

УДК 378+799.113

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-4.6>**Начинова Олена Василівна**

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри спеціальної та інклюзивної
педагогіки і реабілітації закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»
ORCID ID: 0000-0002-9563-2304

ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВПРОВАДЖЕННЯ ОЗДОРОВЧИХ СИСТЕМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

У статті розглядається питання підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до впровадження оздоровчих систем засобами фізичного виховання в освітні установи. Розглянуто стан здоров'я шкільної молоді та доведено необхідність впровадження оздоровчих технологій в сучасну школу.

Досліджено рівень підготовленості бакалаврів фізичної культури до впровадження фізкультурно-оздоровчих систем в заклади освіти.

Матеріали та методи: аналіз наукової літератури, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент, математична обробка одержаних даних. В експерименті брали участь студенти четвертого курсу, майбутні учителі фізичної культури, кількістю 30 осіб.

Проведено анкетування учасників експерименту з власним рівневим оцінюванням особистої підготовленості до оздоровчої роботи зі школярами. Обробка одержаних результатів засвідчила середню (20–65%) і достатню (20–60%) підготовленість здобувачів до означеного виду професійної діяльності. Паралельно запропоновано здобувачам, учасникам анкетування, розробити, змодельювати оздоровчі заходи (завдання) для досягнення визначеної мети. Аналіз виконаних робіт показав середній рівень підготовленості у 35% студентів, а достатній лише у 25% випадків. Результати, представлені студентами, засвідчили не відповідність задекларованого рівня підготовленості здобувачів фактичному рівню готовності до проведення оздоровчих заходів.

Визначено, що бакалаври фізичної культури не в змозі об'єктивно оцінити рівень власної підготовленості до впровадження оздоровчої роботи в школі. Консультативно-методичне забезпечення впровадження оздоровчої роботи є найбільш проблемним для майбутніх учителів фізичної культури, де майже чверть студентів визнали та показали низький рівень підготовленості.

Ключові слова: оздоровча фізична культура, майбутні учителі, учні, освітні заклади.

Вступ. Проблема здоров'я учня різних ланок загальноосвітньої школи є предметом уваги багатьох вчених. Всі науковці, які досліджували це питання, визнали, що сучасна дитина рухається недостатньо (З. Митник, Ю. Мартинюк, М. Солопчук, О. Дубогай, Т. Круцевич, Л. Сущенко та ін.). З переходом від дошкільного виховання до систематичного навчання в школі у дітей 6–7 років обсяг рухової активності скорочується на 50%. У період шкільного навчання рухова активність школярів не тільки не збільшується при переході з класу в клас, а навпаки, все більше зменшується. Так, якщо в початковій школі дефіцит руху становить 50%, то в старшій вже наближається до 70%, оскільки уроки фізичної культури компенсують лише 10–20% гігієнічної норми рухів [3].

За результатами медичних оглядів, які проводились у школах на початку ХХІ ст. до категорії здорових дітей можна було віднести не більше 10% школярів, решта мали ті чи інші відхилення у стані здоров'я (Н. Беседа, Т. Круцевич, Н. Куинджи, Н. Никитенко, І. Семенова та ін.). Сьогодні ці діти навчаються вже в старшій школі, а деякі й закінчили її.

Суттєво ускладнилась проблема зі станом здоров'я школярів за останнє десятиріччя, дякуючи широкому розповсюдженню гаджетів, впровадженню дистанційного навчання. Найбільш негативно це вплинуло на учнів середнього і старшого шкільного віку. Так, дослідження інтелектуальних здібностей сучасних підлітків, проведене у США в 2018 році з участю 11 тисяч дітей, виявили передчасне витончення мозкової кори у школярів, які приділяли увагу гаджетам більше семи годин в день. Зміни торкнулися зовнішньої ділянки мозку, що відповідає за обробку інформації від п'яти почуттів. Зазвичай, як наголошують науковці, такі зміни відбуваються з людиною в зрілому віці [6].

Таким чином можна стверджувати, що за останні роки контингент учнів загальноосвітніх шкіл по показникам стану здоров'я змінився не в кращій бік. На сьогодні, не лише в початковій школі, а й в середніх і старших класах навчаються діти, які потребують спрямованого оздоровчого впливу засобами фізичної культури.

З огляду на це постає питання підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до впровадження оздоровчих систем фізичного виховання в сучасних умовах діяльності загальноосвітніх шкіл. Ця проблема спонукає до дослідження професійної діяльності вчителя фізичної культури, якості та змісту підготовки майбутніх педагогів галузі фізичної культури до проведення оздоровчої роботи з учнівською молоддю. Підготовку вчителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності висвітлювали Є. Вільчовський, В. Горащук, О. Дубогай, П. Джуринський, Л. Іванова та ін. Розробкою та експериментальним обґрунтуванням системи комплексної теоретико-практичної підготовки учителів фізичної культури до здійснення фізкультурно-оздоровчої роботи займалися Я. Ніфака, Л. Іванова. Але всі ці дослідження проводилися в доковідний період, коли діти відвідували школу. Сьогодні умови педагогічного супроводу учнів змінилися, що вимагає формування додаткових знань і умінь у майбутніх фахівців фізичної культури і спорту.

Мета та завдання. Метою роботи є визначення рівня підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до проведення оздоровчої роботи в закладах освіти.

Відповідно до мети представленого наукового дослідження в ході роботи вирішувалися такі завдання: 1) провести майбутніми учителями фізичної культури самооцінювання щодо готовності до організації і впровадження оздоровчих технологій в роботу зі школярами; 2) провести оцінювання фактичного рівня підготовленості здобувачів-бакалаврів фізичної культури до оздоровчої роботи в закладах освіти; 3) порівняння результатів самооцінювання і фактичних показників підготовленості студентів до впровадження оздоровчих технологій в закладах освіти.

Методи дослідження. В науковому дослідженні взяли участь здобувачі освіти четвертого курсу інституту фізичної культури та реабілітації Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» (Університет Ушинського) загальною кількістю 30 осіб. Для реалізації поставленої мети були застосовані такі методи: теоретичні (аналіз наукової та методичної літератури, аналіз та узагальнення); педагогічне дослідження (тестування, анкетування та опитування майбутніх учителів фізичної культури); математичне статистичне оброблення одержаних даних та їх аналіз.

Задля проведення дослідження були спеціально розроблено анкети, в яких здобувачам пропонувалось, по 12-бальній шкалі, визначити рівень власної підготовленості по різним складовим професійної діяльності учителя фізичної культури (оздоровча робота, рекреаційна діяльність, профілактика порушень постави тощо). Також були розроблені опитувальники з питань впровадження оздоровчих технологій, в яких здобувачі мали обрати конкретну відповідь, щодо ефективного впровадження оздоровчих систем в процес фізичного виховання учнів.

Результати дослідження. Здобувачам для самооцінювання була запропонована 12-бальна шкала, де низький рівень підготовленості оцінювався в 1–3 бали, задовільний – 4–6 бали, середній – 7–9 балів і достатній – 10–12 балів. Обробка отриманих даних показала, що абсолютна більшість здобувачів-бакалаврів вважають себе підготовленими до впровадження оздоровчих систем засобами фізичного виховання в практику роботи зі школярами на середньому

(7–9 балів) та достатньому (10–12 балів) рівнях. Середній рівень особистої підготовленості по окремим складовим фізкультурно-оздоровчої діяльності задекларувало від 20% до 64% студентів, прийнявших участь в анкетуванні, а достатній рівень – від 21% до 59%. Лише 5–6% бакалаврів по окремим напрямкам оздоровчої роботи оцінили свій рівень підготовленості як задовільний.

На наступному етапі дослідження, задля визначення фактичного рівня готовності майбутніх фахівців до оздоровчої роботи, здобувачам було запропоновано відповісти та конкретні питання щодо організації, дозування навантаження та змісту оздоровчих занять зі школярами. Результати аналізу одержаних відповідей засвідчили інший рівень підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до впровадження оздоровчих систем в практику роботи зі школярами. Так наприклад, комплекс вправ для стабілізації психоемоційного стану учня задовільно розроблять і обґрунтують 34% бакалаврів, а на достатньому рівні його можуть запропонувати лише 25% бакалаврів. По цьому розділу роботи 6% студентів показали свій рівень як низький. Проблемним в підготовці майбутніх учителів фізичного виховання до реалізації оздоровчого напрямку роботи можна назвати консультативно-методичне направлення. Так розробити зміст індивідуальних оздоровчих програм засобами фізичних вправ на достатньому рівні можуть лише 25% бакалаврів, на середньому рівні – 36%, на задовільному – 15%. Це єдине направлення, в якому свій низький рівень засвідчило біля 23% учасників анкетування. Середній рівень підготовленості по різним напрямкам оздоровчої роботи фактично продемонструвала третина здобувачів, ще 25% студентів здатні на достатньому рівні впроваджувати оздоровчі системи в практику фізичного виховання, на жаль, решта (40–50%) – мають задовільний і низький рівень підготовленості до оздоровчої роботи. Суттєвим є той факт, що низький рівень підготовленості до роботи оздоровчого спрямування засвідчило біля 20% майбутніх учителів фізичного виховання, проти 5–6%, які були задекларовані при самооцінюванні.

Таким чином, порівняння результатів анкетування і відповідей здобувачів по конкретним питанням показало невідповідність задекларованого рівня підготовленості, фактичному показнику готовності до впровадження технологій оздоровчої роботи засобами фізичної культури. Враховуючи особистісне зорієнтовану парадигму сучасної освіти, якісну неоднорідність учнівського контингенту, тривале дистанційне навчання школярів, неготовність майбутніх фахівців до надання такого роду освітніх послуг погіршує їх можливості на ринку праці і матимуть негативні наслідки щодо стану здоров'я школярів.

Результати досліджень показали, що майбутні учителі фізичної культури недостатньо володіють авторськими методиками оздоровчих систем (О. Стрельнікової, К. Купера, М. Амосова), практично не розуміють значення оздоровчих систем енергообміну (цигун та мудри) та механізм їх оздоровчої дії на організм людини.

Висновки. В ході аналізу даних, одержаних у представленому дослідженні, було виявлено, що сьогоденний учнівський контингент потребує спрямованого оздоровчого впливу, що вимагає визначення рівня підготовленості майбутніх учителів до впровадження оздоровчої роботи в процес фізичного виховання школярів. Проведене самооцінювання підготовленості майбутніх учителів фізичної культури до впровадження технологій оздоровчої роботи засобами фізичної культури декларувалось студентами в основному як середній і достатній рівень. Задовільний рівень підготовленості до означеного виду роботи визнали лише 5–6% здобувачів.

Оцінювання фактичної підготовленості майбутніх учителів до впровадження оздоровчих систем у практику роботи освітніх закладів засвідчило, що лише 25% мають достатній рівень, третина має середній рівень підготовленості, а решта студентів задовільний та низький рівень підготовленості до впровадження оздоровчих технологій у практику роботи в освітніх закладах.

Одержані результати вказують на необхідність перегляду і удосконаленню заходів підготовки майбутніх учителів фізичної культури до впровадження оздоровчих технологій в практику роботи освітніх установ.

Література:

1. Беседа Н. А. Роль і місце здоров'язбережувальних технологій в оптимізації фізкультурно-оздоровчої діяльності учнів сучасної загальноосвітньої школи. *Наука і освіта Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського*. 2014. № 1. С. 76–78.
2. Коваленко Ю., Голец В. Особливості застосування оздоровчих систем у фізичному вихованні школярів. *Фізичне виховання та спорт*. 2019. № 2. С. 42–47.
3. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населенні : навчальний посібник. Київ, 2010. 370 с.
4. Операйло С. Актуальність і проблеми модернізації системи фізичного виховання. *Фізична культура в школі*. 2006. № 1. С. 3–6.
5. Соціальна обумовленість та показники здоров'я підлітків та молоді / О. Балакірева, Т.Бондарь та ін; за ред. О. М. Балакіревої. Київ, Український інститут соціальних досліджень ім. О. Яременка. Фоліант. 2019. 127 с.
6. ABCD study complete enrollment, announce opportunities for scientific engagement. *Sait US Department of Health and Human Services website* 2018. URL: <https://www.nih.gov/news-events/news-releases/abcd-study-completes-enrollment-announces-opportunities-scientific-engagement>.

References:

1. Beseda, N.A. (2014). Rol i mistse zdorovyazberezhivalnykh tekhnolohiy v optymizatsiyi fizkulturno-ozdorovchoyi diyalnosti uchniv suchasnoyi zahalnoosvitnoyi shkoly [The role and place of health-saving technologies in the optimization of physical and health activity of students of the modern comprehensive school]. *Nauka i osvita South Ukrainian Pedagogical University named after K.D. Ushynsky* 76 – 78p. [in Ukrainian].
2. Kovalenko, Y., & Holets, V. (2019). Osoblyvosti zastosuvannya ozdorovchykh system u fizychnomu vikhovanni shkoliariv [Peculiarities of the use of health systems in physical education of schoolchildren]. *Fizychno vykhovannya ta sport*. P. 42–47 [in Ukrainian].
3. Krytsevich, T. (2010). *Rekreatsia y fizichnii kylyre riznix gryp naseledda: navchalnii posibnik* [Recreation in physical culture of different population groups: a study guide]. Kyiv. 370 p. [in Ukrainian].
4. Operailo, S. (2006). Aktyalnist I problema modernizatsii sistemi fizicheskogo vixovania [Relevance and problems of modernization of the physical education system]. *Fizicheskaia kylyra v shkoli*. № 1, P. 3–6 [in Ukrainian].
5. Balakireva, O.M., & Bondar, T.V. (2019). Sotsialna obumovlenist ta pokaznyky zdoroia pidlitkiv ta molodi [Social Conditionality and Health Indicators of Adolescents and Youth: According to a Sociological Survey of the International Student Health and Behavioral Orientation Project]. Ukr. inst. soc. research. them. O. Yaremenko. Kiev Polygraph Printing Center «Foliant» [in Ukrainian].
6. ABCD study complete enrollment, announce opportunities for scientific engagement (2018). *Sait Department of Health and Human Services website Retrieved from: https://www.nih.gov/news-events/news-releases/abcd-study-completes-enrollment-announces-opportunities-scientific-engagement* [in English].

Nachynova Olena

**PREPARATION OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS
TO INTRODUCTION HEALTH SYSTEMS OF PHYSICAL EDUCATION
TO THE EDUCATIONAL INSTITUTION**

The article examines the question of preparation future physical education teachers to introduction health systems by means of physical education to the educational institution. The health status of young schoolchildren was considered and the need for introduction health technologies into the modern school was proved.

The level of preparedness of bachelors of physical education for introduction of sports and health systems to the educational institution was examined.

Materials and methods: analysis of scientific literature, pedagogical observation, pedagogical experiment, mathematical processing of the obtained data. The experiment involved the fourth-year students, new physical education teachers, in the amount of 30 people.

A questionnaire to the participants of the experiment according to our own level rating of personal preparation for health work with schoolchildren was conducted. The analysis of the obtained results showed average (20–65%) and sufficient (20–60%) preparation of students for the specified type of professional activity. At the same time, students, participants of the questionnaire, were asked to develop, and model health events (tasks) to achieve the designated goal. The analysis of executed work showed an average level of preparedness in 35% of students, and a sufficient level only in 25% of cases. The results which were presented by students showed that the declared level of preparedness of the students did not meet the level with the actual level of preparedness before conducting health events

It is defined that bachelors of physical education are not able to objectively evaluate the level of their own preparation for the introduction of health work in school. Advisory and methodological support for introduction of health work is the most problematic for future physical education teachers, as nearly a quarter of students recognized and showed a low level of preparedness.

Key words: *health physical culture, future teachers, students, educational institution.*