

УДК 37 – 147: 796

**READINESS OF THE FUTURE TEACHER OF PHYSICAL CULTURE TO FORM THE NEED OF SCHOOL STUDENTS IN A HEALTHY LIFESTYLE
ГОТОВНІСТЬ МАЙБУТЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО
ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ ШКОЛЯРІВ У ЗДОРОВОМУ СПОСОБІ ЖИТТЯ****Karasievych S. A. /Карасевич С.А.***Ph.D,as.prof./к.пед.н., доцент,**Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical University**Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

Анотація. Охарактеризовано недоліки системи фізичного виховання у закладах освіти. Визначено особливості, які характеризують оздоровчий потенціал фізкультурно-спортивної діяльності школярів. Запропоновано елементи організації системи фізичного виховання в закладах освіти протягом тижня.

Ключові слова: оздоровчий потенціал, фізкультурно-спортивна діяльність, майбутній вчитель.

Abstract. The shortcomings of the system of physical education in educational institutions are characterized. Features that characterize the health potential of schoolchildren's physical culture and sports activities have been identified. The elements of the organization of the system of physical education in educational institutions during the week are proposed.

Keywords: health potential, physical culture and sports activity, future teacher

Вступ.

На рівні управління системою фізичного виховання визначаються недоліки, які характеризуються:

- нераціональною структурою, що проявляється у відсутності необхідних організацій чи їх підрозділів, працівників, груп;
- перевантаженні;
- невизначеністю на сучасному етапі розвитку суспільства мети, завдань, ієрархії, функції організацій та їх підрозділів, працівників та характеру взаємодії між ними;
- відсутністю бажання на практиці впроваджувати у навчальний процес інноваційні форми і методи фізичного виховання;
- урахуванням інтересів та вимог сучасних програм [1].

Усунення цих недоліків пов'язане з вирішенням організаційно-правових і соціально-економічних проблем, підвищенням рівня життя, загальної культури молодого покоління, збереженням їх здоров'я.

Основний текст.

Стан здоров'я і фізичного розвитку школярів викликає сьогодні цілком зрозумілу тривогу в суспільстві. Погіршення стану здоров'я молодого покоління є результатом впливу не тільки соціально-економічних і екологічних чинників, а й наслідком серйозних недоліків в організації фізичного виховання дітей. Тому останніми роками система підготовки майбутніх учителів фізичної культури в педагогічних закладах освіти піддавалася обґрунтованій критиці [1].

За даними наукових досліджень проведених В. Бальсевич, Л. Лубишевою в системі шкільної освіти спостерігається різке погіршення стану здоров'я і фізичної підготовленості учнівської молоді [2]. Науковці такий стан здоров'я

учнів пов'язують із тим, що в закладі освіти впроваджується практично єдина форма фізичного виховання – урок, який, на їх думку, не є ідеальною формою організації роботи з фізичного виховання.

По-перше, сучасний урок вимагає модернізації за змістом і методами організації.

По-друге, необхідно реалізовувати інші форми роботи.

В. Зінов'єв наводить основні недоліки уроку в сучасних закладах освіти:

- слабе використання потенціалу оволодіння інтелектуальним компонентом фізичної культури;
- недостатню центрацію на створенні умов для переростання навчального процесу в процес фізичного самовдосконалення;
- слабо виражений світоглядний аспект фізкультурних занять, що не здійснює істотного впливу на формування ціннісних орієнтацій, переконань, інтересів і потреб в галузі фізичної культури;
- часто відверте, неприховане вихолощення загальноосвітнього характеру, зведення ролі уроку до утилітарного засобу активного відпочинку, боротьби з розумовою втомою і наслідками гіподинамії [2].

З наведених причин урок фізичної культури перестав бути загально-освітнім предметом, а, отже, й основною формою фізичного виховання. Подібної думки дотримуються А. Астахов, В. Бальсевич. Вони вважають, що шкільні уроки, які проводяться в традиційній формі, через свої організаційні і дидактичні особливості в кращому випадку вирішують задачу навчання окремим видам рухів, й не забезпечують учням потрібного тренувального ефекту [1].

Незважаючи на те, що уроки на основі фізкультурно-спортивної діяльності припускають прояв учнями певної самостійності і самовираження, повної свободи вибору форм і регламенту школярам надати не можна. Як правило, діти, особливо в молодшому шкільному віці, в своїй поведінці ще не закріпили суспільно-корисні прагнення і навички, пов'язані з фізичною активністю [2].

Результати численних досліджень (В. Бальсевич, М. Віленський, Л. Лубишева та ін.), свідчать про те, що реальний обсяг рухової активності сучасної молоді не забезпечує повноцінного і гармонійного фізичного розвитку і не сприяє зміцненню їх здоров'я [1].

Одним з напрямів вирішення питання збільшення рухової активності учнів є організація і проведення в закладах освіти фізкультурно-спортивної роботи в режимі навчального дня і в позаурочний час.

Традиційним фізкультурно-спортивним заходом, проведеним не частіше, ніж один раз на тиждень, є день здоров'я. Зазвичай, в день здоров'я включається крос – влітку, лижний забіг – взимку й атракціони. Ще рідше організовуються фестивалі спорту і здоров'я.

Застосування засобів спорту в фізкультурно-спортивній діяльності школярів здійснюється шляхом спрощення правил гри, зменшення обсягу навантажень, й зменшення майданчиків для гри. Завдання днів здоров'я і фестивалів спорту полягає в тому, щоб забезпечити розширення обсягу рухової діяльності учнів і організації їх активного відпочинку.

Тенденція на зниження інтересу у школярів до традиційних форм фізичного виховання і недостатня освіченість у сфері фізичної культури, обмежує можливість формування у школярів усвідомленої потреби в фізичному самовдосконаленні і виробленні прагнення до здорового способу життя. В умовах, що склалися, виникає необхідність в переосмисленні проблеми фізичної підготовленості школярів, їх ставлення до власного здоров'я.

На думку вчених, які досліджують питання фізичної культури (В. Бальсевич, М. Віленський, В. Лях та ін.), організація системи фізичного виховання в закладах освіти протягом тижня включає *елементи*:

- ✓ урок, що проводиться у формі академічного заняття, на якому учням пропонуються повідомлення з історії фізичної культури, гігієни, фізичних вправ, фізіології рухів, біомеханіки;
- ✓ урок, який носить інструктивно-методичний характер і проводиться у формі навчальної практики. Учні не просто засвоюють методичні знання, а й здійснюють спроби їх використання на практиці (наприклад, при складанні та випробуванні комплексів вправ, що підходять для освоєння техніки будь-якої рухової дії);
- ✓ крім вказаних уроків, повинно бути ще не менше трьох занять, які за своєю формою можуть не бути уроками, але повинні мати місце в навчальному розкладі, в першій або другій половині навчального дня і бути обов'язковими для всіх школярів. Головна спрямованість даних занять – спортивно-оздоровча [2].

Усі ці заняття разом повинні складати обов'язковий мінімум фізкультурних занять, організованих в рамках навчальної роботи з фізичної культури в закладах освіти. Поряд з ними необхідно створювати умови для здійснення всіх інших форм позакласної та позашкільної роботи з фізичного виховання школярів, в процесі яких на частку кожного учня має припадати не менше 6 годин на тиждень. Важливе місце повинні зайняти самостійні форми занять школярів фізичними вправами. Але найголовнішою їх перевагою є те, що при правильному підході до реалізації цих форм відкриваються широкі можливості для вирішення індивідуалізації занять фізичною культурою [1].

Отже, визначилися цілі та завдання роботи в організації фізкультурно-спортивної діяльності в закладах освіти:

- забезпечення (створення умов);
- процес оволодіння учнями вміннями і знаннями виховної, розвивальної, навчальної, оздоровчої діяльності;
- використання компетенцій в процесі особистісного самовдосконалення.

Саме вчитель-предметник як головна дійова особа тих змін, що відбуваються на сьогоднішній день в системі освіти, є реальною особистістю, здатною в процесі навчання дітей зберегти їхнє здоров'я. Пошук способів оптимізації підготовки вчителів з фізичної культури, на думку О. Гауряк, М. Карченкової, є стратегічно важливим завданням сучасної педагогічної науки та практики [1].

На думку вчених, оздоровчий потенціал фізичної культури і масового спорту, якщо його використовувати повністю, дозволив би підвищити

працездатність, запобігти масовим захворюванням і досягти збільшення тривалості життя.

Особливістю фізкультурно-спортивної діяльності є те, що при розгляді різних аспектів її організації більшість вчителів орієнтуються на результати цієї діяльності. Провідна роль в організації фізкультурно-спортивних занять має належати майбутньому вчителю фізичної культури, діяльність якого спрямована на формування усвідомленої потреби школярів у фізичному самовдосконаленні і виробленні прагнення до здорового способу життя.

На думку вчених, оздоровчий потенціал фізичної культури і масового спорту, якщо його використовувати повністю, дозволив би підвищити працездатність, запобігти масовим захворюванням і досягти збільшення тривалості життя.

Висновки.

Сьогодні змінює вимоги до фізичної підготовленості студентів, спонукає до визначення та усвідомлення ролі фізичної культури як складника частини загальної культури та необхідності вирішення проблем пов'язаних із здоров'ям.

Література:

1. Артемович О. І. Вплив різних видів фізкультурно-спортивних занять на рівень фізичного здоров'я підлітків. *Сучасні проблеми фізичного виховання та спорту школярів і студентів України: IV всеукр. наук. студ. конф.: матеріали* (Суми, 22–23 квіт. 2004 р.). Суми: СумДПУ, 2004. С. 178–183.

2. Карасевич С. А. Здоров'я – основа фізичного виховання. *Професійна педагогічна позиція – ефективна умова формування мотивації культури здорового способу життя в освітньому просторі: III всеукр. наук. практ. інтернет-конф.: матеріали* (Умань, 3 груд. 2015 р.). Умань: ПП Жовтий О. О., 2016. С. 28–33.

Literature:

1. Artemovich O.I. The influence of different types of physical education and sports activities on the level of physical health of adolescents. *Modern problems of physical education and sports of schoolchildren and students of Ukraine: IV all-Ukrainian. of science study conference: materials* (Sumy, April 22–23, 2004). Sumy: Sumy DPU, 2004. P. 178–183.

2. Karasevich S. A. Health – the basis of physical education. *A professional pedagogical position is an effective condition for the formation of motivation for a culture of a healthy lifestyle in the educational space: III Vseukr. of science practice Internet conference: materials* (Uman, December 3, 2015). Uman: PP Zhovtyy O. O., 2016. P. 28–33.