

спорту, організувати спортивні змагання, конкурси, заохочувати учасників певними призами, турбуватись про сприятливе в екологічному розуміння оточення тощо.

На рівні навчального закладу респонденти пропонували створити кращі спортзали, мати сучасний спортивний інвентар, більше організувати секцій, гуртків із різних видів спорту, проводити різноманітні заходи. Конкретно вони висловлювались, що доцільно: «збільшити кількість пар із фізкультури», «проводити більше занять з плавання», «збільшити проведення різних видів змагань». «активніше пропагувати здоровий спосіб життя», «частіше проводити цікаві заходи на теми ЗСЖ, обґрунтувати наскільки це важливо», «звертати увагу в межах навчального закладу на шкідливі звички студентів, впливати на них», «не дозволяти курити», «проводити загальноуніверситетські заходи на теми шкідливих звичок», «більше проводити бесід про спорт, профілактику і подолання шкідливих звичок», «проводити спільні змагання студентів і викладачів» тощо.

На особистісному рівні студенти зауважували, що доцільно: не лінуватися, не витрачати час на всякі дурниці, мати кращі фінансові можливості, більше вільного часу, гарного тренера, активізувати силу волі, не пропускати занять, більше займатись різними видами спорту, виконувати ранкову зарядку, відвідувати спортивні клуби, розвивати свої різноманітні здібності, позбутись шкідливих звичок, більше бувати на свіжому повітрі, цікавитись інформацією про різні питання ЗСЖ, правильно розподіляти час, мати гарний настрій, частіше читати цікаві книги, подорожувати, бажати щось змінити у власному житті на краще тощо.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, аналіз проблеми здорового способу життя як інтегрованого компоненту життєдіяльності студентської молоді та узагальнення результатів проведеного констатуючого експерименту дозволяють зробити висновок про те, що дотримання здорового способу життя в студентській життєдіяльності має позитивні і негативні ознаки, супроводжуючись певними суперечностями. Їх причини інтегрують об'єктивні і суб'єктивні чинники. На подолання недоліків повинна бути спрямована діяльність органів влади різного рівня, навчальних закладів та самих студентів, маючи при цьому свої завдання та відповідні засоби їх вирішення. Подальшого вивчення потребують питання використання інноваційних технологій у формуванні здорового способу життя молоді, творчого використання позитивного зарубіжного досвіду такої діяльності, зокрема таких європейських країн як Німеччина, Велика Британія, Франція, Скандинавські країни тощо.

Література

1. Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді : моногр. / О.М. Балакірева, Н.О. Рингач, Р.Я. Левін та ін. / Наук. ред. О.М. Балакірева. К. : Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка, 2007. – 128 с.
2. Pokaznyky ta sotsialnyi kontekst formuvannya zdorovia pidlitkiv (*Indicators and social context of health formation of teenagers*): monogr. / O.M. Balakireva, T.V. Bondar, D.M. Pavlova ta in. ; nauk. red. O.M. Balakireva. – K. : IUNISEF, Ukr. in-t sots. doslidzh. im. O. Iaremenka, 2014. – 156 s. [in Ukrainian].
3. Fizychna rekreatsiia (*Physical recreation*): navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykhovannia i sporty / avt. kol. Prystupa E.N., Zhdanova O.M., Lynets M.M. [ta in.]; za nauk. red. Evgena Prystupy. – L.: LDUFK, 2010. – 447 s. [in Ukrainian].

УДК 796.012.3 – 057.874

Мандюк А. Б., Пелещишин Р. М.

Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів

ФАКТОРИ, ЯКІ ВИЗНАЧАЮТЬ РУХОВУ АКТИВНІСТЬ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ ВІКОМ 15-17 РОКІВ

Анотація. У статті наводяться результати дослідження деяких особливостей рухової активності учнів загальноосвітніх шкіл віком 15-17 років. Визначено щоденний та тижневий обсяги рухової активності, а також фактори, які зумовлюють рухову активність учнів старшого шкільного віку. Окремо проаналізовано фактори, які впливають на рухову активність учнів, що здійснюється на дозвіллі. Отримані емпіричні дані порівнюються з аналогічними даними за кордоном. Результати дослідження аналізуються з урахуванням гендерних особливостей учнів.

Ключові слова: рухова активність, учні, школа, дозвілля.

Аннотация. Мандюк А. Б., Пелещишин Р. Н. Факторы, которые определяют двигательную активность учеников общеобразовательных школ в возрасте 15-17 лет. В статье изложены результаты исследования особенностей двигательной активности учеников общеобразовательных школ в возрасте 15-17 лет. Определены ежесуточные и недельные объемы двигательной активности, а также факторы, которые определяют двигательную деятельность учеников старшего школьного возраста. Отдельно изучен комплекс факторов, которые влияют на двигательную активность учеников, которая осуществляется на досуге. Полученные эмпирические данные сопоставляются с аналогичными зарубежными данными. Результаты исследования анализируются с учетом гендерных особенностей учеников.

Ключевые слова: двигательная активность, ученики, школа, досуг.

Abstract. Mandiuk A., Peleshchysyn R. Factors, which determine physical activity of secondary school pupils aged 15-17 years. The article is devoted to the study of problems of hypodynamia and physical activity level of secondary school pupils. The article presents the research results of some physical activity peculiarities of secondary school pupils aged 15-17 years. The survey was conducted among secondary school pupils of 10-11 grades from Lviv, Ternopil, Ivano-Frankivsk and Khmelnytsky. The

total amount of pupils was - 926 persons, of whose 450 - boys and 476 girls. The sample survey amounted 6% of general aggregate. Data accuracy is $\pm 4\%$.

The amount of daily and weekly physical activity, and factors, which predetermine high school pupils' physical activity were determined.

Factors, that affect the pupils' physical activity, performed at leisure, were analyzed separately.

During the research, ways of getting to school, used by pupils of 10-11 grades, were determined. Amount of time spent on the road from home to school was defined.

It was established, that the main factors, which inhibit high school pupils' regular physical activity, are significant academic load and lack of free time. The main factors, that determine physical activity in spare time of high school pupils aged 15-17 years, are "own tastes and preferences", "desire to be healthy" and "desire to be beautiful".

The obtained empirical data are compared with similar data abroad. Results of research are analyzed taking into account gender characteristics of pupils.

Keywords: physical activity, pupils, school, leisure.

Постановка проблеми. Необхідність постійного моніторингу рівня рухової активності різних соціальних груп зумовлена постійними змінами повсякденного життєвого ритму, які виникають у наслідок перманентного науково-технічного прогресу.

Рухова активність є визначальним фактором, що суттєво впливає на якість життєдіяльності кожного індивіда [1]. Згідно даних ВООЗ, 1,9 млн смертей у світі пов'язані з гіподинамією, а надмірна вага та ожиріння спричиняють як мінімум 2,6 млн смертей щороку [10].

Особливо важливою є змістовна рухова активність, що здійснюється в період інтенсивного фізичного розвитку організму. Сенситивні періоди удосконалення рухових якостей є обмеженими в часі, що зумовлює високі ризики щодо реалізації можливостей ефективного розвитку цих якостей [4]. Зважаючи на це, раціональна рухова активність у період навчання в загальноосвітньому закладі стає ще важливішою.

Навчальна діяльність, як основний компонент поточної життєдіяльності дитини, починаючи з 6-ти річного віку, супроводжується постійними стресовими навантаженнями, які насамперед пов'язані зі зміною комфортного для організму режиму рухової діяльності та відпочинку. Система шкільної освіти передбачає поступове збільшення навчального навантаження, що зумовлює ще більший дефіцит рухової активності та можливу гіподинамію [6, 7].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У сфері фізичного виховання наукові праці, у яких вивчається рухова активність різних груп населення, є одними з найпопулярніших. У контексті нашого дослідження зупинимось на працях присвячених аналізу особливостей рухової активності дітей шкільного віку. Зокрема, форми рухової активності учнів 4 - 11 класів у режимі навчального дня досліджував А. Х. Дейнеко. Автор вважає, що ключовим напрямом вирішення проблеми підвищення рівня рухової активності школярів є формування у них певного рівня особистісної фізичної культури через удосконалення змістовних компонентів уроку фізичної культури [3].

У дослідженні за темою «Раціональна рухова активність як фактор підвищення розумової працездатності школярів», автор Т. Ю. Круцевич дійшла висновку, що раціональна рухова активність в режимі шкільного дня сприяє відновленню та покращенню розумової працездатності дітей [5].

Місце рухової активності в період дозвілля школярів вивчали І. Р. Боднар та А. Б. Кіндзера [2].

Аналізуючи наукові праці пов'язані з обраною темою, слід згадати й про іноземні дослідження. Масштабні статистичні дані щодо особливостей рухової активності школярів у Великій Британії можна знайти у спеціально підготованому загальнонаціональному звіті, який містить аналітичну інформацію з багатьох сфер суспільного життя [14]. Аналогічну інформацію можна отримати аналізуючи звіти спеціальної структури, яка функціонує в США [8]. Рухову активність дітей та підлітків у Фінляндії вивчав Ярмо Люкконен [12].

Аналіз рівня рухової активності учнів австралійського штату Вікторія здійснила Дженіфер Маркс. Результати дослідження показали, що рівень рухової активності австралійських учнів знижується по мірі переходу дітей у старші класи [13].

Щодо польських дослідників, згадуємо Кшиштофа Блонські, який визначив витрати часу школярів міської та сільської місцевостей Польщі на різні види діяльності у вільний час, а також встановив фактори, які впливають на вибір певного виду діяльності [9].

Не зважаючи на широкий спектр наявних досліджень рухової активності школярів, варто констатувати, що більшість таких досліджень мають вузьку спрямованість, концентруючись на аналізі специфічних особливостей зв'язку рухової діяльності з фізіологічними процесами або ж певними видами діяльності дитини. Ще одна обставина, яка зумовлює актуальність обраної теми, є суттєві зміни які відбуваються в режимі життєдіяльності школярів під впливом науково-технічного прогресу та реформами в системі вітчизняної освіти. Зазначені положення зумовили вибір мети дослідження.

Мета дослідження – визначити фактори, що впливають на рівень рухової активності школярів загальноосвітніх шкіл віком 15 - 17 років.

Завдання дослідження:

1. Визначити тижневий обсяг рухової активності школярів віком 15-17 років.

2. Виявити чинники, що впливають на рухову активність учнів старшого шкільного віку в режимі шкільного дня та на дозвіллі.

Методи дослідження. У дослідженні використані методи теоретичного аналізу та синтезу, аналізу науково-методичної літератури та соціологічне опитування. В процесі дослідження опитано учнів 10-11 класів загальноосвітніх шкіл м. Львова, м. Тернополя, м. Івано-Франківська та м. Хмельницького. Загальна кількість учнів становила – 926 осіб, що складає 6% від генеральної сукупності. Похибка отриманих даних становить $\pm 4\%$.

Результати дослідження. Представлення даних дослідження ми розпочнемо з аналізу відповідей, отриманих на запитання, щодо денного та тижневого обсягу рухової активності учнів 10-11 класів (рисунок 1).

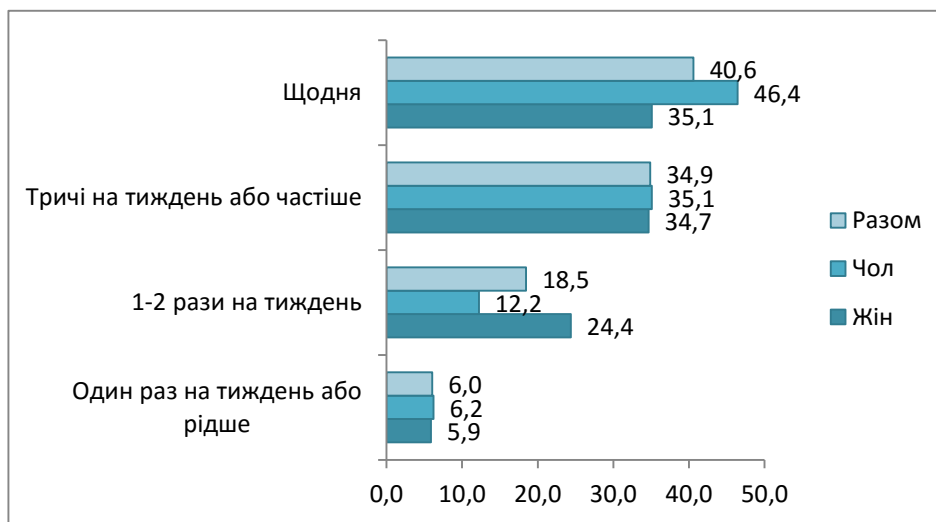


Рис. 1. Рухова активність учнів віком 15-17 років тривалістю 30 хв і більше протягом тижня (%), n = 926

Отож, тричі на тиждень або частіше займаються руховою активністю тривалістю 30 хв і більше загалом 75,5 % учнів старшого шкільного віку, з них – 40,6 % роблять це щодня. Щодо гендерних особливостей, відзначаємо відмінності в отриманих результатах стосовно щоденної рухової активності: серед дівчат показник склав 35,1 %, серед хлопців – 46,4 %.

Як видно з узагальнених показників рухова активність 25,5 % учнів не є систематичною. Загалом 30,3 % дівчат здійснюють рухову активність тривалістю 30 хв і більше не частіше, ніж двічі на тиждень. Серед хлопців аналогічний показник становить 18,4 %. Отримані результати дозволяють констатувати нижчий рівень залученості до систематичної рухової активності серед дівчат.

Проблеми з регулярною руховою активністю констатують й закордонні дослідження. Зокрема, дослідження рухової активності шведських школярів встановили, що гіподинамія не дозволяє виконати обов'язковий базовий мінімум з предмету фізичне виховання 12 % випускників загальноосвітніх шкіл. Аналогічні дослідження в Австралії показали, що рівень рухової активності 25 % австралійських дітей не здатен задовольнити мінімальну потребу в руховій діяльності і не може сприяти профілактиці порушень стану здоров'я [11].

Зважаючи на особливості режиму дня більшості учнів загальноосвітніх шкіл, очевидним є наявність певних періодів протягом доби в які може здійснюватися організована або не організована рухова активність. Самостійні та групові організовані форми рухової активності здійснюються здебільшого в позаурочний час, тоді як рухова активність, яка не організовується спеціально, відбувається практично протягом усього дня.

До неорганізованої рухової активності, в тому числі, належить діяльність, яка пов'язана з подоланням відстані від дому до навчального закладу та у зворотному напрямі. Ця форма рухової активності є особливою тим, що здійснюється систематично, фактично кожного буднього дня протягом навчального року. Отже, аналізуючи саме таку рухову діяльність учнів, можна виокремити більш-менш сталий показник обсягу щоденної рухової активності. На рисунку 2 представлено дані залученості учнів віком 15-17 років до рухової активності перед заняттями в школі.

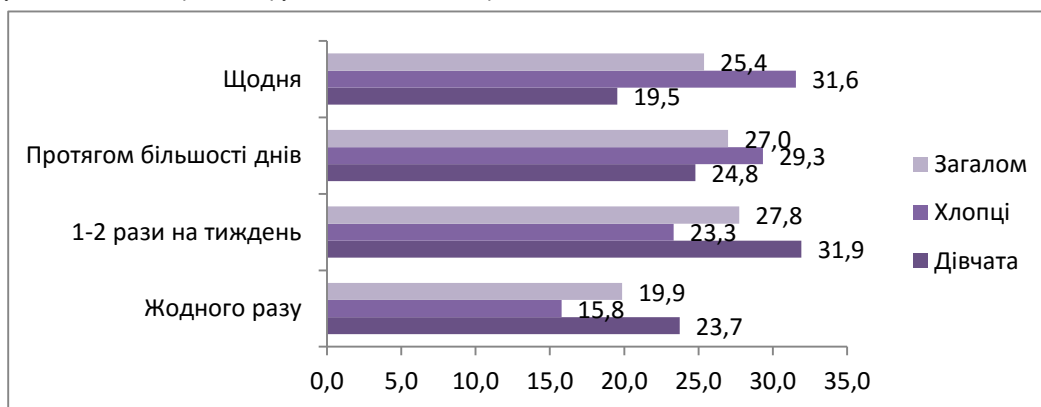


Рис. 2. Кількість учнів старшого шкільного віку, залучених до рухової активності перед заняттями в школі (%), n = 926

Аналізуючи отримані показники, зупинимося насамперед на узагальнених даних. Як видно з рисунку, загалом 25,4 %

учнів старшого шкільного віку здійснюють рухову активність перед заняттями у школі. Протягом більшості днів здійснюють таку рухову активність загалом 27% учнів. Сукупний показник учнів, які залучені до рухової активності перед навчальними заняттями не менше, ніж тричі на тиждень становить 52,4 %.

Слід відзначити суттєву різницю у показниках щоденної рухової активності до занять серед дівчат та хлопців. Серед хлопців задекларований показник залученості до такої активності становить 31,6 %, тоді як серед дівчат він є меншим на 12,1 % і становить 19,5%.

Представлені на рисунку дані показують, що дівчата старшого шкільного віку рідше здійснюють систематичну рухову активність до занять. Не систематично (1-2 рази на тиждень) здійснюють таку рухову активність 31,9 % дівчат, узагалі не здійснюють рухову активність до занять 23,7% учениць 10 - 11 класів. Сукупний показник при цьому становить 55,6 %. Аналогічний сукупний показник серед хлопців становить 39,1%, що на 16,5 % менше за показник дівчат.

Наведені результати не враховують особливостей рухової діяльності, що здійснюється до занять, а саме, чи робить учень ранкову гігієнічну гімнастику, пробіжку, гімнастику до занять тощо чи просто долає у визначений спосіб дорогу від дому до школи. Поруч з цим, отримані дані дозволяють побачити загальну картину залученості учнів до рухової активності перед навчальним днем.

Для підтвердження об'єктивності отриманих результатів, ми з'ясували у який спосіб учні старшого шкільного віку зазвичай долають дорогу від дому до школи. Така постановка питання дозволяє, на нашу думку, оцінити залученість учнів до реальної рухової активності. Отримані результати представлені на рисунку 3.

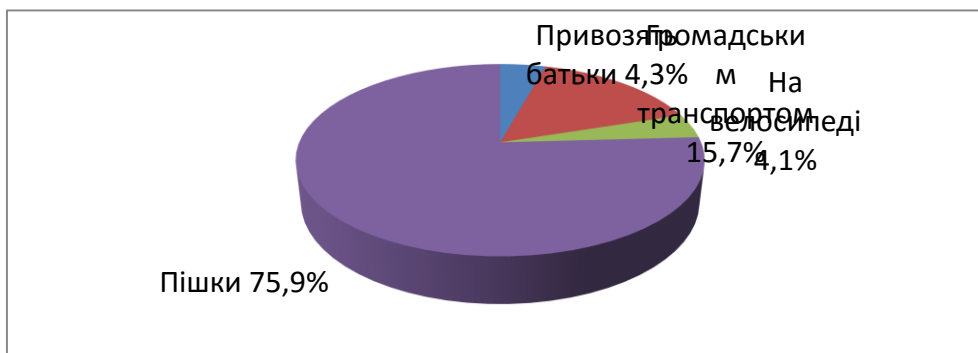


Рис. 3. Способи дістання до навчального закладу, які зазвичай використовують учні віком 15-17 років (%), n = 926

Переважає більшість учнів старшого шкільного віку дістаються до школи пішки, на що вказало 75,9 % респондентів. Другим за популярністю способом добирання виявився громадський транспорт, яким послуговується 15,7 % учнів. Близько 4 % старшокласників приїждять до школи велосипедом, або ж їх привозять батьки.

Варто зазначити, що в результаті проведеного дослідження, ми отримали відповідність показників за двома різними запитаннями. Якщо узагальнити кількість учнів, які дістаються до навчального закладу громадським транспортом, або ж за допомогою авто, отримуємо сукупний показник 20 %. Практично стільки ж учнів (19,9 %) вказали на те, що не здійснюють рухової активності до занять у школі. Таке співпадіння показників підтверджує коректність отриманих даних.

Отримавши приблизну картину обсягу та періодичності рухової активності учнів старшого шкільного віку, надалі ми з'ясували, які фактори зазвичай перешкоджають їхній систематичній руховій діяльності (рисунок 4).

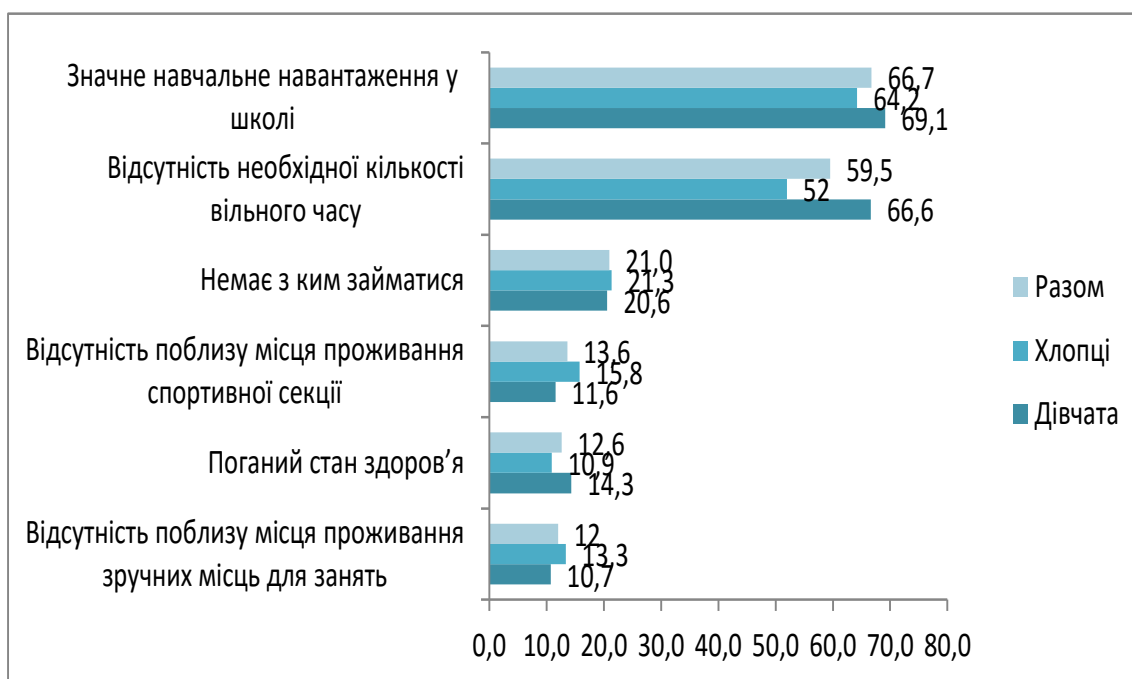


Рис. 4. Фактори, які заважають систематичній руховій активності учнів загальноосвітніх шкіл віком 15-17 років (%), n = 926

Дані, отримані в результаті дослідження, чітко виокремлюють два основних фактори, які на думку учнів старшого шкільного віку, заважають здійснювати систематичну рухову активність. Цими факторами виявилися – «значне навчальне навантаження у школі» та «відсутність необхідної кількості вільного часу». Надмірне навчальне навантаження, як негативний фактор, виокремили загалом 66,7% учнів, серед них - 64,2 % хлопців та 69,1 % дівчат. Відсутність необхідної кількості вільного часу, як чинник, що перешкоджає систематичній руховій активності, вказали загалом 59,5 % учнів старшого шкільного віку. Серед хлопців згаданий показник склав 52 %, тоді як серед дівчат він був суттєво вищим і становив 66,6 %.

Навчальне навантаження та дефіцит вільного часу, як фактори впливу на рухову активність учнів, є взаємопов'язаними, адже багато в чому зумовлюють одне одного. Збільшення часу на навчальні заняття у школі, а також необхідність виконувати домашнє завдання, неодмінно скорочує межі дозволля, яке є сприятливим періодом для реалізації різних форм рухової активності.

Третім за вагомістю фактором впливу на систематичну рухову активність учнів старшого шкільного віку виявився фактор необхідності здійснення відповідної діяльності спільно з друзями, знайомими або ж сім'єю. На це вказало 21 % учнів, відмінності між показниками дівчат та хлопців були не значними і становили 0,7 %. Виходячи з цього, можна зробити висновок, що 1/5 частина учнів старшого шкільного віку для здійснення систематичної рухової діяльності потребує різноманітних групових форм, тоді як самостійні форми рухової активності, які зазвичай є найдоступнішими, не відповідають вподобанням цього контингенту школярів.

Як уже зазначалося, фактично єдиною альтернативою формам рухової активності, які повинні організовуватися в режимі навчального дня, є форми рухової активності, що здійснюються у вільний час. Такі форми рухової активності можуть бути найрізноманітнішими, а їхній вибір залежить від низки чинників. Саме тому ми виявили фактори, які визначають рухову активність учнів загальноосвітніх шкіл віком 15-17 років у вільний час (рисунком 5).

Аналізуючи результати, слід насамперед зазначити, що отримані дані досить суттєво відрізнялися за гендерною ознакою. Не зважаючи на це, фактори впливу на рухову активність у вільний час серед дівчат та хлопців мають схожу ієрархію.

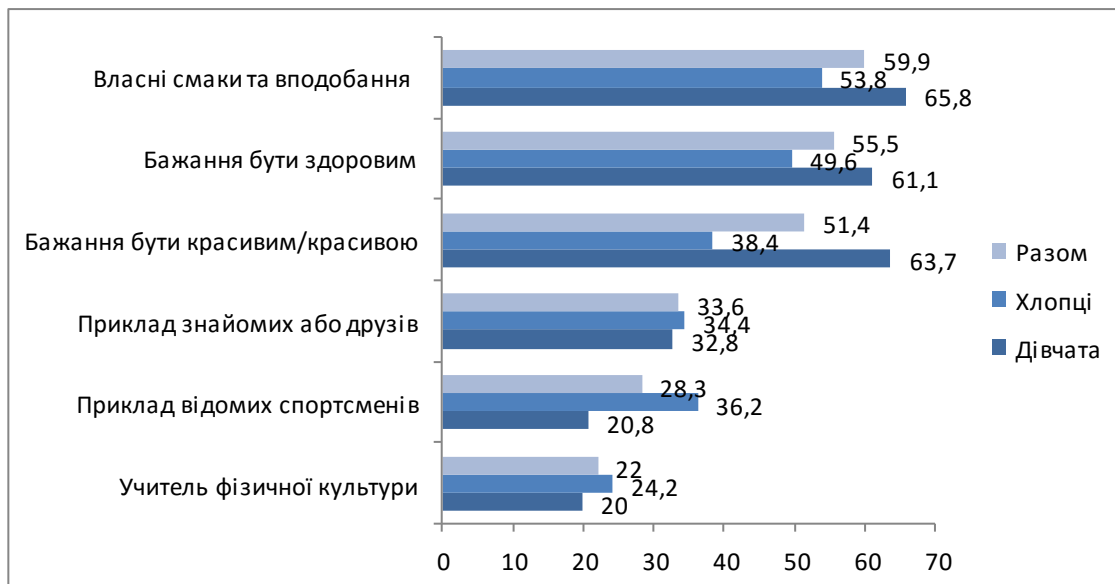


Рис. 5. Фактори, які визначають рухову активність учнів загальноосвітніх шкіл віком 15-17 років у вільний час (%), n = 926

До першої за важливістю трійки факторів опитані хлопці віднесли «власні смаки та вподобання» (53,8 %), «бажання бути здоровими» (49,6 %) та «бажання бути красивими» (38,4 %). Серед дівчат результати розподілилися таким чином: «власні смаки та вподобання» (65,8 %), «бажання бути красивими» (63,7 %) та «бажання бути здоровими» (61,1 %).

Щодо першої трійки факторів, слід відзначити, що для дівчат вони загалом є важливішими. Особливо значною була різниця в отриманих результатах, які стосувалися бажання бути красивим/красивою, як фактору впливу на рухову активність у вільний час. Показник дівчат, які вважають цей фактор важливим був більшим на 25,3 % за аналогічний показник серед хлопців.

Одним з факторів, який виявився важливішим для хлопців є «приклад відомих спортсменів», на це вказало 36,2 % респондентів чоловічої статі. Серед дівчат цей показник був меншим на 15,4 % і становив 20,8 %.

Варто зупинитися на ще одному факторі, який впливає на рухову активність учнів у вільний час. Йдеться про учителя фізичної культури. Отримані результати показали, що загалом лише 22 % учнів старшого шкільного віку, організовуючи власну рухову активність на дозвіллі, враховують діяльність учителя фізичної культури. Зважаючи на те, що урок фізичної культури, як основна форма фізичного виховання, повинен визначати всі інші форми рухової активності, констатуємо низьку ефективність впливу процесу шкільного фізичного виховання на особисту рухову активність учнів.

Висновки. Щодня руховою активністю тривалістю 30 хв і більше займається 40,6 % учнів старшого шкільного віку. Серед дівчат цей показник становить 35,1 %, серед хлопців – 46,4 %.

Не частіше, ніж двічі на тиждень здійснюють рухову активність тривалістю понад 30 хв 30,3 % дівчат та 18,4 % хлопців, що загалом складає 25,5 % учнів старшого шкільного віку.

Основними факторами, які визначають рухову активність учнів старшого шкільного віку є навчальне навантаження та кількість вільного часу. Надмірне навчальне навантаження негативним фактором вважають 66,7% учнів, серед них - 64,2 % хлопців та 69,1 % дівчат.

Дефіцит вільного часу є фактором, що перешкоджає систематичній рухові активності, для 59,5 % учнів старшого шкільного віку. Серед хлопців цей показник становить 52 %, серед дівчат - 66,6 %.

Основними факторами, які визначають рухову активність учнів загальноосвітніх шкіл віком 15-17 років у вільний час, є «власні смаки та вподобання» (59,9 %), «бажання бути здоровими» (55,5 %) та «бажання бути красивими» (51,4 %).

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження повинні спрямовуватися на вивчення шляхів підвищення обсягу рухової активності учнів різних вікових категорій.

Слід детально вивчити структуру вільного часу учнів, місце в ній рухової активності, а також визначити найбільш відповідні форми рухової діяльності для дітей різних вікових категорій.

Література

1. Арефьев В. Г. Здоров'я підлітків і рухова активність / В. Арефьев // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2014 - № 118 (3). – С. 6-10.
2. Боднар І. Р. Дозвілля українських школярів і місце рухової активності у ньому / Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту // Іванна Боднар, Анна Кіндзера. – 2016 - №5. – С. 11-19.
3. Дейнеко А. Х. Соціально-педагогічні передумови формування культури рухової діяльності в учнів загальноосвітніх навчальних закладів / А. Дейнеко // Слобожанський науково-спортивний вісник - 2015 - № 4. – С. 35-39.
4. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т. Круцевич // Том 2, Київ: Олімпійська література. - 2012. - 368 с.
5. Круцевич Т. Раціональна рухова активність як фактор підвищення розумової працездатності школярів / Т. Круцевич, Н. Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. - 2014. - № 2. - С. 73-76
6. Шиян О. І. Освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя молоді : монографія / О. І. Шиян. – Л., 2010. – 296 с.
7. Цюкало Л. Зміна показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості школярів в процесі занять з фізичного виховання у позаурочний час / Людмила Цюкало // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова – 2015 - № 6. – С. 80-83.
8. American time use survey — 2014 Results // For release 10:00 a.m. (EDT) Wednesday, June 24, 2015 - 25 p.
9. Błoński K. Czas wolny mieszkańców dużych miast w Polsce—wyniki badań / Krzysztof Błoński // Konsumpcja i Rozwój – 2014- №1(6). – S. 39-48.
10. Dobbins Maureen. School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18 / Maureen Dobbins // Cochrane Database Syst Rev 2.2 (2013).
11. Ericsson Ingegerd. Motor skills and school performance in children with daily physical education in school—a 9-year intervention study / Ingegerd Ericsson and Martin K. Karlsson // Scandinavian journal of medicine & science in sports 24.2 (2014): 273-278.
12. Liukkonen Jarmo. Results from Finland's 2014 report card on physical activity for children and youth / Jarmo Liukkonen // Journal of Physical Activity and Health 11.s1 (2014): S51-S57.
13. Marks Jennifer. Changing from primary to secondary school highlights opportunities for school environment interventions aiming to increase physical activity and reduce sedentary behaviour: a longitudinal cohort study / Jennifer Marks // International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 12.1 (2015): 59.
14. Physical activity statistics. *British Heart Foundation Centre on Population Approaches for Non-Communicable Disease Prevention. Nuffield Department of Population Health, University of Oxford*, 2015 – 126 p.

Матвійчук Т. Ф., Соловйов В. Ф., Окопний А. М.

Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів

ПРИНЦИПИ ФОРМУВАННЯ І РОЗВИТКУ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

Анотація. Ефективність становлення і розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів на етапі навчання у ВНЗ забезпечується професійно-педагогічною спрямованістю, соціокультурною детермінованістю освітньої діяльності, безперервністю і наступністю педагогічної освіти, єдністю індивідуалізації та диференціації підготовки вчителя тощо. Важливими в організації загальнопедагогічної підготовки вчителя вважають принципи: цілісності, науковості, зв'язку теорії і практики, систематичності та послідовності, єдності навчання і виховання. Узагальнення досвіду її практичної організації стосовно вчителя виявило такі специфічні принципи: професійно-педагогічної спрямованості; інтегративності; індивідуалізації та диференціації; єдності загального, особливого та індивідуального.

В статті визначено основні принципи формування і розвитку педагогічної майстерності майбутніх учителів: цілісності педагогічного процесу; індивідуалізації та диференціації; професійно-педагогічної спрямованості; єдності