

ХАРАКТЕРИСТИКА ПЕРСПЕКТИВНИХ МЕТОДІВ ТА ФОРМ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Ю. Ю. МОСЕЙЧУК

Майбутній учитель, що займається фізичним вихованням дітей та молоді повинен ще зі студентської лави мати ґрунтовні теоретичні знання та володіти арсеналом практичних умінь і навичок у збереженні та зміцненні як свого власного здоров'я, а також навчати цьому своїх вихованців. На сучасному етапі, за словами Н. Степчук та Л. Ляховець, „основним завданням фізичного виховання є збереження і розвиток інтелектуального та фізичного потенціалу нації, що вимагає виховання повноцінної, гармонійно розвиненої, фізично і психічно здорової особистості” [8, с. 184]. Наведемо деякі аргументи фахівців. Зокрема, як доводить О. Міхеєнко саме здоров'я є „критерієм і запорукою благополуччя суспільства” [6, с. 6]. За баченням О. Горбенка [3] саме здоровий спосіб життя можна розглядати у якості основи гармонійного розвитку студентської молоді.

У контексті представлених вище аргументів зазначимо, що у майбутніх фахівців, які здобувають фах учителя фізичної культури, повинен бути сформований високий рівень культури здоров'я у процесі професійної підготовки у ВНЗ.

Як засвідчує статистична інформація про здоров'я студентської молоді різних країн, представленої в звітах ВООЗ, а також проведений аналіз міжнародного та вітчизняного досвіду роботи медичних, освітніх, соціальних та громадських організацій у сфері збереження і зміцнення здоров'я найбільш перспективним в сучасному освітньому процесі ВНЗ вважається перехід від технологій збереження і зміцнення здоров'я до технології формування у майбутніх фахівців культури здоров'я. З огляду на це, ставлення особистості до здоров'я, усвідомлення необхідності формування культури його збереження у студентів можна розглядати у якості головної ознаки успішної реалізації майбутнім фахівцем своєї професійної діяльності.

До студентів спеціальності 014 „Середня освіта. Фізична культура”, які у майбутньому будуть займатися організацією фізичної культури дітей та молоді сьогодні ставляться вимоги гармонійно поєднувати освітні, виховні та оздоровчі завдання із завданнями фізичного виховання і спорту, а також вони повинні заохочувати своїх вихованців до збереження та зміцнення здоров'я. Виконувати такі складні та різнопланові професійні завдання майбутні фахівці можуть лише на основі внутрішньої вмотивованості до цієї діяльності, рефлексії та високого рівня теоретичних знань та практичних умінь у сфері культури здоров'я.

Відзначимо, що на вагомості формування культури здоров'я зроблено основний акцент у таких нормативних документах, як Закон України „Про фізичну культуру і спорт” (2011 р.), накази МОН щодо організації освітнього процесу та рівня професійної підготовки студентів і директив, які регламентують професійну діяльність фахівців фізичної культури й визначають вимоги до їх професіоналізму та компетентності (Концепція розвитку професійно-технічної (професійної) освіти в Україні (2004 р.), Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012-2021 рр., Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2005, Загальнодержавна програма „Здоров'я 2020: український вимір” на 2012–2020 роки (2011 р.)).

Нині у педагогічній площині вирішенню проблеми сприяють положення про доцільність формування культури здоров'я майбутніх учителів під час професійної підготовки у ВНЗ (Н. Гончарова, С. Кириленко, С. Лебедченко, В. Магін, О. Мельник, Н. Рибачук, Т. Рикова та ін.). Доволі активно вивчаються теоретико-методичні засади педагогіки здоров'я (І. Брехман, П. Гусак, О. Матвієнко, І. Олендер, А. Олійник, М. Смірнов, Л. Хомич та ін.). У контексті психолого-педагогічних підходів науковцями ґрунтовно проаналізований потенціал здоров'язбережувальних та здоров'язміцнювальних технологій у збереженні професійного здоров'я майбутніх фахівців (О. Анастасова, П. Джуринський, Б. Долинський, І. Кувшинова, О. Міхеєнко, Г. Мешко, Ю. Палічук, Л. Романишина та ін.).

Встановлено, що протягом останніх років українські науковці з фізичної культури та спорту А. Галіздра, Д. Давиденко, О. Драган, О. Мальцева, В. Маринич, О. Меліков, Ю. Півненко, С. Сінгаєвський, Д. Солопчук, А. Сулима, С. Футорний аргументували зв'язок між фізичною культурою та культурою здоров'я студентів ВНЗ, а також довели, що теоретичні знання та практичні уміння й навички збереження здоров'я є вагомими у реалізації професійної діяльності майбутніми фахівцями фізичної культури.

Проте необхідно констатувати, що ще й нині доводиться зустрічатися із використанням застарілих методів та форм під час організації професійної підготовки студентів, які, в основному, орієнтовані лише на розвиток фізичних та рухових умінь і навичок, а освітній процес зосереджений на використанні централізованого контролю над освітніми ресурсами. Наслідком такого стану речей є той факт, що формуванню культури здоров'я у студентів спеціальності 014 „Середня освіта. Фізична культура” приділяється незначна увага. Отже, викладацький корпус факультетів фізичного виховання має докладати зусилля для того, щоб активізувати систему цінності здоров'я та ведення здорового способу життя, а також закласти вагомі підвалини для підвищення рівня культури здоров'я у студентської аудиторії майбутніх учителів.

Мета статті – проаналізувати найбільш перспективні методи та форми, які володіють вагомим впливом на процес формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

У своїй публікації, І. Гринченко [4] акцентує увагу на тому, що фахова підготовка майбутніх вчителів фізичної культури має враховувати нові умови, які з'являються завдяки сучасним міжнародним та національним вимогам до підготовки фахівців даної галузі. Тому, майбутніх учителів фізичної культури автор розглядає як особистості, які вмотивовано здобувають кваліфікацію відповідно до певного освітньо-кваліфікаційного рівня в процесі спеціально організованої освітньої діяльності в умовах впровадження інноваційних технологій у вищих навчальних закладах для забезпечення в подальшій професійній діяльності здорового способу життя для своїх вихованців. З огляду на це можемо констатувати, що фахову підготовку майбутніх вчителів фізичної культури доцільно розглядати як цілеспрямований процес, який відображає науково-методичні, обґрунтовані заходи ВНЗ, що безпосередньо спрямовані на формування протягом всього періоду навчання готовності студентів до професійної діяльності з організації процесу фізичного виховання школярів враховуючи сучасні вимоги щодо культури здоров'я.

У цьому контексті існуюча система професійної підготовки у ВНЗ потребує оновлення та запровадження інноваційних методів, форм та засобів, які б було зосереджені на інтенсифікацію процесу формування у майбутніх фахівців належного рівня культури здоров'я. Підтримуємо позицію Т. Андріанова [1] стосовно того, що діяльність, яка стосується формування культури здоров'я та здорового способу життя повинна бути системною та педагогічно вираженою.

Розглянемо більш детально інтегроване впровадження теоретичних знань та формування практичних умінь щодо культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури в процесі неперервної професійної підготовки (бакалаврат, магістратура). На нашу думку, саме інтегроване впровадження інноваційних форм та методів є найефективнішим у процесі формування культури здоров'я майбутніх педагогів. Так, проведений аналіз навчальних планів професійної підготовки студентів спеціальності 014 „Середня освіта (фізичне виховання)”, дав змогу виокремити дисципліни, які безпосередньо включали в себе теоретичні матеріали у сфері культури здоров'я (табл. 1).

**Навчальні дисципліни, що містять теоретичний матеріал
з культури здоров'я**

КР	Назва дисципліни	Перелік навчальних тем
Бакалаврат	<i>Вступ до спеціальності</i> (1 семестр, 3 кредити)	Фізична культура і спорт як суспільне явище; Фізична культура як фундаментальна складова загальної культури; Оздоровче і прикладне значення занять фізичною культурою і спортом; Нетрадиційні системи зміцнення здоров'я і фізичного удосконалення
	<i>Загальна теорія здоров'я</i> (7 семестр, 4 кредити)	Історія розвитку вчення про здоров'я; Функціональна діагностика рівня фізичного стану здоров'я у валеології; Вплив харчування на здоров'я людини; Здоров'язберігаючі технології навчання; Вплив рухової активності на здоров'я дитини; Психічне здоров'я індивіда як складова досконалого здоров'я; Духовні основи здоров'я
	<i>Основи здорового способу життя</i> (8 семестр, 4 кредити)	Поняття про здоровий спосіб життя; Здоровий спосіб життя та його компоненти; Використання засобів оздоровлення та формування здорового способу життя дітей та підлітків; Показники здорового способу життя, можливості його реалізації та засобів впливу на його формування; Здоров'я та довголіття; Законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя
Магістратура	<i>Організація та проведення спортивно-масової роботи в закладах освіти</i> (3 семестр, 4 кредити)	Історія виникнення спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи; Заняття у групах здоров'я; Фізкультурно-оздоровча робота у спортивно-оздоровчих таборах; Сутність фізкультурно-оздоровчої роботи за місцем проживання та в місцях відпочинку населення; Діяльність культурно-спортивних комплексів (КСК)
	<i>Основи оздоровчого харчування</i> (3 кредити, 3 семестр)	Вода – джерело життя; Здорове білкове харчування; Здорове вуглеводневе харчування; Користь та шкода від жирів; Збалансований сніданок; Клітковий голод та механізми його подолання; Кислотно-лужний баланс; Антиїжа та її шкода для організму; Загальні підходи до розрахунку харчової цінності продуктів харчування; Метаболізм та очистка організму.
	<i>Спецкурс „Теорія і методика формування культури здоров'я”</i> (2 семестр, 3 кредити)	Міждисциплінарний характер здоров'я; Теоретико-методологічні проєкції та зміст феномену культура здоров'я; Зарубіжний досвід професійної підготовки майбутніх учителів у контексті формування культури здоров'я; Фізичне виховання як основоположна складова процесу формування культури здоров'я студентів; Сутнісні характеристики та детермінанти формування культури здоров'я;

Позицію щодо доцільності впровадження інновацій у традиційні форми та методи професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури декларують В. Сініговець [7], Л. Цюпак [10] та ін. Науковці переконані у тому, що нині вкрай необхідною є цілеспрямована система дій, яка реалізується в освітньому процесі та спрямована на визначення раціональних засобів для досягнення успіхів у вигляді конкретних результатів навчання.

Таким чином, під час вивчення навчальних дисциплін „Загальна теорія здоров'я” (4 кредити, 7 семестр) та „Основи здорового способу життя” (4 кредити, 8 семестр), які мають безпосереднє спрямування на формування у студентів культури здоров'я необхідно використовувати креативні методи, форми та засоби, які суттєво розширяють кругозір майбутніх фахівців та сформують когнітивну складову культури здоров'я. З методичної точки зору необхідно, насамперед, змінити наукові підходи до організації лекцій – як найважливіших форм організації освітнього процесу у ВНЗ, які сприяють активізації пізнавальної діяльності студентів. Головний акцент було зроблено на використанні *інтерактивних та проблемних лекцій*.

Констатуємо, що в сучасному освітньому просторі ВНЗ необхідно використовувати змістовно наповнені інтерактивні лекції зі застосуванням мультимедійних технологій навчання. Під час їх проведення студентам пропонується переглянути відеоінформацію, яка містить елементи анімації та демонструє основні змістові складники культури здоров'я, аргументує потенціал здоров'я, висвітлює основні підходи до проблеми його збереження та зміцнення, зосереджує увагу на методах та засобах активізації творчого мислення під час формування культури здоров'я.

Зміст *лекцій* будувався на спонуканні студентів до репрезентації креативної ідеї, що стимулює пошук нестандартного вирішення проблеми збереження та зміцнення здоров'я. Під час читання проблемних лекцій викладачам слід звернути увагу на повноту реалізації мотиваційної (розвиток мотиваційної сфери щодо потреби сформованого високого рівня культури здоров'я для реалізації професійної діяльності); інформаційної (формування цілісної та ґрунтовної системи знань про культуру здоров'я); розвивальної (вдосконалення творчого мислення у контексті збереження здоров'я) функцій.

Відзначимо, що адаптація та синтенція лекцій як основи педагогічної технології формування теоретичної бази культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури дала нам змогу констатувати, що організація навчання в бакалавраті потребує використання проблемних та інтерактивних лекцій, що спрямовані на спонукання студентів до продукування креативних ідей. Як показали опитування викладачів та самих студентів, такі види лекцій підвищують аналітичну діяльність студентів, надають можливість для творчості. Використання описаного виду лекцій сприятиме підвищенню ефективності в підготовці студентів факультетів фізичного виховання, формуванню в них бази знань про культуру здоров'я.

Саме проблемні та інтерактивні лекції, як основи методичні орієнтири формування культури здоров'я у майбутніх фахівців спеціальності „Середня освіта. Фізична культура”, дадуть можливість викладачам розглядати студентів як активних суб'єктів освітнього процесу, які здатні до самовдосконалення з урахуванням особистих мотивів, інтересів, здібностей, ціннісних установок на вдосконалення культури здоров'я.

Для забезпечення ефективності навчально-виховного процесу професійної підготовки студентів необхідно доволі виважено підходи до розробки навчально-методичного комплексу усіх тих дисциплін, які визнано найбільш дієвими у формуванні культури здоров'я. Ми дослухалися до методичних порад О. Гулай [5], яка стверджує, що крім тематики рефератів навчально-методичний комплекс дисципліни має містити методичні рекомендації для самостійної роботи студентів, які містять теоретичні пояснення, приклади розв'язання практичних завдань, завдання для самоперевірки (тести, питання, задачі), довідкові матеріали для самостійної роботи [5, с. 7]. Погоджуємося із Г. Фалик [9] у тому, що ефективність формування культури здоров'я студентської молоді безпосередньо залежить від активного впровадження конкретних організаційно-педагогічних заходів.

У нашому баченні рівень культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі вивчення професійно орієнтованих навчальних дисциплін можна підвищити на основі:

- проведення цілеспрямованої моніторингової діяльності щодо вивчення стану сформованості показників культури здоров'я та подальшої її корекції та вдосконалення;
- проведення круглих столів і диспутів з фахівцями медиками;
- організації студентських та викладацьких спортивних чемпіонатів;
- цілеспрямованої діяльності з інформування студентів про сучасні проблеми здорового способу життя через друкування університетських газет, Інтернет-порталів;
- систематичне проведення науково-практичних конференцій, тематичних презентацій, конкурсів;
- організації тренінгів для студентів.

Повністю підтримуємо позицію про те, що добір форм і методів підготовки майбутніх учителів фізичної культури у контексті формування у них високого рівня культури здоров'я залежить від рівнів засвоєння теоретичної бази знань. Так, В. Биков [2] стверджує: мета початково-понятійного рівня засвоєння елементів бази знань – вміти назвати, вибрати, виявити, визначити терміни, поняття, факти, символи. У найбільш загальному контексті, реалізація означеної мети здійснюється через лекції, пояснення педагога з використанням пояснювального та ілюстративного методів та проблемного викладу, а методи контролю передбачають тести I та II рівнів вхідного та підсумкового контролю і опитування. Тоді як мета творчого рівня передбачає складніші завдання (запропонувати, класифікувати, змодельювати, реорганізувати, захистити, обґрунтувати, скомбінувати, спланувати), що передбачають проведення дискусій, конференцій, семінарів, практичних занять, управлінських ігор, аналіз конкретних ситуацій. Щодо форм та методів контролю, то автор пропонує тести III рівня, науково-практичні письмові роботи дослідницького характеру та публічний захист проектів [2, с. 222].

У практичному аспекті нами було розроблено алгоритм поєднання форм і методів через етапи засвоєння бази знань у процесі професійної підготовки:

- перед початком вивчення навчального предмета ознайомлювали студентів із системою навчання, за якою буде організовуватися освітній процес, вказували на її особливості, обґрунтовували доцільність використання;

- розподіляли тему навчального предмета на окремі логічно завершені блоки (модулі);

- виділяли елементи бази знань: основні поняття, теоретичні знання, практичні навички з кожного блоку;

- конкретизували та стандартизували вимоги до знань студентів, а також сформулювали вимоги до вмінь, використовуючи дійовий підхід;

- визначали перелік завдань, що їх повинні виконати студенти згідно з кожним рівнем засвоєння знань; окреслювали вимоги практичної спрямованості та професійної орієнтації завдань для самостійної роботи;

- повідомляли студентів про форми та періодичність контролю, який буде використовуватися в процесі навчання;

- після вивчення теми аналізували роботу усіх учасників, рівень виконання контрольних завдань (використовуючи принцип індивідуальності), оцінювали якість роботи, робили логічні підсумки та узагальнювали досягнення і аналізувати ті прогалини, які необхідно усунути під час самостійної роботи.

Підсумовуючи наголосимо на тому, що важливою методичною площиною оновлення процесу формування культури здоров'я студентів має стати активне використання інноваційних методів, форм та засобів під час організації освітнього процесу, які б мали позитивний вплив на підвищення мотивації, сприяли б побудові нових відносин між викладачами і студентами та базувалися б на застосуванні інноваційних освітніх технологій.

Очевидним є те, що освітній процес формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури має бути організовано на основі діалогізму, формуючи тим самим у студентів новий тип мислення. Вважаємо, що результатом творчого пошуку викладацького складу факультетів фізичного виховання з впровадження інновацій можуть бути нові оригінальні ідеї, які охоплюють нестандартні підходи в організації освітнього процесу та базуються на перспективних формах і методах. При цьому у нашому розумінні формування культури здоров'я має базуватися не лише на авторських ідеях і підходах, а базуватися на інноваційних методах та формах, які досі не використовувались. В арсеналі викладачів повинні бути комплекс елементів або окремі елементи з прогресивними засадами, що дають змогу ефективно забезпечувати розвиток і саморозвиток особистості майбутнього фахівця з високим рівнем культури здоров'я.

Отже, можемо узагальнити, що сучасний стан професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в Україні вимагає від викладацького складу творчого підходу до організації освітнього процесу, системного підходу до впровадження певної новизни, яка спричиняє формування креативної особистості, здатної до активної діяльності в сфері збереження та зміцнення здоров'я. У формуванні конкурентноспроможного фахівця, здатного втілювати інноваційні складники культури здоров'я у свою майбутню професійну діяльність, вагому роль посідають упровадження інноваційних методів та форм організації освітнього процесу. Під час організації процесу професійної підготовки, спрямованої на формування високого рівня культури здоров'я майбутніх фахівців, необхідно переосмислити її зміст, вдосконалити конкретні форми та методи його організації та створити відповідну навчально-матеріальну базу. З метою формування у майбутніх учителів фізичної культури високого рівня культури здоров'я ще під час навчання у ВНЗ необхідно робити основний акцент на використання інноваційних форм та методів. Такий підхід дозволить суттєво розширити конативну та когнітивну складову культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури, а також позитивно сприятиме виробленню відповідних особистісних якостей.

Напрямки подальших досліджень будуть спрямовані на визначення та впровадження в освітній процес професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури найбільш перспективних психолого-педагогічних умов, що матимуть суттєвий вплив на вдосконалення рівня культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

Список використаних джерел:

1. Андріанов Т. В. Система роботи з формування культури здорового способу життя студентської молоді / Т.В. Андріанов // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: Зб. наук. праць. – Вип. 12. – Вінниця: ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського, 2011. – Т.1. – С. 77-82.
2. Биков В. Ю. Моделі організаційних систем відкритої освіти: монографія / В. Ю. Биков. – К.: Атіка, 2008. – 684 с.
3. Горбенко О. В. Здоровий спосіб життя – основа гармонійного розвитку студентської молоді / О.В. Горбенко // Слобожанський науково-спортивний вісник: науково-теоретичний журнал. – Харків: ХДАФК, 2007. – № 12. – С. 15-16.
4. Гринченко І. Б. Сучасні напрями впровадження інновацій в професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури. [Електронний ресурс] / І. Б. Гринченко – Режим доступу: <http://www.nniif.org.ua/File/12gibsnv.pdf>
5. Гулай О. І. Структура навчально-методичного забезпечення підготовки фахівців у вищій школі / О. І. Гулай // Вісник СевНТУ: зб. наук. пр. – Севастополь, 2012. – Вип. 127. Серія: Педагогіка. – С. 6-10.
6. Міхеєнко О. І. Теоретичні і методичні основи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Олександр Іванович Міхеєнко; Харківський нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. – Харків, 2016. – 491 с.
7. Синиговец В. И. Современные инновационные технологии, используемые в процессе физического воспитания студентов / В.И. Синиговец // Физическое воспитание студентов. – 2009. – № 2. – С. 90-92.
8. Степчук Н. Актуальні аспекти підвищення ефективності фізичного самовдосконалення студентської молоді / Надія Степчук, Лариса Ляховець // Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія „Педагогіка. Соціальна робота”. – № 32. – Ужгород, 2014. – С. 184-186.
9. Фалик Г. С. До проблеми забезпечення здорового способу життя студентської молоді / Г. С. Фалик // Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців: тези доповідей V Всеукраїнської науково-практичної конференції (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) [ред. кол. Є.М. Потапчук (голов. ред.), Т.Л. Левицька та ін.]. – Хмельницький: ХНУ, 2017. – С. 120-121.
10. Цюпак Л. В. Використання новітніх технологій для підвищення рухової активності студентів / Л.В. Цюпак // Спортивна наука України. – 2008. – № 5. – С. 2-8.