань щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій у їх професійній діяльності.

III етап – організаційно-практичний – передбачав набуття практичного досвіду майбутніми вчителями фізичної культури під час фахової підготовки у вищій школі. Цей етап являв собою комплексне засвоєння, закріплення та вдосконалення практичних умінь та навичок щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій.

IV етап – особистісного і фізичного розвитку – відбувався паралельно з другим та третім етапами та включав формування, вдосконалення та самовдосконалення знань, практичних умінь і навичок майбутніх учителів фізичної культури, їхнє професійне становлення, що

завершувалося визначенням результатів формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності за показниками та рівнями.

Разом із тим, на четвертому етапі не закінчувався процес формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, тому що будь-який особистісно-професійний розвиток потребує діагностично-мотиваційного аналізу, який своєю чергою, тісно пов'язаний із набуттям майбутніми вчителями фізичної культури теоретичного та практичного досвіду у використанні фізкультурно-оздоровчих технологій у практичній діяльності в ЗНЗ.

Критеріально-діагностичний блок структурно-функціональної моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності представлено внутрішніми регуляторами формування відповідної готовності, які характеризують компоненти формування готовності (мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-рефлексивний, особистісний, фізичний), критерії, показники та рівні, а саме: оптимальний, достатній, допустимий, критичний, незадовільний.

Розглянемо компоненти і рівні відповідної готовності структурно-функціональної моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Отже, мотиваційний компонент, який забезпечує психологічну готовність, активує прояв усіх інших компонентів, а в практиці використання майбутніми учителями фізичної культури фізкультурно-оздоровчих технологій у ЗНЗ відповідає за створення мотивів і сприятливої атмосфери в роботі зі школярами та учнівською молоддю. Функцією мотиваційного компонента є активація прояву інших компонентів (або їх елементів).

Когнітивний компонент забезпечує науково-теоретична готовність майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій. Функція когнітивного компоненту полягає в забезпеченні міри використання ресурсних можливостей інших компонентів для досягнення результату (дії зі знанням справи), а саме використання фізкультурно-оздоровчих технологій у роботі з учнями загальноосвітніх навчальних закладів.

Діяльнісно-рефлексивний компонент пов'язаний із практичною готовністю майбутнього вчителя фізичної культури та складається з практичних умінь, навичок і досвіду, аналізуванні й оцінюванні педагогічних ситуацій пов'язаних з використанням фізкультурно-оздоровчих технологій; дає майбутньому вчителю фізичної культури змогу використовувати ті чи інші форми фізкультурно-оздоровчих технологій та організовувати цей процес у практиці фізичної культури у ЗНЗ. Функція діяльнісно-рефлексивного компонента – визначення відношень між компонентами в процесі реалізації ресурсного потенціалу знань і вмінь.

Особистісний компонент формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій характеризує психофізіологічну готовність, яка виражається в працездатності, педагогічній та соматичній активності, комунікативних та організаторських здібностях, що безпосередньо пов'язані з професійною діяльністю майбутнього вчителя фізичної культури щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій. Функція особистісного компонента полягає у використанні повною мірою свого творчого потенціалу, розвитку креативності. Передбачає зміну майбутнього вчителя фізичної культури як особистості та становлення як професіонала.

Фізичний компонент забезпечується наявністю обов'язкової фізичної готовності, забезпечує майбутньому вчителю фізичної культури можливість реалізації напрямів фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, у практиці фізичної культури у ЗНЗ через технічно правильну демонстрацію всіх вправ, що має велике значення для їх опанування школярами та учнівською молоддю, через загальну витривалість, що забезпечує проведення великої кількості уроків на високому рівні, через високу рухову ерудицію, що забезпечує використання тих чи інших видів фізкультурно-оздоровчих технологій, через рухову пам'ять,



що забезпечує відтворення великої кількості різноманітних комплексів вправ, музичність, що забезпечує відповідний емоційний фон. Функцією професійного компонента є усвідомлення майбутніми вчителями фізичної культури поліфункціонального впливу відповідних фізкультурно-оздоровчих технологій на вирішення завдань оздоровчої фізичної культури, охоплення всього спектру потенційних можливостей фізкультурно-оздоровчих технологій щодо формування, зміцнення та збереження здоров'я всіх учасників навчального процесу.

Показниками готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності є зміст структурних компонентів цієї готовності, а саме: показниками мотиваційного компонента є мотиви, інтереси і потреби майбутніх учителів фізичної культури до відповідної готовності; когнітивний компонент характеризується такими показниками, як загальні і спеціальні знання; показниками діяльнісно-рефлексивного компонента є практичні уміння, навички, досвід, аналізування й оцінювання різноманітних видів фізкультурно-оздоровчих технологій щодо використання їх у різних умовах, зі школярами різного віку і гендерних відмінностей; особистісний компонент характеризується такими показниками, як організаторські та комунікативні здібності, педагогічна активність, соматична активність, фізична працездатність. Фізичний компонент майбутнього вчителя фізичної культури щодо використання фізкультурно-оздоровчих технологій забезпечується наявністю таких показників як витривалість, сила, швидкість, гнучкість, координаційні здібності.

Відповідно до ступеня прояву критеріїв показників готовності ми поділяємо їх на п'ять рівнів, а саме: оптимальний, достатній, допустимий, критичний і незадовільний. Кожен із рівнів готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності включає ознаки попереднього, проте відрізняються один від одного ступенем прояву критеріїв, що відбивають цю готовність. Відповідні показники та їх ознаки, що характеризують оптимальний рівень сформованості готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, постійно виявляються й є оптимально вираженими; при достатньому рівні – виявляються часто та є достатньо вираженими; при допустимому рівні – виявляються рідко та є недостатньо вираженими; при критичному рівні – майже відсутні та виявляються дуже рідко; при незадовільному рівні – відсутні та не виявляються загалом.

Щодо діагностичного інструментарію, який використовувався, необхідно зазначити, що методи діагностики підбрано так, щоб мати можливість визначити зміст кожного компонента готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, що дало змогу встановити загальні риси цієї готовності під час навчання у ВНЗ.

Результативний блок передбачав вирішення завдань навчального процесу у ВНЗ та відображав досягнення мети: сформованість готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, а саме сформованість психологічної, науково-теоретичної, практичної, психофізіологічної, фізичної готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у практиці роботи у ЗНЗ.

## **ВИСНОВКИ**

Поданий у статті варіант структурно-функціональної моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності не вичерпує всіх її аспектів. До подальших наукових пошуків можна зарахувати дослідження специфіки формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій залежно від вікових особливостей і гендерних відмінностей учнівської молоді, розроблення моделей формування відповідної готовності освітньо-кваліфікаційного рівня магістра.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Верховська М. В. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності : автореф. дис... к. пед. наук: 13.00.04 / Марина Володимирівна Верховська. – Запоріжжя, 2015. – 20 с.
2. Джуринський П. Б. Реалізація експериментальної моделі з підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної професійної діяльності / П. Б. Джуринський // Наука і освіта. – 2013. – № 2. – С. 147–151.
3. Сергієнко В. Т. Технологія вдосконалення професійної майстерності вчителів фізичного виховання / В.Т. Сергієнко, В.М. Ялович // Наукові записки Тернопільського держ. педаг. ун-ту. Серія: Педагогіка. – 2003. – № 2. – С. 16–18.
4. Сисоєва С. О. Сучасні аспекти професійної підготовки вчителів / С.О. Сисоєва // Педагогіка і психологія. – 2005. – №4. – С. 60-66.

## REFERENCES

1. Verkhovska M. V. Formuvannya gotovnosti mayboutnikh uchetiliv fizychnoy koultury do vykorystannya fizkoulturno-ozdorovtchikh tekhnologiy u profesyniy diyalnosti : avtoref. dis... k. ped. nauk: 13.00.04 / Marina Volodymirivna Verkhovska. – Zaporizhya, 2015. – 20 s.
2. Dzhourynskiy P. B. Realizatsiya eksperimentalnoi modeli z pidgotovky mayboutnikh uchetiliv fizychnoy koultury do zdorovyazberezhyvalnoi profesyniy diyalnosti / P. B. Dzhourynskiy // Nayka i osvita. – 2013. – № 2. – S. 147–151.
3. Sergienko V.T. Tekhnologiya vdoskonalennya profesynoy maysternosti vchetiliv fizychnogo vykhovannya / V. T. Sergienko, V. M. Yalovik // Naykovi zapyski Ternopolskogo derzh. pedagog. un-tu. Seriya: Pedagogika. – 2003. – № 2. – S. 16–18.
4. Sysoeva S.O. Sytchasni aspekty profesynoi pidgotovki vchetiliv / S.O. Sysoeva // Pedagogika i psikhologiya. – 2005. – №4. – S. 60-66.

УДК 796.412.2:796.012.1- 057.875

## ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ 18-19 РОКІВ ЗАСОБАМИ АКВААЕРОБІКИ

Іванська О.В., Маліков М.В.

*69600, Запорізький національний університет, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 66, Україна*

elena-ivanskaya@mail.ru

На основі теоретичного аналізу проблеми встановлено, що залишається негативна тенденція щодо зниження рівня здоров'я сучасної молоді. Показано, що фізичний розвиток є одним із найважливіших критеріїв в оцінці стану здоров'я сучасної людини. Розроблено програму фізичної реабілітації для студентів вищих навчальних закладів з низьким рівнем фізичної підготовленості з відхиленнями в серцево-судинній системі. Розроблено програму фізичної реабілітації для студентів вищих навчальних закладів з низьким рівнем фізичної підготовленості з відхиленнями в серцево-судинній системі. Основою програми було застосування аквааеробіки у фізичному вихованні студентів вищих навчальних закладів. Програма має виражену аеробну спрямованість і складається із вправ помірної інтенсивності. Оцінено функціональний стан серцево-судинної системи студентів та рівень фізичної підготовленості. Експериментально доведено ефективність розробленої програми на основі позитивної динаміки показників серцево-судинної системи і фізичної підготовленості студентів, що були отримані наприкінці дослідження. Усі досліджувані показники наприкінці дослідження достовірно підвищилися.

*Ключові слова: дівчата-студентки, фізичний розвиток, функціональна система, фізичні якості, антропометричні данні.*

**Фізичне виховання та спорт**