

Міністерство освіти і науки України
Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія

АЛЕКСЄЄВ ОЛЕКСАНДР ОЛЕКСІЙОВИЧ

УДК 371.134:796.071.4(043.3)

**ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ
НА ТРАДИЦІЯХ УКРАЇНСЬКОГО КОЗАЦТВА**

13.00.04 – теорія та методика професійної освіти

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук



Хмельницький – 2016

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Харківському національному педагогічному університеті імені Г. С. Сковороди, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент
Ушмарова Вікторія Володимирівна,
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, доцент кафедри теорії і методики професійної освіти.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
Конох Анатолій Петрович,
ДВНЗ «Запорізький національний університет», завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту;

кандидат педагогічних наук
Чепелюк Анна Вікторівна,
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, старший викладач кафедри спортивних дисциплін та методики їх викладання.

Захист відбудеться «03» листопада 2016 р. о 10⁰⁰ годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 70.145.01 у Хмельницькій гуманітарно-педагогічній академії за адресою: зала засідань, вул. Проскурівського підпілля, 139, м. Хмельницький, 29013.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії за адресою: вул. Проскурівського підпілля, 139, м. Хмельницький, 29013; та на сайті академії за адресою: www.kgra.km.ua.

Автореферат розісланий «30» вересня 2016 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



Б. С. Крищук

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. В умовах складної соціально-економічної та духовної кризи, погіршення екологічної ситуації в Україні все більше занепокоєння викликає стан здоров'я та фізичної підготовленості молоді. Дефіцит рухової активності учнів, підвищення навчальних навантажень, зниження імунітету, поширення шкідливих звичок, наявні суперечності між декларативним і реальним ставленням молоді до фізичної культури окреслюють необхідність розробки і втілення в практику роботи ВНЗ інноваційних підходів для інтелектуального і фізичного розвитку, духовно-морального виховання учнівської молоді, зокрема, підлітків. Саме тому в сучасному суспільстві виникла потреба в підготовці педагогічних кадрів, насамперед учителів фізичної культури (далі – ФК), здатних компетентно забезпечувати в навчально-виховному процесі збереження, зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя (далі – ЗСЖ) підлітків як однієї з вразливих груп населення, схильної до ризикованої, девіантної, делінквентної та здоров'яруйнівної поведінки.

Шляхи збереження та зміцнення здоров'я учнівської молоді на державному рівні закріплено в Національній стратегії розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки (2012 р.), Концепціях Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір», Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 роки (2011 р.), законах України «Про освіту» (1991 р.), «Про вищу освіту» (2014 р.), «Про фізичну культуру і спорт» (1993 р. зі змінами 2015 р.) та інших нормативно-правових документах, котрі регулюють розвиток сфери фізичного виховання, спорту й охорони здоров'я.

У теорії та практиці професійної підготовки майбутніх учителів, їхній практичній оздоровчій діяльності накопичено значний досвід вирішення проблем здоров'я підлітків. У сучасній педагогічній науці досліджено різні аспекти підготовки майбутніх учителів ФК, як-от: розроблено концепції професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту в педагогічних навчальних закладах (А. Конох, Л. Сущенко, О. Тимошенко, Б. Шиян); розглянуто основні аспекти підготовки майбутніх учителів ФК до спортивно-ігрової (О. Свєртнєв), позакласної оздоровчо-виховної (Л. Ареф'єва, Є. Захаріна), фізкультурно-оздоровчої (Н. Денисенко, Л. Іванова) та професійної діяльності загалом (Л. Безкоровайна, М. Данилко, М. Карченкова, А. Чепелюк), на засадах аксіології (Л. Демінська), шляхом розв'язання педагогічних ситуацій і задач (Р. Карпюк, Ю. Кравченко), застосування інформаційних технологій у професійній діяльності (Г. Генсерук, Р. Клопов) з метою валеологічного (О. Адєєва, М. Гончаренко), патріотичного виховання учнів (А. Леоненко), здоров'язбереження (Ю. Мусхаріна), формування ЗСЖ підлітків (Н. Крутогорська, В. Пристинський, І. Шаповалова) та попередження в них шкідливих звичок (О. Турчак); за допомогою використання фізкультурно-оздоровчих (М. Пономаренко) та ігрових технологій (О. Корносенко) та ін.

Однією з тенденцій модернізації професійної підготовки майбутніх учителів ФК є активна імплементація історично сформованих народних і традиційних

виховних способів та засобів збереження, зміцнення здоров'я й формування ЗСЖ молодого покоління, до яких належать традиції українського козацтва. Тому сучасними науковцями досліджується проблема використання засобів української народної фізичної культури в здоров'язбереженні молоді (Н. Деделюк, О. Кириченко, А. Конох, С. Мудрик, Є. Приступа, О. Слімаковський, А. Цьось та ін.); підготовки майбутніх учителів ФК до впровадження рухливих і національних ігор (Л. Гальченко, О. Ткаченко) та національних засобів фізичного виховання (О. Припула) у професійній діяльності.

Незважаючи на значний інтерес науковців до проблеми здоров'язбереження, окремі аспекти формування ЗСЖ підлітків здійснюються недостатньо ефективно. Причинами цього є, з одного боку, формальний підхід до проведення уроків фізичної культури для цієї категорії учнів, з іншого – недостатній рівень компетентності вчителів ФК у сфері організації фізкультурно-оздоровчої роботи.

Аналіз наукових пошуків дослідників і вивчення сучасного досвіду організації професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів ФК засвідчив наявність *суперечностей*, що потребують результативного розв'язання, між:

- об'єктивно зрослою потребою суспільства в збереженні, зміцненні здоров'я і формуванні ЗСЖ підлітків, зокрема, на традиціях українського козацтва, та недостатнім теоретико-методичним забезпеченням підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації такого процесу;

- потенційними можливостями традицій українського козацтва у формуванні ЗСЖ підлітків і відсутністю їхнього широкого та творчого застосування вчителями ФК у навчально-виховному процесі школи;

- необхідністю суттєвого оновлення змісту фізичного виховання підлітків та сталістю використання у підготовці майбутніх учителів ФК традиційних форм і методів формування ЗСЖ учнів підліткового віку.

Актуальність та соціальна значущість наукової проблеми, недостатній рівень її вивчення в теорії і методиці професійної освіти, необхідність пошуку ефективних шляхів практичного вирішення проблеми підготовки майбутніх учителів ФК зумовили вибір теми дисертації: **«Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва»**.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертація є складником комплексної теми кафедри теорії і методики професійної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди «Сучасні освітньо-виховні технології в підготовці майбутніх учителів» (номер державної реєстрації 0111U008876).

Тему дисертації затверджено вченою радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (протокол № 6 від 23.12.2011 р.) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 2 від 28.02.2012 р.).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність педагогічних умов і результативність структурної моделі

підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва.

Відповідно до мети визначено такі **завдання дослідження**:

1. Визначити сутність та особливості підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків та потенційні можливості традицій українського козацтва у формуванні здорового способу життя підлітків.

2. Обґрунтувати структуру готовності майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва.

3. Визначити й обґрунтувати педагогічні умови та розробити структурну модель підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва.

4. Експериментально перевірити ефективність педагогічних умов і результативність упровадження структурної моделі підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва.

Об'єкт дослідження – професійно-педагогічна підготовка майбутніх учителів фізичної культури у ВНЗ.

Предмет дослідження – педагогічні умови та структурна модель підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети і вирішення завдань використано комплекс методів, адекватних предмету дослідження: *теоретичні* – теоретичний аналіз, систематизація та узагальнення філософської, психолого-педагогічної, медико-біологічної, валеологічної, науково-методичної та етнопедагогічної літератури, спеціалізованої літератури з фізичної культури, нормативних документів з теми дослідження, навчальних програм, інформаційних ресурсів мережі Інтернет – для з'ясування понятійного апарату дослідження та сучасного стану підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; моделювання – для розробки структурної моделі підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; *емпіричні* – анкетування, тестування, опитування студентів, педагогічне спостереження, метод експертних оцінок, самооцінювання, ретроспективний аналіз власного педагогічного досвіду – для встановлення рівня готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків з використанням ідей козацької педагогіки; *інтерпретаційні методи дослідження* – аналіз, порівняння, ранжування, узагальнення теоретичних досліджень, практичного досвіду – для розробки інноваційних методик; педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний і підсумковий) – для перевірки ефективності педагогічних умов і результативності структурної моделі підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; *методи математичної статистики* – порівняння дисперсій та середніх арифметичних, визначення F-критерію – для доведення

достовірності результатів дослідження, обґрунтування висновків, зроблених на основі педагогічного експерименту.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

– *уперше* визначено і теоретично обґрунтовано педагогічні умови підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва (мотивація студентів до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва; активізація навчально-пізнавальної діяльності студентів та насичення змісту професійної підготовки науковою інформацією щодо досвіду формування ЗСЖ козацької молоді; сприяння набуттю майбутніми вчителями ФК досвіду формування навичок ЗСЖ підлітків засобами рухливих і спортивних ігор українського козацтва; залучення студентів до самостійної професійно-творчої діяльності з формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва) та розроблено структурну модель підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва, логіку побудови якої узгоджено зі структурою цієї діяльності. Структурна модель відображає її значущі характеристики, які охоплюють: цільові установки і цінності, уявлення майбутніх учителів ФК про процес формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва, зміст цієї роботи, способи її здійснення та результат;

– *уточнено* основні складники здорового способу життя як інтегрального особистісного утворення (когнітивний, ціннісно-мотиваційний, інструментальний, діяльнісний);

– *удосконалено* структуру та *визначено* компоненти (аксіологічний, когнітивний, технологічний, рефлексивний), критерії (усвідомлення цінності традицій українського козацтва в збереженні здоров'я підлітків; наявність професійно-педагогічних та етнопедагогічних знань, що забезпечують формування ЗСЖ підлітків на основі традицій українського козацтва; сформованість умінь, необхідних для успішного формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; активність студентів у напрямі самовдосконалення вмінь організовувати здоров'язбереження підлітків) готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва.

Подальшого розвитку набуло уточнення змісту понять «здоров'я», «процес формування ЗСЖ підлітків», «підготовка майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків», «готовність майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків»; використання методів аналізу й узагальнення засобів і способів здоров'язбереження з козацької педагогіки для визначення доцільності їхнього використання в підготовці майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва.

Практичне значення одержаних результатів полягає в розробці спецкурсу «Формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва» для студентів 4 курсу галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» напряму підготовки 6.010201 «Фізичне виховання» та використанні його навчально-методичного забезпечення; удосконаленні

діагностики рівнів сформованості готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; адаптації козацьких методів і засобів оздоровлення, які передбачають використання природних чинників загартування тіла і духу, комплексів фізичних вправ з метою вдосконалення навчально-методичного забезпечення підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків, організації їхнього дозвілля та розширення рухового досвіду, у спортивних школах і секціях, під час проведення виховних та спортивно-оздоровчих заходів у школі.

Результати дослідження **впроваджено** в практику підготовки майбутніх учителів ФК Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (довідка про впровадження № 71 від 31.08.2015 р.), Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (довідка про впровадження № 01/10-1051 від 01.10.2015 р.), Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (довідка про впровадження № 43-33/03 від 18.01.2016 р.), Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (довідка про впровадження № 10-15/532 від 23.02.2016р.).

Особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві працях полягає в тому, що: у статті [2] дисертантом визначено специфіку національних рухливих ігор; у статті [12] – окреслено стратегічні принципи формування здорового способу життя підлітків; у статті [15] – визначено особливості культури здоров'я майбутніх учителів.

Апробація результатів дослідження. Основні результати та теоретичні положення дисертації презентувалися й обговорювалися на науково-практичних конференціях різного рівня, серед яких: *міжнародні* – «Методологія сучасних наукових досліджень» (Харків, 2012), «Naukowe prace, praktyka, organizacja, innowacje 2013 roku» (Zakopane, 2013), «Проблеми освіти» (Київ, 2014); *всеукраїнські* – «Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти» (Кам'янець-Подільський, 2012, 2013, 2014); *науково-методологічні семінари і засідання* кафедри спорту і спортивних ігор, а також *звітні конференції викладачів, докторантів та аспірантів* Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (2012–2015 рр.).

Публікації. Результати дослідження висвітлено у 18 наукових публікаціях автора (15 – одноосібні), з яких 8 відображають основні наукові результати дисертації (зокрема, 1 публікація в науковому фаховому виданні України, включеному до міжнародних наукометричних баз), 9 – апробаційного характеру, 1 публікація, яка додатково відображає наукові результати дисертації.

Структура та обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел (302 найменування, з них 16 – іноземними мовами), додатків (5 на 31 сторінці). Загальний обсяг дисертації становить 265 сторінок друкованого тексту, основний зміст викладено на 200 сторінках. Роботу ілюстровано 8 таблицями і 11 рисунками.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність теми, вказано її зв'язок із науковими програмами, планами, темами; визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичне значення одержаних результатів; подано відомості про впровадження, апробацію та опублікування результатів дослідження; вказано структуру та обсяг дисертації.

У першому розділі – **«Теоретичні основи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва»** – охарактеризовано понятійно-термінологічне поле проблеми підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків; визначено особливості підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків; з'ясовано потенційні можливості використання майбутніми учителями ФК оздоровчих традицій українського козацтва у формуванні ЗСЖ підлітків.

На основі проведеного аналізу історико-філософського становлення поняття «здоров'я» виокремлено кілька альтернативних підходів до розуміння цього феномена: *нормоцентричний, феноменологічний, холістичний, крос-культурний, дискурсний, аксіологічний, інтегративний*. На основі аналізу зазначених підходів визначено, що *здоров'я* – це комплексний, цілісний, багатовимірний динамічний стан, що розвивається в процесі реалізації генетичного потенціалу в умовах конкретного соціального й екологічного середовища і дає змогу людині на різних рівнях здійснювати її біологічні та соціальні функції.

Важливу роль у збереженні здоров'я відіграє здоровий спосіб життя. Неоднозначність і широкий спектр розуміння ЗСЖ ускладнюють популяризацію його принципів, тому досліджуваний феномен охарактеризовано крізь призму різних наукових підходів (аксіологічного, системного, культурологічного, діяльнісного). З позицій *аксіологічного підходу* ЗСЖ – це сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людством у сфері охорони здоров'я, а його цінність полягає в тому, що він є інструментом і методом у накопиченні, використанні й збереженні здоров'я (Ю. Бойко, Л. Кіелевяйнен, А. Куправа, М. Марценюк, В. Оржеховська та ін.). У межах *системного підходу* ЗСЖ – це багаторівнева система причинних зв'язків суб'єкта та навколишнього світу, що поетапно формується на основі універсальних закономірностей еволюційного розвитку (Н. Абаскалова, М. Віленський, А. Заїкін, В. Солдатенко та ін.). ЗСЖ у контексті *культурологічного підходу* – це вияв культури діяльності, що відображає знання та уявлення про людину, природу міжособистісної взаємодії (В. Горащук, С. Горбушина, Ю. Мусхаріна, Б. Чумаков та ін.). В аспекті *діяльнісного підходу* ЗСЖ спонукає до здоров'ятворчої активності і забезпечує здоров'ятворчу діяльність (А. Вейл (A. Weil), Ю. Лісіцин, О. Маркова та ін.). Формування ЗСЖ учнівської молоді є невід'ємним компонентом діяльності вчителя, органічно пов'язане з усіма виховними функціями.

Шляхом узагальнення результатів наукових розвідок встановлено особливості підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків:

ефективність формування здорового способу життя залежить від подвійного впливу на формування особистості підлітка біологічних процесів, що ведуть до анатоμο-фізіологічних змін в організмі, та соціальних чинників; необхідність розвитку якостей особистості підлітків у межах прогностичної, практико зорієнтованої та компетентнісної спрямованості; необхідність урахування чинників ризику формування порушень здоров'я підлітків, зумовлених навчальним процесом та психоінформаційними перенавантаженнями; підготовка майбутнього вчителя ФК до роботи з подолання шкідливих звичок підлітків передбачає посилення уваги до особливостей формування особистості підлітків; підготовка майбутніх учителів ФК до вибору оптимальних інноваційних засобів формування ЗСЖ підлітків з урахуванням специфіки їхньої соціалізації; ставлення й усвідомлена активність студентів у процесі занять фізичним вихованням.

Завдання сучасної дидактики фізкультурної освіти полягає у творчому пошуку шляхів оптимізації підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на основі переосмислення та конструктивного використання історико-педагогічних надбань, забезпечення ефективного виховання, духовного збагачення, розвитку активності та творчого потенціалу студентів шляхом використання традицій українського козацтва, які історично довели свою ефективність. Найважливішим компонентом козацької культури є фізичне виховання, яке має прикладний характер, засноване на традиційних формах і видах рухової активності, нерозривно пов'язане зі світоглядом козаків, розвитком вольових, духовно-моральних, стресостійких, соціально-нормативних якостей молодого покоління. На основі аналізу етнографічних та історичних джерел встановлено, що напрямами формування ЗСЖ у козацькій педагогіці є: повноцінне і раціональне харчування; оптимальна фізична і рухова активність; ефективні активно-рухові фізичні та психофізичні вправи, спрямовані на самопізнання, саморозвиток, тілесне, психофізичне та моральне вдосконалення; повноцінна праця і відпочинок; загартовування, формування морально-вольових якостей; систематичні тренування і загартування тіла; санітарна культура й особиста гігієна; культура міжособистісних відносин; регуляція психоемоційної поведінки, які є особистісними цінностями і цільовим орієнтиром для здійснення виховного процесу серед сучасної молоді в напрямі збереження та зміцнення їхнього здоров'я.

У другому розділі – **«Організаційно-методичні засади підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва»** – розглянуто вдосконалені компоненти, критерії та показники рівнів готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; аргументовано педагогічні умови та відображено зміст і взаємозв'язки між складниками розробленої структурної моделі підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва.

Для визначення педагогічних умов і розробки структурної моделі підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва визначено *компоненти* (аксіологічний, когнітивний, технологічний,

рефлексивний), *критерії* (усвідомлення цінності традицій українського козацтва в збереженні здоров'я підлітків; наявність професійно-педагогічних та етнопедагогічних знань, що забезпечують формування ЗСЖ підлітків на основі традицій українського козацтва; сформованість умінь, необхідних для успішного формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; активність студентів у напрямі самовдосконалення вмінь організовувати здоров'язбереження підлітків на традиціях українського козацтва) та їхні *показники*, на основі яких визначено *рівні* сформованості означеного феномена: високий, функціональний, базовий і низький.

Установлено, що оптимальне середовище підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва забезпечує реалізація таких педагогічних умов: мотивація студентів до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; активізація навчально-пізнавальної діяльності студентів та насичення змісту професійної підготовки науковою інформацією щодо формування ЗСЖ козацької молоді; сприяння набуттю майбутніми вчителями ФК досвіду формування навичок ЗСЖ підлітків засобами рухливих і спортивних ігор українського козацтва; залучення студентів до самостійної професійно-творчої діяльності з формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва.

У процесі реалізації *першої педагогічної умови* враховувалася сукупність сталих мотивацій майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва: ціннісні орієнтації, засновані на потребі збереження здоров'я підлітків; грамотне й осмислене ставлення до особистості підлітка; спрямованість на організацію ЗСЖ підлітків з використанням традицій українського козацтва, що дозволило активно регулювати стан здоров'я підлітків із урахуванням індивідуальних особливостей їхніх організмів, реалізації програми для їхнього самозбереження, самореалізації, саморозвитку. Основними методами формування мотивацій у майбутніх учителів ФК обрано: аналіз проблемних ситуацій і пізнавальних завдань, дискусії, залучення студентів до особистісно-сміслового діалогу, що сприяло їхньому становленню активними суб'єктами фізкультурно-спортивного процесу щодо використання оздоровчих традицій козацької педагогіки у формуванні ЗСЖ підлітків.

Друга педагогічна умова реалізовувалася в теоретичній підготовці студентів у межах вивчення спецкурсу «Формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва». Ураховувалося, що до 4 курсу студенти опанували такі гуманітарні дисципліни, як «Історія України», «Історія української культури», «Філософія», «Теорія і практика освіти», «Цінності європейської цивілізації», «Історія світової цивілізації», у межах вивчення яких засвоювалися етнокультурні традиції українського народу, та зміст фахових дисциплін («Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Фізіологічні основи фізичного виховання та спорту», «Фізіологія людини» та ін.), вивчення яких сприяло усвідомленню психофізіологічних особливостей підліткового віку в здоров'язбереженні. Теоретична підготовка передбачала систематизацію, поглиблення та узагальнення наявних знань щодо використання традицій

українського козацтва у формуванні ЗСЖ підлітків, формування на цій основі ідейних поглядів, переконань, розвиток пізнавальних і професійних інтересів, формування в студентів чітких уявлень про можливості навчальних предметів і позакласної виховної роботи із залучення підлітків до козацьких моральних і валеологічних цінностей та здійснювалася з використанням таких форм і методів навчання: проблемні лекції та семінарські заняття, навчальні дискусії та диспути, організаційно-діяльнісні ігри.

Реалізація *третьої педагогічної умови* передбачала проведення практичних та навчально-тренувальних занять, які спрямовувалися на ефективне формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва. У процесі проведення практичних занять майбутні вчителі ФК опановували методику проведення різних за змістом уроків з елементами козацької педагогіки; здійснювали підбір ефективних засобів і методів фізичного виховання, підвищення функціонального резерву організму підлітків на основі традицій українського козацтва; використовували різні вправи і періоди навантаження в поєднанні з постійним контролем величини моторної щільності та інтенсивності завдань з елементами козацьких традицій. На навчально-тренувальних заняттях студенти експериментальних груп (далі – ЕГ) відпрацьовували технічні і тактичні елементи (удари, захвати, кидки) козацьких видів єдиноборств (бойовий гопак, спас, коло, хрест, боротьба навкулачки, на поясах, на палицях тощо); засвоювали спеціальні фізичні вправи для проведення військово-прикладних занять для подальшої фізкультурно-спортивної підготовки підлітків у всіх її формах; опановували технічні прийоми, техніку демонстрації й тактику застосування козацьких рухливих ігор з дотриманням принципу послідовності.

Четверта педагогічна умова спрямовувалася на залучення студентів до самостійної професійно-творчої діяльності з формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва шляхом надання студентам можливості свободи вибору та свободи творчості, самовизначення і самореалізації в процесі проходження педагогічної практики та вивчення дисципліни «Організація і методика оздоровчої масової фізичної культури»; вирішення логіко-рефлексивних, рефлексивно-пошукових, рефлексивно-дослідних і рефлексивно-творчих завдань; діалогізації форм і методів навчальної та професійної взаємодії; цілеспрямованого створення в педагогічному процесі ситуацій, що вимагають рецензування, аналізу та оцінки.

На основі аналізу та узагальнення наукових розвідок, використання наукових методів моделювання розроблено й реалізовано на практиці в навчальному процесі ВНЗ структурну модель підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва (рис. 1).

У структурній моделі відображено наукові підходи, принципи підготовки у ВНЗ, на засадах яких у чотирьох напрямках (інформаційний, пізнавальний, діяльнісний, рефлексивний) реалізовувалися педагогічні умови підготовки майбутніх учителів ФК та компоненти їхньої готовності до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва (аксіологічний, когнітивний, технологічний та рефлексивний), яка визначалась за чотирма рівнями (високий,

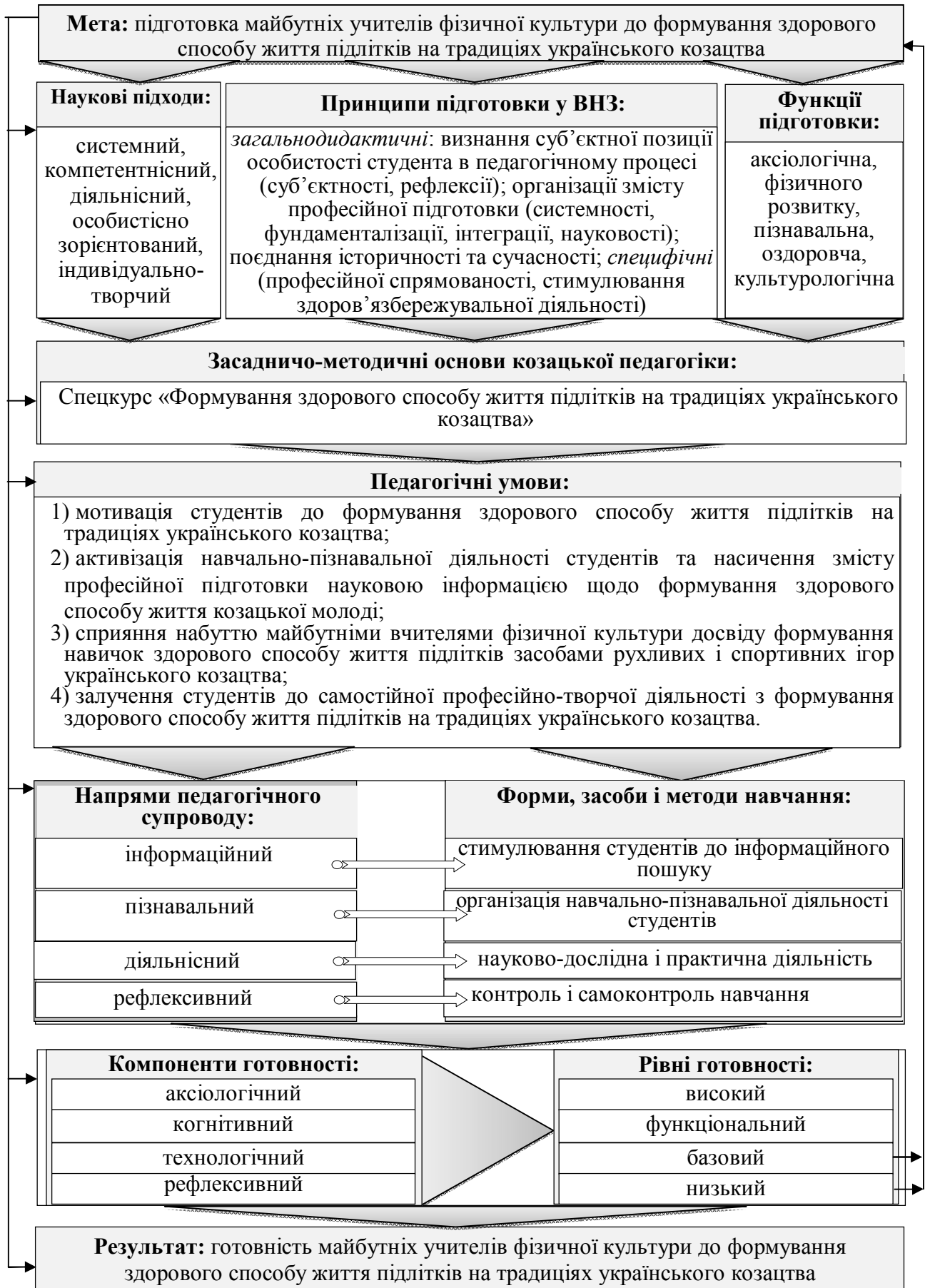


Рис. 1 Структурна модель підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва

функціональний, базовий, низький). Структурна модель відображає основні ознаки, структурно-функціональні та причинно-наслідкові зв'язки між елементами аналізованих процесів підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва.

У третьому розділі – **«Експериментальна перевірка ефективності педагогічних умов та результативності структурної моделі підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва»** – окреслено етапи дослідно-експериментальної роботи; висвітлено результати діагностики стану сформованості готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; відображено методику організації формувального етапу педагогічного експерименту; узагальнено й перевірено достовірність отриманих результатів методами математичної статистики.

Дослідно-експериментальна робота щодо перевірки ефективності педагогічних умов і розробленої структурної моделі підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва проводилася протягом 2013–2016 рр. в умовах реального навчального процесу на базі факультету фізичної культури Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, факультету фізичного виховання Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича та факультету фізичного виховання і спорту Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди зі студентами 4 курсу галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» напряму підготовки 6.010201 «Фізичне виховання» у три етапи: констатувальний, формувальний, підсумковий.

Констатувальний етап експерименту проводився протягом 2013–2014 н.р. та мав адаптивно зорієнтований характер. Його мета полягала в первинній діагностиці готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва на основі аналізу документації (освітнього стандарту, освітньої програми, форм і змісту організації навчання), результатів контролю і зрізів успішності. На цьому етапі шляхом анкетування, тестування, бесід, опитування, педагогічного спостереження, методу експертних оцінок, самооцінювання проведено діагностику рівнів готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва 189 студентів 4 курсу вищезазначених навчальних закладів.

Отримані результати дали змогу зробити такі узагальнення: високий рівень властивий 22,75 % студентів; функціональний рівень притаманний 44,97 %; у 29,63 % студентів виявлено базовий рівень; низький рівень продемонстрували 2,65 % майбутніх учителів ФК. Середній показник (СП) визначено в межах 3,8–4,1 для сформованості кожного компонента готовності. Такі показники доводять актуальність пошуку шляхів оптимізації професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського

козацтва, що було реалізовано на формувальному етапі експериментального дослідження.

Для проведення *формувального етапу* експериментального дослідження (2014–2015 н.р.), який мав на меті впровадження педагогічних умов і структурної моделі підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва, здійснено розподіл студентів 4 курсу на експериментальні (ЕГ) та контрольні (КГ) групи. Для рівноцінності розподілу студентів ЕГ та КГ враховувалися такі неваріативні чинники: приблизно однакова кількість і рівень успішності студентів; кількість експериментальних зрізів; єдина форма обробки експериментальних результатів. Студенти КГ (загалом 41 студент) навчалися за традиційною методикою. В ЕГ (загалом 42 студенти) навчальний процес проводився шляхом реалізації визначених педагогічних умов та структурної моделі підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва з використанням спецкурсу «Формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва» та його методичного забезпечення, які охоплюють стратегії, форми, методи і засоби організації та проведення уроків ФК з елементами козацької педагогіки, а також сукупність спеціально розроблених фізичних вправ, спрямованих на підготовку майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва. Закріплення та вдосконалення сформованих у межах спецкурсу вмій відбувалося під час проходження студентами педагогічної практики і вивчення дисципліни «Організація і методика оздоровчої масової фізичної культури».

Підсумковий етап експериментального дослідження (2015-2016 н.р.) передбачав опрацювання кількісних показників експериментальної роботи, формулювання висновків, оформлення результатів педагогічного експерименту. Для аналізу результативності підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва визначались і порівнювались цифрові показники рівнів сформованості кожного компонента готовності до формування ЗСЖ студентів, які навчались у КГ та ЕГ, на етапах вхідного (ВК) та підсумкового (ПК) контролю (табл. 1). Аналіз узагальнених результатів засвідчив, що впровадження педагогічних умов і структурної моделі в підготовку майбутніх учителів ФК сприяло підвищенню рівня готовності студентів до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва. У КГ з *високим* рівнем кількість студентів збільшилася від 16,67 % до 23,81 % (на 7,14 %), а в ЕГ – від 17,07 % до 65,85 % (на 48,78 %), що на 41,64 % більше, ніж у КГ; кількість майбутніх учителів ФК, у яких виявлено *функціональний* рівень сформованості готовності до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва, збільшилася в КГ від 40,48 % до 42,86 % (на 2,38 %), а в ЕГ зменшилась – від 43,90 % до 21,95 % (на 21,95 %), що пояснюється збільшенням кількості студентів із високим рівнем готовності; за показниками *базового* рівня, кількість студентів зменшилась у КГ від 35,71 % до 30,95 % (на 4,76 %), а в ЕГ – від 29,27 % до 12,20 % (на 17,07 %), що на 12,31 % більше, ніж у КГ; кількість студентів, у яких виявлено *низький* рівень, зменшилася в КГ від 7,14 % до 2,38 % (на 4,76 %), а в ЕГ – від 9,76 % до 0,

що на 5 % більше, ніж у студентів КГ. СП збільшився в КГ від 3,7 до 3,9, а в ЕГ – від 3,7 до 4,5 бала.

Таблиця 1

Узагальнені результати підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва на етапах вхідного та підсумкового контролю

Група, етап контролю, кількість студентів	Рівні готовності								СП
	Високий		Функціо- нальний		Базовий		Низький		
	КС	%	КС	%	КС	%	КС	%	
КГ–ВК–42	7	16,67	17	40,48	15	35,71	3	7,14	3,7
КГ–ПК–42	10	23,81	18	42,86	13	30,95	1	2,38	3,9
ЕГ–ВК–41	7	17,07	18	43,90	12	29,27	4	9,76	3,7
ЕГ–ПК–41	27	65,85	9	21,95	5	12,20	0	0	4,5

З метою перевірки достовірності отриманих результатів використовувалися методи математичної статистики: порівняння параметрів генеральних сукупностей (СП) та визначення F-критерію.

Таким чином, доведено, що результати дослідження з підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва є вірогідними і підтверджують достовірність проведеного експерименту.

ВИСНОВКИ

У дисертації висвітлено теоретичні узагальнення та запропоновано нове вирішення актуального наукового завдання: підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва. Результати проведеного дослідження дали підстави сформулювати такі **висновки**:

1. На основі теоретичного аналізу психолого-педагогічної, медико-біологічної та методичної літератури визначено сутність підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків як особистісно зорієнтованої освіти, спрямованої на формування світоглядних установок на збереження здоров'я, яка тісно пов'язана з активною пропагандою здорового способу життя серед учнів, набуття ними соціального досвіду здоров'язбереження, формування вмінь і навичок фізичного та духовного самовдосконалення, що передбачає безперервність і постійність проведення заходів з формування в учнів бережливого ставлення до здоров'я на основі врахування психолого-педагогічних особливостей підлітків. Узагальнено, що українським козакам вдалося створити ефективні способи формування ЗСЖ, які спрямовувалися на самопізнання, саморозвиток, тілесне, психофізичне та моральне вдосконалення та охоплювали збалансоване та раціональне харчування, оптимальну фізичну і рухову активність, дотримання посту, систематичні тренування і загартування тіла, режим праці і відпочинку, санітарну культуру і особисту гігієну, регуляцію психоемоційної поведінки, загартовування морально-

вольових якостей духу, рухові фізичні та психофізичні вправи, рухливі ігри та забави, єдиноборства, кулачні бої тощо. Установлено особливості підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва: ефективність формування здорового способу життя залежить від подвійного впливу на формування особистості підлітка біологічних процесів, що ведуть до анатоμο-фізіологічних змін в організмі, та соціальних чинників; необхідність розвитку якостей особистості підлітків у межах прогностичної, практико зорієнтованої та компетентної спрямованості; необхідність урахування чинників ризику формування порушень здоров'я підлітків, зумовлених навчальним процесом та психоінформаційними перенавантаженнями; підготовка майбутнього вчителя ФК до роботи з подолання шкідливих звичок підлітків шляхом посилення уваги до формування особистості підлітка; підготовка майбутніх учителів ФК до вибору оптимальних інноваційних засобів формування ЗСЖ підлітків з урахуванням специфіки їхньої соціалізації; ставлення й усвідомлена активність студентів у процесі занять фізичним вихованням.

2. На основі аналізу та узагальнення структуротворчих складників підготовки майбутніх учителів ФК до різних видів педагогічної діяльності конкретизовано структуру готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва, яка охоплює аксіологічний, когнітивний, технологічний та рефлексивний компоненти. Аксіологічний компонент характеризує ціннісне ставлення майбутніх учителів ФК до засвоєння суспільно-педагогічних і фізкультурних цінностей, народного досвіду виховання козаків, способу життя козацької молоді, установку на реалізацію завдань виховання ЗСЖ підлітків і визначається за критерієм усвідомлення студентами цінності традицій українського козацтва в збереженні здоров'я підлітків. Когнітивний компонент характеризується сукупністю знань, що розкривають уявлення про потенційні можливості використання оздоровчих традицій українського козацтва як важливого засобу зміцнення здоров'я підлітків, зміст фізкультурної діяльності та способи використання в життєдіяльності і формуванні ЗСЖ підлітків. Змістовні основи окресленого компонента готовності охоплюють етнопедагогічні (знання оздоровчих традицій українського козацтва) та професійно-педагогічні знання (знання сутності, цілей, завдань, змісту, засобів, форм і методів процесу формування ЗСЖ підлітків, особливості управління ними), що визначаються сукупністю психолого-педагогічних, медико-біологічних і технологічних знань. Критерієм його сформованості визначено наявність професійно-педагогічних та етнопедагогічних знань, що забезпечують формування ЗСЖ підлітків на основі традицій українського козацтва. Технологічний компонент готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на основі традицій українського козацтва характеризується наявністю індивідуального досвіду здоров'язбереження, який інтегрує психолого-педагогічні, медико-біологічні, технологічні та спеціальні етнопедагогічні знання; ціннісне ставлення до здоров'я підлітків та пропаганди ЗСЖ з використанням традицій українського козацтва та виявляється в його інтегрованих уміннях (рухових, конструктивних,

рефлексивних, організаційних, комунікативних, дослідницьких, проєктивних тощо). Критерієм цього компонента є сформованість умінь, необхідних для успішного формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва. Рефлексивний компонент виконує саморегулювальну функцію та характеризує здатність студента адекватно оцінювати результати власної діяльності щодо готовності до організації здоров'язбереження підлітків з використанням елементів козацької педагогіки, уміння рефлексувати й корегувати на цій основі здоров'язбережувальну поведінку, прагнення до самовдосконалення та саморозвитку. Його критерієм визначено активність студентів у напрямі самовдосконалення вмінь організувати здоров'язбереження підлітків на традиціях українського козацтва. Залежно від вияву сукупності визначених критеріїв і показників сформованість готовності майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва визначалася за такими рівнями: високий, функціональний, базовий і низький.

3. З метою підвищення якості професійно-педагогічної підготовки студентів виявлено та теоретично обґрунтовано педагогічні умови підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва: мотивація студентів до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва; активізація навчально-пізнавальної діяльності студентів та насичення змісту професійної підготовки науковою інформацією щодо формування ЗСЖ козацької молоді; сприяння набуттю майбутніми вчителями ФК досвіду формування навичок ЗСЖ підлітків засобами рухливих і спортивних ігор українського козацтва; залучення студентів до самостійної професійно-творчої діяльності з формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва. Розроблено структурну модель підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва. Структурна модель відображає цілеспрямований педагогічний процес із поетапною організацією діяльності викладача, внутрішньою логікою формування знань, умінь і навичок студентів і визначенням перспектив їхнього саморозвитку щодо використання традицій українського козацтва у формуванні ЗСЖ підлітків.

4. Дослідно-експериментальна перевірка ефективності підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва здійснювалася з використанням авторського спецкурсу «Формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва», у проектуванні якого використано концептуально-методичні основи козацької педагогіки, а також під час проходження студентами педагогічної практики на 4 курсі та вивченні дисципліни «Організація і методика оздоровчої масової фізичної культури». Практично в студентів ЕГ досягнуто кращих результатів у підвищенні рівня готовності до формування ЗСЖ підлітків на традиціях українського козацтва, ніж у майбутніх учителів ФК, які навчалися у КГ. Ефективність і результативність реалізації визначених педагогічних умов і розробленої структурної моделі доведено за допомогою методів математичної статистики.

Проведене дослідження не претендує на повноту аналізу всіх аспектів проблеми підготовки майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків на

традиціях українського козацтва. Подальші наукові пошуки вбачаємо в удосконаленні професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів ФК з метою реалізації потенціалу козацької педагогіки в оздоровленні сучасної учнівської молоді різного віку; у розробці комплексу методичних матеріалів оздоровчого спрямування для студентів, викладачів, учителів.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Алексеев О. О. Характеристика деяких форм роботи щодо формування здорового способу життя школярів / О. О. Алексеев // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Сер. : Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – 2008. – Вип. 6. – С. 141–145.
2. Алексеев О. О. Вплив занять національними рухливими іграми на рухову підготовленість учнів 1–3 класів / О. О. Алексеев, А. О. Федірко // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Сер. : Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – 2010. – Вип. 3. – С. 23–28.
3. Алексеев О. О. Передумови виникнення і розвиток фізичного виховання на території України в епоху палеоліту / О. О. Алексеев // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Сер. : Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – 2011. – Вип. 4. – С. 3–10.
4. Алексеев О. О. Вплив оздоровчих традицій українського козацтва на формування здорового способу життя школярів / О. О. Алексеев // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Сер. : Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – 2012. – Вип. 5. – С. 3–9.
5. Алексеев О. О. Питання формування здорового способу життя школярів у працях вітчизняних і зарубіжних педагогів / О. О. Алексеев // Педагогічний альманах : зб. наук. праць. – Херсон : КВНЗ «Херсонська академія непевної освіти», 2013. – Вип. 17. – С. 241–245.
6. Алексеев О. О. Сучасний стан та чинники здоров'я українських підлітків / О. О. Алексеев // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Сер. : Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – 2013. – Вип. 6. – С. 38–44.
7. Алексеев О. О. Аналіз експериментального дослідження рівнів готовності майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків за результатами проміжного зрізу та результатами формувального експерименту / О. О. Алексеев // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Сер. : Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – 2014. – Вип. 7. – С. 98–105.
8. Алексеев О. Педагогічні умови підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва / Олександр Алексеев // Науковий вісник Чернівецького університету : зб. наук. праць. Сер. : Педагогіка та психологія. – Чернівці : ЧНУ, 2015. – Вип. 767. – С. 3–9.

Опубліковані праці апробаційного характеру

9. Алексеев О. О. Формування здорового способу життя в школярів за допомогою інноваційних форм роботи / О. О. Алексеев // Вісник Запорізького національного університету. Сер. : Фізичне виховання та спорт. – 2011. – № 1 (5). – С. 5–9.

10. Алексеев О. Психолого-педагогічні особливості формування здорового способу життя підлітків / Олександр Алексеев // Методологія сучасних наукових досліджень : матеріали ІХ наук.-практ. конф. молодих учених (Харків, 25–26 жовт. 2012 р.). – Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2012. – С. 5.

11. Алексеев О. О. До проблеми формування основ здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання / О. О. Алексеев // Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти : зб. матеріалів VI всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Кам'янець-Подільський, 5–6 жовт. 2012 р.). – Кам'янець-Подільський : вид-во КПНУ, 2012. – Вип. 2. – С. 15–21.

12. Алексеев О. О. Шляхи формування культури здоров'я студентів вищих педагогічних навчальних закладів / О. О. Алексеев, А. О. Федірко // Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти : зб. матеріалів V всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Кам'янець-Подільський, 30 верес. – 1 жовт. 2011 р.). – Кам'янець-Подільський : вид-во КПНУ, 2012. – Вип. 1. – С. 50–55.

13. Алексеев О. О. Деякі проблеми фізичної культури і спорту в сучасних умовах життя / О. О. Алексеев // Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : зб. за підсумками звіт. наук. конф. викладачів, докторантів і аспірантів. – Кам'янець-Подільський : вид-во КПНУ, 2013. – Вип. 12, т. 2. – С. 122–123.

14. Алексеев О. О. Наукові обґрунтування періодизації індивідуального розвитку людини / Олександр Олексійович Алексеев // Naukowe prace, praktyka, opracowania, innowacje 2013 roku : zbiór raportów naukowych (Zakopane, 30–31 grudzień 2013 r.). – Zakopane : Diamond trading tour», 2013. – S. 6–10.

15. Алексеев О. О. Створення умов формування здорового способу життя підлітків / О. О. Алексеев, В. В. Ушмарова // Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти : зб. матеріалів VII всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Кам'янець-Подільський, 4–5 жовт. 2013 р.). – Кам'янець-Подільський : вид-во КПНУ, 2013. – Вип. 3. – С. 216–219.

16. Алексеев О. Сучасні види боротьби – основа формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва / О. Алексеев // Проблеми освіти : наук.-метод. зб. – К. : Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОН України, 2014. – Вип. 80. – С. 185–188.

17. Алексеев О. О. Фактори, що визначають здоровий спосіб життя / О. О. Алексеев // Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти : зб. матеріалів VIII всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Кам'янець-Подільський, 3–4 жовт. 2014 р.). – Кам'янець-Подільський : вид-во КПНУ, 2014. – Вип. 4. – С. 16–18.

Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

18. Алексєєв О. О. Здоровий спосіб життя на традиціях українського козацтва : навч.-метод. посіб. / О. О. Алексєєв. – Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. – 150 с.

АНОТАЦІЇ

Алексєєв О. О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія та методика професійної освіти. – Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія МОН України, Хмельницький, 2016.

Дисертаційне дослідження присвячене проблемі підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва. Охарактеризовано теоретичні основи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва. Визначено педагогічні умови підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва (мотивація студентів до формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва; активізація навчально-пізнавальної діяльності студентів та насичення змісту професійної підготовки науковою інформацією щодо формування здорового способу життя козацької молоді; сприяння набуттю студентами досвіду формування навичок здорового способу життя підлітків засобами рухливих і спортивних ігор українського козацтва; залучення студентів до самостійної професійно-творчої діяльності з формування здорового способу життя підлітків на традиціях українського козацтва). Експериментально доведено ефективність педагогічних умов і розробленої структурної моделі підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків.

Ключові слова: підготовка майбутніх учителів фізичної культури, здоровий спосіб життя, підлітки, готовність до формування здорового способу життя, оздоровчі козацькі традиції, козацька педагогіка, педагогічні умови, структурна модель.

Алексєєв А. А. Подготовка будущих учителей физической культуры к формированию здорового образа жизни подростков на традициях украинского казачества. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика профессионального образования. – Хмельницкая гуманитарно-педагогическая академия МОН Украины, Хмельницкий, 2016.

Диссертационное исследование посвящено проблеме подготовки будущих учителей физической культуры к формированию здорового образа жизни подростков на традициях украинского казачества. Охарактеризованы

теоретические основы подготовки будущих учителей физической культуры к формированию здорового способа жизни подростков на традициях украинского казачества. Определены педагогические условия подготовки будущих учителей физической культуры к формированию здорового образа жизни подростков на традициях украинского казачества (мотивация студентов к формированию здорового образа жизни подростков на традициях украинского казачества; активизация учебно-познавательной деятельности студентов и насыщение содержания профессиональной подготовки научной информацией по формированию здорового способа жизни казацкой молодежи, содействие приобретению студентами опыта формирования навыков здорового образа жизни подростков средствами подвижных и спортивных игр украинского казачества, привлечение студентов к самостоятельной профессионально-творческой деятельности по формированию здорового образа жизни подростков на традициях украинского казачества). Экспериментально доказана эффективность педагогических условий и разработанной структурной модели подготовки будущих учителей физической культуры к формированию здорового образа жизни подростков на традициях украинского казачества.

Ключевые слова: подготовка будущих учителей физической культуры, здоровый образ жизни, подростки, готовность к формированию здорового образа жизни, оздоровительные казацкие традиции, казацкая педагогика, педагогические условия, структурная модель.

Aliksieiev O. O. Training of the Future Teachers of Physical Education to Promotion Healthy Lifestyle of Teenagers by the Traditions of the Ukrainian Cossacks. – Manuscript.

Thesis for obtaining a scientific degree of Candidate of Pedagogical Sciences, speciality 13.00.04 – Theory and Methods of Vocational Training. – Khmelnytskyi Humanitarian-Pedagogical Academy Ministry of Education and Science of Ukraine, Khmelnytskyi, 2016.

The dissertation justifies the choice of the topic under research, its relevance and appropriateness. On the basis of the theoretical analysis of the scientific literature it is summarized that the problem of maintaining the health of the younger generation as an integral component of the universal values of any state is particularly acute at the present stage. An important role in maintaining the health belongs to healthy lifestyle. The main components of the healthy lifestyle as an integral personality education are: cognitive (scientific and vital knowledge about the body, nature, society and their relationships), value-motivational (awareness of human life and health as the highest values), instrumental (consideration of the healthy lifestyle as a conservation tool and health promotion), pragmatist (implementation of the acquired knowledge into practice, organization of life, self-monitoring of the state of the body). The healthy lifestyle is an integral component of the teacher's activities, organically related to all educational functions.

It was determined that one of the priorities of modern didactics of physical education is a creative search for ways to optimize the training of the future teachers of

physical education to the formation of the healthy lifestyle among teenagers, based on reflection and constructive usage of historical and pedagogical achievements, providing effective education, self-enrichment, development of activity and creative potential of students through the usage of Ukrainian Cossacks' traditions. The basis of modern Cossack pedagogy constitute Cossack methods and improvement of means of prevention and treatment of diseases involving the usage of natural factors, body conditioning and spirit, a means of physical exercise and methods of traditional medicine, methods and tools for the healthy lifestyle, in particular, the elimination of bad habits, balanced mode work and rest, diet, body cleansing, personal hygiene.

The components (axiological, cognitive, technological, reflexive), criteria, indicators and levels (high, functional, basic, low) of readiness of the future physical education teachers to promote healthy lifestyle among teenagers on the traditions of the Ukrainian Cossacks have been specified.

The set of pedagogical conditions (motivation of students to the formation of the healthy lifestyle among teenagers by the traditions of the Ukrainian Cossacks; intensification of educational and cognitive activity of students and the saturation of content of the training of scientific information on healthy lifestyle of Cossack youth; promoting the acquisition of students' experience developing skills of healthy lifestyle among teenagers by means of sports games of the Ukrainian Cossacks; attracting students for independent professional and creative activities to promote healthy lifestyle of teenagers by the traditions of Ukrainian Cossacks) has been defined and theoretically justified. The model of training of the future physical education teachers to the formation of the healthy lifestyle among teenagers by the traditions of the Ukrainian Cossacks, which reflects the relationship and interaction between the objective, principles of teaching, scientific approaches, training functions, principally methodological fundamentals of Cossack pedagogy, pedagogical conditions, directions of pedagogical support, learning methods, components, levels and result, has been developed.

On the basis of the usage of validated diagnostic tools the analysis of effectiveness of the future physical education teachers' training to promote healthy lifestyle among teenagers by the traditions of the Ukrainian Cossacks has been made. The reliability of the results has been proved using the methods of mathematical statistics by comparing the variances and determining the F-test.

Key words: future physical education teachers' training, healthy lifestyle, teenagers, readiness to promote healthy lifestyle, healthful Cossack traditions, Cossack pedagogy, pedagogical conditions, model.

Підписано до друку 28.09.2016 р. Формат 60x84/16.
Друк офсетний. Кегль Times New Roman. Ум. друк. арк. 0,9.
Наклад 100 прим. Замовлення № 1385.

Видавець ПП Заколотний М.І.
м.Хмельницький, вул.Соборна, 55
тел.: (0382)777-717
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК №3770 від 28.01.2010 р.