

УДК 378.016:614]:37.091.214

DOI <https://doi.org/10.33989/2524-2474.2022.79.264546>

**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](mailto:tmovsd@ukr.net)

## **ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ «ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ»**

У статті розкрито зміст і структуру програми навчальної дисципліни «Технології формування культури здоров'я у фізичному вихованні», мета якої формувати осмислене та відповідальне ставлення до свого здоров'я і оточення через засвоєння знань про здоров'я та здоровий спосіб життя, навичок здоров'язбережувальної поведінки, як умови ефективної навчально-професійної діяльності і узагальненого показника професійної культури особистості майбутнього спеціаліста. Очікуваними результатами навчання з дисципліни є: відтворити основоположні поняття: «технології», «здоров'язбережувальні технології», «культура здоров'я», «здоровий спосіб життя», «мотивація», «олімпійські цінності», «здоров'язбережувальне середовище»; визначити зміст та класифікацію технологій збереження здоров'я у фізичному вихованні; класифікувати форми, методи і принципи використання технологій формування культури здоров'я у фізичному вихованні; запропонувати шляхи впровадження технологій формування культури здоров'я у практичну діяльність з урахуванням матеріально-технічного забезпечення занять фізичною культурою; використовувати технології збереження здоров'я у фізичному вихованні; передбачити основні напрями інноваційних перетворень у фізичному вихованні.

Проаналізовано наукові дослідження, які присвячені формуванню культури здоров'я молоді з метою підготовки висококваліфікованих фахівців, пошуку нових підходів до організації освітнього процесу, впровадження здоров'язбережувальних технологій, спрямованих на гуманізацію освіти постає нагальна потреба розширення змісту здоров'язбережувальних знань.

Розкрито авторське бачення поняття «технології» як складне динамічне явище, взаємодія учасників виховного процесу, комплекс засобів, форм, методів, їхня етапність, спрямоване на вирішення завдання виховання особистості майбутнього вчителя в умовах створення здоров'язбережувального середовища закладу вищої освіти.

**Ключові слова:** культура здоров'я; заклад вищої освіти; освітній процес; здоров'я; студент.

**Постановку проблеми у загальному вигляді.** Розвиток сучасного суспільства супроводжується зміною всіх сторін його життя, що вимушує по-новому, ширше поглянути на проблему здоров'я. Культури здоров'я – нагальна проблема сучасної психолого-педагогічної науки й практики, адже здоров'я – основа благополуччя та розквіту нації, джерело щасливого повноцінного життя. На думку фахівців, здоров'я людей, тривалість життя є показником соціально-економічного благополуччя країни. Країною повинні керувати люди натхненні, творчі, а для цього вони мають бути, насамперед, здоровими.

В умовах сучасного суспільства, якому притаманне техногенне навантаження на природу, глобальне погіршення стану довкілля, загострення суперечностей між результатами діяльності людини й законами природи, проблема збереження та зміцнення здоров'я підрастаючих поколінь особливо актуальна. У Конституції України, Законах України «Про загальну середню освіту», «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт, Регламенті проведення Міжнародного дня студентського спорту, Концепції формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді, Концепції вищої освіти України окреслено основні завдання поліпшення та зміцнення стану здоров'я людей різного віку, запровадження правових, економічних, управлінських механізмів, забезпечення конституційних прав громадян на охорону здоров'я; шляхи реалізації міжгалузевих стратегій, спрямованих на формування культури здоров'я та здорового способу життя.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Системний аналіз літератури переконує, що сьогодні триває новий етап у науковому дослідженні феномена здоров'я. Особливої актуальності набувають дослідження сучасних науковців: Н. Башавець, В. Бобрицької, Т. Бойченко, Ю. Бойчука, О. Вакуленко, О. Ващенко, Д. Вороніна, С. Гаркуші, В. Горашука, В. Єфімова, О. Жабокрицької, Н. Завидівської, С. Закопайло, А. Кузьмінського, С. Лапаєнко, М. Лук'янченко, О. Малихіна, Ю. Мануйлова, С. Омельченко, В. Омеляненко, В. Оржеховської, Т. Осадченко, С. Новописьменного, М. Носко, Ю. Палічука, В. Петрова, М. Смірнова та інші, у яких розкриваються різні аспекти формування культури здоров'я та здорового способу життя.

**Мета статті:** полягає в аналізі наукових досліджень, присвячених розробленню структури та змісту формування культури здоров'я молодого покоління і на основі їхнього створення програми навчальної дисципліни «Технології формування культури здоров'я у фізичному вихованні».

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сьогодні значне число педагогічних колективів переорієнтовує організацію освітнього процесу на формування гармонійно розвиненої особистості, становлення її фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я, формування культури здоров'я й потреби в здоров'язбережуванні. Для багатьох навчальних закладів оздоровлення починається із впровадження здоров'язбережувальної педагогіки. Створюються різні моделі шкіл сприяння здоров'ю, які забезпечують необхідні умови для успішного впровадження інноваційних педагогічних технологій, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я молоді. З-поміж інноваційних педагогічних технологій останнім часом виокремилася нова група – здоров'язбережувальні технології.

Поняття «технологія» в педагогіці прийшло з виробництва й означає сукупність різних елементів, зокрема прийомів, операцій, дій, процесів та їхню послідовність; тобто це своєрідна майстерність людини. Технологія (у перекладі з грецької мови *techne* – мистецтво, ремесло; *logos* – вчення, поняття) виникла в зв'язку з технічним прогресом та є сукупністю знань про способи й засоби обробки матеріалів (Коберник, & Терещук, 2008, с. 9).

У кінці 70-их років минулого століття зростає увага до педагогічної технології і в Україні. Однак і до сьогодні науковці не виробили єдиного підходу до поняття «педагогічна технологія». У науковій літературі зустрічаємо понад 300 дефініцій, в основі яких – авторські уявлення про структуру та складові освітнього технологічного процесу. Але всі автори єдині у визначенні мети педагогічної технології – підвищити ефективність навчально-виховного процесу і гарантувати досягнення учнями запланованих результатів навчання (Коберник, & Терещук, 2008).

За В. Беспалько, педагогічна технологія – сукупність психолого-педагогічних установок, які визначають спеціальний набір і компонування форм, методів, способів, прийомів навчання, допоміжних засобів; вона – організаційно-методичний інструментарій педагогічного процесу (Беспалько, 1989). Н. Мойсенюк термін «педагогічна технологія» трактує як науково обґрунтовану систему, що гарантує досягнення певної навчальної цілі шляхом неухильного виконання послідовної взаємодії учителя й учнів (Мойсенюк, 2007, с. 645).

Будь-яка технологія має відповідати основним критеріям технологічності: концептуальності, системності, керованості, ефективності, відтворюваності. Однак, необхідне розуміння, що нова якість освіти, яка забезпечила б розвиток сучасного суспільства, може бути досягнута лише при створенні певних умов організації такого освітнього процесу, який не зашкодить здоров'ю дітей та молоді і буде спрямований на збереження, зміцнення та формування здоров'я учасників процесу. А це вимагає від педагогів застосування своєрідних підходів в освіті й вихованні на основі здоров'язбережування.

Поняття «здоров'язбережувальні технології» концентрує в собі всі напрями діяльності закладу вищої освіти щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді. Під здоров'язбережувальними технологіями вчені пропонують розуміти:

- сприятливі умови навчання та виховання особистості в закладі вищої освіти (О. Дурманенко);
- оптимальну організацію освітнього процесу закладу вищої освіти (В. Бойченко, С. Соловей, В. Демчик);
- повноцінний та раціонально організований руховий режим студентської молоді (І. Насадюк, В. Троценко).

Слід зазначити, що впровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій пов'язано з використанням медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих, соціально-адаптованих, екологічних здоров'язбережувальних технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності (Т. Бойченко) [5].

О. Ващенко, С. Свириденко класифікують чинні здоров'язбережувальні технології за такими типами (Ващенко, & Свириденко, 2006):

- здоров'язбережувальні – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання і праці та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу;
- оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;
- технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання.
- виховання культури здоров'я – виховання особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Аналіз класифікацій чинних технологій дав можливість з'ясувати авторське бачення поняття «технологія» – складне динамічне явище, взаємодія учасників виховного процесу, комплекс засобів, форм, методів, їхня етапність, спрямоване на вирішення завдання виховання особистості майбутнього вчителя в умовах створення здоров'язбережувального середовища закладу вищої освіти.

Відповідно до освітньо-професійної програми підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014 Середня освіта (Фізична культура), які мають бажання набути знання про концептуальні засади формування культури здоров'я та здоров'язбережування сучасної людини, розвиток культури духовного і фізичного здоров'я розроблена програма навчальної дисципліни, яка впроваджена в освітній процес факультету фізичного виховання Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленко.

Під час розробки навчальної дисципліни нами було використано загальнонауковий метод дослідження, який об'єднує широкий метод як теоретичних, так і практичних (Момот, 2016, с. 407-408):

- аналіз полягає у тому, що предмет вивчення умовно або практично поділяється на складові елементи, тобто на частини об'єкта, певні ознаки, властивості. Кожна частина досліджується як частина цілого;
- синтез дозволяє поєднати розчленовані та дослідженні у процесі аналізу частини, встановити зв'язок між ними і пізнати предмет як єдине ціле. Вже на початку аналізу ми маємо певну уяву про предмет і процес. Тому вже на перших стадіях, отримавши якісь дані, ми їх оцінюємо, тобто застосовуємо синтез. Отже, аналіз і синтез ми використовуємо паралельно.

Метою викладання навчальної дисципліни «Технології формування культури здоров'я у фізичному вихованні» є формувати осмислене та відповідальне ставлення до свого здоров'я і оточення через засвоєння знань про здоров'я та здоровий спосіб життя, навичок здоров'язбережувальної поведінки, як умови ефективної навчально-професійної діяльності і узагальненого показника професійної культури особистості майбутнього спеціаліста.

Очікуваними результатами навчання з дисципліни є:

- відтворити основоположні поняття: «технології», «здоров'язбережувальні технології», «культура здоров'я», «здоровий спосіб життя», «мотивація», «олімпійські цінності», «інноваційно-оздоровчий клімат», «здоров'язбережувальне середовище»;
- визначити зміст та класифікацію технологій збереження здоров'я у фізичному вихованні;
- класифікувати форми, методи і принципи використання технологій формування культури здоров'я у фізичному вихованні;
- запропонувати шляхи упровадження технологій формування культури здоров'я у практичну діяльність з урахуванням матеріально-технічного забезпечення занять фізичною культурою;
- використовувати технології збереження здоров'я у фізичному вихованні;
- передбачити основні напрями інноваційних перетворень у фізичному вихованні.

Програма навчальної дисципліни:

Тема 1. Зміст та класифікація педагогічних технологій у фізичному вихованні (Педагогічна технологія як система наукових знань; система складників щодо розробки педагогічної технології).

Тема 2. Форми, методи і принципи використання педагогічних технологій формування культури здоров'я у фізичній культурі та спорті (Сутність і технологія застосування методів формування особистості. Форми формування культури здоров'я молоді. Засоби формування культури здоров'я особистості. Принципи формування культури здоров'я молодого покоління).

Тема 3-4. Шляхи упровадження педагогічних технологій формування культури здоров'я у практичній діяльності (Класифікація здоров'язбережувальних технологій. Приклади впровадження технологій формування культури здоров'я у практичній діяльності).

Тема 5-6. Олімпійський рух у формуванні культури здоров'я особистості (Олімпійський рух, загальна характеристика. Компоненти складової технології (приклад) у формуванні культури здоров'я. Модель впровадження олімпійської освіти. Фізкультурно-спортивна діяльність як засіб олімпійського руху. Олімпійський приклад та символіка у формуванні культури здоров'я молоді. Кураторські та позакласні години у формуванні культури здоров'я студентів. Олімпійський кабінет. Олімпійський тиждень. Інтеграція олімпійського руху через навчальні предмети).

Тема 7-8. Використання принципів раціонального і збалансованого харчування в умовах створення здоров'язбережувального середовища закладу вищої освіти (Раціональне та збалансоване харчування, загальна характеристика, принципи. Компоненти складової технології (приклад) у формуванні культури здоров'я. Інтелектуальна гра. Робота в групах. Модель харчування. Поради, рекомендації).

Засоби діагностики результатів навчання:

- 1) традиційні та тестові контрольні роботи;
- 2) усне опитування під час практичних занять;
- 3) самостійна робота.

**Висновки з даного дослідження.** З метою підготовки висококваліфікованих фахівців, пошуку нових підходів до організації освітнього процесу, впровадження здоров'язбережувальних технологій, спрямованих на гуманізацію освіти постає нагальна потреба розширення змісту здоров'язбережувальних знань за рахунок упровадження в освітній процес розробленого для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014 Середня освіта (Фізична культура) навчального курсу «Технології формування культури здоров'я у фізичному вихованні», для формування осмисленого та відповідального ставлення до свого здоров'я і оточення через засвоєння знань про здоров'я та здоровий спосіб життя, навичок здоров'язбережувальної поведінки.

**Перспективи подальших розвідок у даному напрямку** полягають у впровадженні в освітній процес Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка навчального курсу «Технології формування культури здоров'я у фізичному вихованні» з метою розширення змісту здоров'язбережувальних знань та формування здорового способу життя у молодого покоління.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

- Беспалько В. П. *Слагаемые педагогические технологии*. Москва : Педагогика, 1989. 192 с.
- Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим. *Здоров'я та фізична культура*. 2005. № 2. С. 1–4.
- Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберегаючих технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 8. С. 1–6.
- Інноваційні педагогічні технології у трудовому навчанні : навч.-метод. посіб. : пробне видання / за ред.: О. М. Коберника, Г. В. Терещука. Тернопіль ; Умань, 2007. 208 с.
- Мойсеюк Н. Є. Педагогіка : навч. посіб. 5-е вид., допов. і перероб. Київ, 2007. 656 с.
- Момот О. О. Програме забезпечення курсу «Технології створення здоров'язбережувального середовища у вищих навчальних закладах». *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2016. № 3 (57). С. 406–411.
- 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; Нац. ун-т біоресурсів і природокористування України. Київ, 2019. 552 с.

#### REFERENCES

- Bespalko, V. P. (1989). *Slagaemye pedagogicheskie tekhnologi [Components of pedagogical technologies]*. Moskva: Pedagogika [in Russian].
- Boichenko, T. (2005). Valeolohiia – mystetstvo buty zdorovym [Valeology is the art of being healthy]. *Zdorov'ia ta fizychna kultura [Health and physical culture]*, 2, 1-4 [in Ukrainian].
- Kobernyk, O. M., & Tereshchuk, H. V. (2007). *Innovatsiini pedahohichni tekhnologii u trudovomu navchanni [Innovative pedagogical technologies in labor training]*. Ternopil; Uman [in Ukrainian].
- Moiseiuk, N. Ye. (2007). *Pedahohika [Pedagogy]*. 5 ed. [in Ukrainian].
- Momot, O. O. (2016). Prohramne zabezpechennia kursu «Tekhnologii stvorennia zdorov'iazberezhuvalnoho seredovyshcha u vyshchyykh navchalnykh zakladakh» [The software of the course «Technologies of creation a healthy environment in higher educational institutions»]. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnologii [Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies]*, 3(57), 406-411 [in Ukrainian].
- Momot, O. O. (2019). *Teoriia i praktyka vykhovannia maibutnoho vchytelia v umovakh stvorennia zdorov'iazberezhuvalnoho seredovyshcha vyshchoho navchalnoho zakladu [Theory and practice of educating future teachers in terms of creating a healthy environment of higher education]*. (D. dissertation). Kyiv [in Ukrainian].
- Vashchenko, O., & Svyrydenko, S. (2006). Hotovnist vchytelia do vykorystannia zdorov'iazberihaiuchykh tekhnologii u navchalno-vykhovnomu protsesi [Teacher's willingness to use health technologies in the educational process]. *Zdorov'ia ta fizychna kultura [Health and physical culture]*, 8, 1-6 [in Ukrainian].

OLENA MOMOT

#### COURSE SOFTWARE «TECHNOLOGIES OF HEALTH CULTURE FORMATION IN PHYSICAL EDUCATION»

The article reveals the content and structure of the curriculum «Technologies of forming a culture of health in physical education», which aims to form a meaningful and responsible attitude to their health and the environment through the acquisition of knowledge about health and healthy living, health skills conservation behavior as a condition of effective educational and professional activities and a generalized indicator of professional culture of the future specialist. The expected learning outcomes of the discipline are: to reproduce the basic concepts: «technology», «health technologies», «health culture», «healthy lifestyle», «motivation», «Olympic values», «health environment»; determine the content and classification of health technologies in physical education; classify the forms, methods and principles of using technologies for the formation of a culture of health in physical education; to suggest ways of introduction of technologies of formation of culture of health in practical activity taking into account logistical support of employment by physical culture; use health technologies in physical education; to predict the main directions of innovative transformations in physical education.

Research on the formation of a culture of youth health in order to train highly qualified professionals, find new approaches to the organization of the educational process, the introduction of health technologies aimed at humanizing education, there is an urgent need to expand the content of health knowledge.

The author's vision of the concept of «technology» as a complex dynamic phenomenon, the interaction of participants in the educational process, a set of tools, forms, methods, their stages, aimed at solving the problem of educating the future teacher in a healthy environment of higher education.

**Key words:** culture of health; high school; lighting process; health; student.