

УДК 796.011.3:613.955

Носко М.О., Гаркуша С.В., Воєділова О.М., Носко Ю.М.

МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ІНТЕГРАТИВНОГО КУРСУ «ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ» У ПРОФЕСІЙНУ ПІДГОТОВКУ ВЧИТЕЛІВ

Практична реалізація здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні в школах залежить, насамперед, від учителя, завдяки якому процес навчання має стати невід'ємною частиною збереження й зміцнення здоров'я дітей. Не менш важливим є й те, щоб учитель був прикладом здорового способу життя для учнів. Слід зауважити, що професійно-педагогічна діяльність учителя з фізичної культури в напрямку організації здоров'язбережувального навчально-виховного процесу, дозволить забезпечити його спрямованість на здоров'язбережувальну діяльність, свідоме ставлення до здоров'я дитини, особистісну зацікавленість у благополуччі своїх вихованців, сформованість емпатійного потенціалу, педагогічного такту, оволодіння системою психолого-педагогічних і спеціальних знань про основи здоров'я, способи його збереження й розвитку; сукупністю професійних дій, операцій, що забезпечують здоровий розвиток дитини, запобігання негативним впливам на здоров'я школярів; уміннями ефективно використовувати на практиці та створювати здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні школярів.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, основи здоров'я, здоров'язбережувальні технології, фізичне виховання, методологічні основи теорії фізичного виховання, компетентність майбутніх фахівців.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями.

Одним з найважливіших завдань нашого суспільства є формування, зміцнення, збереження та відновлення здоров'я підростаючого покоління. Разом з тим відомо, що різке погіршення екологічної ситуації, соціально-економічна напруженість, комплекс неадекватних дій нейропсихічного характеру привели до суттєвого зниження стану здоров'я населення в цілому і дітей різного віку зокрема. За даними Міністерства охорони здоров'я України за останні роки суттєво збільшилася частота захворювань органів дихання, кровообігу, дуже поширені різні види психічних розладів, порушення процесів обміну, вроджені аномалії тощо.

Перераховані факти вимагають розв'язання цієї загальної соціальної проблеми шляхом здійснення вчителем професійно-педагогічної діяльності, спрямованої на формування основ здоров'я дитини, його збереження й зміцнення, створення стійкої мотивації до здорового способу життя, запобігання негативним впливам навчального процесу та навколишнього середовища.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз науково-педагогічної літератури та дисертаційних досліджень з педагогіки, фізичного виховання, фізіології [7; 16; 3; 2; 11; 20; 4] дає підстави вважати, що на сучасному етапі ще недостатньо обґрунтовано ефективність змісту, форм і методів фізичної культури для зміцнення і збереження здоров'я школярів та шляхи їх реалізації в практику роботи шкіл. У зв'язку з цим виникають протиріччя між необхідністю впровадження оновлених форм роботи з фізичної культури, методів та засобів фізичного виховання щодо формування основ здоров'я школярів, його збереження та зміцнення і недостатнім рівнем професійної компетентності вчителів в цьому аспекті.

Мета наукових досліджень – розробити вимоги до професійної компетентності майбутніх фахівців з фізичного виховання в аспекті здоров'язбереження учнів різних вікових груп.

Актуальність дослідження для студентів факультету фізичного виховання і студентів початкових класів, які теж будуть викладати основи фізичної культури в закладах середньої освіти обумовлено формуванням в них готовності, щодо ефективності реалізації і здоров'язбережувальних технологій в системі освіти та фізичного виховання, як головного засобу формування основ здоров'я.

У педагогічній науці поняття «професійна компетентність» розглядається як сукупність знань і вмінь, які визначають результативність праці, обсяг навичок виконання завдання; комбінацію особистісних якостей і властивостей; значущих особистісних якостей; вектор професіоналізації; єдність теоретичної і практичної готовності до праці; здібності здійснювати складні культуродоцільні види діяльності тощо [5; 2; 8].

Таким чином, трансформація парадигми освіти у евристично-кіберакмеологічну потребує переосмислення сутності професійної компетентності педагога. Погіршення стану здоров'я підростаючого покоління ставить на перше місце в структурі професійної компетентності вчителя можливість розробки та впровадження здоров'язбережувальних технологій.

Володіючи сучасними педагогічними знаннями, за постійної взаємодії з учнями, їхніми батьками, медичними працівниками і шкільними психологами, учитель має змогу планувати й організовувати свою діяльність із урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я усіх суб'єктів педагогічного процесу [7; 5; 6].

Формування та збереження здоров'я в процесі фізичного виховання – педагогічний процес засвоєння просвітницької інформації та безпосередньо адаптаційних ефектів від виконання рухової діяльності (в зазначених параметрах) та використання оздоровчих акцентів (під контролем педагога) під час реалізації певної методики, програми, різноманітних технологій. Ефективність управління формуванням та збереженням здоров'я у процесі фізичного виховання школярів залежить від рівня знань законів, які лежать в його основі.

На факультетах фізичного виховання та факультетах початкового навчання для ефективної підготовки фахівців в напрямку здоров'язбережувальних аспектів педагогіки, теорії і методики фізичного виховання і спорту майбутнім спеціалістам необхідно набути такі професійні компетентності (табл. 1).

Таблиця 1

Вимоги до професійної компетентності вчителя фізичної культури [20]

Галузь знань	Перелік теоретичних положень	Застосування на практиці (набуті компетентності)
Вікова фізіологія	Особливості будови та функціонування органів і систем організму дітей молодшого шкільного віку	– вміти правильно оцінити біологічний вік дитини та підбирати адекватні методи і засоби фізичного виховання для збереження їх здоров'я
Фізіологія фізичних вправ	Вплив фізичних вправ на організм дітей шкільного віку	– вміти цілеспрямовано підбирати вправи, які сприяють фізичному розвитку організму дитини та зберігати її здоров'я
Вікова психологія	Особливості функціонування та розвитку основних психічних й психофізіологічних властивостей і якостей ВНД дітей шкільного віку; управління мотиваційною сферою діяльності дітей шкільного віку в процесі занять фізичними вправами	– вміти застосовувати особистісно-орієнтований підхід до навчання та виховання під час занять фізичними вправами, відповідно до психологічних та психофізіологічних якостей особистості учні; – використовувати знання про мотиваційні установки учнів при залученні дітей до регулярних занять фізичними вправами, формування здорового способу життя та управління мотивацією школярів
Психологія спорту	Вплив занять фізичними вправами на психофізіологічні якості та процеси ВНД учнів	– вміти добирати засоби і методи фізичного виховання відповідно до рівня розвитку та прояву психофізіологічних властивостей ВНД учнів
Педагогіка	Принципи, методи та засоби навчання і виховання дітей шкільного віку	– застосовуючи педагогічну майстерність, грамотно будувати і проводити педагогічний процес навчання дітей руховим діям та збереженню їх здоров'я; – здійснювати виховний процес під час навчання руховим діям
Основи кібернетики	Методологічна основа управління системами	– розглядати організм учня як функціональну систему; – раціонально будувати процес управління збереженням здоров'я дитини у відповідності з законами кібернетики; – розглядати систему формування основ здоров'я учнів як функціональну
Валеологія	Знання про здоров'я дітей та умови його збереження	– вміти теоретично обґрунтовувати необхідність здорового способу життя та шляхи збереження здоров'я
Біомеханіка	Біомеханічні закономірності формування рухів дітей шкільного віку; біомеханічні основи профілактики травматизму.	– вміти об'єктивно оцінювати техніку виконання фізичних вправ та функцію статодинамічної стійкості; – вміти за результатами доступних методик діагностувати раціональність техніки виконання рухових дій та функціональний стан дітей; – вміти на основі одержаної інформації здійснювати правильні корекції в процесі збереження здоров'я учнів та навчання рухових дій; – володіти методами травмопрофілактики
Спортивна медицина	Доступні методики дослідження стану здоров'я учнів	– вміти застосовувати на практиці об'єктивні методи контролю за станом здоров'я та вірно оцінювати їх результати
Спортивна метрологія	Основи теорії вимірювань; теорія і методика проведення тестування; методи математичної статистики;	– володіти сучасними методами проведення вимірювань, засобами отримання кількісної інформації про стан здоров'я школярів; – володіти інструментальними методами контролю рухової функції, працездатності, стану фізичної підготовленості; – вміти здійснити об'єктивний кількісний аналіз результатів вимірювань
Теорія та методика фізичного виховання	Методологічні основи теорії фізичного виховання, принципи, методи, засоби фізичного виховання	– вміти правильно побудувати технологію, програму, методику збереження здоров'я в процесі занять фізичними вправами, спираючись на методологічні основи теорії фізичного виховання

Перераховані дисципліни (табл. 1) слід інтегрувати в єдиний спеціальний курс, метою якого є формування компетентності майбутніх фахівців з фізичного виховання в аспекті здоров'язбереження. У Чернігівському національному педагогічному університеті імені Т. Г. Шевченка впроваджено спеціальний інтегративний курс – «Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні» [12; 13; 15].

Актуальність введення названого спецкурсу для студентів факультету фізичного виховання обумовлена формуванням у них готовності щодо ефективної реалізації здоров'язбережувальних технологій в системі освіти та фізичного виховання, як головного засобу формування основ здоров'я школярів, його збереження та зміцнення.

Визначений напрям знаходить своє відображення у діючому законодавстві України, де ставляться акценти на зміцнення, збереження та охорону здоров'я населення (Закон України про охорону здоров'я, Закон України «Про освіту», «Про охорону дитинства», Державна національна програма «Освіта» («Україна XXI століття»), програми «Діти України», «Здоров'я нації», Національна доктрина розвитку освіти України в XXI столітті, концептуальні засади подальшого розвитку фізичної культури і спорту в Україні).

Навчальна програма спецкурсу «Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні» враховує зміни в національній системі фізичного виховання України, сучасні вимоги кваліфікаційної характеристики спеціаліста з фізичного виховання.

Грунтовне вивчення цього предмета сприяє розвитку у студентів наукового світогляду, вихованню педагогічного мислення і засвоєнню професійних знань, вмінь, навичок в аспекті формування основ здоров'я школярів, його зміцнення та збереження в процесі фізичного виховання. Це дозволить майбутньому педагогу поєднувати фізичне виховання дітей шкільного віку з передовою практикою збереження їх здоров'я, узагальнювати досвід провідних спеціалістів у даному напрямку діяльності.

Випускник педагогічного ВНЗ факультету фізичного виховання згідно з завданнями спецкурсу повинен уміти: компетентно управляти формуванням основ здоров'я школярів, його зміцненням і збереженням; користуватися розробленими та самостійно розробляти нові оздоровчі і здоров'язбережувальні технології з фізичного виховання та впроваджувати їх в практику.

У навчальній програмі з даної дисципліни акцентується увага студентів на тому, що здоров'язбережувальна технологія у фізичному вихованні, як кінцевий продукт вивчення, повинна бути розрахована на дітей з різними станами здоров'я та їх діяльність в різних екологічних умовах.

Основним підходом до побудови технології формування науково-педагогічного світогляду фахівців з фізичної культури може бути евристично-кіберакмеологічний, який дозволяє створювати ключові педагогічні компетенції особистості на основі методології професійної діяльності [18; 16; 19].

На лекційних заняттях надається інформація з таких питань: соціально-економічні передумови погіршення стану здоров'я учнівської молоді; визначення поняття здоров'я; заняття фізичними вправами як важливий фактор формування основ збереження та зміцнення здоров'я школярів; основи управління процесом збереження та зміцнення здоров'я учнів під час занять фізичними вправами; вплив занять фізичними вправами на організм школярів; визначення понять «технологія», «освітня технологія», «здоров'язбережувальні технології», «здоров'язбережувальні освітні технології», «здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні», мета, завдання та структура здоров'язбережувальних освітніх технологій, методи та методики оцінювання стану здоров'я людини.

На практичних заняттях поглиблюються та деталізуються найбільш важливі питання курсу, перевіряються знання студентів, якість виконання домашніх завдань, вміння самостійно вирішувати навчально-дослідні і творчі завдання. Частина занять проводиться у вигляді наукового педагогічного аналізу вирішення організаційних і методичних завдань у практиці фізичного виховання та впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчальний процес; частина у вигляді практичних робіт, спрямовані на створення здоров'язбережувального середовища в освітніх закладах. Особлива увага звертається на вміння студента інтегрувати інформацію з інших навчальних дисциплін при обґрунтуванні та розробці здоров'язбережувальних технологій.

Важлива роль в оволодінні студентами знаннями з курсу «Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні» належить самостійній роботі, яка поступово стає однією з провідних форм навчання. Головна мета самостійної пізнавальної діяльності студентів з даного курсу – навчитися індивідуально здобувати, оновлювати, поповнювати знання щодо розробки та впровадження здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні, плідно використовувати їх під час навчання та в подальшій професійній діяльності.

У процесі впровадження спеціального курсу логіка побудови навчальної роботи полягає у поступовому оволодінні студентами:

- теоретичними положеннями щодо управління функціональним станом людини, здоров'я людини, освітніх та здоров'язбережувальних технологій в сучасній школі (репродуктивна мисленева діяльність);
- методиками оцінювання стану здоров'я дітей, впровадження здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні (репродуктивна мисленева діяльність);

– практичними навичками розроблення здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні (продуктивна, творча мисленева діяльність).

Для перевірки якості знань студентів використовуються такі форми контролю: усні опитування (оцінюється активність студента), написання рефератів (оцінюється новизна та практична значимість викладеного матеріалу), контрольні роботи, тестові завдання, перевірка завдань для самопідготовки (конспект), творча робота (самостійне створення здоров'язбережувальної технології у фізичному вихованні за запропонованим алгоритмом).

Висновки. Узагальнюючи вище наведену інформацію, необхідно зазначити, що професійна готовність майбутнього вчителя фізичної культури передбачає формування здатності виконувати ефективно професійну діяльність в аспекті здоров'язбереження; єдність теоретичної і практичної готовності до розробки та впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховний процес з фізичного виховання. Необхідною умовою формування здоров'язбережувальної готовності є впровадження спеціального курсу «Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні» в практику підготовки вчителів фізичної культури та вчителів початкових класів.

Науково обгрунтовано, розроблено та впроваджено у процес підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання спеціальний інтегративний курс – «Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні» задля формування професійних компетентностей студентів в аспекті раціональної організації здоров'язбережувальної діяльності школярів. Актуальність введення цього спецкурсу для студентів факультетів фізичного виховання та початкової освіти обумовлена необхідністю поглиблення їх знань і практичних вмінь, спрямованих на ефективну реалізацію здоров'язбережувальних технологій в системі освіти та фізичного виховання, як головного засобу збереження здоров'я школярів.

Використані джерела

1. Носко М.О., Грищенко С.В., Носко Ю.М. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. – К.: МП Леся, 2013. – 160 с.
2. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: [підручник] / М.О. Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. – К.: МП Леся, 2015. – 396 с.
3. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми «Здорова нація» на 2009-2013 роки: за станом на 21 травня 2008 р. [Електронний ресурс] / Розпорядження Кабінету Міністрів України від 21 травня 2008 р. № 731 – р. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/731-2008-p>.
4. Проект Концепції загальнодержавної цільової соціальної програми «Формування здорового способу життя молоді України» на 2013-2017 роки [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.medu-niv.lviv.ua/index.php?option=com_content&view=article&id=1493:n110112&catid=1:latest-news&Itemid=50&lang=en
5. Денисенко Н. Ф. Через рух – до здоров'я дітей : Навчально-методичний посібник / Н. Ф. Денисенко, О. П. Аксьонова. – Тернопіль : Мандрівець, 2010. – 88 с.
6. Почтар О. М. Шляхи оптимізації професійно-педагогічної підготовки вчителів фізичної культури в аспекті збереження здоров'я школярів / О. М. Почтар // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. – Випуск 14 : зб. наук. праць / за ред. О. В. Тимошенка. – К. : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. – С. 177–180.
7. Про схвалення Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми «Здорова нація» на 2009-2013 роки [Електронний ресурс] / Розпорядження Кабінету Міністрів України від 21 травня 2008 р. № 731-р. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/731-2008-p>
8. Яременко О. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи. / О.Яременко, О.Балакірева, О.Вакуленко та ін. – К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2000. – С. 188-191.
9. Джурицький П. Б. Аналіз змісту професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності : матеріали міжн. наук.-практ. конф. [«Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції»], (25-27 жовтня 2012 р.). – Тернопіль, 2012. – С. 360–364.
10. Звєкова В.К. Підготовка майбутніх учителів до організації здоров'язберігаючого дозвілля школярів: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Звєкова Вікторія Корніївна. – Ізмаїл, 2009. – 213.
11. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. – М. : Медицина, 1966. – 350 с.
12. Жук Г.О. Аналіз підходів до розподілу учнів на медичні групи для занять фізичною культурою у загальноосвітній школі / Г.О. Жук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 1. – С. 61–63.
13. Іванова Л.І. Підготовка майбутніх учителів з позицій здоров'язберігаючої освіти / Л. І. Іванова, Л. П. Сушенко // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи / За заг. ред. М. Лук'яненка, Ю. Шкрєбтія, Е. Боляха, А. Матвєєва. – Дрогобич : КОЛО, 2005. – С. 489–493.

14. Омельченко С.О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків. Монографія / С.О. Омельченко. – Луганськ: Альма-матер, 2007. – 352 с.
15. Куздоб В. Компоненти професійної майстерності майбутніх учителів фізичної культури / Куздоб В.Ю., Куздоб А.Ю., Безкоровайна С.О. // «Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice», conf. șt. intern. studențească (17 ; 2013 ; Chișinău). Conferința științifică internațională studențească «Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice», Ed. a 17-a, 16-17 mai 2013, Chișinău / col. red.: Danail Sergiu (red. resp.) [et al.]. – Chișinău: Editura USEFS, 2013. – P. 579–586.
16. Поташнюк І.В. Теоретичні і методичні засади застосування здоров'язбережувальних технологій навчання учнів з загальноосвітніх навчальних закладах: дис.... докт. наук: 13.00.02 / Поташнюк Ірина Валентинівна. – К., 2012. – 507 с.
17. Сериков Г.Н. Компетенции учителя физической культуры в обеспечении здоровьесбережения учащихся / Г.Н. Сериков, С.Г. Сериков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – №3. – С. 65-69.
18. Ващенко О. М. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах / О. Ващенко, С. Свириденко // Директор школи. – 2006. – №20. – С. 12–15.
19. Виленская Т.Е. Теория и технология здоровьесбережения в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста / Виленская Татьяна Евгеньевна: дис.... докт. пед.наук: 13.00.04. – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. – Краснодар, 2007. – 515 с.
20. Гримблат С.О. Здоровьесберегающие технологии в подготовке специалистов: [учебно-методическое пособие] / С. О. Гримблат, В. П. Зайцев, С. И. Крамской. – Харьков: Коллегиум, 2005. – 184 с.

Nosko M., Harkusha S., Voiedilova O., Nosko Yu.

METHODOLOGICAL ASPECTS OF INTEGRATIVE COURSE «HEALTHSAVING TECHNOLOGIES IN PHYSICAL EDUCATION» IMPLEMENTATION

Practical realization of healthsaying technologies in physical education at schools depends, firstly, on the teacher, thanks to whom educational process should become an essential part of saving and strengthening children's health. It is important for teacher to be an example of healthy way of life for pupils, too. It should be mentioned that physical education teacher's activity in the direction of organization healthsaying educational process will allow to provide its health saving orientation, conscious attitude to child's health, personal interest in his pupils' wellness, forming of emphatic potential, pedagogical tact, possessing the system of psychological, pedagogical and special knowledge about health principles, methods of its saving and development; totality of professional actions, operations that provide child's healthy development, preventing negative influence at pupils' health; abilities to use at practice and to create healthsaying technologies in pupils' physical education effectively.

Future physical education teacher's professional readiness supposes forming the ability to maintain professional activity effectively in the aspect of healthsaying; unity of theoretical and practical readiness to working out and implementation of healthsaying technologies into studying process of physical education. A necessary condition of the forming of healthsaying readiness is introduction of special course «Healthsaying technologies in physical education» into physical education teachers' and elementary school teachers' preparation.

Special integrative course «Healthsaying technologies in physical education» is scientifically grounded, developed and implemented into the process of future physical education teachers' preparation in order to form students' professional skills in the aspect of rational organizing pupils' healthsaying activity. Necessity of introduction of this special course for physical education and elementary education students is conditioned by the need of improving their knowledge and practical skills that are directed at an effective realization of healthsaying technologies in the system of education and physical education as the main mean of pupils' health saving.

Key words: *healthy way of life, health principles, healthsaying technologies, physical education, methodological principles of physical education theory, future specialists' competence.*

Стаття надійшла до редакції 11.11.2017 р.