

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДОШКІЛЬНОЇ ТА ПОЧАТКОЇ ОСВІТИ

Андрій ОГНИСТИЙ

*Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка,
м. Тернопіль, Україна, e-mail: ognistyuy@ukr.net*

Анотація. У науковій публікації розглянуто дефініції „фізична готовність”, „фізична підготовленість”. Мета дослідження полягає в аналізі фізичної підготовленості майбутніх фахівців дошкільної та початкової освіти та визначенні перспективних шляхів її поліпшення. Здійснено порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості студенток напряму підготовки дошкільна та початкова освіта. Виявлено, що рівень показників фізичної підготовленості студентів є надто низьким для того, щоб, ставши фахівцем дошкільної освіти та вчителями початкових класів, вони змогли здійснювати фізичне виховання дітей на високому професійному рівні.

Ключові слова: студент, учитель, фізична підготовленість, тести, фізичні якості.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими завданнями. Реалії розвитку українського суспільства загалом та освіти зокрема висувають нові вимоги до навчання та виховання молодого покоління. Перегляд стратегії, змісту, методичного забезпечення навчально-виховного процесу, стану здоров'я дітей і молоді, який погіршується з кожним роком, вимагає змін системи підготовки педагогічних кадрів.

Підготовка учителів на якісно новому рівні є одним із важливих державних пріоритетів. Модернізація системи освіти в країні ставить перед вищою школою завдання значного поліпшення професійної підготовки і виховання майбутніх фахівців.

Важливість підготовки висококваліфікованого педагога безпосередньо пов'язана з одним із пріоритетних завдань освіти – виховання в особистості відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточення.

Визнання суспільством педагога ключовою фігурою процесу навчання і виховання потребує вдосконалення підходів до розв'язання проблеми його професійної підготовки, оскільки студент вищого навчального закладу готує себе до професії, успіх самореалізації у якій визначатиметься як його фаховою обізнаністю, так і психічним та фізичним благополуччям, ставленням до здоров'я свого й інших.

Тому проблема професійної підготовки майбутнього педагога як носія здорового способу життя є на сьогодні актуальною і знаходить широке висвітлення в державних документах, зокрема в Законах України „Про фізичну культуру і спорт”, „Про вищу освіту”, у Державній національній програмі “Освіта (Україна XXI ст.)”, „Національних стратегіях розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки”.

З огляду на зазначене перед вищою школою сьогодні постає важливе завдання щодо підготовки майбутнього фахівця до сумлінної, ґрунтовної фізкультурно-оздоровчої і профілактичної роботи з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку, який здатний не лише навчати й виховувати школярів, а й розвивати в них особисту фізичну культуру, тобто сформувати ціннісне ставлення до власного здоров'я.

Аналіз спеціальної літератури засвідчив, що питання підготовки педагога до фізичного виховання, збереження й зміцнення здоров'я були під постійною увагою науковців, предметом досліджень яких виступили різноманітні аспекти: розвиток валеологічної культури, культури здоров'я (Г. Апанасенко, О. Бондаренко, Є. Булич, О. Ващенко, О. Дубогай, І. Мурашов, П. Плахтій, І. Поташнюк, Б. Шиян, та ін.); підготовка фахівців до формування здорового способу життя школярів (О. Біда, С. Кондратюк, О. Савченко, С. Свириденко та ін.); здоров'язбережувальні технології в підготовці спеціалістів (Н. Башавець, М. Носко,

Л. Романишина); підготовка майбутніх педагогів до фізкультурно-оздоровчої діяльності (В. Бальсевич, М. Віленський, В. Видрін, Л. Лубишева, Т. Круцевич, Л. Матвеев, В. Палій, Ж. Холодов, О. Худолій, Б. Шиян і ін.).

Ураховуючи соціальну значущість якісної професійної підготовки майбутніх педагогів, підвищення ролі їх у вихованні здорового молодого покоління, важливість етапу навчання у вищій школі для набуття професійно значущих знань, умінь і навичок для фізичного виховання учнів, а також актуальність проблеми, її недостатню теоретичну й методичну розробленість, обрано напрямком дослідження „Теорія і практика підготовки майбутніх учителів-предметників до роботи з фізичного виховання у школі”.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Наукове дослідження виконано відповідно до тематичного плану науково-дослідних робіт Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка з теми „Теорія і практика підготовки учителів до роботи з фізичного виховання учнів” (державний реєстраційний номер 0113U005994).

Об'єктом дослідження є професійно орієнтована підготовка педагога до роботи з фізичного виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження – фізична підготовленість майбутніх педагогів до роботи з фізичного виховання з дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку.

Мета дослідження – полягає в аналізі фізичної підготовленості майбутніх фахівців дошкільної та початкової освіти та визначенні перспективних шляхів її покращення.

Об'єкт і предмет дослідження зумовили необхідність розв'язання таких **завдань**:

1. Розкрити та науково обґрунтувати сутність і компонентну структуру феномена „фізична готовність” та „фізична підготовленість” майбутніх педагогів.

2. Визначити та оцінити показники фізичної підготовленості майбутніх фахівців дошкільної та початкової освіти.

Відповідно до мети і завдань дослідження, використовували такі **методи дослідження**: теоретичні: системний аналіз спеціальної наукової літератури з проблем фізичної підготовки майбутніх учителів; обсерваційні – спостереження за навчально-виховним процесом; праксиметричні: вивчення навчальної документації, навчальних планів, програм і результатів діяльності студентів; експериментальні методи, з-поміж яких провідним був педагогічний експеримент з метою визначення фізичної підготовленості студентів; на етапі узагальнення одержаних результатів використовували кількісний та якісний аналізи, методи математичної статистики.

Провідна ідея дослідження. Формування здоров'язбережнього середовища в діяльності дошкільного та загальноосвітнього навчального закладу здійснюватиметься на якісно новому рівні за умови належної фізичної готовності педагога впроваджувати у навчально-виховний процес фізкультурно-оздоровчу діяльність, що розуміється як складне, багатofункціональне соціальне явище та передбачає впровадження фізкультурно-оздоровчих методик, шляхом застосування відповідних засобів та методів організації навчально-виховного процесу, які не зашкоджують здоров'ю дітей і спрямовані на формування навичок і вмінь, що сприяють збереженню фізичного, психічного, соціального, морально-духовного здоров'я учасників навчально-виховного процесу під час навчальної, виховної, ігрової, спортивно-ігрової, фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Виклад основного матеріалу з аналізом отриманих наукових результатів. У теорії та практиці фізичної культури та в інших сферах життєдіяльності сучасного суспільства для відображення якісних особливостей людей і комплексного прояву їх фізичних властивостей використовують багато різних словосполучень. До найбільш поширених із них належать такі: „фізичні якості”, „фізичні здібності”, „фізичний розвиток”, „фізична підготовленість”, „фізична підготовка”, „фізичні кондиції”, „фізичний гарт”, „фізична працездатність”, „фізична придатність”, „фізична досконалість”, „фізична форма”, „фізична культура особистості”, „фізичне виховання” та ін.

У контексті нашого дослідження вартими уваги є визначення суті понять „готовність”, „підготовленість” і „підготовка”.

Науковці [6, 7, 10] визначають дефініцію „готовність” як результат, стан, наслідок професійної підготовки людини до того чи іншого виду діяльності.

У словнику В. Даля [5] термін „підготовка” трактується як стан попереднього виконання чого-небудь, а „підготувати”, за С. Ожеговим і Н. Шведовою [8], означає навчити, дати необхідні знання для чого-небудь.

„Бути готовим до якої-небудь діяльності – означає володіти якостями, що необхідні для виконання функції її суб’єкта” [71, с. 16].

В останнє десятиліття в спеціальній науковій та методичній літературі дедалі частіше поряд з вказаними і іншими термінами став вживатися і такий вислів як „фізична готовність”.

У своїй роботі Р. Раєвський доводить, що фізична готовність – це визначений фізичний стан, що забезпечує працездатність у процесі трудової діяльності і характеризуються відповідним фізичним розвитком, функціональним станом організму, рівнем фізичної підготовленості і ступенем стійкості організму до впливу несприятливих факторів виробництва [9].

В. Волков розглядає поняття „фізична готовність” як фізичну підготовленість особистості до успішного виконання будь-якої діяльності, як налаштування особистості на певну поведінку, яка передбачає наявність певного запасу знань, умінь і навичок у галузі фізичної культури [3].

Деякі автори розглядають фізичну готовність як особливий рівень фізичного розвитку, який дає змогу забезпечити високий рівень працездатності та виконання професійно-значущих завдань [1].

Ю. М. Антошків вивчає „фізичну готовність” як особливий психічний стан, що посідає проміжне місце між психічними процесами та фізичними властивостями особистості, створюючи певний функціональний рівень, на основі якого розвиваються процеси, необхідні для фізичного забезпечення результативної діяльності [2].

Для педагога, який займається фізичним вихованням дітей, фізична підготовленість має неабияке значення, оскільки вона є складовою частиною його педагогічної майстерності в галузі фізичного виховання. Професійна діяльність, з одного боку, ставить до фахівця певні вимоги (висока працездатність, витримування дії сильних подразників, уміння сконцентрувати свою увагу, тривалий час перебувати в одній позі). Для проведення занять з фізичного виховання та організації фізкультурно-оздоровчих заходів і спортивних свят педагогові дошкільної освіти і вчителів початкових класів необхідно володіти широким арсеналом рухових дій і мати високий рівень фізичної підготовленості. І врешті-решт, фізична підготовленість є важливою складовою здоров’я людини, а отже, має велике значення для педагога як для особистості.

Тому у процесі підготовки студентів – майбутніх фахівців дошкільної та початкової освіти – фізична підготовленість має не менше значення, ніж теоретична чи методична. Звідси виникає потреба виявити рівень фізичної підготовленості студентів, що навчаються за напрямом дошкільна й початкова освіта.

Для визначення показників фізичної підготовленості нами було проведено тестування.

Нормативи оцінювали за п’ятибальною та п’ятирівневою шкалою, розробленою А. Степанко [11] (табл. 1.).

Такий підхід в оцінюванні було використано для того, щоб порівняти результати тестування за 2005 р. та 2015 р.

Результати тестування показників фізичної підготовленості студенток-дівчат Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка за напрямом підготовки дошкільна і початкова освіта (2005, 2015 рр.) подано в табл. 2.

Таблиця 1

Таблиця контролю за рівнем показників фізичної підготовленості (дівчата-студентки)

Тести	Бали										
	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6	0,7	0,8	0,9	1	
Біг 2000 м – дів., 3000 м – хл.	13,00	12,45	12,30	11,53	11,20	10,54	10,30	10,11	9,40	9,28	
Згинання й розгинання рук в упорі лежачи	7	9	11	13	16	17	19	21	24	25	
Підтягування у висі	1/2	-	1	-	2	-	3	-	4	-	
Вис на турніку	5	7	9	11	13	15	17	19	21	29	
Підйом у сід за 1 хв	28	30	33	35	37	38	42	45	47	48	
Стрибок у довжину	160	165	172	178	184	190	196	207	210	215	
Стрибок угору	30	32	36	38	40	41	44	45	46	48	
Біг на 100 м	18,2	17,8	17,3	17,0	16,0	16,2	15,6	15,1	14,8	14,3	
Човниковий біг 4г	12,0	11,8	11,5	11,3	11,1	10,8	10,5	10,4	10,2	9,8	
Нахил тулуба вперед	7	8	10	12	14	15	17	19	20	25	
Рівні підготовленості	Низький		Нижчий за середній		Середній		Вищий за середній		Високий		

Таблиця 2

Середні результати тестування показників фізичної підготовленості дівчат-студенток ТНПУ ім. В. Гнатюка (2005/2015 н.р.) (n=83)

№ з/п	Види випробувань		2005 р. (n=43)	2015 р. (n=40)	p
			Mx ± Sms	Mx ± Sms	
1	Біг на 2000 м, (с)	p*	737,0 ± 10,71	730,0 ± 11,12	> 0,05
		б*	1,4 ± 0,20	1,3 ± 0,19	> 0,05
2	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи на підлозі (рази)	P	7,4 ± 0,80	7,10 ± 0,90	> 0,05
		Б	0,9 ± 0,16	0,8 ± 0,22	> 0,05
3	Вис на зігнутих руках (с)	P	13,6 ± 1,13	13,3 ± 0,95	> 0,05
		Б	2,6 ± 0,22	2,3 ± 0,19	> 0,05
4	Піднімання в сід за 1 хв (рази)	P	33,4 ± 1,11	37,7 ± 0,87	< 0,001
		Б	1,9 ± 0,21	2,8 ± 0,19	< 0,001
5	Стрибок у довжину з місця (см)	P	162,5 ± 1,77	158,9 ± 1,71	> 0,05
		Б	0,8 ± 0,14	0,8 ± 0,16	> 0,05
6	Біг на 100 м (с)	P	18,0 ± 0,19	18,2 ± 0,13	> 0,05
		Б	1,0 ± 0,13	1,2 ± 0,16	> 0,05
7	Човниковий біг 4Ч9 м (с)	P	11,9 ± 0,11	11,6 ± 0,10	> 0,05
		Б	1,1 ± 0,17	1,6 ± 0,20	> 0,05
8	Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см)	P	12,0 ± 0,78	11,0 ± 0,64	> 0,05
		Б	2,2 ± 0,25	2,2 ± 0,20	> 0,05
9	Стрибок угору (см)	P	30,6 ± 1,31	30 ± 0,98	> 0,05
		Б	1,2 ± 0,19	1,3 ± 0,19	> 0,05
10	Підтягування на перекладині (рази)	P	0,8 ± 0,11	1,0 ± 0,10	> 0,05
		Б	2,4 ± 0,15	2,7 ± 0,11	> 0,05

Примітки: p* – результат; б* – бали.

Аналіз показників фізичної підготовленості майже не виявив різниці в результатах виконання тестів, окрім тесту „Піднімання тулуба в сід з положення лежачи за 1 хв”. Бесіди зі студентами першого курсу, яких тестували виявили причини відмінностей у показниках черевного пресу. Вони полягали у відвідуванні частиною студентів, набору 2015 року, секцій з аеробіки та фітнесу, де, за словами самих студенток, на розвиток м'язів живота інструктор давав велику кількість найрізноманітніших вправ. Тому можна вважати ці відмінності несуттєвими.

Додаткові інтерв'ю студенток першого курсу 2015 року виявили, що в більшості з них у атестатах про загальну середню освіту у графі „фізична культура” стоїть 10–12 балів. Лише

троє студентів отримали за фізичну культуру 8–9 балів. На жаль, результати тестування фізичної підготовленості цього не підтверджують. Подальші опитування виявили цікаву тенденцію – 80% опитаних, вступивши до вищого навчального закладу за напрямом дошкільна і початкова освіта, були здивовані тим, що педагог дошкільної та початкової освіти повинен мати спеціальні знання й уміння, не говорячи про належний рівень фізичної підготовленості, необхідний для проведення занять з фізичного виховання і уроків фізичної культури. Це при тому, що ефективність підготовки майбутніх педагогів дошкільної та початкової освіти до фізичного виховання великою мірою залежить від рівня фізичної підготовленості, що має важливе значення у їх професійній діяльності. Для того щоб навчити будь-якої вправи дитину, у самого педагога демонстрація цієї вправи повинна бути якщо не ідеальною, то наближеною до неї.

Висновки. Підсумовуючи, можна сказати, що такі результати є надзвичайно невтішними. Рівень фізичної підготовленості студентів є надто низьким для того, щоб, ставши фахівцем дошкільної освіти та вчителями початкових класів, вони змогли здійснювати фізичне виховання дітей на високому професійному рівні.

Важко повірити, що впродовж десяти років у системі шкільного фізичного виховання майже нічого не змінилося, це підтверджується незмінністю одного з важливих показників функціонування системи фізичного виховання – рівня фізичної підготовленості, який прямо пов'язаний зі здоров'ям особи, професійними компетентостями та майбутнім нашого етносу.

Подальші наукові дослідження стосуватимуться створення сучасної системи підготовки фахівців дошкільної та початкової освіти, в якій гармонійно функціонуватиме один із важливих компонентів – фізична підготовка.

Список літератури

1. Антонов В. Г. Содержание и основы направления профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников ОВД / В. Г. Антонов. – Минск, 1991. – С. 3–9.
2. Антошків Ю. М. Вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Ю. М. Антошків ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2006. – 20 с.
3. Волков В. Л. Основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентської молоді / В. Л. Волков. – Київ : Знання України, 2004. – 82 с.
4. Горлова Ю. И. Организационно-педагогические условия формирования готовности будущего учителя к преподаванию предмета „физическая культура” : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Горлова Юлия Ивановна. – Курск, 2007. – 177 с.
5. Даль В. И. Толковый словарь великорусского языка / [сост. В. И. Даль]. – Москва : Русский язык, 1998. – 688 с.
6. Данилко М. Т. Формування готовності до професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури : автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: [спец.] 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / М. Т. Данилко. – Луцьк, 2000. – 19 с.
7. Мацкевич Н. М. Формування готовності майбутніх учителів початкової школи до роботи з фізичного виховання : дис. ... канд. наук з фізичного виховання та спорту: 24.00.02 / Мацкевич Нінель Матвіївна. – Луцьк, 2001. – 248 с.
8. Ожегов С. И. Словарь русского языка / [составт. Ожегов С. И., ред. Н. Ю. Шведова]. – Москва : Русский язык, 1986. – 797 с.
9. Раевский Р. Т. Профессионально-подготовительная физкультура студентов технических вузов : учеб. пособие / Р. Т. Раевский. – Москва : Высшая школа, 1985. – 136 с.
10. Слостенин В. А. Профессионально-педагогическая подготовка современного учителя / В. А. Слостенин, А. И. Мищенко // Советская педагогика. – 1991. – № 10. – С. 70–84.
11. Степанко А. В. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до фізичного виховання учнів : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. / Степанко Анна Василівна – Тернопіль, 2009. – 236 с.

**SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA PRZYSZLYCH SPECJALISTYW EDUKACJI
PRZEDSZKOLNEJ I PODSTAWOWEJ****Andrij OGNYSTYJ***Pacstwowo pedagogiczny uniwersytet im. W. Gnatiuka w Tarnopolu,
Tarnopol, Ukraina, e-mail: ognystyy@ukr.net*

Anotacja. W publikacji naukowej rozpatrywane są definicje «fizyczne przygotowanie», «sprawność fizyczna». Cel badania polega na analizie sprawności fizycznej przyszłych specjalistów edukacji przedszkolnej i podstawowej oraz wyznaczeniu perspektywnych sposobów jej ulepszenia. Przeprowadzono analizę porównawczą wskaźników sprawności fizycznej studentek kierunku przygotowania przedszkolna oraz podstawowa edukacja. Ujawniono, iż poziom wskaźników przygotowania fizycznego jest zbyt niski, aby stając się specjalistą edukacji przedszkolnej czy nauczycielem szkoły podstawowej jednocześnie realizować program wychowania fizycznego dla dzieci w sposób profesjonalny.

Siowa kluczowe: student, nauczyciel, sprawność fizyczna, testy, cechy fizyczne.

**PHYSICAL PREPAREDNESS OF FUTURE SPECIALISTS
OF PRESCHOOL AND ELEMENTARY EDUCATION****Andriy OHNUSTUY***Ternopil National Pedagogical University named after V. Gnatyuk,
Ternopil, Ukraine, e-mail: ognystyy@ukr.net*

Abstract. Scientific publication deal with such definitions as „physical readiness” and “physical preparedness”. The aim of the research is analysis of physical preparedness of future specialists of primary school and preschool and determination of perspective ways of its improvement. There has been done a comparative analysis of physical preparedness indexes of students, whose learning area is preschool and primary education. The research showed that a level of physical preparedness indexes of students is too low in order to become the specialist of preschool education and teachers of primary classes, and are able to educate children at high professional level.

Keywords: student, teacher, physical preparedness, tests, physical qualities.