

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).104
УДК 378.016:796

Царук В.
ст. викладач кафедри спортивних дисциплін і туризму,
«Університет Григорія Сковороди в Переяславі», м.Переяслав

ГОТОВНІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ШКОЛЯРІВ

У роботі представлені дані про готовність майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності та до формування здоров'язбережувальної компетентності школярів. Розкривається рівень їх теоретичної та практичної підготовки, ставлення до власного здоров'я та здоров'я молодших школярів. Встановлено, що фізична готовність визначається відповідністю стану здоров'я й фізичного розвитку вимогам педагогічної діяльності. Для вчителя фізичної культури рівень фізичної підготовленості є одним із важливих факторів педагогічної майстерності. Підтверджено, що в майбутніх учителів фізичної культури спостерігається тісний взаємозв'язок між фізичною підготовленістю і володінням руховими вміннями і навичками. За допомогою фізичних вправ учитель передає знання, навчає рухових дій учнів.

Ключові слова: готовність до професійної діяльності, майбутні вчителі фізичної культури, професійна діяльність, здоров'язбережувальна компетентність, школярі.

Викторія Царук. Готовность будущего учителя физической культуры к формированию здоровьесберегательной компетентности школьников. В работе представлены данные о готовности будущих учителей физической культуры к профессиональной деятельности и к воспитанию здорового образа жизни младших школьников. Раскрывается уровень их теоретической и практической подготовки, отношения к собственному здоровью и здоровью младших школьников. Установлено, что физическая готовность определяется соответствием состояния здоровья и физического развития требованиям педагогической деятельности. Для учителя физической культуры уровень физической подготовленности является одним из важных факторов педагогического мастерства. Подтверждено, что в будущих учителей физической культуры наблюдается тесная взаимосвязь между физической подготовленностью и владением двигательными умениями и навыками. С помощью физических упражнений учитель передает знания, учит двигательных действий учащихся.

Ключевые слова: готовность к профессиональной деятельности, будущие учителя физической культуры, профессиональная деятельность, здоровый образ жизни, школьники.

Tsaruk Victoria. The readiness of the future physical education teacher to form the health savings competence of schoolchildren. The paper presents data on the readiness of future teachers of physical culture for professional activity and the upbringing of healthy lifestyles for junior pupils. The level of their theoretical and practical training, the attitude towards their own health and health of junior pupils is revealed. It is established that physical readiness is determined by the correspondence of the state of health and physical development to the requirements of pedagogical activity. For the teacher of physical education, the level of physical fitness is one of the important factors of pedagogical skill. It is confirmed that in the future teachers of physical culture there is a close relationship between physical preparedness and possession of motor skills and skills. With the help of physical exercises the teacher transfers knowledge, teaches the student's motor activity. It is proved that during the period of studies at the higher educational establishment the most complete and active identification of different abilities and students' interests is carried out, the personality of the future specialist is formed.

According to the results of the survey of schoolchildren, physical education classes should, first of all, fulfill the function of formation and strengthening of health. Today, physical education is practically reduced to the provision of individual motor skills and physical qualities, while the postulate of harmonious development of the individual and the unity of the physical and spiritual is only declared. Absence in physical culture classes of health technologies aimed at all components of health, does not allow to fully involve students in creative activity, to formulate in them a valeological outlook and a conscious attitude to the preservation and strengthening of health. The paper presents data on the readiness of future teachers of physical education to the profession and the education of healthy lifestyles of younger scholars. The level of theoretical and practical training, and attitudes to their own health, and elementary school.

Key words: commitment to the profession, future teachers of physical education, professional activity, healthy lifestyle, younger students.

Постановка проблеми. Важливою особливістю фізичного виховання і фізичної культури є їх спрямованість на всебічне (тілесне, морально-психологічне, емоційноволевове, естетичне тощо) вдосконалення людини, що цілком відповідає уявленням, які склалися зі стародавніх часів й актуальні донині, про гармонійно розвинену особистість, що поєднує «духовне багатство, моральну чистоту й фізичну досконалість». Професія викладача, учителя фізичного виховання, тренера з певного виду спорту належить до професій, у яких людина, не маючи покликання до цієї діяльності, не може працювати творчо, продуктивно, стати майстром своєї справи (Ващенко, 2006).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема професійної підготовки вчителя інтенсивно досліджується сучасними вітчизняними науковцями (В. Андрущенко, О. Антонова, І. Бех, С. Вітвицька, Ю. Завалевський, В. Заслуженюк, С. Лісова, Н. Ничкало, Г. Пащенко, Н. Сейко, В. Семиченко, С. Сисоєва, В. Сластьонін, М. Сметанський та ін.). Удосконаленню

професійної підготовки вчителів фізичного виховання присвячені дослідження Я. Бельського, М. Віленського, О. Петуніна, Ф. Собяніна, А. Тер-Ованесяна, О. Шабаліної та інших. Проблеми змісту освіти галузі ФКІС досліджені у працях А. Барабанова, М. Віленського, Є. Каргаполова, В. Маслова, Ж. Холодова та інших [4].

Формулювання цілей статті. У межах статті передбачається з'ясувати основні проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури, розкрити особливості процесу підготовки студентів факультетів фізичного виховання до формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності під час майбутньої професійної діяльності. Проаналізувати стан дослідження даної проблеми у педагогічній теорії та практичній діяльності вищих педагогічних закладів України, визначити основні принципи, доцільні форми і методи підготовки майбутнього вчителя фізичної культури

Виклад основного матеріалу. Феномен «готовність» розуміється як особливий психічний стан особистості, наявність моделі щодо структури відповідної дії та спрямованості на її виконання. Професійну готовність ми розуміємо як цілеспрямоване вираження особистості, що обіймає настанову, погляди і переконання в необхідності формування здорового способу життя, систему відносин, мотивацію, емоційно-вольові та розумові якості, відповідну професійну компетентність і навички та вміння її практичного втілення в роботі з учнями [3].

Професійна готовність майбутніх фахівців до фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку розглядається як інтегративна професійно-особистісна характеристика майбутнього фахівця, яка відображає його мотивацію до виховання здорового способу життя та до самостійних занять фізичними вправами; ступінь засвоєння професійних теоретичних і методичних знань (щодо вікових анатомо-фізіологічних, психофізичних особливостей дітей дошкільного віку, рівня їх здоров'я та фізичної підготовленості); рівень володіння вміннями і навичками щодо впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій у роботі загальноосвітнього навчального закладу; рівень розвитку професійно значущих особистісних якостей; рівень стану здоров'я відповідно до вимог професійної діяльності [3].

Зміст практичної готовності вчителя виражається в зовнішніх (предметних) уміннях, тобто в діях, які можна спостерігати. До них належать організаторські й комунікативні уміння [2].

Специфіка педагогічної діяльності ставить перед учителем ряд вимог, які в педагогічній науці визначаються як професійно значимі особистісні якості. Останні характеризують інтелектуальну й емоційно-вольову сторону особистості, суттєво впливають на результат професійно-педагогічної діяльності і визначають індивідуальний стиль педагога [1; 2].

Професійна діяльність учителя фізичної культури досить широка, та багатогранна і характеризується мінливістю навколишніх умов.

Педагогічна компетентність учителя – це єдність його теоретичної і практичної готовності до здійснення педагогічної діяльності. Зміст психолого-педагогічних знань визначається навчальними програмами. Психолого-педагогічна підготовленість складається зі знань методологічних основ і категорій педагогіки; закономірностей соціалізації і розвитку особистості: суті, цілей і технологій навчання та виховання; законів вікового анатомо-фізіологічного і психічного розвитку дітей, підлітків, юнацтва. Вона є основою гуманістично-орієнтованого мислення педагога.

Психолого-педагогічні і спеціальні (з предмета) знання є необхідною, але не достатньою умовою професійної компетентності. Практичне розв'язання педагогічних завдань забезпечують уміння і навички, передумовою яких є теоретико-практичні і методичні знання.

Педагогічні вміння – це сукупність послідовно розгорнутих дій, що ґрунтуються на теоретичних знаннях. Частина цих дій може бути автоматизованою (навички).

Через педагогічні вміння розкривається структура професійної компетентності педагога. Зважаючи на те, що розв'язання будь-якого педагогічного завдання зводиться до тріади "мислити – діяти – мислити", що збігається з компонентами (функціями) педагогічної діяльності та відповідними їм уміннями, В.О. Сластьонін розподілив педагогічні вміння на чотири групи.

1. Уміння «переводити» зміст процесу виховання в конкретні педагогічні завдання: вивчення особистості і колективу для визначення рівня їх підготовленості до активного оволодіння новими знаннями і проектування на цій основі розвитку колективу й окремих учнів; виділення комплексу освітніх, виховних і розвивальних завдань, їх конкретизація і визначення завдання, що домінує.

2. Уміння побудувати і привести в дію логічно завершену педагогічну систему: комплексне планування освітньо-виховних завдань; обґрунтований відбір змісту освітнього процесу; оптимальний відбір форм, методів і засобів його організації.

3. Уміння виділяти і встановлювати взаємозв'язки між компонентами і факторами виховання, приводити їх у дію: створення необхідних умов (матеріальних, морально-психологічних, організаційних, гігієнічних та інших); активізація особистості школяра, розвиток його діяльності, яка перетворює його із об'єкта в суб'єкт виховання; організація і розвиток спільної діяльності; забезпечення зв'язку школи із середовищем, регулювання зовнішніх незапрограмованих впливів.

4. Уміння облікувати й оцінювати результати педагогічної діяльності: здійснювати самоаналіз і аналіз освітнього процесу і результатів діяльності вчителя; визначення нового комплексу стрижневих і другорядних педагогічних завдань.

Зміст теоретичної готовності вчителя виявляється в узагальненому вмінні педагогічно мислити, що передбачає наявність у педагога аналітичних, прогностичних, проєктивних, а також рефлексивних умінь.

Критерії сформованості професійної компетентності майбутнього вчителя початкових класів визначено як систему взаємозумовлених ознак, що відображають модель майбутнього фахівця і використовуються для оцінювання наявного рівня професійної компетентності студентів. Критерії співвіднесено з компонентами фахової компетентності та визначено у межах системного і компетентнісного підходів. До критеріїв професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури віднесено: ціннісно-орієнтаційний (характер професійної спрямованості особистості); когнітивний (рівень професійних знань); технологічний (рівень володіння уміннями та навичками, необхідними в майбутній професійній діяльності); особистісно-професійний (особливості сформованості професійно важливих якостей особистості майбутніх педагогів); оцінно-

результативний (здатність особистості до самоконтролю, самовдосконалення, самооцінки).

Рівень професійної компетентності майбутнього вчителя початкових класів тлумачиться як інтегральна характеристика поданої системи критеріїв і показників, що відповідає спроєктованому рівню досягнень студента в процесі професійної підготовки. Визначено три рівні сформованості професійної компетентності майбутнього вчителя початкових класів: високий, середній та низький.

Умови для формування готовності студентів до самостійної фізкультурної практики можуть бути створені в процесі проведення навчальних занять із фізичного виховання, але при цьому важливо, щоб вони відповідали необхідним критеріям [8].

Перша фаза професійного зростання майбутнього вчителя характеризується першою спробою увійти до педагогічного колективу під час проходження педагогічної практики. У цей момент у молодих спеціалістів з'являється можливість оцінити, наскільки реально збігаються їхні мрії та уявлення про обрану професію педагога. Дуже важливо, щоб майбутній учитель зміг прийняти новий для нього спосіб життя і зумів у нього вписатися.

Висновки. Структура професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури передбачає сукупність кількох компонентів: мотиваційно-ціннісного (цілі, цінності, інтерес, потреби, мотиви, спрямованість майбутнього педагога); змістового (знання – науково-теоретичні, науково-методичні, психолого-педагогічні, спеціальні, технологічні, управлінські; набутий у процесі навчання професійний досвід); операційно-діяльносного (вміння – гностичні, проєктувальні, конструктивні, комунікативні, організаторські); особистісного (професійно значущі особистісні якості – гуманність, відповідальність, комунікабельність, справедливість, емпатійність, доброзичливість, ерудованість, креативність тощо) та рефлексивного (самооцінка, самоконтроль, самовдосконалення майбутнього вчителя).

Література

1. Бабич В.І. Стан професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів / В.І. Бабич // Проблеми освіти: наук.-метод. зб./ Міністерство освіти і науки України, Інститут інноваційних технологій і змісту освіти. - 2006. - Вип. 48. – С. 213-217.
2. Гвоздів С.П. Інтерактивні методи у підготовці майбутнього вчителя до викладання основ здорового способу життя та безпечної поведінки / С.П. Гвоздів // Проблеми освіти: наук.-метод. зб./ Міністерство освіти і науки України, Інститут інноваційних технологій і змісту освіти. - 2006. - Вип. 49. – С. 90-94.
3. Данилко М.Т. Характеристика професійної діяльності вчителів фізичної культури // Формування готовності до професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури: [монографія] / Микола Тихонович Данилко. - Луцьк, 2003. - С. 26-32.
4. Долинський Б.Т. Підготовка студентів до формування здорового способу життя у молодших школярів засобами спортивно-ігрової діяльності / Б.Т. Долинський // Проблеми освіти: наук.-метод. зб./ Міністерство освіти і науки України, Інститут інноваційних технологій і змісту освіти. - 2006. - Вип. 49. – С. 136-141.
5. Коваленко Ю.О. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання дітей дошкільного віку у вищих навчальних закладах: автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04 – «Теорія і методика професійної освіти» / Ю.О. Коваленко. - Запоріжжя, 2008.- 20 с.
6. Лесик В.В. Формування здорового способу життя в загальноосвітніх навчальних закладах засобами освіти і виховання / В.В. Лесик // Проблеми освіти: наук.-метод. зб./ Міністерство освіти і науки України, Інститут інноваційних технологій і змісту освіти. - 2006. - Вип. 49. – С. 198-202.
7. Лукашук-Федик С.В. Здоровий спосіб життя як пріоритетний напрямок формування репродуктивної культури особистості / С.В. Лукашук-Федик // Проблеми освіти: наук.-метод. зб./ Міністерство освіти і науки України, Інститут інноваційних технологій і змісту освіти. - 2006. - Вип. 48. – С. 161-167.
8. Скороварова Т. Культурно-моральний аспект залучення студентів до самостійних занять з фізичної культури і спорту / Тетяна Скороварова // Молодь, освіта, наука, культура і національна свідомість: зб. матер. VII Всеукр. наук.-практ. конференції, 15-16 квіт. 2004 р.: у 7т. / Мін-во освіти і науки України [та ін.]; ред. кол. Андрущенко В.П. [та ін.]. - К., 2004.- Т.1.- С.317-320.

References

1. Babych V.I., (2006). Stan profesiinoi pidhotovky maibutnix uchyteliv fizychnoho vykhovannia do formuvannia kultury zdorovia shkolariv - Vyp. 48. – S. 213-217.
2. Hvozdi S.P., (2006). Interaktyvni metody u pidhotovtsi maibutnoho vchytelia do vykladannia osnov zdorovoho sposobu zhyttia ta bezpechnoi povedinky Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy, Instytut innovatsiinykh tekhnolohii i zmistu osvity. - Vyp. 49. – S. 90-94.
3. Danylko M.T., (2003). Kharakterystyka profesiinoi diialnosti vchyteliv fizychnoi kultury // Formuvannia hotovnosti do profesiinoi diialnosti maibutnix uchyteliv fizychnoi kultury: [monohrafiia] - Lutsk, 2003. - S. 26-32.
4. Dolynskiy B.T., (2006). Pidhotovka studentiv do formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia u molodshykh shkolariv zasobamy sportyvno-ihrovoi diialnosti // Problemy osvity: nauk.-metod. zb./ Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy, Instytut innovatsiinykh tekhnolohii i zmistu osvity. Vyp. 49. – S. 136-141.
5. Kovalenko Yu.O., (2008). Profesiina pidhotovka maibutnix fakhivtsiv fizychnoho vykhovannia ditei doshkilnoho viku u vishchyykh navchalnykh zakladakh: avtoref. dys. kand. ped. nauk : spets. 13.00.04 – «Teoriia i metodyka profesiinoi osvity». - Zaporizhzhia, 20 s.
6. Lesyk V.V.(2006). Formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia v zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladakh zasobamy osvity i vykhovannia // Problemy osvity: nauk.-metod. zb./ Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy, Instytut innovatsiinykh tekhnolohii i zmistu osvity. - Vyp. 49. – S. 198-202.
7. Lukashchuk-Fedyk S.V., (2006). Zdorovy sposib zhyttia yak priorytetnyi napriamok formuvannia reproduktyvnoi kultury

// Problemy osvity: nauk.-metod. zb./ Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy, Instytut innovatsiinykh tekhnolohii i zmistu osvity. - Vyp. 48. – S. 161-167.

8. Skorovarova T.,(2004). Kulturno-moralnyi aspekt zaluchennia studentiv do samostiinykh zaniat z fizychnoi kultury i sportu // Molod, osvita, nauka, kultura i natsionalna svidomist: zb. mater. VII Vseukr. nauk.-prakt. konferentsii, 15-16 kvit. 2004 r.: u 7t. / Min-vo osvity i nauky Ukrainy [ta in.]; red. kol. Andrushchenko V.P. [ta in.]. - K., 2004. - T.1.- S.317-320.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).105
УДК: 792.82-057.875

Чупрун Н.,
доцент кафедри спортивних дисциплін і туризму
Кравченко Т.
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту
«Університет Григорія Сковороди в Переяславі», Переяслав, Україна

КОРЕКЦІЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ТА ФІЗИЧНОГО СТАНІВ У СТУДЕНТОК ЗАСОБАМИ ХОРЕОГРАФІЇ

Встановлено, що збільшення психоемоційної напруги студентів пов'язане з підвищенням розумового навантаження. Перспективним кроком у вирішенні даної проблеми є використання у процесі фізичного виховання студенток популярних видів рухової активності. Завдання роботи – обґрунтувати особливості організації занять з хореографії зі студентками з метою корекції їх психофізичного стану. Проаналізовано чинники адаптації студентів до нових умов життя. Установлено, що тонус і працездатність головного мозку оптимізуються коли скорочення і напруга різних м'язових груп ритмічно чергуються з розтягуванням і розслабленням. Такий режим рухів спостерігається під час виконання вправ різних видів хореографії. Визначено основні принципи побудови занять з хореографії зі студентками з метою корекції їх психоемоційного та фізичного станів.

Ключові слова: хореографія, студент, психоемоційний стан, фізичний стан.

Наталія Чупрун, Тат'яна Кравченко. Коррекция психоэмоционального и физического состояния студенток средствами хореографии. Установлено, что увеличение психоэмоционального напряжения студенток связано с повышением умственной нагрузки. Перспективным шагом в решении данной проблемы является использование в процессе физического воспитания студенток популярных видов двигательной активности. Задача работы - обосновать особенности организации занятий по хореографии со студентками с целью коррекции их психофизического состояния. Проанализированы факторы адаптации студенток к новым условиям жизни. Установлено, что тонус и работоспособность головного мозга оптимизируются когда сокращение и напряжение различных мышечных групп ритмически чередуются с растяжением и расслаблением. Такой режим движений наблюдается во время выполнения упражнений разных видов хореографии. Определены основные принципы построения занятий по хореографии со студентками с целью коррекции их психоэмоционального и физического состояний.

Ключевые слова: хореография, студент, психоэмоциональное состояние, физическое состояние.

Chuprun Natalia. Theoretical fundamentals of aerobics training with students for correction of their psychophysical condition. It is established that increase of psychoemotional stress of students is connected with increase of mental load. A promising step in solving this problem is the use of popular types of motor activity in the process of physical education of students. The task of the work is to substantiate the peculiarities of the organization of aerobic training classes with students in order to correct their psychophysical condition. The factors of adaptation of students to the new conditions of life are analyzed. It has been established that the tone and performance of the brain are optimized when the contraction and strain of different muscle groups rhythmically alternate with stretching and relaxation. Such a mode of movement is observed during the exercise of various types of aerobics. The basic principles of constructing aerobic training classes with students in order to correct their psychophysical state are determined.

Conclusions. Thus, our analysis of scientific and methodological literature shows that during training, and especially the examination session, students experience strong psycho-emotional stress, they have increased heart rate and blood pressure, often students suffer from insomnia, loss of appetite, many students have hand tremor. physical activity sharply decreases, the mode of day and food is partially broken. The analysis of the problem allows to define mental states as a relatively stable holistic structural organization of mental components, which plays the role of active interaction of the individual with the external environment, represented by a particular situation under certain conditions in a certain period of time.

Choreography classes have a positive effect on psycho-emotional and physical states - they help to strengthen health and relieve excessive psycho-emotional stress. The above allows us to conclude that there is a need to find ways to regulate the psychophysical condition of students by means of health choreography.

Key words: student, psychophysical condition.

Постановка проблеми. Найактуальнішою проблемою сучасного суспільства є здоров'я нації в цілому та підростаючого покоління зокрема. Особливо гостро ця проблема постає серед студентської молоді – найбільш критичної групи населення, в якій закладаються основи майбутнього здоров'я та процвітання нації. За останні роки спостерігається збільшення психоемоційної напруги студентів, яке пов'язане з підвищенням розумового навантаження в процесі навчально-пізнавальної діяльності. Психоемоційний стан студентів під час навчального року зазнає змін у відповідності до обсягу