

УДК 378.011.3-051:796]:373.5.015.31:613:304  
DOI: <https://doi.org/10.33989/2524-2474.2021.78.249849>

**ТАМАРА ДЕНИСОВЕЦЬ**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4927-6783>  
(Полтава)

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

*Country:* Ukraine

*E-mail:* denysovetsm@gmail.com

**ОЛЬГА КВАК**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3787-3433>  
(Полтава)

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

*Country:* Ukraine

*E-mail:* kvakolga30@gmail.com

## **ОРГАНІЗАЦІЯ ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

У статті проаналізовано та обґрунтовано, що здоров'я людини є найвагомішою соціальною цінністю і тісно пов'язане з фундаментальним правом особистості на фізичне, духовне, соціальне благополуччя в умовах максимальної тривалості активного життя. Здоров'я потрактовуємо як комплексно-цілісний, різновекторний динамічний стан, що проявляє поступ у процесі реалізації генетичного потенціалу в контексті конкретного соціального й екологічного середовища і дає змогу людині різною мірою зреалізувати її важливі біологічні й соціальні функції.

Визначено, здоровий спосіб життя майбутнього вчителя фізичної культури репрезентує систему сформованих теоретичних умінь і практичних навичок щоденної поведінки, функціональним спрямуванням якої є збереження і зміцнення власного здоров'я у різних його проявленнях (фізичне, психічне, моральне, духовно-соціальне, професійне), дотримання важливих провідних настанов щодо здійснення педагогічної діяльності, яка ґрунтується на організації освітнього процесу з урахуванням формування здоров'язберігальних умінь.

Ґрунтовно проаналізовано рівень розробленості питання стосовно підготовки учителів фізичної культури до формування здорового способу життя учнівської молоді в освітній царині. Детально розкрито сутність поняття «здоровий спосіб життя», охарактеризовано особливості його формування в школярів різних вікових категорій.

Визначено структуру готовності вчителя фізичної культури до організації й впровадження здоров'язбережувальної діяльності, провідними компонентами якої, на наш погляд, є: мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, оздоровчий, рефлексивний. Схарактеризовано основні рівні сформованості готовності вчителя фізичної культури до організації здоров'язбережувальної діяльності – високий, достатній, базовий, елементарний.

Встановлено, що готовність вчителя фізичної культури до організації здоров'язбережувальної діяльності є результатом комплексної підготовки до професійного виконання ролі педагога, організатора, модератора здоров'язбережувального, фізкультурно-оздоровчого, спортивно-масового процесу в закладі освіти. Вчитель повинен креативити здоров'язберігальну культуру та здоровий спосіб життя учнів і активно долучатися до створення здоров'язбережувального освітнього середовища.

**Ключові слова:** Здоров'я; здоровий спосіб життя; учні; вчитель фізичної культури; здоров'язбережувальне освітнє середовище; засоби фізичної культури.

**Постановка проблеми в загальному вигляді.** Однією з найнагальніших проблем сучасної української держави постає питання стосовно формування й популяризації здорового способу життя молоді, розв'язання якого загалом окреслює вектори поступу нашої країни й моделює умови

розвитку майбутнього суспільства, а генерування в учнів зацікавленості до уроків фізичної культури і спорту значно залежить від панівної психологічної атмосфери в освітньому середовищі та пріоритетності в ньому фізкультурно-оздоровчих заходів.

Наразі провідну роль щодо формування моделі здорового способу життя дитячого й молодого покоління покликана здійснювати насамперед освітньо-виховна система. Так, відповідно до державної програми «Освіта» (Україна XXI століття) та «Національної доктрини освіти України у XXI столітті» стратегічними дидактичними завданнями визначено такі: виховання високоосвіченої, креативної особистості, забезпечення всебічного розвитку людини, становлення її духовного, психічного та фізичного здоров'я. Це породжує необхідність розвитку системи знань про формування, збереження та зміцнення здоров'я в контексті їх як обов'язкового компонента національної освітньої сфери (*Про Національну стратегію, 2016*).

Окреслені завдання виразно демонструють своє актуальне значення в розрізі становлення нової української школи, що засвідчує низка розпорядчих документів, розроблених та оприлюднених Міністерством освіти і науки України. Це зумовлено вкрай негативною тенденцією, яка ілюструє стрімке погіршення функціонального стану здоров'я учнівської молоді.

Лева частка цієї проблеми пов'язана з відсутністю єдиного випрацьованого механізму взаємодіяльності педагогів та батьківського колективу, необізнаністю останніх у тонкощах такої критичної ситуації, несформованістю свідомого ставлення до збереження здоров'я школярів, незадовільним рівнем освіченості педагогів щодо дієвих методів і прийомів формування, зміцнення та підтримання здоров'я вихованців. Ці чинники, безперечно, засвідчують актуальність порушеної проблеми різнобічних аспектів формування здорового способу життя дітей шкільного віку засобами фізичної культури.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Визнаним та науково обґрунтованим констатуємо той факт, що задовільний функціональний стан організму особистості значною мірою пов'язаний з правильним способом життя. В означеному контексті дослідники психолого-педагогічної царини та вузькопрофільні спеціалісти досить продуктивно дискутують й аргументують свої погляди на тему визначення й доцільності ведення такого способу життя, який би максимально уможливилював підвищення рівня здоров'я як молоді, так і дорослого покоління.

У теоретичному й прикладному аспектах це питання в різні часи ґрунтовно вивчали у своїх працях О. Вакулєнко, В. Васильєв, Г. Голобородько, О. Дубогай, В. Зайцев, В. Касаткін та ін. Наразі цей важливий аспект життєдіяльності сучасної особистості опрацьовують вітчизняні й закордонні науковці, зокрема: Г. Апанасенко, В. Войтенко, І. Гундаров, В. Куліков, І. Муравов, В. Петленко, Л. Попова та інші дослідники.

Останні роки демонструють тенденцію до публікативної активності наукових досліджень, які безпосередньо стосуються аналізу низки проблем щодо здоров'я особистості в системі освіти (Р.І. Айзман, Г.Л. Апанасенко, Е.М. Вайнер, Г.К. Зайцев, Е.М. Казін, В.П. Казначеев, М.Г. Колесникова, В.В. Колбанов, Г.А. Кураєв та ін), це породжує предмет професійної зацікавленості серед фахівців, які представляють не лише суто медичну галузь, а й психологічну та педагогічну сферу й інші соціальні та поведінкові науки.

На різноманітних засобах спеціальної організації освітньо-виховного процесу на факультеті фізичного виховання, які сприяють розв'язанню аналізованої проблеми, акцентують Т. Глоба, Т. Круцевич, А. Піддубна та ін. Окремі аспекти розвитку здорового способу життя, які безпосередньо переплетені з фізичною культурою і спортом, визначають та аналізують у своїх працях М.М. Амосов, І.І. Брехман.

Водночас належний аналіз теоретичних джерел засвідчує недостатньо обґрунтовану організацію та зміст підготовки вчителів фізичної культури до формування здорового способу життя школярів засобами фізичної культури. Винятково важливого значення сьогодні набуває питання з'ясування ефективності засобів фізичної культури як надзвичайно потужних недостатньо використуваних у процесі формування здорового способу життя школярів.

**Мета роботи** – схарактеризувати основні напрями професійної діяльності вчителя фізичної культури щодо формування здорового способу життя школярів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Здоров'я людини як визнана й законодавчо закріплена найвища соціальна цінність і насамперед його якісне формування та подальше збереження сьогодні належать до категорії глобальних проблем, що реалізують стратегічно важливе

значення в розрізі людства загалом. Фахівці цієї галузі абсолютно переконані, що загострення наявних і перспективних протиріч у цьому розрізі потенційно продукуватиме катастрофічні наслідки для соціуму.

Здоровий спосіб життя вчителя фізичної культури передбачає сформованість навичок і вмінь повсякденної поведінки, що спрямовані на збереження і зміцнення власного здоров'я (фізичного, психічного, морального, духовного, соціального, професійного), дотримання ціннісних настанов щодо здоров'я і здійснення педагогічної діяльності та ґрунтуються на організації навчально-виховного процесу з урахуванням формування здоров'язберезувальних навичок і вмінь (Белова, 2011).

Статистичні дані, представлені Міністерством охорони здоров'я України, красномовно демонструють, що лише 14% дітей визнані практично здоровими, інші ж критичні показники засвідчують, що понад 50% мають різні функціональні відхилення, 35 – 40% дітей, яких обстежують перед зарахуванням до школи, страждають через різного роду тяжкості хронічні захворювання, а за роки навчання у шкільному закладі кількість хворих дітей зростає приблизно в 4 – 5 разів.

Звичайно, що провідна роль у цьому аспекті відводиться висококваліфікованим спеціалістам з фізичної культури, які володіють ґрунтовними й різнобічними теоретичними та прикладними знаннями про здоров'язберігальні технології, різноманітні дієві форми й засоби здійснення рухової активності, а також тим, що набули креативних умінь не просто залучати дітей до занять фізичною культурою, а й створювати їхнє оптимальне, повноцінне та здорове дозвілля.

Традиційні засоби фізичної культури уможливають формування в школярів насамперед стійкої зацікавленості до доступних видів фізичних вправ, розробляють педагогічно цілеспрямований вплив у навчальному закладі, родині, локації проживання, а також серед товаришів-однолітків.

Проте наразі підготовка спеціаліста за кваліфікацією вчитель фізичної культури у закладах вищої освіти, попри стандартизацію й модернізацію цього напрямку, все ще демонструє орієнтацію, здебільшого, на вирішення завдань, які сприяють розвитку власне фізичних якостей школярів. Паралельно з цим постає проблема недооцінювання важливості формування й популяризації здорового способу життя дітей та гостра потреба підготовки вчителя фізичної культури до здійснення такої діяльності. Це створює негативний відбиток на забезпеченні підготовки вчителів фізичної культури в комплексі, їхньої спрямованості на формування в учнів усвідомленого прагнення у фізичному вдосконаленні, вихованні у школярів навичок ведення здорового способу життя (Науменко, 2008).

Зважаючи на певні прогалини в комплексній розробленості окреслених проблемних питань у теоретико-практичному аспекті, констатуємо актуальність пропонованого дослідження, що полягає в необхідності визначення організаційно-педагогічних умов, які б забезпечували якісну й ґрунтовну підготовку вчителя фізичної культури для власне формування здорового способу життя школярів.

На основі теоретичного аналізу нами була створена модель підготовки учителів фізичної культури до формування і впровадження здорового способу життя у школярів. Вважаємо, що створену модель можна розглядати як практичний механізм підготовки учителів фізичної культури до впровадження здорового способу життя у ліцеї №6 «Лідер».

Нами розроблено та теоретично обґрунтована модель підготовки учителів фізичної культури до впровадження здоров'язберігального освітнього середовища у навчальному закладі з цільового, теоретико-методологічного, змістового, технологічного та результативного блоків.

У рамках дослідження розроблено концепцію здоров'ятворчого освітнього середовища (ЗОС):

1) методологія – здоров'ятворчий підхід до освіти, що підкреслює розвивальний та формувальний характер впливу освіти на здоров'я учасників навчального процесу;

2) інваріантна модель – здоров'ятворче освітнє середовище (ЗОС) розглядається як сукупність умов, що забезпечують здоров'ятворчий характер навчального процесу та безпеку учнів та педагогів; підвищення рівня культури здоров'я як компонента загальної культури учнів, педагогів, батьків та формування на її основі готовності до збереження та зміцнення свого здоров'я та здоров'я інших людей; оздоровлення учнів, ослаблених найбільш поширеними, зокрема соціально обумовленими хворобами дітей та підлітків;

3) технологія організації здоров'ятворчого освітнього середовища, що включає:

- створення у школі служби здоров'я чи іншої організаційної форми, що об'єднує фахівців різного профілю, здатної сприяти якісній зміні освітнього середовища школи;

- проектування шкільної програми здоров'я на основі проведення моніторингу здоров'я учнів;  
 - організацію мережевої взаємодії та соціального партнерства як ресурс конструювання здоров'ятворчого освітнього середовища (Науменко, 2008).

З метою створення необхідних умов ефективного та сталого розвитку освітньої системи, забезпечення міжвідомчої та міжсекторальної взаємодії в галузі вирішення проблеми здоров'я учнів, формування культури здорового та безпечного способу життя керівництвом Ліцея № 6 «Лідер» Полтавської міської ради та міським відділом освіти м. Полтави затверджено плани заходів щодо збереження та зміцнення здоров'я школярів здоров'ятворчого освітнього середовища.

План заходів передбачає організацію роботи із побудови здоров'ятворчого освітнього середовища школи; забезпечення медичного супроводу навчального процесу; створення у освітньому закладі умов, які забезпечують розвиток фізичної культури; вдосконалення харчування школярів; інформаційне забезпечення діяльності, спрямованої на зміцнення здоров'я учнів.

Модель підготовки учителів фізичної культури до впровадження здорового способу життя у Ліцеї № 6 «Лідер» складається з цільового, теоретико-методологічного, змістового, технологічного та результативного блоків. Соціальне замовлення спрямоване на ефективну підготовку учителів фізичної культури до впровадження здорового способу життя для учнів навчального закладу. Ми розглянули змістовне наповнення кожного з блоків. Цільовий блок моделі відображає необхідність реалізації основної мети: підготовки учителів фізичної культури до впровадження здорового способу життя для учнів школи.

Оптимізація навчального процесу у бік розширення знань, умінь і навичок ведення здорового способу життя потрібно починати з дитинства.

У початковій школі більше використовують рухливі ігри, які являють собою основу для розвитку рухової активності дітей. Елементи спортивних ігор (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол) – є ідеальним засобом для цього. Під час проведення таких занять є можливість максимально наблизити учня до формування знань про здоровий спосіб життя. До того ж непотрібно зациклюватись на проведенні звичайних уроків фізичної культури (Белова, 2011).

Бажано впроваджувати нові технології навчання. Серед яких – використання нестандартних (нетрадиційних) уроків. Сьогодні «нетрадиційна форма» це не просто відображення процесу пошуку нового різновиду найбільш ефективних передач школяру необхідної інформації. Вона містить в собі: спілкування, взаємодію, співпрацю (учень як співучасник колективної роботи).

Учитель фізичного виховання під час проведення уроку має можливість застосовувати всі його різновиди, які заохочують учня до навчання здоровому способу життя. Такі уроки стимулюють індивідуальне навчання, колективну творчість, міжособистісні контакти. Робота у даному напрямку може проводитись за різними напрямками та різними способами, що дозволяє виділити за формою проведення уроку такі групи нестандартного уроку, які активно можуть застосовуватися в процесі навчання здоровому способу життя серед школярів на уроці фізичної культури (Науменко, 2008).

Кожен учитель фізичної культури повинен постійно урізноманітнювати ігри та ігрові вправи, формувати нові сюжети, адже ігрові вправи і уроки – лише один зі шляхів піднесення ефективності всього процесу фізичного виховання для досягнення головної мети – до пропаганди здорового способу життя серед школярів.

Збереження та зміцнення здоров'я учнів засобами раціональної організації їх діяльності досягається завдяки систематичній роботі педагогічного колективу над питаннями підвищення ефективності навчального процесу, планомірно відбувається запровадження діяльнісного підходу у навчанні за допомогою розробки та впровадження технологічної карти уроків.

Сьогодення репрезентує стрімке зниження рівня здоров'я підростаючого покоління, тому раціонально постає необхідність акцентування в організаційній схемі уроку фізичної культури на розв'язанні завдань оздоровчо-профілактичного характеру, за умови непорушення освітнього складника в цьому процесі. Аналізовані чинники логічно засвідчують необхідність приділення значної уваги аспектам формування здорового способу життя школярів на уроках фізичної культури (Науменко, 2008).

#### **Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок.**

Отже, педагог галузі фізичної культури і спорту має володіти високою культурою здоров'я, прагненням до систематичного самовдосконалення в цій сфері, що виявляється в оволодінні традиційними й новітніми вміннями та навичками реалізації здорового способу життя для якісного виконання здоров'язберігальних функцій, набутті культурно-оздоровчого досвіду, зокрема

в розробленні й реалізації в процесі професійної діяльності програми щодо формування здорового способу життя школярів. Підготовка учителів фізичної культури до впровадження здорового способу життя у новій українській школі здійснювалася як єдина цілісна система, спрямована на ефективне навчання учнів, оволодіння ними професійно орієнтованими знаннями, уміннями та навичками щодо зміцнення та збереження здоров'я школярів.

В умовах реформування системи української шкільної освіти (нової української школи) провідною професійною вимогою до вчителя фізичного виховання є формування й реалізація необхідних знань, умінь і навичок для визначення елементів здорового способу життя і прикладне застосування їх у повсякденному житті школярів.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

- Белова Л. В. Подготовка будущих специалистов по физической культуре к осуществлению здоровьесберегающей педагогической деятельности : дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Ставрополь, 2011. 200 с.
- Науменко Ю. В. Здоровьеформирующая функция образовательного процесса в школе: монография. Волгоград, 2008. 368 с.
- Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» : Указ Президента України № 42/2016 від 09.02.2016 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829#Text>

#### REFERENCES

- Belova, L. V. (2011). *Podgotovka budushchikh spetsialistov po fizicheskoi kulture k osushchestvleniiu zdorovesberega-iushchei pedagogicheskoi deiatelnosti [Preparation of future singingists in physical culture for the implementation of health-preserving pedagogical activity]*. (Ph.D. diss.). Stavropol [in Russian].
- Naumenko, Iu. V. (2008). *Zdoroveformiruiushchaia funktsiia obrazovatel'nogo prottsessa v shkole: monografiia [Health-forming function of the educational process at school: monograph]*. Volgograd [in Russian].
- Pro Natsionalnu stratehiu z ozdorovchoi rukhovoї aktyvnosti v Ukraini na period do 2025 roku «Rukhova aktyvnist – zdorovyї sposib zhyttia – zdorova natsiia» [On the National Strategy for Physical Activity in Ukraine until 2025 Physical activity - a healthy lifestyle - a healthy nation]*. № 42/2016. (2016). Retrived from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829#Text> [in Ukrainian].

TAMARA DENYSOVETS,  
OLHA KVAK

#### TRAINING ORGANIZATION FOR PE TEACHERS TO FORM PUPILS' HEALTHY LIFESTYLE THROUGH PHYSICAL EDUCATION

The article analyzes and substantiates that human health is the most important social value and is closely related to the fundamental right of the individual to physical, spiritual, social well-being in terms of maximum length of active life. We interpret health as a complex, holistic, multi-vector dynamic state that shows progress in the process of realization of genetic potential in the context of a particular social and ecological environment and allows a person to realize its important biological and social functions to varying degrees.

Definitely, a healthy lifestyle of a future physical education teacher represents a system of formed theoretical skills and practical skills of daily behavior, the functional direction of which is to preserve and strengthen their own health in its various manifestations (physical, mental, moral, spiritual, social, professional), compliance important leading guidelines for the implementation of pedagogical activities, which is based on the organization of the educational process, taking into account the formation of health skills.

The level of elaboration of the issue concerning the preparation of physical education teachers for the formation of a healthy lifestyle of student youth in the field of education is thoroughly analyzed. The essence of the concept of "healthy lifestyle" is revealed in detail, the peculiarities of its formation in schoolchildren of different age categories are characterized.

The structure of readiness of the teacher of physical culture to the organization and introduction of health-preserving activity which leading components, in our opinion, are: motivational, cognitive, activity, improving, reflexive is defined. The basic levels of formation of readiness of the teacher of physical culture to the organization of health-preserving activity - high, sufficient, basic, elementary are characterized.

It is established that the readiness of a physical education teacher to organize health activities is the result of comprehensive preparation for the professional role of teacher, organizer, moderator of health, sports, sports and mass process in the institution, it is the ability to create health culture and healthy lifestyle of students and actively participate in creating a healthy educational environment of the educational institution.

**Key words:** health; healthy lifestyle; pupils; physical education teacher; healthy educational environment; means of physical culture.