

УДК 378.091.39:614:378.011.3-051

DOI: <https://doi.org/10.33989/2524-2474.2021.78.249827>

ОЛЕНА МОМОТ

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9187-1036>

(ПОЛТАВА)

Place of work: Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University

Country: Ukraine

Email: tmovsd@ukr.net

РОЗВИТОК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ У ВИХОВАННІ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ В УМОВАХ СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті розкрито здоров'язбережувальну активність у вихованні особистості майбутнього вчителя в умовах створення здоров'язбережувального середовища закладу вищої освіти як природовідповідну рухову діяльність майбутнього вчителя; вона забезпечує розвиток та вдосконалення здоров'язбережувальних процесів життєдіяльності, підтримки і зміцнення фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я майбутнього фахівця.

Охарактеризовано навчальну дисципліну «Спортивно-педагогічне вдосконалення», яка передбачає озброєння студентів комплексом знань, умінь і навичок, для розвитку здоров'язбережувальної активності та досвідом навчально-тренувальної роботи, що дозволить проводити заняття на високому професійному рівні з обраного виду спорту. Вивчення дисципліни є необхідною складовою підготовки майбутнього вчителя. Значною мірою реалізації пропонованої дисципліни сприяють практичні заняття, які мають за мету поглиблення знань, умінь і навичок студентів з окремих видів спорту шляхом застосування активних методів навчально-тренувального процесу.

Специфікою дисциплін є те, що методи предмета передбачають використання класичних методів, форм і засобів педагогіки вищої школи; відбувається накопичення знань про обраний вид спорту, необхідних для розвитку фізичних якостей, підвищення активності, самооцінки та корекції поведінки студентів.

***Ключові слова:** здоров'язбережувальна активність; виховання; спортивно-педагогічне вдосконалення; особистість майбутнього вчителя; заклад вищої освіти.*

Постановку проблеми у загальному вигляді. Рухова активність – невід'ємна складова здоров'язбережування людини, яку визначає й зумовлює сукупність рухової діяльності особистості в побуті, у процесі навчання й виховання, праці, під час дозвілля та відпочинку. На нашу думку, потреба в русі й активності особистості майбутнього вчителя в загально-біологічному плані є основою його життя та здоров'я.

Здоров'язбережувальна активність – природовідповідна рухова діяльність майбутнього вчителя; вона забезпечує розвиток та вдосконалення здоров'язбережувальних процесів життєдіяльності, підтримки і зміцнення фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я майбутнього фахівця.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питаннями виховання особистості в різні часи займалися Ю. Бойчук, В. Горащук, М. Гриньова, І. Зязюн, А. Кузьмінський, Т. Кучай, С. Максимюк, В. Мірошніченко, В. Омеляненко, В. Оржеховська, В. Радул, М. Савчин, Р. Сопівник, В. Ягупов та багато інших.

Мета статті: розкрити розвиток здоров'язбережувальної активності у вихованні особистості майбутнього вчителя в умовах створення здоров'язбережувального середовища закладу вищої освіти у рамках вивчення навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення».

Виклад основного матеріалу дослідження. Навчальна дисципліна «Спортивно-педагогічне вдосконалення» передбачає озброєння студентів комплексом знань, умінь і навичок, для розвитку здоров'язбережувальної активності та досвідом навчально-тренувальної роботи, що дозволить проводити заняття на високому професійному рівні з обраного виду спорту. Вивчення дисципліни

є необхідною складовою підготовки майбутнього вчителя. Значною мірою реалізації пропонованої дисципліни сприяють практичні заняття, які мають за мету поглиблення знань, умінь і навичок студентів з окремих видів спорту шляхом застосування активних методів навчально-тренувального процесу.

Педагогічно доцільний розподіл матеріалу з курсу спортивно-педагогічне вдосконалення пропонує С. Синиця (2008). Слід відмітити, що у вищих навчальних закладах України курс спортивно-педагогічне вдосконалення викладається окремо з різних видів спорту, головним чином, з тих, які входять до шкільної програми, зокрема гімнастики, легкої атлетики, плавання, спортивних ігор тощо (Сластіна, 2013).

З метою розширення навчальної програми з фізичної культури, а також змістовного викладання навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення» викладачами кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка було розроблено варіативні модулі «Міні-футбол» (автори: Є. Ю. Шаповал, С. М. Новік, О. В. Єрмакова) та «Пляжний волейбол» (автори: Ю. В. Зайцева, О. В. Ковалів) для загальноосвітніх навчальних закладів 5-9 класи, який складається зі змісту навчального матеріалу, очікуваних результатів навчально-пізнавальної діяльності учнів, орієнтовних навчальних нормативів та переліку обладнання, яке потрібне для вивчення цього модуля та має за мету зміцнення здоров'я підростаючого покоління, формування навичок здорового способу життя та позитивного ставлення до фізичної культури та спорту; сприяння формуванню важливих морально-вольових та психофізичних якостей; формування рухових умінь та навичок; прагнення до активної рухової діяльності та залучення учнів до самостійних занять фізичною культурою й занять у спортивних секціях та дитячо-юнацьких спортивних школах (варіативні модулі «Міні-футбол» та «Пляжний волейбол» мають гриф «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»).

Сьогодні міні-футбол є одним із найбільш популярних видів спорту серед молоді. Усе це робить міні-футбол соціально значущим і надзвичайно видовищним видом спорту. Міні-футбол активно сприяє розвитку фізичних якостей, розумових здібностей. Нами запропоновано навчально-методичний посібник «Варіативний модуль «Міні-футбол» (Шаповал та ін., 2018), який включає в себе короткий словник термінології з міні-футболу (футзалу), зразкові комплекси вправ для навчання основних технічних елементів з метою набуття майбутніми учителями необхідних здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок для підтримки високого рівня працездатності у процесі вивчення навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення».

Важливим етапом опанування навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення» – оволодіння студентами основних правил техніки безпеки на заняттях фізичною культурою. Наприклад, тема «Вимоги правил безпеки до місць здійснення навчально-тренувального процесу та проведення спортивних змагань» формує у студентів знання про вимоги правил техніки безпеки під час проведення занять із легкої атлетики, кросової та лижної підготовки, плавання, спортивних ігор (футбол, міні-футбол, волейбол, пляжний волейбол, баскетбол, гандбол), гімнастики, аеробіки.

Самостійна робота зазначеної дисципліни передбачає використання педагогічних ігор, розв'язання проблемних педагогічних ситуацій. Наприклад, зразки проблемних ситуацій (за В. Бардіною) та шляхи їхнього вирішення:

Ситуація № 1. Урок фізичної культури у 8 класі. З метою розвитку фізичних якостей школярів учитель використовує метод колового тренування. На одній із «станцій» передбачені вправи з набивними м'ячами.

Першою на цій «станції» займалася група хлопців. Через кілька хвилин за командою вчителя до м'ячів підійшла група дівчат.

На одному з м'ячів крейдою було написано спотворене прізвище учениці Н. Дівчинка вирішила не витирати напис, повідомила про нього вчителя і відмовилася виконувати завдання з м'ячами.

Ваші дії:

- а) спробуйте з'ясувати, хто написав;
- б) змусите дівчинку виконувати вправу, незважаючи на її образу;
- в) попросите чергового зітерти написане;
- г) самі зітрете написане й продовжите урок;

д) замініте м'яч іншим;

е) доброзичливо попросите дівчинку виконувати вправу, не звертаючи уваги на написане;

є) застосуєте інші способи (укажіть, які саме).

Ситуація № 2. Один із найважливіших елементів гри в баскетбол – кидок м'яча в кошик. Завдання уроку фізичної культури передбачає вивчення цієї вправи. Після пояснення основних елементів техніки кидка вчитель стає на відведену позначку, намагаючись продемонструвати вправу.

Перша спроба невдала. Педагог просить подати м'яч і виконує вправу вдруге. Проте кидок теж без результативний. Не досягнуто мети і за третьої спроби.

Ваші дії:

а) після невдалих спроб зауважте, що часу обмаль, і залучите дітей до практичного виконання вправи;

б) поясните школярам, що тривалий час не виконували цю вправу, адже попередній навчальний матеріал в основному включав розділ «Гімнастика», тому втратилися м'язові відчуття. Після цього залучите дітей до практичного вивчення техніки кидка;

в) вкажете на особисті помилки в техніці кидка, після чого продовжити спроби влучити м'ячем у кошик;

г) жартівливо зауважте, що виконували вправу так, як не належить виконувати. А продемонструвати кидок запросите учня, який займається баскетболом у дитячо-юнацькій спортивній школі;

д) посилаючись на біль, самопочуття або травму, не будете продовжувати спроби й попросите виконати цю вправу підготовленого школяра, коментуючи його дії;

е) застосуєте інші способи (укажіть, які саме).

Практичні заняття – (грец. *prakticos* – діяльний) – форма навчального заняття, яка забезпечує якісну і всебічну підготовку, включає особисту підготовку викладача, вибір місця заняття, підготовку студентів, підготовку матеріально-технічної бази (Ягупов, 2002, с. 340). Вони складають основу під час вивчення дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення».

Курс «Спортивно-педагогічне вдосконалення» включає такі теми:

Змістовий модуль 1. Класифікація видів подій і причин порушень правил безпеки на заняттях фізичною культурою і спортом.

Тема 1. Загальні питання обраного виду спорту.

Тема 2. Техніка безпеки на заняттях з обраного виду спорту. Опрацювання фахової методичної літератури за темами.

Тема 3. Види подій та головні причини травм, нещасних випадків і ушкоджень на заняттях фізичною культурою і спортом.

Тема 4. Вимоги правил безпеки до місць здійснення навчально-тренувального процесу та проведення спортивних змагань.

Змістовий модуль 2. Проведення туристичних походів із учнівською і студентською молоддю.

Тема 1. Правила проведення туристичних походів із учнівською і студентською молоддю.

Тема 2. Вимоги до учасників, складу груп і керівників туристичних походів. Обов'язки і права керівника та заступника керівника туристичного походу.

Змістовий модуль 3. Обраний вид спорту

Тема 1. Вимоги до спортивної підготовки студентів.

Тема 2. Загальна та спеціальна фізична підготовка.

Специфікою дисципліни є те, що методи предмета передбачають використання класичних методів, форм і засобів педагогіки вищої школи; відбувається накопичення знань про обраний вид спорту, необхідних для розвитку фізичних якостей, підвищення активності, самооцінки та корекції поведінки студентів.

Самостійна робота студентів з дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення» – невід'ємна частина навчального процесу. До методів самостійної роботи студента відносимо систематичне читання і конспектування літератури із забезпечення обраного виду спорту; підготовку до практичних занять; складання конспектів заняття; написання та захист рефератів. Перевірку теоретичних знань з обраного виду спорту здійснюємо за допомогою «Збірника тестових завдань зі спортивних дисциплін» (авторське свідоцтво на твір № 60990 від 3. 08. 2015 р.

Практичний курс (144 години) дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення» має таку структуру (обраний вид спорту – легка атлетика) Приклади практичних завдань:

Тема. Види подій, що призвели до нещасного випадку не виробничого характеру.

Завдання:

Розкрити класифікацію видів подій, що призвели до нещасного випадку на заняттях фізичною культурою і спортом.

Тема. Причини нещасного випадку чи травми. Місце подій.

Завдання:

1. Охарактеризувати причини подій, що призвели до нещасного випадку чи травми.
2. Визначити місця подій, що призвели до нещасного випадку чи травми.

Тема. Незадовільний стан місць занять і невідповідність умов їх проведення. Недостатня організація навчально-тренувальних занять і спортивних змагань. Неправильна методика проведення навчальних занять, тренувань і змагань.

Завдання:

1. Охарактеризувати незадовільний стан місць занять і невідповідність умов їх проведення. Розкрити характер організації навчально-тренувальних занять та змагань.

Розкрити й охарактеризувати помилки в методиці проведення навчальних занять, тренувань і змагань.

Тема. Права та обов'язки посадових осіб під час здійснення навчально-тренувального процесу і проведення спортивних змагань.

Завдання:

Розкрити та охарактеризувати права та обов'язки посадових осіб під час здійснення навчально-тренувального процесу і проведення спортивних змагань.

Тема. Правила проведення туристичних походів, подорожей.

Завдання:

Розкрити основні правила проведення туристичних походів, подорожей

Тема. Техніка безпеки на заняттях з легкої атлетики.

Завдання:

Ознайомити з технікою безпеки на заняттях з легкої атлетики.

Тема. Характеристика та класифікація загальнорозвивальних вправ. Основні форми вправ.

Завдання:

1. Навчити комплексу загальнорозвивальних вправ в русі та на місці.
2. Розвивати спритність.

Тема. Техніка виконання та методика навчання основних спеціально-бігових вправ.

Завдання:

1. Навчити комплексу загальнорозвивальних вправ у русі та на місці.
2. Навчити техніці виконання спеціально-бігових вправ легкоатлета.
3. Розвивати швидкість.

Тема. Особливості техніки бігу кожного студента. Здача контрольних нормативів.

Завдання:

1. Закріпити техніку виконання спеціально-бігових вправ.
2. Здати контрольні нормативи.

Тема. Основи техніки спортивної ходьби.

Завдання:

1. Створити уяву про техніку виконання спортивної ходьби.

Тема. Техніка рухів ніг і тазу в спортивній ходьбі.

Завдання:

1. Навчити правильній техніці поєднання рухів ніг з тазом.

Тема. Техніка рухів рук і плечового суглобу в спортивній ходьбі.

Завдання:

1. Навчити техніці руху рук і плечей при спортивній ходьбі

Тема: Техніка спортивної ходьби в цілому. Закріплення набутих навичок. Здача контрольних нормативів

Завдання:

1. Навчити техніці спортивної ходьби в цілому

Тема. Біг по прямій і по повороту.

Завдання:

1. Ознайомити з технікою бігу на короткі дистанції.
2. Навчити техніці бігу по прямій і по повороту.

Тема. Низький старт і стартовий розгін.

Завдання:

1. Навчити техніці низького старту і стартового розгону по прямій та по повороту.
2. Повторити техніку бігу по прямій і по повороту.
3. Сприяти розвитку швидкості.

Тема. Біг на дистанції. Техніка бігу на короткі дистанції в цілому.

Завдання:

1. Ознайомити з технікою виконання стартового розбігу з переходом до бігу на дистанції.
2. Навчити техніці переходу від стартового розбігу до бігу на дистанції.
3. Повторити техніку низького старту і стартового розгону.

Тема. Фінішування. Здача контрольних нормативів.

Завдання:

1. Ознайомити з технікою виконання фінішного прискорення.
2. Навчити техніці фінішування.
3. Повторити техніку бігу на дистанції.
4. Оволодіти технікою бігу на короткі дистанції в цілому.
5. Здати контрольні нормативи.

Тема. Основи техніки бігу на витривалість

Завдання:

1. Навчити техніці бігу на середні та довгі дистанції.
2. Закріпити техніку виконання спеціально-бігових вправ.
3. Закріпити комплекс загальнорозвивальних вправ у русі та на місці в парах.

Тема. Техніка бігу по прямій

Завдання:

1. Навчити техніці бігу по прямій з рівномірною і перемінною швидкістю.
2. Закріпити техніку виконання спеціально-бігових вправ.
3. Закріпити комплекс загальнорозвиваючих вправ у русі та на місці в парах.

Тема. Техніка бігу по повороту

Завдання:

1. Навчити техніці бігу по повороту.
2. Закріпити техніку виконання спеціально-бігових вправ.
3. Розвивати витривалість.

Тема. Техніка високого старту і стартового розгону

Завдання:

1. Навчити техніці високого старту.
2. Закріпити техніку виконання спеціально-бігових вправ.
3. Розвивати витривалість.

Тема. Техніка переходу від стартового розбігу до бігу на дистанції.

Завдання:

1. Ознайомити з технікою виконання стартового розбігу з переходом до бігу на дистанції.
2. Навчити техніці переходу від стартового розбігу до бігу на дистанції.
3. Повторити техніку високого старту і стартового розгону.

Тема. Техніка фінішування.

Завдання:

1. Ознайомити з технікою виконання фінішного прискорення.
2. Навчити техніці фінішування.
3. Повторити техніку бігу по дистанції.

Тема. Закріпити набуті навички. Здача контрольних нормативів.

Завдання:

1. Закріпити техніку бігу на середні й довгі дистанції.
2. Закріпити техніку виконання спеціально-бігових вправ.

3. Розвивати витривалість.

Тема. Естафетний біг. Способи передачі естафетної палички.

Завдання:

1. Ознайомити з технікою естафетного бігу.
2. Навчити техніці передачі естафетної палички на місці та в русі.
3. Навчити техніці передачі естафетної палички при повільному бігу.
4. Повторити техніку бігу з низького старту та стартового розбігу.

Тема. Зона передачі естафети. Біг на дистанції. Закріплення набутих навичок. Здача контрольних нормативів.

Завдання:

1. Навчити техніки старту бігуна, що приймає естафету.
2. Навчити техніці передачі естафетної палички на максимальній швидкості.
4. Сприяти розвитку спритності.
5. Закріпити набуті навички.
6. Здати контрольні нормативи.

Тема. Техніка стрибка в довжину способом «зігнувши ноги», «прогнувшись».

Завдання:

1. Створити уяву про техніку виконання стрибка в довжину способом «зігнувши ноги».
2. Ознайомити з підготовчими вправами для оволодіння технікою стрибка у довжину

Тема. Техніка відштовхування в поєднанні з «вильотом в кроці».

Завдання:

1. Навчити техніці відштовхування.
2. Навчити техніці відштовхування в поєднанні з «вильотом в кроці».
3. Сприяти розвитку швидкісно-силових якостей.

Тема. Техніка розбігу з відштовхуванням.

Завдання:

1. Навчити поєднанню розбігу з відштовхуванням.
2. Повторити техніку відштовхування в поєднанні з «вильотом в кроці».
3. Сприяти розвитку швидкісно-силових якостей.

Тема. Техніка польоту для способів «зігнувши ноги», «прогнувшись».

Завдання:

1. Навчити рухам у польоті способом «зігнувши ноги», «прогнувшись».
2. Повторити техніку розбігу в поєднанні з відштовхуванням.
3. Сприяти розвитку швидкісно-силових якостей.

Тема. Техніка приземлення.

Завдання:

1. Навчити техніці приземлення.
2. Повторити техніку стрибка з короткого та середнього розбігу.
3. Сприяти розвитку швидкісно-силових якостей.

Тем. Довжина та ритм розбігу.

Завдання:

1. Навчити техніці стрибка в довжину з повного розбігу.
2. Повторити техніку приземлення.
3. Сприяти розвитку швидкісно-силових якостей.

Тема. Техніка стрибків у довжину в цілому. Здача контрольних нормативів.

Завдання:

1. Закріпити техніку стрибка у довжину.
2. Сприяти розвитку швидкісно-силових якостей.
3. Здати контрольні нормативи.

Тема. Основи техніки метання малого м'яча.

Завдання:

1. Створити уяву про метання в легкій атлетичі.
2. Ознайомити з технікою метання малого м'яча.

Тема. Техніка тримання та викидання снаряду.

Завдання:

1. Навчити триманню й викиданню снаряду.
2. Повторити техніку бігу на короткі дистанції.
3. Сприяти розвитку сили.

Методи навчання: пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, практичний, проблемного виконання.

Методи контролю: поточний – проведення підготовчої частини заняття, усне опитування; модульний – здача нормативів, тестування; підсумковий – залік.

Висновки з даного дослідження. Отже, здоров'язбережувальна активність особистості майбутнього вчителя закладу вищої освіти – це, як правило, лише частина загального плану зміцнення фізичного здоров'я. Зважаючи на значні індивідуальні розбіжності в здатності виконувати фізичне навантаження навіть між особистостями майбутніх учителів одного віку й однакової статури у процесі викладання навчальної дисципліни необхідно враховувати анатомо-фізіологічні особливості кожної особи, її індивідуальні потреби та інтереси.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку полягають у подальшому вивченні питання розвитку здоров'язбережувальної активності у вихованні особистості майбутнього вчителя в умовах створення здоров'язбережувального середовища закладу вищої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

- Варіативний модуль «Міні-футбол» / Є. Ю. Шаповал та ін. Полтава : Шевченко Р. В., 2018. 71 с.
- Момот О. О. Теорія і практика виховання майбутнього вчителя в умовах створення здоров'язбережувального середовища вищого навчального закладу : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07. Київ, 2019. 552 с.
- Момот О. О., Шаповал Є. Ю. Здоров'язбережувальна активність особистості майбутнього вчителя вищого навчального закладу. *International Trends in Science and Technology : Proceedings of the International Scientific Conference, (Warsawa, October 17, 2017)*. Warsawa : RSGlobalS. zO.O., 2017. Vol. 3. С. 79–84.
- Синиця С. В. Спортивно-педагогічне вдосконалення (оздоровча аеробіка). Полтава, 2008. 64 с.
- Сластіна О. О. Спортивно-педагогічне вдосконалення в системі підготовки майбутніх учителів фізичного виховання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. № 5 С. 68–72.
- Ягупов В. В. Педагогіка. Київ : Либідь, 2002. 560 с.

REFERENCES

- Momot, O. O. (2019). *Teoriia i praktyka vykhovannia maibutnoho vchytelia v umovakh stvorennia zdorov'iazberzhuvального seredovyscha vyshchoho navchalnoho zakladu [Development of libraries relations with the public in the sociocultural spase of the region]*. (D. diss.). Kyiv [in Ukrainian].
- Momot, O. O., & Shapoval, Ye. Yu. (2017). Zdorov'iazberzhuvalna aktyvnist osobystosti maibutnoho vchytelia vyshchoho navchalnoho zakladu [Activity for health of future teacher personality of high school]. In *International Trends in Science and Technology : Proceedings of the International Scientific Conference* (Vol. 3, pp. 79-84). Warsawa: RSGlobalS [in Ukrainian].
- Shapoval, Ye. Yu., Novik, S. M., Momot, O. O., & Yermakova, O. V. (2018). *Variatyvnyi modul «Mini-futbol» [Variable module «Mini-football»]*. Poltava: Shevchenko R. V. [in Ukrainian].
- Slastina, O. O. (2013). Sportyvno-pedahohichne vdoskonalennia v systemi pidhotovky maibutnikh uchyteliv fizychnoho vykhovannia [Sports and pedagogical improvement in the system of training future teachers of physical education]. *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 5, 68-72 [in Ukrainian].
- Synytsia, S. V. (2008). *Sportyvno-pedahohichne vdoskonalennia (ozdorovcha aerobika) [Sports and pedagogical improvement (health aerobics)]*. Poltava [in Ukrainian].
- Yahupov, V. V. (2002). *Pedahohika [Pedagogy]*. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].

OLENA MOMOT

DEVELOPMENT ACTIVITY FOR HEALTH IN EDUCATION OF FUTURE TEACHER PERSONALITY IN THE HEALTHY ENVIRONMENT OF HIGH SCHOOL

The article reveals the activity for health in education of future teacher personality in the healthy environment of high school as a nature-appropriate motor activity of the future teacher; it provides development and improvement of health processes of vital activity, support and strengthening of physical, mental, social and spiritual health of the future specialist.

The discipline «Sports and pedagogical improvement» is described, which provides students with a set of knowledge, skills and abilities for the development of activity for health and experience of educational and training work, which will allow to conduct classes at a high professional level in the chosen sport. Studying the discipline is a necessary component of future teacher training. To a large extent, the implementation of the proposed discipline is facilitated by practical classes, which aim to deepen the knowledge, skills and abilities of students in certain sports through the use of active methods of educational and training process.

The specificity of the discipline is that the methods of the subject involve the use of classical methods, forms and means of higher school pedagogy; there is an accumulation of knowledge about the chosen sport, necessary for the development of physical qualities, increase activity, self-esteem and correction of student behavior.

Key words: *activity for health; education, sports and pedagogical improvement; personality of the future teacher; high school.*