

УДК 378+799.113

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2025-1.19>**Начинова Олена Василівна**

кандидат педагогічних наук,

доцент кафедри спеціальної та інклюзивної педагогіки і реабілітації

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет

імені К. Д. Ушинського»

ORCID ID: 0000-0002-9563-2304

ОЗДОРОВЧЕ СПРЯМУВАННЯ В МУЛЬТИТАСКІНГУ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті розглядається питання багатокомпонентності професійних умінь учителів фізичної культури та міста оздоровчого спрямування в мультитаскінгу професійної діяльності учителя в процесі фізичного виховання учнів. Відзначається, що оздоровчі, здоров'язберезжувальні технології реалізуються в різних формах шкільного навчання, вони мають багато різних напрямів (фізкультурно-оздоровчі, корекційно-оздоровчі, профілактично-рекреаційні), і бакалаври зі спеціальності «Фізична культура» мають бути готові до впровадження їх у всіх формах навчально-виховного процесу.

Матеріали та методи: аналіз наукової літератури, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент, математична обробка одержаних даних. В експерименті брали участь здобувачі освіти, бакалаври- випускники спеціальності «Фізична культура» кількістю 60 осіб.

Результати. Проведено огляд літератури з питань значущості оздоровчого компонента в діяльності учителя загалом та учителя фізичної культури зокрема. Визначено, що, орієнтуючись на сучасні вимоги, необхідно забезпечити готовність учителів фізичної культури до багатofакторної професійної діяльності з укріплення здоров'я населення й профілактики захворювань; оздоровче спрямування на уроках фізичної культури відбувається одночасно при реалізації учителем комплексу професійних функцій (діагностична, реабілітаційна, освітня, профілактична, організаційна та ін.).

Водночас анкетування й опитування бакалаврів спеціальності «Фізична культура» засвідчили їх більшу зорієнтованість на спортивно-тренувальні напрями професійної діяльності вчителя, що негативно впливає на реалізацію оздоровчого компонента, іноді воно не виключає отримання високого спортивного результату через нехтування іншими складниками розвитку дитини. Низька вмотивованість і пасивність до опанування цього напрямку призводить до того, що мультитаскінг професійної діяльності в майбутніх фахівців з фізичного виховання спричиняє саме реалізація оздоровчого компонента.

Висновки. Визначено, що питання оздоровлення дітей і здоров'язбереження в процесі навчання турбують тривалий час учителів усіх спеціальностей. З огляду на сучасні виклики, потреба в оздоровчому спрямуванні в мультитаскінгу професійної діяльності учителя фізичної культури актуалізується. Окреслено умови, за яких відбуватиметься успішне формування оздоровчої компетентності учителів фізичної культури.

Ключові слова: оздоровче спрямування, мультитаскінг професійної діяльності, учитель фізичної культури.

Вступ. Проблема створення умов для здоров'язберезжувального навчання учнів у загальноосвітніх школах була актуальною завжди, але сьогодні вона набуває особливого значення. Видатний радянський педагог В. Сухомлинський підкреслював, що зміцнення здоров'я дітей є найважливішим завданням школи, від виконання якого залежить загальний розвиток дітей, їх розумова працездатність й успішність. «Досвід переконав нас у тому, – писав він, – що приблизно у 85% усіх учнів, які не встигають, головна причина відставання в навчанні – поганий стан здоров'я, яке-небудь нездужання або захворювання...». І далі: «Я не боюся ще раз повторити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їх духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра у свої сили. Якщо виміряти всі мої турботи й тривоги про дітей протягом перших

чотирьох років навчання, то добра половина їх – про здоров'я» [2, с. 48]. Сьогодні проблема ускладнюється обмеженням рухової активності, високим ризиком захворювань, соціальною тривожністю, психологічними навантаженнями, які негативно впливають на формування здоров'я молоді. Численні дослідження свідчать, що велика кількість учнів, особливо молодшого шкільного віку, належить до категорії «діти групи ризику», «діти з межовими станами» в показниках розвитку. Сприяти оздоровленню й здоров'язбереженню учнів можуть учителя фізичної культури за умови їх професійної підготовленості до оздоровчої роботи з учнями різного віку й здатності одночасного впровадження в освітній процес не лише навчального та розвивального компонента, а й фізкультурно-оздоровчого та корекційно-оздоровчого складників фізичної культури.

З усіх фахівців, які сьогодні працюють у загальноосвітніх закладах, найбільші очікування щодо створення здоров'язбережувального та оздоровчого середовища покладають саме на вчителя фізичної культури. Уважається, що саме він засобами свого предмета має забезпечити фізкультурно-оздоровчий вплив на дитину. Водночас учитель фізичної культури відповідає за показники фізичної підготовленості учня, його розвиток, освіченість, навчання певних рухових умінь, вихованість, розуміння й додержання умов здорового способу життя, профілактику (чи подолання) порушень постави, зору, функціональних відхилень; він має залучити дітей до спорту та рекреаційних заходів [1].

Як свідчить аналіз наукових джерел, у загальноосвітній школі сьогодні впроваджують такі освітні здоров'язбережувальні технології, реалізація яких стосується безпосередньо вчителя фізичної культури:

- організаційно-педагогічні, які визначають структуру навчального процесу;
- психолого-педагогічні, пов'язані із забезпеченням психолого-педагогічного супроводу елементів освітньої програми;
- навчально-виховні, що спрямовані на формування вмотивованості до здорового способу життя в школярів та передбачають організаційно-виховні заходи з учнями та батьками (Н. Беседа, Л. Бабіч, В. Вішневський; Б. Долинський; С. Кириленко; В. Ковалько та ін.).

На думку Л. Суценко, у процесі професійної діяльності учитель фізичної культури і спорту повинен виконувати такі основні професійні функції: діагностичну, реабілітаційну, репродуктивну, спортивну, освітню, профілактичну, організаційну. Їх він має опанувати ще на студентській лаві. Як бачимо, оздоровча функція не виокремлюється, оздоровче спрямування має впроваджуватися комплексно в усі види професійної діяльності вчителя фізичної культури.

О. Тимошенко дійшов висновку, що в умовах підвищеної соціальної значущості фізичної культури й розширення її функцій змінюються погляди на підготовку фахівців галузі фізична культура і спорт і рівня їхніх професійних умінь. Орієнтуючись на сучасні вимоги, як вважає науковець, необхідно забезпечити готовність випускників до діяльності з укріплення здоров'я населення, профілактики захворювань, організації дозвілля, формування навичок здорового способу життя та інших здоров'язбережувальних технологій. З огляду на це, значно розширюється коло вимог до професійних компетентностей та вмінь учителів фізичної культури [4].

С. Токарева вказує, що фізична культура у початкових класах загальноосвітньої школи проводиться одночасно з учнями основної та підготовчої груп, для яких в освітній програмі відсутня диференціація змісту. Учитель фізичної культури самостійно обирає навчальне, розвивальне, підтримувальне, корекційно-оздоровче навантаження в межах уроку фізичної культури. Оздоровча та корекційна робота, яку організовують і проводять учителі фізичної культури, по суті, є єдиною можливістю адаптації шкільних навчальних вимог із предмета «Фізична культура» до можливостей дітей, особливостей їхнього індивідуально-типологічного розвитку. Учитель фізичної культури, відповідно до вимог освітньої програми певного класу, через спеціально організовану доцільну рухову активність дитини під час навчання має досягти оздоровлення учня й корекції наявних відхилень у розвитку чи поведінці учня [5]. Так, дослідник зазначає, що оздоровче спрямування на уроках фізичної культури відбувається одночасно при реалізації комплексу професійних функцій.

Мета та завдання. Метою роботи є вивчення підготовленості бакалаврів спеціальності «Фізична культура» до оздоровчої діяльності в багатоскладовій професійній діяльності учителя фізичної культури.

Відповідно до мети представлено наукового дослідження, у процесі роботи виконувалися такі завдання: 1) провести анкетування випускників-бакалаврів щодо визначення їх готовності до мультитаскінгу в професійній діяльності; 2) провести опитування випускників бакалаврів щодо пріоритетності їх професійного спрямування на виконання певних завдань у процесі роботи з учнями.

Методи дослідження. У науковому дослідженні взяли участь бакалаври інституту фізичної культури та реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К. Д. Ушинського» спеціальності «Фізична культура» загальною кількістю 60 осіб. Для реалізації поставленої мети застосовано такі методи: теоретичні (аналіз наукової та методичної літератури, аналіз та узагальнення); педагогічне дослідження (анкетування, опитування, спостереження); математичне статистичне оброблення одержаних даних та їх аналіз.

Задля проведення дослідження спеціально розроблено анкети, у яких бакалаври виокремлювали ті види професійної діяльності, які вони виконували в процесі мультитаскінгу (навчальна, організаційна, розвивальна, виховна, оздоровча, корекційна робота, рекреаційна діяльність тощо). За результатами педагогічної практики визначали якість опанування кожним напрямом. Також розроблено опитувальники, за якими здобувачі обирали пріоритетний напрям власного професійного вдосконалення (фізкультурно-спортивний, корекційно-оздоровчий, профілактично-рекреаційний, навчально-розвивальний, спортивно-тренувальний та ін.).

Результати дослідження. Професійна компетентність учителя фізичної культури – досить широке поняття, воно вміщує такі сфери компетенцій, як навчально-розвивальна, фізкультурно-спортивна, корекційно-оздоровча, рекреаційно-профілактична, методична, виховна, діагностико-прогностична, організаційно-педагогічна, контрольно-моніторингова. Але оздоровча компетентність у її різних проявах (фізкультурно-оздоровча, корекційно-оздоровча, рекреаційно-оздоровча, психокорекція), з урахуванням стану здоров'я сучасних дітей і запитів суспільства щодо створення здоров'язбережувального середовища в закладах освіти є ядром готовності учителя фізичної культури до виконання завдань фізичного виховання молоді. Ураховуючи сьогоденні виклики, багатосторонній, комплексній роботі учителя фізичної культури має передувати саме оздоровче спрямування його впливу на учня в процесі на навчально-виховної діяльності в закладах освіти всіх ступенів.

У наукових дослідженнях достатньо уваги приділено вивченню питання підготовки вчителя фізичної культури до мультитаскінгу в процесі професійної діяльності. Питання формування готовності вчителя фізичної культури до різних видів педагогічної діяльності в школі вивчали М. Данілко, М. Карченкова, О. Петунін, Б. Шиян та ін. Професіограми й моделі діяльності фахівця галузі фізичної культури розробляли Я. Бельський, А. Куц, Н. Волянчук, О. Солтіс, А. Цьось, а Б. Вяткин, Ю. Железняк, О. Камаєв, А. Огністий, Л. Сущенко та ін. досліджували шляхи вдосконалення професійної підготовки учителів фізичної культури. Структуру професійних якостей і здібностей спеціалістів фізичної культури визначали Н. Бурлакова, Л. Волков, В. Ялович; пошуком складників педагогічної майстерності вчителя фізичної культури займалися Г. Балахнічова, Т. Гнатецька, А. Деркач, А. Ісаєв, Л. Заремба та ін. Водночас шляхи реалізації оздоровчого компонента фізичного виховання учнів, умови результативного мультитаскінгу в професійній діяльності учителя фізичної культури в дослідженнях майже не висвітлені.

Аналіз літературних джерел дає змогу говорити про те, що готовність до виконання оздоровчих завдань є інтегрованим утворенням, результатом професійної підготовки, розвитку й саморозвитку фахівця. Вона визначається насамперед особистісною гуманістичною орієнтацією, спрямованою на виконання завдань фізичного виховання, наявністю творчого потенціалу в педагога й спрямуванням до вдосконалення всіх складників педагогічної діяльності [1; 4; 5].

Оздоровча робота вчителя фізичної культури – це такий вид професійної діяльності, якої майбутній фахівець галузі фізичної культури та спорту не може навчитися поза навчальним закладом на своїх тренуваннях чи змаганнях. Власний спортивний та життєвий досвід оздоровчого впливу у фізично розвинутих здобувачів, як правило, спортсменів-розрядників, майже відсутній. А наявного недостатньо, оскільки в розвитку сучасних дітей є велика кількість різних станів, які потребують систематичного, тривалого оздоровчого впливу. Наприклад, це психоемоційні відхилення, пов'язані і з кризовим віком учня, і з кризовим станом країни; індивідуальні (вікові, статеві, спадкові) особливості розвитку; відхилення в поставі, починаючи з плоскостопості й до наявності паретичного компонента; функціональні порушення різних систем організму; порушення зору різного ступеня та медичного прогнозу тощо. Зрозуміло, що такі різні стани й особливості учнів потребують різних підходів до їх оздоровлення.

Як показали результати опитування студентів інституту фізичної культури та реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К. Д. Ушинського» щодо пріоритетності їх професійної спрямування до певних напрямів професійної діяльності, то лише близько 40% із загального контингенту мають виражену освітньо-виховну зорієнтованість. На жаль, з кожним роком навчання бажання присвятити себе саме педагогічній діяльності в школі в здобувачів стає менше. Так, бакалаври, студенти четвертих курсів, відповідно до аналізу результатів опитування, здебільшого обирають спортивно-тренувальний, а не навчально-виховний або фізкультурно-оздоровчий напрям педагогічної діяльності. Спортивно-тренувальна діяльність, на яку зорієнтовано близько 60% бакалаврів старших курсів, ніяк не мотивує майбутнього вчителя фізичної культури до опанування знань й умінь щодо оздоровчого напрямку роботи. Ба більше, це спрямування дуже часто суперечить оздоровчим напрямам роботи вчителя фізичної культури: за змістом та навантаженням воно зорієнтовано на значні, насамперед фізичні навантаження учнів; на обов'язковий інтенсивний розвиток фізичних якостей школяра, навіть шкодячи його здоров'ю; воно не виключає отримання високого спортивного результату через нехтування іншими складниками розвитку дитини.

Досліджуючи готовність до мультитаскінгу в професійній діяльності учителя, за власним оцінюванням студентів, оздоровчий напрям професійної діяльності (корекційно-оздоровча, рекреативно-оздоровча, профілактично- рекреативна роботи) є найбільш складним у комплексній діяльності вчителя фізичної культури. За одержаними результатами лише до 20% бакалаврів-випускників здатні якісно впроваджувати всі напрями оздоровчого впливу в різних формах шкільної роботи (урочної, позаурочної, позашкільної). І якщо оздоровчий компонент в урочній формі роботи можуть прогнозувати, реалізувати, моніторити та корегувати близько 40% майбутніх учителів фізичної культури, то корекційно-оздоровчий і рекреативно-оздоровчий напрям викликає здебільшого утруднення й нездатність до реалізації паралельно з іншими завданнями.

Висновки. Проведена робота дає змогу зробити такі висновки. Оздоровче спрямування мультитаскінгу професійної діяльності вчителя фізичної культури є одним із пріоритетних на сьогодні. Оздоровчий компонент у практичній діяльності учителя фізичної культури може реалізуватися різними шляхами: удосконаленням організації навчального процесу і вимог до учнів; диференціацією навантажень у процесі навчально-виховного процесу; удосконаленням організаційно-виховних заходів; розширенням форм роботи в школі та широким залученням учнів до позакласної роботи тощо. Але на заваді реалізації цього компонента стає некомпетентність бакалаврів фізичного виховання щодо усвідомлення значущості та умов його впровадження. Найбільш важливими умовами, які забезпечують успішність формування оздоровчої компетентності, вважаємо: формування вмотивованості бакалаврів фізичного виховання щодо активної реалізації саме оздоровчого, а не спортивного спрямування фізичної культури зі школярами; забезпечення активного й обізнаного опанування знань анатомії, фізіології, валеології та їх трансформації в професійні уміння учителя фізичної культури; внесення (або розширення) завдань оздоровчого спрямування в програми педагогічних практик.

Література:

1. Джуринский П. Б. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезжувальної професійної діяльності : автореф. дис... док. пед. наук : 13.00.04. Одеса, 2013. 43 с.
2. Сухомлинський В. А. Серце віддаю дітям: вибрані твори. Київ : Рад. школа, 1980. Т. 3. 109 с.
3. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навчальний посібник. Київ, 2010. 370 с.
4. Тимошенко О. В. Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах : дис... док. пед. наук : 13.00.04. Київ, 2009. 587 с.
5. Токарева С. В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до корекційно-оздоровчої роботи з учнями початкової школи : автореф. дис.... канд. пед. наук : 13.00.04. Одеса, 2016. 24 с.

References:

1. Dgyrinski, P.B. (2013) Teoreticheskie i metodicheskie zasady pidgotovki maibytnix ychitiliv fizichnoi kylytry do zdorovozberejyvalnoi profesinoi dialnosti [Theoretical and methodological aspect of preparing future teachers of physical education for professional health-improving]. *Extended abstract of Doctor's thesis*. Sumy: SumSU [in Ukrainian].
2. Syhomlinskiy, V.A. (1980) *Serdze viddaiu ditiam* [Giving the heart to children]. Kyiv : Rad. shkola [in Ukrainian].
3. Krytsevich, T.U. (2010) *Rekreatsia y fizichnii kylytre riznix gryp naseledda* [Recreation in physical culture of different population groups]. Kyiv. [in Ukrainian].
4. Timoshenko, O.V. (2009) Teoretiko-metodichni zasady optimizazii profesinoi pidgotovki vchiteliv fizichnoi kylytry y vishix navchalnix zakladdax [Theoretical and methodological aspects of optimizing the professional training teachers of physical education in higher educational institutions]. *Doctor's thesis*. Sumy: SumDU [in Ukrainian].
5. Tokareva, S.V. (2016) Pidgotovki maibytnix ychitiliv fizichnoi kylytry do koreksiono-ozdorovchoi roboti z uchniami pochatkovo shkoli [Training of future physical education teachers for correctional and health-oriented work with primary school]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Sumy: SumSU [in Ukrainian].

Nachynova Olena

WELLNESS DIRECTION IN MULTITASKING IN PHYSICAL EDUCATION TEACHER'S PROFESSIONAL ACTIVITY

The article examines the issue of multicomponent nature of professional skills of physical education teachers and wellness-oriented aspects in multitasking in the professional teacher's activity within the process of students' physical education. It is noted that wellness, health-preserving technologies are implemented in various forms of school education and have multiple various directions (sports and health, correction and health, preventive-recreational), and physical education specialty bachelors have to be prepared to integrate them into all forms of the educational process.

Materials and methods: analysis of scientific literature, pedagogical observations, pedagogical experiment, mathematical processing of obtained data. The experiment involved 60 bachelor's degree graduates specializing "Physical Education".

Results. A literature review was conducted on the significance of the wellness component in teacher's activity as a whole and in physical education teacher's activity in particular. It is determined that, in line with modern requirements, physical education teachers must be prepared for multifactorial professional activity aimed at strengthening population health and preventing diseases; wellness direction in physical education lessons is realized simultaneously with the teacher's execution of complex of professional functions (diagnostic, rehabilitative, educational, preventive, organizational and etc.).

At the same time, questionnaires and surveys conducted among physical education bachelors revealed their greater focus on sports and training directions of professional teacher's activity that negatively impacts the health-oriented component implementation, sometimes doesn't exclude the high sport result receiving by neglecting other components of child development. The lack of motivation to this direction and passivity of mastering lead to emergence of difficulty of the health-oriented component realization in multitasking in professional activity of future physical education specialist.

Conclusions. It is established that the issue of children's health improvement and preservation of health in the educational process has bothered all specialties teachers for a long time. Today, in line with modern challenges, the need for a health-oriented focus in multitasking in professional physical education teacher's activity are being actualized. It is delineated the conditions insofar as the successful formation of health-oriented competencies of physical educational teachers will occur.

Key words: *health-oriented focus, multitasking in professional activity, physical education teacher.*