

## РОЗДІЛ IV. ПРОБЛЕМИ ЗАГАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ

УДК 378.615.8.-051

**Оксана Беспалова**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка  
ORCID ID 0000-0002-0081-6021

**Тетяна Бугаєнко**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка  
ORCID ID 0000-0003-3745-0593

**Надія Авраменко**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка  
ORCID ID 0000-0002-1894-7345

DOI 10.24139/2312-5993/2019.04/247-256

### ПИТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У НАУКОВО- ПРАКТИЧНОМУ ДИСКУРСІ

*У даній статті авторами розглянуто сутність фізкультурно-оздоровчих технологій як основного структурного компонента реабілітаційних програм, спрямованих на збереження, зміцнення здоров'я, підвищення працездатності, профілактику захворювань або відновлення ушкоджених функцій, усунення порушень унаслідок основного захворювання або супутніх уражень; визначено основні етапи їх розвитку, структуру та базові компоненти.*

**Ключові слова:** технологія, фізична терапія, фізична вправа, фізична культура, здоров'я, здоров'язбереження, фізкультурно-оздоровчі технології, фітнес-технології, професійна діяльність, рухова активність, відновлення.

**Постановка проблеми.** Сьогодні важливим напрямом роботи державної політики України є збереження та зміцнення здоров'я населення. Доведено, що здоров'я і захворюваність у дорослих визначаються станом здоров'я і досвідом на попередніх етапах життя і систематичним чином відображають економічні, соціальні, пов'язані з навколишнім середовищем, біомедичні та інші вагомі чинники, які впливають на показники здоров'я. Все, що відбувається протягом ранніх років життя дитини, впливає на здоров'я підлітків та їх розвиток, а здоров'я та розвиток упродовж підліткового періоду відображається, у свою чергу, на стані здоров'я дорослого населення і, в кінцевому підсумку, на здоров'я і наступного покоління (Дудник, 2018, с. 26-34).

Значущим фактором у вирішенні питання відновлення та зміцнення здоров'я, збільшення активної тривалості життя, ліквідації недоліків фізичного розвитку, формування життєво необхідних рухових умінь та навичок сучасної людини є раціонально організована рухова діяльність.

У практиці фізичного виховання та фізичної реабілітації вона реалізується в різних організаційних формах, однією з яких є фізкультурно-оздоровчі технології. Ураховуючи існуючі термінологічні проблеми на сучасному етапі становлення спеціальності «фізична терапія, ерготерапія», у науковій літературі існують різноманітні трактування базових для цієї галузі понять.

Тому дуже важливим питанням є систематизація підходів до трактування поняття «фізкультурно-оздоровчі технології».

**Аналіз актуальних досліджень.** Аналіз науково-методичної літератури, присвяченої проблемі використання засобів фізичної культури, показав, що при вирішенні оздоровчих завдань науковці у своїх дослідженнях оперують різними поняттями, серед яких «фізкультурно-оздоровчі заняття» (І. Г. Калина), «оздоровчі технології» (А. Ю. Зубкова); «рекреаційні оздоровчі технології» (Т. А. Мартиросова); «технології психофізичної реабілітації» (Л. П. Пягай); «реабілітаційні технології» (Г. Н. Грець); «фітнес-технології» (В. Е. Борилкевич) та ін.

Використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у роботі з різними віковими та нозологічними категоріями є предметом інтересу широкого кола науковців і практиків (М. М. Булатова, М. Верховська, І. Грибовська, В. І. Григор'єв, В. Ю. Давидов, П. Б. Джуринський, В. Іваночко, Л. Я. Іващенко, О. А. Качан, Г. О. Краснова, І. Ляхова, Ф. Музика, А. І. Шамардін та ін.). Але на сьогодні не існує однозначного тлумачення цього поняття та наукових підходів до їх практичної реалізації.

**Метою статті** є систематизація підходів до трактування поняття «фізкультурно-оздоровчі технології», вивчення основних етапів їх розвитку, структури та базових компонентів.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури, узагальнення результатів дослідження окремих авторів.

**Виклад основного матеріалу.** Питання фізкультурно-оздоровчих технологій у науково-практичному дискурсі постають у різних аспектах, один із яких – визначення ключових понять «технологія», «технологія фізичної реабілітації», «фізкультурно-оздоровча технологія» тощо. Як зазначає А. М. Герцик (Герцик, 2016, с. 32), термінологічні проблеми фізичної терапії (реабілітації) ще далекі до свого вирішення, у літературі існують різноманітні трактування та інтерпретації базових для цієї галузі понять «реабілітаційна технологія», «програма реабілітації», «технологія фізичної реабілітації», «засоби реабілітації», «технології тренування», «фізкультурно-оздоровчі технології» та ін.

Термін «технологія» походить від грецької *techne* – мистецтво, майстерність; *logos* – наука, поняття, вчення (Словник укр. мови, 1970-1980), що в буквальному перекладі означає «вчення про майстерність».

А. М. Герцик вважає названі критерії найбільш прийнятними для формулювання поняття «технологія фізичної реабілітації» та наближеного

до нього поняття «фізкультурно-оздоровча технологія». Автор переконаний, що до змісту поняття «технологія» необхідно включити поняття «засоби», «методи», «форми», які є елементами системи фізичної реабілітації. У такому разі, технологія фізичної реабілітації – «це сукупність методів, засобів і форм, які використовуються для досягнення цілей послідовних реабілітаційних дій, спрямованих на відновлення рухових функцій, активності та здоров'я особи» (Герцик, 2016, с. 39).

Фізкультурно-оздоровча технологія є однією з сучасних організаційних форм реалізації цілеспрямованої рухової діяльності в галузі фізичного виховання та фізичної реабілітації. За визначенням І. Ляхової, М. Верховської, – це «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 й дбайливому ставленні до нього через свідоме регулювання фізичної активності» (Ляхова та Верховська, 2015, с. 52). Автори вказують, що, на відміну від оздоровчих, здоров'язбережувальних, здоров'яформувальних, оздоровчо-рекреаційних технологій та технологій навчання здоров'я, основним засобом фізкультурно-оздоровчих технологій є фізичні вправи й комплекси фізичних вправ, спрямовані на гармонійний фізичний розвиток, підвищення рухової активності, функціональних можливостей організму, задоволення потреби в русі.

Більш широке трактування поняття «фізкультурно-оздоровча технологія» пропонує В. Ю. Давидов, зазначаючи, що технологія поєднує процес використання засобів фізичного виховання в цілях оздоровлення й наукову дисципліну, що розробляє та вдосконалює основи методики побудови фізкультурно-оздоровчого процесу (Давидов, 2005, с. 25).

Фізкультурно-оздоровчі технології стрімко розвивалися впродовж попередніх 40–45 років. О. А. Качан представляє аналітичний огляд послідовних етапів розвитку фізкультурно-оздоровчих технологій:

- ритмічна гімнастика включає значний обсяг рухів, які діють на всі частини тіла, сприяють розвитку фізичних якостей (спритності, гнучкості, пластичності, витривалості). Виконується з музичним супроводом, що організовує рухи, підвищує настрій, забезпечує позитивні емоції. Заняття з ритмічної гімнастики сприяють зміцненню серцево-судинної й дихальної систем, розвивають гнучкість і рухомість у суглобах. Проте, як відмічає О. А. Качан (Качан, 2017, с. 117), ритмічна гімнастика не має цілеспрямованого впливу на розвиток частин тіла, що потребують корекції, її засоби важко використовувати для вибіркового розвитку окремих м'язових груп, вона обмежує можливості індивідуальної роботи, оскільки має груповий характер;

- аеробіка стала наступним етапом у розвитку фізкультурно-оздоровчих технологій. З початку до цієї системи були включені традиційні, винятково аеробні, циклічні рухи – ходьба, біг, плавання, лижі, ковзани,

гребля, велосипед; пізніше перелік було розширено за рахунок спортивних ігор, стрибків зі скакалкою, верхової їзди, тенісу, танцювальної аеробіки. Сучасна аеробіка – це «система оздоровчих занять, що базується на використанні танцювальних та гімнастичних вправ в аеробному режимі за участю великих груп м'язів». Заняття спрямовані на розвиток аеробної витривалості, координаційних, силових здібностей та гнучкості;

- фітнес – це методика оздоровлення організму, що поєднує активні тренування і правильне харчування, створює умови для зниження ваги, отримання бажаної фізичної форми, закріплення бажаного результату (Качан, 2017, с. 118). До змісту поняття «фітнес» входять: фізична підготовленість, раціональне харчування, профілактика захворювань, соціальна активність, у тому числі боротьба зі стресами, інші фактори здорового способу життя. Фітнес-технології та фітнес-програми розробляються з урахуванням інтересів широких верств населення та спрямовуються на задоволення різноманітних фізкультурно-оздоровчих потреб (корекція постави і будови тіла, корекція ваги тіла, відновлення психоемоційного стану та ін.);

- фітнес-гібриди – новий напрям фізкультурно-оздоровчих тренувань, що характеризується поєднанням фітнес-дисциплін. Ураховуючи велику кількість фітнес-гібридів, їх класифікація відбувається за критерієм типу тренувань: 1) кардіотренування, 2) силові тренування, 3) тренування танцювальної спрямованості, 4) тренування з елементами бойових мистецтв, 5) тренування у водному середовищі, 6) тренування психічно-регулюючої спрямованості (Качан, 2017, с. 119);

- велнес – система оздоровлення, що дозволяє досягти емоційної й фізичної рівноваги, включає помірне і комфортне фізичне навантаження, здорове харчування, комплексний догляд за шкірою, хороший відпочинок, оптимізм та позитивне мислення. Головними завданнями велнесу є профілактика захворювань, зовнішніх і внутрішніх ознак старіння. Оздоровчого ефекту досягають шляхом поєднання помірної фізичної активності, розслаблюючих процедур і здорового харчування (Качан, 2017, с. 125-126).

Отже, фізкультурно-оздоровча технологія є динамічною системою, зміст якої постійно модернізується відповідно до запитів сьогодення.

Н. Н. Венгерова (Венгерова, 2014, с. 48-49) у структурі фізкультурно-оздоровчої технології виділяє основний рівень та рівень забезпечення. Основний рівень включає:

- педагогічні технології (фітнес-програми різної інтенсивності та спрямованості впливу; батареї тестових завдань – для виявлення рівня фізичної підготованості; комплекс психолого-педагогічних тестів, опитувальників – для визначення індивідуальних потреб, мотивації, рівня домагань у питанні фізичного здоров'я та особистого комфорту);

- медико-біологічний супровід, що полягає в обов'язковому медичному обстеженні рівня фізичного здоров'я, визначенні показань та

протипоказань до тих чи інших видів занять, обсягів фізичних навантажень, визначення рівня фізичного розвитку і функціональної підготованості.

Рівень забезпечення фізкультурно-оздоровчої технології включає:

- аналітичне забезпечення (використання комп'ютерних технологій з метою збереження та обробки результатів тестувань, підрахунків, показників фізичного і функціонального станів тощо);

- матеріально-технічне забезпечення як сукупність санітарно-гігієнічних і технічних вимог до місця проведення занять, обладнання та інвентарю.

На необхідності наукового підходу до питання розробки нових фізкультурно-оздоровчих технологій наголошують А. А. Горелов, В. Л. Кондаков та О. Г. Румба (Горелов та ін., 2012, с. 48).

Розробка фізкультурно-оздоровчої технології, на думку авторів, має відбуватися за такими етапами:

- дослідження й обґрунтування проблемної ситуації, постановка мети і завдань;

- відбір найбільш популярних серед населення фізкультурно-оздоровчих технологій, що не мають наукового обґрунтування;

- аналітичне дослідження з метою теоретичного аналізу та узагальнення системних механізмів впливу фізкультурно-оздоровчих технологій на різні функціональні та діяльнісні показники організму;

- лабораторні дослідження, спрямовані на вивчення впливу досліджуваних фізкультурно-оздоровчих технологій на фізичний розвиток, рухову активність, функціональний та фізичний стан, успішність діяльності;

- створення програмно-методичної документації, що забезпечує впровадження фізкультурно-оздоровчої технології та її науковий супровід.

Фізкультурно-оздоровча технологія, як динамічна система, містить базові компоненти, що забезпечують досягнення оптимального результату (Горелов та ін., 2012, с. 49):

- концептуальний компонент включає мету, задачі, принципи фізкультурно-оздоровчої технології;

- процесуальний компонент розкриває системні механізми педагогічного процесу, спрямованого на досягнення мети фізкультурно-оздоровчої технології;

- управлінський компонент забезпечує управління педагогічним процесом фізкультурно-оздоровчої технології;

- координуючий компонент визначає відповідність мети й кінцевого результату, диференціацію спрямованості засобів і методів фізкультурно-оздоровчої технології на подальших етапах її функціонування.

У практичному вимірі алгоритм структурування фізкультурно-оздоровчої технології передбачає такі елементи (Горелов та ін., 2012, с. 49-50).

- 1) назва фізкультурно-оздоровчої технології, що відображає сутність, ідею, ситуативну спрямованість технології;

2) цільова спрямованість – орієнтація на здоров'я, його збереження, досягнення бажаного фізичного (фізіологічного) стану організму та ін.;

3) концептуальна основа передбачає короткий опис ідей, принципів, що сприяє розумінню механізмів функціонування технології;

4) змістова частина включає комплекс фізичних вправ із поясненням особливостей їх виконання (у груповій та індивідуальній формах), обсяг вправ (у денному, тижневому, місячному циклах), інтенсивність виконання в залежності від рівня функціональної тренуваності організму, зміст і спрямованість кожного заняття (на опанування техніки виконання окремих вправ, розвиток базових фізичних якостей, формування рухових навичок, укріплення здоров'я, загартування та ін.);

5) процесуальна складова характеризує процес фізкультурно-оздоровчої діяльності (форми організації, методи навчання фізичних вправ, алгоритми діяльності тренера і виконавців тощо);

6) управлінська складова – план реалізації фізкультурно-оздоровчої технології, контроль та регламентація;

7) координація спрямованості, засобів і методів фізкультурно-оздоровчої технології, що полягає в поетапній діагностиці рівня фізичного розвитку, фізичної та розумової працездатності, функціонального і психологічного стану, корекція змісту фізкультурно-оздоровчої технології, оптимізація фізичних навантажень;

8) матеріально-технічне та медико-біологічне забезпечення – наявність необхідних спортивних споруд, методичних, наочних технічних засобів навчання, спортивного інвентарю, тренажерів, спортивного екіпірування, діагностичного інструментарію, засобів надання невідкладної медичної допомоги, гігієнічних засобів (Кондаков та Горелов, 2014, с. 279-281).

У сфері фізичного виховання та реабілітації фізкультурно-оздоровчі технології практично реалізуються у вигляді різноманітних фітнес-програм. Фітнес характеризують як систему фізкультурно-оздоровчих вправ, узгоджену з індивідуальними запитами людини (психофізичним станом, мотивацією, можливостями здоров'я). В українських та зарубіжних джерелах за метою занять та інтенсивністю навантажень, розрізняють загальний, фізичний (оздоровчий) і спортивно-орієнтований види фітнесу (Усачов, 2015, с. 30-31).

Фітнес-технології можна класифікувати за різними ознаками. Найбільш поширеною класифікацією фітнес-програм є класифікація, представлена В. Ю. Давидовим, О. І. Шамадріним, Г. О. Красновим, що ґрунтується:

- на одному виді рухової діяльності (наприклад, аеробіка, оздоровчий біг, плавання та ін.);

- на поєднанні кількох видів рухової активності (наприклад, аеробіка та бодібілдинг; аеробіка та стретчинг; оздоровче плавання і біг тощо);

- на поєднанні одного або кількох видів рухової активності та різних факторів здорового способу життя (наприклад, аеробіка та загартовування; бодібілдинг і масаж; оздоровче плавання й комплекс водолікувальних відновлювальних процедур та ін.).

Окремо виділяють інтегративні, узагальнені фітнес-програми, цільовою аудиторією яких є діти, люди похилого віку, жінки (до і після народження дитини), особи з високим ризиком або з наявністю захворювань, програми для корекції ваги та ін. (Горелов та ін., 2012, с. 27).

Фізкультурно-оздоровчі технології є обов'язковим компонентом програм фізичної реабілітації (терапії), спрямованих на зменшення, ліквідацію та профілактику порушень, які виникають унаслідок основного і супутніх захворювань (Герцик, 2016, с. 38). Вони виступають як важливий засіб і метод фізичної реабілітації. Зокрема, у процесі реабілітації хворих широко застосовуються лікувальна гімнастика (фізичні терапевтичні вправи) та функціональне тренування (тренування рухових умінь і навичок) (Герцик, 2016, с. 41).

Основні методичні вимоги до проведення фізкультурно-оздоровчих занять полягають у поступовому збільшенні інтенсивності та тривалості навантажень (створенні умов для адаптації організму); якісному різноманітні фізичних навантажень (використанні вправ, що впливають на всі групи м'язів); регулярності та систематичності занять; постійному контролю фізичних навантажень (серце має працювати з оптимальним, а не максимальним навантаженням) (Холодов та Кузнєцов, 2014, с. 401).

Ще однією сферою широкого застосування фізкультурно-оздоровчих технологій є система фізичного виховання в закладах освіти. Питання необхідності уведення в практику фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл України привабливих сучасних вискоелективних фізкультурно-оздоровчих технологій піднімає В. М. Верховська. Необхідність осучаснення та модернізації традиційної системи фізичного виховання обумовлена тим, що в реаліях сьогодення у школярів формується стійке неприйняття фізичної культури як навчального предмета, падіння інтересу до традиційних уроків фізичної культури (Верховська, 2014, с. 14). Розв'язання цієї проблеми можливе шляхом урахування індивідуальних орієнтирів учнів і оптимізації структури існуючої системи фізичного виховання школярів.

**Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.** Отже, фізкультурно-оздоровчі технології – це спосіб використання фізичних вправ різної спрямованості з метою відновлення або підвищення рівня здоров'я, профілактики захворювань або ліквідації недоліків у фізичному розвитку, збільшення активної тривалості життя. Будучи важливою складовою системи фізичної культури, фізкультурно-оздоровчі технології є основним структурним компонентом реабілітаційних програм, у структурі яких виділяють: основний рівень (педагогічні технології, медико-педагогічний супровід) та рівень забезпечення (аналітичне, матеріально-технічне). Базовими компонентами

фізкультурно-оздоровчих технологій є концептуальний, процесуальний, управлінський та координуючий. На практиці у сфері фізичного виховання та реабілітації фізкультурно-оздоровчі технології реалізуються у вигляді різноманітних фітнес-програм. У подальшому планується перевірити готовність майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії до впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

### ЛІТЕРАТУРА

- Венгерова, Н. Н. (2014). Место физкультурно-оздоровительных технологий в образовательном процессе и их структура. *Педагогика и психология: тенденции и перспективы развития*, 2, 47-49 (Vengerova, N. N. (2014). Place of physical culture and health technologies in the educational process and their structure. *Pedagogy and psychology: trends and prospects of development*, 2, 47-49).
- Верховська, М. В. (2014). Форми фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Вісник запорізького національного університету*, 1, 11-19 (Verkhovska, M. V. (2014). Forms of physical culture and health technologies in the process of physical education of students of general education institutions. *Bulletin Zaporizhzhia National University*, 1, 11-19).
- Герцик, А. М. (2016). Визначення поняття «технологія» у фізичній реабілітації. *Фізична активність, здоров'я і спорт*, 1 (23), 32-44 (Hertsik, A. M. (2016). Definition of the concept of "technology" in physical rehabilitation. *Physical activity, health and sports*, 1 (23), 32-44).
- Горелов, О. О., Кондаков, В. Л., Румба, О. Г. (2012). Физкультурно-оздоровительные технологии как средство кинезиотерапии в образовательном пространстве вуза. *Физическое воспитание студентов*, 6, 47-51 (Horelov, O. O., Kondakov, V. L., Rumba, O. H. (2012). Physical-health-improving technologies as a means of kinesiotherapy in the educational space of the university. *Physical education of students*, 6, 47-51).
- Давыдов, В. Ю., Шамарин, А. И., Краснова, Г. О. (2005). *Новые фитнес-системы (новые направления, методики, оборудование и инвентарь)*. Волгоград (Davydov, V. Yu., Shamarin, A. I., Krasnov, H. O. (2005). *New fitness systems (new sources, methods, equipment and inventory)*. Volgograd).
- Дудник, С. В. (2018). Стан здоров'я та деякі аспекти організації надання медичної допомоги дитячому населенню України. *Україна. Здоров'я нації*, 2, 26-34 (Dudnyk, S. V. (2018). The state of health and some aspects of organization of provision of medical care to the children's population of Ukraine. *Ukraine. Health of the nation*, 2, 26-34).
- Качан, О. А. (2017). *Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти*. Слов'янськ (Kachan, O. A. (2017). Implementation of innovative technologies in physical culture and health and sports activities of educational institutions. Slaviansk).
- Кондаков, В. Л., Горелов, А. А. (2014). Новый взгляд на механизмы конструирования физкультурно-оздоровительных технологий в образовательном пространстве современного вуза. *Научные ведомости. Серия: Гуманитарные науки*, 13 (184), Вып. 22, 273-282 (Kondakov, V. L., Horelov, A. A. (2014). A new look at the mechanisms of the design of physical culture and health technologies in the educational space of a modern university. *Scientific records. Series: Humanities*, 13 (184), v. 22, 273-282).
- Ляхова, І., Верховська, М. (2015). Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології в системі фітнес-індустрії. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2 (30), 51-55 (Liakhova, I., Verhovska, M. (2015). Modern fitness-health-



improving technologies in the fitness industry. *Physical education, sports and health culture in modern society*, 2 (30), 51-55).

Технологія. Словник української мови: тт. 1-11 (1970-1980). Київ: Наукова думка (Technology. Dictionary of the Ukrainian language: vol. 1-11 (1970-1980). Kyiv: Scientific thought). Retrieved from: <http://sum.in.ua/s/tekhnologhija>.

Усачев, Ю. А. (2015). Физкультурно-оздоровительные технологии формирования фитнес-культуры студентов. Киев (Usachev, Yu. A. (2015). *Physical-health-improving technologies of formation of fitness-culture of students*. Kyiv).

## РЕЗЮМЕ

**Беспалова Оксана, Авраменко Надежда, Бугаенко Татьяна.** Вопрос физкультурно-оздоровительных технологий в научно-практическом дискурсе.

В данной статье авторами рассмотрена сущность физкультурно-оздоровительных технологий как основного структурного компонента реабилитационных программ. Физкультурно-оздоровительные технологии – это способ использования физических упражнений различной направленности с целью восстановления или повышения уровня здоровья, профилактики заболеваний или ликвидации недостатков в физическом развитии, увеличения активной продолжительности жизни. В структуре физкультурно-оздоровительных технологий выделяют: основной уровень (педагогические технологии, медико-педагогическое сопровождение) и уровень обеспечения (аналитическое, материально-техническое). Базовыми компонентами физкультурно-оздоровительных технологий является концептуальный, процессуальный, управленческий и координирующий. На практике в сфере физического воспитания и реабилитации физкультурно-оздоровительные технологии реализуются в виде различных фитнес-программ.

**Ключевые слова:** технология, физическая терапия, физическое упражнение, физическая культура, здоровье, здоровьесбережение, физкультурно-оздоровительные технологии, фитнес-технологии, профессиональная деятельность, двигательная активность, восстановление.

## SUMMARY

**Bespalova Oksana, Avramenko Nadezhda, Buhaienko Tetiana.** The issue of physical culture and health technologies in scientific-practical discourse.

**The purpose of the article** is to systematize approaches to the interpretation of the concept of “physical culture and health technologies”, studying the main stages of their development, structure and basic components.

**Methods of research:** analysis of scientific and methodological literature, generalization of research results of separate authors.

**Conclusion and perspectives of further research.** In this article the authors consider in detail the essence of physical culture and health technologies as the main structural component of rehabilitation programs aimed at preserving, strengthening health, increasing the efficiency of work, preventing diseases or restoring damaged functions, eliminating violations due to the underlying disease or associated lesions; defined the main stages of their development, structure and basic components.

A significant factor in solving the issue of restoring and strengthening health, increasing active life expectancy, eliminating the disadvantages of physical development, forming vital motor skills and skills of a modern person is a well-organized motor activity. In the practice of physical education and physical rehabilitation, it is implemented in various organizational forms, one of which is physical culture and health technologies. Taking into account existing terminological problems at the present stage of formation of the specialty

*“physical therapy, ergotherapy”, in the scientific literature there are various interpretations of the basic concepts for this industry.*

*Thus, physical culture and health technologies are a way of using physical exercises of different orientations in order to restore or increase the level of health, prevent diseases or eliminate disadvantages in physical development, increase active life expectancy. As an important part of the system of physical education, physical culture and health technologies are the main structural component of rehabilitation programs, in the structure of which distinguish: the basic level (pedagogical technologies, medical and pedagogical support) and the level of support (analytical, material and technical). The basic components of physical culture and health technologies are conceptual, procedural, managerial and coordinating. In practice, in the field of physical education and rehabilitation, physical culture and health technologies are implemented in the form of a variety of fitness programs.*

**Keywords.** *technology, physical therapy, physical exercise, physical culture, health, health care, fitness and health technologies, fitness technology, professional activity, motor activity, restoration.*

УДК 371.315.6

**Світлана Генкал**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка

ORCID ID 0000-0001-7812-6103

DOI 10.24139/2312-5993/2019.04/256-267

## **ФОРМУВАННЯ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ УЧНІВ ЗАСОБАМИ ПРОБЛЕМНОГО НАВЧАННЯ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ**

*У статті обґрунтовуються шляхи формування критичного мислення засобами проблемного навчання. Відзначається, що вдосконалення національної системи освіти потребує зміни репродуктивного стилю навчання на інноваційний, що сприяє розвитку в учнів критичного мислення. Акцентується увага на тому, що проблемне навчання має значні дидактичні можливості формування критичного мислення, а саме: застосування проблемних запитань, завдань, проблемних ситуацій, задач, проблематизація змісту для активізації мисленневих процесів у формі критичного сприйняття проблем та протиріч. Розглядаються рівні сформованості та засоби розвитку критичного мислення учнів як умови творчої самореалізації особистості, самовдосконалення в освітній діяльності.*

**Ключові слова:** *критичне мислення, мисленнева діяльність, проблемне навчання, проблемні завдання, проблемні запитання, проблемні ситуації, проблематизація змісту, учитель біології.*

**Постановка проблеми.** Удосконалення національної системи освіти у зв'язку з інтеграційними світовими процесами потребує модернізації змісту освіти, упровадження інноваційних педагогічних технологій, що забезпечують не тільки знанневий потенціал особистості, але й формування вмінь критично мислити, ставити цілі та досягати їх, утілювати знання в практичній діяльності, спілкуватися в багатокультурному середовищі.