

РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Останні роки відбуваються реформаційні процеси в освітній галузі. Реалізація положень Болонського процесу вимагає підвищення освітнього і культурного рівня майбутніх учителів та якості їхніх знань. Інтеграція вищої освіти України у світовий освітній простір вимагає постійного вдосконалення навчально-виховного процесу. Швидкі соціальні зміни, які відбулися й продовжуються відбуватися в суспільстві країни, зумовлюють необхідність посилення уваги до формування таких професійно значущих якостей майбутніх учителів початкових класів, як ініціативність, адаптивність, здатність до самоосвіти і саморозвитку, збереження власного здоров'я і здоров'я учнів.

Сучасна освіта, на думку науковців (В.Гаврилюк, О. Гречишкіна, Л.Животовська, А.Міненко, О. Савонова, С.Страшко та ін.), – це особистісно-орієнтований розвиток людини, формування самосвідомості, системи норм і цінностей, навичок спілкування та прийняття рішень, умінь управляти своїми бажаннями і впливати на діяльність інших, долати перепони, протистояти чужій волі, тиску, це набуття навичок, необхідних для успішного інтегрування молоді в суспільні відносини та самостійне життя. Ураховуючи те, що метою вчителя насамперед є створення умов для збереження здоров'я підростаючого покоління, перед вищою школою постає завдання формування культури здоров'я студентів, що повинно стати важливою складовою їхньої професійної підготовки, набуття ними знань і навичок щодо збереження і зміцнення здоров'я, дотримання здорового образу життя. Вагома роль у цьому процесі, на нашу думку, належить фізичному вихованню студентів під час навчання у вищому педагогічному навчальному закладі.

Проблеми здоров'язбереження і формування культури здоров'я постійно привертає увагу науковців. Так, теоретико-методологічні засади формування культури здоров'я особистості досліджували В. Бароненко, Н.Бірюков, І.Брехман, Е.Вайнер, М. Віленський, І. Глінянова, Г.Зайцев, І.Льбіна, В.Ірхін, Е. Казін, Г. Калпчев, В.Колбанов, М.Колеснікова, Н.Кураєв, В.Магін, І.Пічугіна, О.Шкитирь, А.Щедрина та ін.; наукові дослідження в галузі педагогіки здоров'я здійснювали Р.Айзман, Т.Акбашев, Ш. Амонашвілі, А. Амосов, П.Анохіна, Р.Баєвський, Л. Барков, І. Брехман, Е.Вайнер, Д.Давиденко, В.Дубровський, Г. Зайцев, Е.Казін, В.Колбанов, Г. Кураєв, Ю. Лісіцин, І. Смирнов, Л.Татарнікова, А.Хрипкова та ін.; проблеми формування культури здоров'я та здорового образу життя майбутніх учителів досліджували Н. Абаскалова, В.Магін, М.Віленський, Г. Калачов, С. Лебедченко, І.Новоселова, І.Парчевська, С. Перевозчикова та ін.; питання зміцнення здоров'я студентів були предметом досліджень М.Амосова, В. Казначєєва, Ю.Лісіцина, І.Бехтерева, Б.Чмакова, Л. Татарнікової, В.Колбанова та ін.

Формування здорового образу життя засобами фізичного виховання, зауважують науковці (А.Новіков, Л.Матвєєв та ін.), повинно спрямовуватися на гармонійний розвиток форм і функцій організму людини, всебічне вдосконалення фізичних здібностей, зміцнення здоров'я, забезпечення творчого довголіття, виховання моральних, вольових та естетичних якостей особистості, сприяння розвитку інтелекту [4].

Метою статті є розгляд підходів до проблеми організації освіти в галузі збереження й зміцнення здоров'я, визначення ролі фізичної культури в навчально-виховному процесі вищої школи у процесі підготовки майбутніх учителів початкових класів до здійснення фізкультурно-оздоровчої діяльності в роботі з молодшими школярами.

Концепцією фізичного виховання в системі освіти України наголошується, що "фізичне виховання дітей і молоді в Україні є невід'ємною частиною системи народної освіти, важливим компонентом їхнього гуманітарного виховання, формування в них патріотичних почуттів, фізичного та морального здоров'я, удосконалення фізичної і психологічної підготовленості до активного життя і професійної діяльності" [3]. Отже, фізична культура – це спосіб життя людини, який спрямований на зміцнення здоров'я, гармонійний розвиток фізичних можливостей людини, формування життєво важливих навичок та вмінь.

Зазначимо, що фізична культура позитивно впливає практично на всі системи життєзабезпечення організму і є найбільш ефективним засобом профілактики захворювань людини. При цьому, фізична культура як органічна й складова частина загальної культури має свій духовний аспект і виконує свою духовну та моральну функцію в суспільстві, зважаючи на те, що вона виробляє в особистості самостійність, ініціативу, зібраність, самодисципліну, а це, у свою чергу, стає принципом життєдіяльності активної особистості, формуючи впевненість, здатність відстоювати свою гідність. Усі ці якості є необхідними у професії вчителя, адже для того, щоб успішно здійснювати завдання щодо формування фізичної культури учнів молодших класів майбутні вчителі початкової школи самі повинні бути фізично підготовленими й вмотивованими на заняття фізичною культурою і спортом. На жаль, під час навчання у вищому навчальному закладі рухова активність студентів значно зменшується, що спричинює погіршення опору організму до впливів довкілля, внаслідок чого прогресують захворювання серцево-судинної системи, органів дихання та ін. Студентам складно адаптуватися до навчання у вищому навчальному закладі, що супроводжується суттєвою перебудовою психічних та фізіологічних станів.

Не останню роль у погіршенні здоров'я студентів вищих навчальних закладів, на нашу думку, відіграє відсутність належної мотивації майбутніх учителів до занять фізичною культурою і спортом, що не дозволяє повною мірою використовувати засоби фізичного виховання для розвитку рухових здібностей та зміцнення здоров'я. Зазначимо також, що сьогодні у вищих навчальних закладах слабо використовуються особистісно-орієнтовані технології навчання, рідко застосовуються нові форми і види занять фізичними вправами. На заняттях з фізичної культури здебільшого виконуються одноманітні, стандартні й малоефективні фізичні вправи.

У зв'язку з цим, зазначає Ю. Кобяков, перед системою вищої освіти постає проблема переходу від традиційної педагогічної парадигми до навчання інноваційного типу, в основі якого повинна полягати насамперед турбота про здоров'я студентів, що є генетичним, культурним і професійним потенціалом нації. Широке впровадження технічних засобів і комп'ютерних технологій у навчальний процес вищої школи обумовило інтенсивність інформаційного потоку,

що постійно збільшується. З іншого боку, обмежений час на переробку й засвоєння інформації, необхідність заучування значних обсягів матеріалу, перевантаженість навчальних програм у поєднанні з недосконалим режимом харчування й ірраціональною організацією дозвілля примушують займатися студентів до 10-12 годин, а в період сесії – до 14-16 годин на добу. Обсяг та інтенсивність навантажень, які відчувають сьогодні студенти, наближається до рівня, який називають "межею фізіологічних можливостей організму", що призводить до дисгармонії в розвитку особистості а, отже, не може негативно не позначатися на формуванні таких професійно значущих психічних якостях студентів, як стійкість уваги, розумова працездатність тощо [2].

Сукупність об'єктивних і суб'єктивних факторів, що негативно впливають на організм студентів, за певних умов сприяють появі серцево-судинних, нервових, психічних захворювань. До факторів ризику слід віднести: соціальні переміни, життєві труднощі, посилення значення суб'єктивного фактора в оцінці тих чи інших життєвих ситуацій, постійне відчуття недостатності часу; перенапруження, пов'язане із завантаженістю, хронічне психоемоційне перенапруження, різке обмеження фізичного компоненту в життєдіяльності; нервові та розумові перевтомлення, хронічну втому, хронічне порушення режиму праці і відпочинку, нерегулярне та незбалансоване харчування.

Ми вважаємо, що цілеспрямоване формування культури здоров'я в майбутніх учителів молодших класів дозволить їм не тільки самим дотримуватися здорового способу життя, а й професійно організувати свою майбутню професійну діяльність із учнями з урахуванням створення здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу в початковій школі.

Отже, перед вищою школою постає завдання розвивати й підтримувати фізичну культуру майбутніх учителів за допомогою регулярної фізичної активності, що є засобом розвитку фізичних якостей особистості студентів. І чим більше засобів фізичної культури включено до програми фізичного виховання студентів у вищому педагогічному навчальному закладі, тим більш різноманітний характер має фізична підготовленість студентської молоді до майбутньої професійної діяльності.

Формування фізичної культури особистості, зауважують Т.Грибуніна та Н.Ничипорко, передбачає оволодіння майбутніми вчителями відповідними культурними цінностями, до яких належать інтелектуальні, духовні цінності, рухові й методичні вміння й навички. Рівень сформованості фізичної культури особистості, на думку авторів, характеризується наявністю мотивації до фізкультурних і спортивних занять, необхідних для них знань, рухових умінь, навичок, способів діяльності, активною фізкультурною чи спортивною діяльністю [1, - с. 23].

Відтак, перед педагогами вищої школи постають специфічні освітньо-виховні, загальнопедагогічні й оздоровчі завдання в галузі фізичного виховання студентів. На думку Т.Грибуніної і Н.Ничипорко, специфічні освітньо-виховні завдання спрямовані на формування усталених мотивів фізичного виховання, навчання фізкультурних знань, методичних умінь і навичок, підвищення функціональних можливостей і виховання на цій підставі фізичних якостей, залучення до активної фізкультурної чи спортивної діяльності. Загальнопедагогічні завдання передбачають формування моральної свідомості і моральної поведінки, волевих якостей, працелюбності, творчого ставлення до фізичного виховання й самовиховання, естетичний й емоційний розвиток особистості. Оздоровчі завдання спрямовані на зміцнення фізичного здоров'я і профілактику захворювань, сприяння правильному фізичному розвитку, підвищенню за допомогою засобів фізичної культури розумової працездатності, зменшення негативного впливу надмірного навантаження на психіку студентів, обумовленого напруженим режимом навчання [1].

Натомість, як свідчить анкетування майбутніх учителів початкової школи, їхнє ставлення до занять фізичної культури неоднозначне. Так, на запитання "Чи вважаєте Ви за потрібне займатися фізичною культурою?" більшість з них (73 %) відповіли ствердно, а на запитання "Чи займаєтеся Ви якимсь видом спорту?" лише 18 % студентів дали відповідь, що займаються регулярно, 32 % – відповіли, що займаються "час від часу", інші 50 % майбутніх учителів ніяким видом спорту не займаються.

З-поміж причин, які перешкоджають їм займатися якимсь видом спорту респондентами було названо такі: "немає умов для самостійних занять спортом" – 37 % студентів, "заняття в секції чи в тренажерному залі коштують дорого" – 53% майбутніх учителів, "не вистачає вільного часу" – 78 % опитуваних, "відсутнє бажання" – 23 % студентів, "немає потреби" – 18 % майбутніх учителів початкових класів.

Результати анкетування також виявили, що студентами не заперечується, що збереження і зміцнення здоров'я залежить від образу життя людини. Ствердно на запитання "Чи залежить збереження і зміцнення здоров'я людини від образу її життя?" відповіли 83,4 % респондентів. Хоча незаперечним є й той факт, що не всі вони дотримуються такого образу. Так, ми з'ясували, що більшість з них (78,3 %) не дотримується режиму праці і відпочинку; 33,7 % – вживають алкогольні напої, 54,2 % – палять цигарки; 43,6 % ніколи не займалися процедурами загартування.

Отже, результати анкетування майбутніх учителів початкових класів виявили недостатньо позитивне ставлення студентів до власного здоров'я. На нашу думку, це пов'язано з тим, що вони переоцінюють свій стан здоров'я, не замислюються про те, що недотримання здорового образу життя може призвести до значного погіршення або навіть втрати здоров'я в подальшому. Недооцінюють вони і значення фізичної культури, занять фізичними вправами для поліпшення свого психічного і фізичного здоров'я, не докладають активних зусиль в цьому напрямі, що викликано, як ми вважаємо недостатньою сформованістю моральних стимулів, низьким статусом здоров'я в системі їхніх життєвих цінностей.

Збагачення досвіду культурно-оздоровчої діяльності студентів засобами фізичної культури, зазначає І. Яковлева, передбачає реалізацію особистісних потреб у розвитку здоров'я, участь у здоров'язберігаючій діяльності, прояв активності і творчості в ситуаціях, пов'язаних із збереженням здоров'я, збагачення досвіду його зміцнення, оцінку й аналіз результатів своєї здоров'ятворчої діяльності, бажання займатися культурно-оздоровчою діяльністю та підвищувати рівень підготовленості до здоров'язберігаючої діяльності в школі [5].

Підсумовуючи вищезазначене, ми дійшли висновку, що фізичне виховання у вищому навчальному закладі є важливим компонентом формування загальної культури майбутнього вчителя початкової школи, що визначає формування, збереження та зміцнення його власного здоров'я і здоров'я молодших школярів, що сприяє виробленню правильного ставлення людини самої до себе, прагненню до самопізнання, формування, розвитку і самовдосконалення своєї особистості, формуванню відповідних умінь і навичок ведення здорового образу життя. З огляду на це, ми вважаємо, що цілеспрямоване формування культури здоров'я у майбутніх учителів молодших класів засобами фізичного виховання

дозволити їм не тільки самим дотримуватися здорового способу життя, а й професійно організувати свою майбутню професійну діяльність із учнями з урахуванням створення здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу в початковій школі.

Перспективу подальших наукових розробок ми вбачаємо у визначенні шляхів залучення майбутніх учителів початкової школи до спортивно-ігрової діяльності, систематичних занять фізичною культурою і спортом, що, на нашу думку, є однією з педагогічних умов їхньої підготовки до діяльності, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я, формування здоров'язберігаючих навичок у молодших школярів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма : материалы II Международной научно-практической конференции (9-10 октября 2008 г.) – Мозырь, 2008. – 286 с.

2. *Кобяков Ю.П.* Проектирование и реализация здоровьеразвивающей технологии физического воспитания студентов вузов: автореф. дис. на соискание ученой степени докт. пед. наук: спец.: 13.00.08 "Теория и методика профессионального образования". – М., 2006. – 38 с.

3. Концепція національної системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді України / Р.Т.Раєвський, В.Г.Ареф'єв, М.Д.Зубалій, В.І.Кубасова, В.В.Столітенко // Початкова школа. – 1994. – № 8. – С.50–54.

4. *Новиков А.Д.* Теория и методика физического воспитания / А.Д.Новиков, Л.П.Матвеев. – М.: Советская педагогика, 1967. – 186 с.

5. *Яковлева И.А.* Организационно-педагогические условия формирования культуры здоровья студентов: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: специальность 13.00.08 "Теория и методика профессионального образования" / И.А.Яковлева. – Красноярск, 2008. – 21 с.

Подано до редакції 07.08.09.

РЕЗЮМЕ

У статті розглядаються різні підходи до проблеми організації освіти в галузі збереження і зміцнення здоров'я, акцентується увага на ролі фізичної культури в навчально-виховному процесі вищої школи для підготовки майбутніх учителів початкових класів до здійснення такої діяльності в роботі з молодшими школярами.

Ключові слова: фізичне виховання, фізична культура, здоровий образ життя, майбутній учитель.

Б.Т. Долинский

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

РЕЗЮМЕ

В статье рассматриваются различные подходы к проблеме организации образования в области сохранения и укрепления здоровья, акцентируется внимание на роли физической культуры в учебно-воспитательном процессе высшей школы для подготовки будущих учителей начальных классов к осуществлению такой деятельности в работе с младшими школьниками.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая культура, здоровый образ жизни, будущий учитель.

B.T. Dolinskiy

THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE IN PROFESSIONAL TRAINING OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS SUMMARY

The article analyzes different approaches to the problem of organizing education in the sphere of health safekeeping and improving, attention paid to the role of physical culture in terms of high school education for training future teachers of primary school for organizing such activity with junior pupils.

Keywords: physical education, physical culture, healthy life style, future teacher.
