

Шевченко Ольга

<https://orcid.org/0000-0002-9493-348X>

Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури та медико-біологічних дисциплін,
Центральноукраїнський державний університет
імені Володимира Винниченка
(Кропивницький, Україна) E-mail: gimnast.olga@gmail.com

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР

У статті досліджено сучасні підходи до формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'я збереження школярів засобами рухливих ігор. Навчання й виховання дітей є педагогічним процесом, спрямованим на формування та зміцнення в них уміння dbати про власне здоров'я і працездатність, а також на розвиток навичок організації й підтримання щоденної фізичної активності. Саме в шкільному віці формуються основи свідомого ставлення до власної фізичної підготовленості та розуміння важливості рухової активності.

Важливо своєчасно прищеплювати дітям потребу у регулярній фізичній активності. Найсприятливішим для цього є шкільний вік, який продовжує формування основ, закладених у дошкільному віці. На сьогодні цю проблему здебільшого вирішують лише навчальні заклади, які мають відповідні кадри та матеріально-технічну базу для повноцінного фізичного виховання.

Досягнення вагомих результатів у розв'язанні фізичного здоров'я школярів потребує нових підходів, технологій і засобів.

Мета дослідження полягає у визначенні дієвих шляхів підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбереження школярів.

Методологією дослідження є систематизація та вивчення наукових публікацій, аналіз наукової та навчально-методичної літератури, Інтернет-джерел, розкриття основних визначень досліджуваної проблеми, узагальнення та висновки.

Наукова новизна полягає у визначенні впливу інноваційних підходів із залученням інтерактивних, ігрових технологій в освітній процес підготовки майбутніх учителів фізичної культури в закладах вищої освіти, що сприяє формуванню у них готовності до здоров'язбереження школярів в закладах загальної середньої освіти.

Висновки. Автор статті приходить до висновку, знання та навички, надбані здобувачем при вивченні ігрових технологій дозволяють сформувати у майбутніх фахівців здатність до застосування загальних та спеціальних методів дослідження; формувати на цій основі системний науковий світогляд, морально-етичні цінності, громадянську та соціальну позиції, професійну та академічну етику, загальний культурний кругозір. Великого значення набуває здатність до педагогічної діяльності із дотриманням академічної та професійної доброчесності та готовність студентів використовувати сучасні здоров'язбережувальні технології, спеціалізоване програмне забезпечення у науковій, освітній та професійній діяльності.

Ключові слова: майбутній вчитель фізичної культури, здоров'язбереження, школярі, рухливі ігри.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Здоров'я людини є комплексним показником, який формується під впливом соціально-психологічних умов, медико-генетичних особливостей та інших чинників. Найвагоміше на стан здоров'я впливають екологічні умови, спосіб життя, низка біологічних характеристик (зокрема, сприятлива спадковість і відсутність вікових, статевих чи конституційних особливостей, що можуть спричинити хвороби), а також рівень організації медичної допомоги [2, 10]

У Державній національній програмі «Освіта» (Україна XXI століття) підкреслюється важливість створення умов для формування фізично та психічно здорової особистості. Це передбачає безперервний і всебічний вплив на духовний і фізичний розвиток дитини на всіх етапах її зростання, починаючи від раннього дитинства.

Фізичне виховання в освітньому процесі закладів загальної середньої освіти, як важлива складова загальної освітньої системи, має забезпечувати формування основ фізичного й морального здоров'я, а також комплексний розвиток розумових і фізичних якостей дитини. Воно покликане сприяти покращенню фізичної та психологічної готовності до активного життя й майбутньої професійної діяльності, спираючись на індивідуальний підхід, оздоровчу спрямованість, різноманітність засобів і форм фізичного розвитку та безперервність цього процесу [3].

Навчання й виховання дітей є педагогічним процесом, спрямованим на формування та зміцнення в них умінь дбати про власне здоров'я і працездатність, а також на розвиток навичок організації й підтримання щоденної фізичної активності. Саме в шкільному віці формуються основи свідомого ставлення до власної фізичної підготовленості та розуміння важливості рухової активності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Рухова активність – один з головних чинників, які визначають рівень фізичного здоров'я населення. Питання про достатній рівень рухової активності населення є основою багатьох наукових досліджень: Г.Л. Апанасенка, О.Д. Дубогай, Т.Ю. Круцевич, І.В. Муравова, С.Г. Булича, Б.М. Шияна, В.С. Язловецького та ін., де зазначається, що недостатня рухова активність негативно впливає на більшість функцій організму і є чинником виникнення й розвитку захворювань.

Раціональна рухова активність, відсутність шкідливих звичок, нормальне харчування, загартовування, раціональне поєднання роботи та відпочинку, додержання гігієни, профілактика стресу – все це фактори здорового способу життя [4, 267].

Досягнення вагомих результатів у розв'язанні фізичного здоров'я населення потребує нових підходів, технологій і засобів, розробці яких може сприяти вчення про інтегральну індивідуальність людини. Не менш важливим і нерозв'язним залишається проблема програмування оздоровчого спрямування змісту занять фізичною культурою та об'єктивного оцінювання результатів цього процесу.

Відомо, що однією з причин відхилень у фізичному розвитку та стані здоров'я дітей є недостатня рухова активність, яка з роками зменшується. Батьки та близьке оточення часто приділяють мало уваги руховому режиму дітей. Тому важливо своєчасно прищеплювати дітям потребу у регулярній фізичній активності. Найсприятливішим для цього є шкільний вік, який продовжує формування основ, закладених у дошкільному віці. На сьогодні цю проблему здебільшого вирішують лише навчальні заклади, які мають відповідні кадри та матеріально-технічну базу для повноцінного фізичного виховання.

Наукові дослідження багатьох учених: Н.В. Андрощука, О.М. Губаренко, О.Я. Кругляка, О.І. Ламкова, Н.В. Москаленко, С.П. Сав'яненко, Н.Є. Химич, О.В. Шевченко, А.В. Цьося та ін. відзначають, що рухливі ігри – це природна біологічна необхідність, ступінь задоволення якої багато в чому визначає структурний та функціональний розвиток організму дітей. Адже правильно організована рухова активність в дитинстві створює передумови для нормальної життєдіяльності організму людини в дорослому віці. Вона виконує роль регулятора росту молодого організму, є необхідною умовою для становлення та удосконалення дитини як біологічної істоти і соціального суб'єкта.

Гра – предмет дослідження багатьох наук: філософії, педагогіки, психології, етнографії, культурології, біології тощо. На думку В.О. Сухомлинського, «Гра – це величезне світле вікно, крізь яке в духовний світ дитини вливається живлючий потік уявлень, понять про навколишній світ. Гра – це іскра, що засвічує вогник допитливості».

Питання впливу рухливих ігор на здоров'язбереження школярів надто актуальне, а підготовка майбутніх учителів фізичної культури посідає чільне місце в системі освітньої галузі.

Мета дослідження полягає у визначенні дієвих шляхів підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбереження школярів.

Методологією дослідження є систематизація та вивчення наукових публікацій, аналіз наукової та навчально-методичної літератури, Інтернет-джерел, розкриття основних визначень досліджуваної проблеми, узагальнення та висновки.

Наукова новизна полягає у визначенні впливу інноваційних підходів із залученням інтерактивних, ігрових технологій в освітній процес підготовки майбутніх учителів фізичної культури в закладах вищої освіти, що сприяє формуванню у них готовності до здоров'язбереження школярів в закладах загальної середньої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Здійснивши аналіз науково-педагогічної літератури, вивчивши досвід підготовки майбутніх учителів фізичної культури ми з'ясували, що сучасна Нова українська школа потребує виявлення індивідуальних здібностей і нахилів кожної дитини для цілеспрямованого розвитку та професійної орієнтації. У цьому процесі школа активно співпрацює з закладами вищої освіти, які сприяють формуванню оптимальної траєкторії розвитку дитини та працюють за принципами особистісно-орієнтованої моделі освіти. У межах цієї моделі школа максимально враховує права, здібності, потреби та інтереси кожної дитини. У навчанні враховуються вікові особливості фізичного, психічного і розумового розвитку дітей. Для цього запроваджується двоциклова організація освітнього процесу на рівнях початкової та базової загальної середньої освіти.

У зв'язку цим вчитель закладу загальної середньої освіти повинен здійснювати освітню діяльність, яка вимагає як теоретичних, так і практичних спеціальних знань, а також здійснювати тактичне і стратегічне планування своєї діяльності та мотивувати здобувачів освіти до навчання.

На нашу думку сучасні освітні технології в закладах вищої освіти забезпечують засвоєння студентами вміння розв'язувати дидактичні проблеми освітнього процесу за допомогою сучасних інноваційних технологій, аналізувати і прогнозувати ефективність застосовуваних технологій навчання, формувати почуття відповідальності за їх результати. Опанування різними видами інноваційних технологій сприяють розвитку у студентів потреби творчості, педагогічної культури і нового стилю педагогічного мислення.

Освітня програма підготовки майбутніх учителів фізичної культури спеціальності А4 Середня освіта (Фізична культура) має на меті сформувати особистість фахівця галузі освіти, здатного вирішувати завдання професійної діяльності на нових засадах, з урахуванням сучасних потреб суспільства та мати достатній рівень сформованості професійних компетентностей.

Саме дисципліни практичного циклу освітньої програми є ефективним засобом формування та розвитку особистості майбутнього вчителя фізичної культури та набуття ним особистісної цінності. Тісний зв'язок фізичної культури і спорту з професійно-педагогічними орієнтаціями та діяльністю створює ситуацію, за якої дисципліни усвідомлюються як один із способів реалізації професійного і життєвого самовизначення, професійних планів і намірів, забезпечення умов для успішного виконання соціальних і професійних завдань [5].

На думку І.М. Дичківської, інновація в освіті це цілеспрямоване систематичне та послідовне впровадження в практику прийомів, способів педагогічних дій і засобів; як комплексний, інтегрований процес, що охоплює суб'єктів, ідеї, способи організації інноваційної діяльності і забезпечує результативність нововведення [1, 71].

У закладах вищої освіти за кордоном фізичне виховання передбачає спільну діяльність викладача і студента на розвиток тих фізичних якостей і реалізації фізичних здібностей, які хотів би розвинути в себе студент. Існує поняття мінімального (граничного) рівня розвитку основних фізичних якостей, якими має володіти студент. Студент разом з викладачем фізичного виховання розробляє карту навчання, в якій відображає напрями діяльності з особистого фізичного розвитку. Карта навчання з фізичного виховання розробляється у відповідності до існуючих методик навчання і можливостей навчально-матеріальної бази закладу вищої освіти. Головна увага приділяється навчанню студента засобам контролю і самоконтролю за особистим фізичним станом і збереженням здоров'я [6].

Здійснюючи аналіз організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти, ми дійшли висновку, що саме ігровий метод навчання надає широкі можливості для вчителя, як носія знань, і учнів, як основного споживача. Ігри і ігрові рухи – це супутники життя дитини, які формують фізичні і особисті якості дитини. Ігрова технологія є унікальною формою навчання і оздоровлення, яка дає можливість зробити звичайний урок цікавим, захоплюючим.

Готовність вчителя фізичної культури до організації і проведення уроку в ігровій формі передбачає розуміння, що ігри є найбільш природним видом фізичних занять, підвищують рівень рухової активності, компенсують нестачу руху в учнів, позитивно впливають на розвиток фізичних якостей і формують здоров'язбережувальні компетентності школярів.

З метою підготовки студентів до майбутньої професійної діяльності ми організували освітній процес з дисциплін фахової підготовки в умовах дотичних до закладу загальної середньої освіти. Існує широкий спектр рухливих ігор, і така різноманітність дозволяє обирати їх відповідно до рівня підготовленості особистості. Рухливі ігри можуть поступово ускладнюватися, проте загальна логіка етапів і дій залишається сталою. Удосконалення може стосуватися підвищення складності рухових завдань, збільшення дистанції, введення нових рухових компонентів або зміни способу їх організації.

З метою підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбереження школярів ми організували дослідження впливу інтерактивного навчання на процес опанування освітнього компоненту «Методика викладання рухливих ігор і забав». Такі заняття дали надзвичайний ефект, бо вони нові, незвичайні. Студенти на таких заняттях займаються з ентузіазмом, в них підвищується тонус, бажання, настрої.

Перший інтерактив, який ми запропонували – «Асоціативний куш». На початку заняття ми озвучували студентам тему і за допомогою рухливих ігор пропонували пригадати та назвати дії, які асоціюються з цією темою. Спершу виникали найстійкіші асоціації, а потім – другорядні. Викладач занотовував відповіді, утворюючи своєрідний «куш», що поступово розширювався. Такий метод є універсальним, оскільки його можна застосовувати під час опрацювання будь-якої навчальної дисципліни.

Другий інтерактив – «Мікрофон». Ця технологія давала можливість кожному учаснику швидко й по черзі висловитися, відповідаючи на запитання або озвучуючи власну думку чи позицію. Ми пропонували говорити лише тому, хто тримав «символічний» мікрофон. Усі висловлені відповіді не підлягали

коментуванню чи оцінюванню. Поки одна людина говорила, інші не мали права перебивати, вигукувати чи вставляти свої репліки.

Студенти проявили значний інтерес до роботи в парах, яку можна використовувати для реалізації будь-якої дидактичної мети: засвоєння, закріплення чи перевірки знань. Під час парної взаємодії кожен мав можливість висловлюватися та брати активну участь у виконанні завдань. Така форма роботи давала студентам час обміркувати матеріал, поділитися ідеями з партнером, а вже потім презентувати їх перед групою. Вона сприяла розвитку комунікативних умінь, навичок аргументації, критичного мислення, уміння вести дискусію й переконувати. Крім того, завдяки роботі в парах можна оперативніше виконати вправи, на які за інших умов знадобилося б значно більше часу.

Під час виробничої (педагогічної) практики студенти підтвердили свої знання і довели, що ігри і ігрові рухи в закладах загальної середньої освіти – це супутники життя дитини, які формують фізичні і особисті якості школярів. Було підтверджено, що ігрова технологія є унікальною формою навчання, яка дає можливість зробити звичайний урок цікавим, захоплюючим.

Висновки. Отже, знання й уміння, отримані здобувачем під час опанування ігрових технологій, сприяють формуванню в майбутніх фахівців здатності застосовувати загальні та спеціальні методи дослідження; на цій основі розвивати цілісний науковий світогляд, морально-етичні принципи, громадянську й соціальну позиції, професійну та академічну етику, а також широкий культурний кругозір. Особливо важливою є здатність здійснювати педагогічну діяльність із дотриманням академічної та професійної доброчесності, а також готовність студентів використовувати сучасні технології збереження здоров'я та спеціалізоване програмне забезпечення у своїй науковій, освітній і професійній діяльності.

На нашу думку, можна зазначити, що високий рівень фізичного розвитку є ключовою передумовою збереження здоров'я, тоді як однією з основних причин різноманітних порушень у фізичному стані школярів виступає недостатня рухова активність, яка щороку продовжує знижуватися. Виконання оздоровчих завдань у процесі фізичного виховання учнів можливе завдяки використанню дієвих засобів фізичної культури, серед яких особливе місце займають рухливі ігри. Ігрова діяльність є найбільш природною формою рухової активності, сприяє підвищенню рівня рухової активності, компенсує її дефіцит у школярів і позитивно впливає на формування їхніх здоров'язбережувальних компетентностей.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у більш докладній розробці методичних рекомендацій щодо підготовки майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'язбережувальних технологій в закладах загальної середньої освіти.

References

1. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2004. 352 с.
Dychkivska, I. M. (2004). *Innovatsiini pedahohichni tekhnolohii: navch. Posib.* [Innovative pedagogical technologies: teaching aids]. Kyiv: Akademyvdav. 352. [in Ukrainian].
2. Жабокрицька О. В., Язловецький В. С. Сучасні методи й системи оздоровлення. Навчальний посібник. Кіровоград: РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2005. 388 с.
Zhabokrytska, O. V. & Yazlovetskyi, V. S. (2005). *Suchasni metody y systemy ozdorovlennia.* [Modern methods and systems of health improvement. Textbook]. Kirovohrad: RVV KDPU imeni Volodymyra Vynnychenka. 388. [in Ukrainian].
3. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія/за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.
Zahalna teoriia zdorovia ta zdoroviazberezhenia: kolektyvna monohrafiia. [General theory of health and health preservation: collective monograph] /za zah. red. prof. Yu. D. Boichuka. Kharkiv: Vyd. Rozhko S. H. 2017.488. [in Ukrainian].
4. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. Т. Ю. Круцевич, Н. С. Пангелова, О. Д. Кривчикова та ін. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. л-ра», 2017. Т.2. Методика фізичного виховання різних груп населення. 448 с.
Krucevich, T. & Pangelova, N. & Krivchikova, O. (2017). *Teoriya i metodika fizichnogo vihovannya: pidruch. dlya stud. vish. navch. zakl. fiz. vihovannya i sportu: u 2 t* [Theory and Methods of Physical Education: a textbook for students of higher educational institutions of physical education and sports: in 2 volumes]. Kyiv: Nacionalnij universitet fizichnogo vihovannya i sportu Ukrayini, vid-vo «Olimp. l-ra», 2017. T.2. Metodika fizichnogo vihovannya riznih grup naseleण्या. 448. [in Ukrainian].
5. Шевченко О. В. Формування професійної майстерності у майбутніх учителів фізичної культури засобами спортивних свят і видовищ. Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, 2025. Том 187 № 31. С. 328-332.
Shevchenko, O. V. (2025). *Formuvannia profesiinoi maisternosti u maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury zasobamy sportyvnykh sviat i vydovyshch* [Formation of professional skills in future physical education

teachers through sports festivals and performances]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. H. Shevchenka*. T. 187.31. 328-332. [in Ukrainian].

6. Шевченко О. В. Особливості систем фізичного виховання в університетській освіті Польщі і України: спільне та відмінне, шляхи вдосконалення. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. Кропивницький: Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка, 2023. Випуск 209. С. 338-343.
- Shevchenko, O. V. (2023). Osoblyvosti system fizychnoho vykhovannia v universytetskii osviti Polshchi i Ukrainy: spilne ta vidminne, shliakhy vdoskonalennia [Peculiarities of physical education systems in university education in Poland and Ukraine: common and distinctive features, ways of improvement]. *Scientific notes. Series: Pedagogical sciences*. Kropyvnytskyi: Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University. 338-343 [in Ukrainian].

Shevchenko Olha

<https://orcid.org/0000-0002-9493-348X>

*Candidate of pedagogical sciences, associate professor
of the department of physical education and medical and biological disciplines;
Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University
(Kropyvnytskyi, Ukraine) E-mail: gymnast.olga@gmail.com*

TRAINING FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS TO PRESERVE THE HEALTH OF SCHOOLCHILDREN USING ACTIVITY GAMES

The article examines modern approaches to the formation of the readiness of future physical education teachers to maintain the health of schoolchildren by means of outdoor games. The education and upbringing of children is a pedagogical process aimed at forming and strengthening in them the ability to take care of their own health and working capacity, as well as at developing the skills of organizing and maintaining daily physical activity. It is at school age that the foundations of a conscious attitude to one's own physical fitness and understanding of the importance of physical activity are formed.

It is important to instill in children the need for regular physical activity in a timely manner. The most favorable for this is school age, which continues the formation of the foundations laid in preschool age. Today, this problem is mostly solved only by educational institutions that have the appropriate personnel and material and technical base for full-fledged physical education.

Achieving significant results in solving the physical health of schoolchildren requires new approaches, technologies and means.

***The purpose** of the study is to determine effective ways to train future physical education teachers to preserve the health of schoolchildren.*

***The research methodology** is the systematization and study of scientific publications, analysis of scientific and educational and methodological literature, Internet sources, disclosure of the main definitions of the problem under study, generalizations and conclusions.*

***The scientific novelty** is to determine the impact of innovative approaches involving interactive, game technologies in the educational process of training future physical education teachers in higher education institutions, which contributes to the formation of their readiness for preserving the health of schoolchildren in secondary education institutions.*

***Conclusions.** The author of the article concludes that the knowledge and skills acquired by the applicant when studying game technologies allow future specialists to form the ability to apply general and special research methods; to form on this basis a systematic scientific worldview, moral and ethical values, civic and social positions, professional and academic ethics, and a general cultural outlook. Of great importance is the ability to engage in pedagogical activity with observance of academic and professional integrity and the readiness of students to use modern health-saving technologies, specialized software in scientific, educational and professional activities.*

***Keywords:** future physical education teacher, health preservation, schoolchildren, outdoor games.*

Стаття надійшла до редакції 24.11.2025

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **Лещенко Г.А.**