

Міністерство освіти і науки України
Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

МОСЕЙЧУК ЮРІЙ ЮРІЙОВИЧ

УДК [373.091.12.011.3-051:796]:374.091 (043.5)

ДИСЕРТАЦІЯ
СИСТЕМА ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ
УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОЦЕСІ НЕПЕРЕРВНОЇ
ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

13.00.04 – теорія та методика професійної освіти

Подається на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело



Ю.Ю. Мосейчук

Науковий консультант: Романишина Людмила Михайлівна, доктор педагогічних наук, професор

Хмельницький – 2018

АНОТАЦІЯ

Мосейчук Ю. Ю. Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». – Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія МОН України, Хмельницький, 2018.

У дисертаційному дослідженні розглянуто й обґрунтовано теоретичні та методичні основи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. Актуальність проблеми дослідження культури здоров'я, яка є частиною загальної культури особистості, обумовлена необхідністю наукового пошуку, теоретичного обґрунтування й експериментальної апробації перспективних підходів до її формування у студентської молоді у процесі неперервної професійної підготовки. З'ясовано, що культура здоров'я має міждисциплінарний характер та базується на двох поняттях «здоров'я» та «культура». У філософському трактуванні культура здоров'я розглядалася як основа для виховання особистості; з медичної точки зору встановлено, що збереження і зміцнення здоров'я людей перебуває у прямій залежності від рівня сформованості у них культури здоров'я; у баченні валеологів культура здоров'я передбачає належним чином сформований спектр валеологічних знань про збереження та зміцнення здоров'я; у психологічному контексті культура здоров'я обумовлена комплексом базових людських цінностей; у педагогічній площині, культура здоров'я є інтегральною характеристикою особистості, що поєднує соціальний, духовний, психічний, фізичний компоненти та створює відчуття внутрішньої гармонії, благополуччя й загального задоволення життям; у трактуванні фахівців з фізичного виховання цей термін є невід'ємною частиною загальної культури, що передбачає організацію здорового способу життя засобами фізичного виховання на основі здійснення здоров'язберігаючої діяльності.

Культуру здоров'я майбутніх учителів фізичної культури розглядаємо як систему світоглядних настанов, переконань, життєвих цінностей та установок, основою яких є ґрунтовні знання й сформовані практичні уміння і навички про здоров'я, які зумовлюють відповідальне ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих. Культура здоров'я формує динамічний стереотип здоров'язбережувальної свідомості, активну поведінку, спрямоване на збереження і зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання. Обґрунтовано, що фізична культура і фізичне виховання є важливими чинниками зміцнення здоров'я та розглядаються у якості основного підґрунтя для формування у студентів культури здоров'я.

Представлено авторське трактування компонентно-структурного аналізу культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури, який охоплює єдність та взаємозв'язок між мотиваційно-ціннісним, інформаційно-пізнавальним, організаційно-діяльнісним, особистісно-емоційним і рефлексивно-оцінювальним компонентами, їхніми критеріями, показниками та рівнями (високим, достатнім, середнім, низьким). Розроблено діагностичний інструментарій для дослідження стану сформованості культури здоров'я.

У дослідженні виходили з тих міркувань, що професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури повинна мати випереджувальний характер, враховувати неперервність та наступність професійної освіти у закладах вищої освіти. Формування культури здоров'я розглядаємо у якості вагомого інструменту для підвищення професіоналізму, створення бажаного іміджу, що стимулює до ведення здорового способу життя, активізує особистісний та професійний розвиток студентів факультетів фізичного виховання.

З метою формування у майбутніх учителів фізичної культури належного (високого та достатнього) рівня культури здоров'я розроблено педагогічну концепцію, яку розглядаємо як цілісні й системні погляди на процес проектування неперервності та наступності професійної підготовки.

В її основу покладено положення, згідно якого майбутній фахівець буде більш освіченою й професійно компетентною особистістю якщо його професійна підготовка відбуватиметься на основі неперервності та наступності під час формування культури здоров'я. Авторська концепція охоплює мету, основні завдання, конкретні орієнтири, структурні елементи та основоположні засади, теоретико-методологічні аспекти і засадничі площини; володіє істотними особливостями; базується на конкретних принципах діяльності й пріоритетних напрямках і має практичний зміст.

В наслідок наукового пошуку розроблено систему формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки, яка представляє собою чітко упорядковану множину взаємопов'язаних елементів освітнього процесу, які мають власну структуру та організацію. Досліджено властивості (відмежованість і цілісність) та функції (мотиваційна, інформаційна, організаційна, контролююча) системи. До основних структурних складників системи відносимо мету, принципи, підходи, авторську концепцію, конкретні форми, методи професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, які спрямовані на досягнення позитивного результату у сформованості культури здоров'я.

Особливого значення у системі відведено принципам, які визначають методологічну спрямованість усієї діяльності та є методологічною базою для оцінки професійної підготовки у контексті формування культури здоров'я. До загальнонаукових принципів віднесено такі принципи, як: науковості, рефлексивності, міжпредметних зв'язків, систематичності та послідовності, доступності, свідомості й активності, координації, гуманізації, безперервності та професійної спрямованості, конкретизації цілей та актуальності результатів. Спеціальні принципи (оздоровчої спрямованості освітнього процесу; варіативності й різноманіття засобів здоров'язбереження; професійної спрямованості освітнього процесу; антропосинергізму в організації професійної підготовки; соціальної

значущості формування культури здоров'я) забезпечують впорядкованість процесу формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

Вагомий акцент під час формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури зроблено на підходах. На основі системного, праксеологічного, акмеологічного, діяльнісного, синергетичного, особистісно орієнтованого, гуманістичного, компетентнісного та культурологічного підходів обґрунтовано теоретичну основу побудови компетентнісно-орієнтованого змісту освіти й розроблено когнітивний фундамент для використання інноваційних технологій під час формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури в процесі неперервної професійної підготовки.

Використання процедури педагогічного моделювання, як особливого виду знакової ідеалізації, дозволило графічно відобразити провідні характеристики системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури в процесі неперервної професійної підготовки в спеціально сконструйований графічній моделі. Педагогічний зміст структурно-функціональної моделі допоміг здійснити наукове обґрунтування площин можливого зближення між ймовірними, очікуваними і бажаними змінами в процесі формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури.

У структурному аспекті модель охоплює відносно самостійні підсистеми – структурні блоки (цільовий, методологічний, змістовий, організаційний, результативний), які пов'язані принципом рівневої ієрархії. Розроблена модель має схожість з оригіналом, заміщає систему в певних відносинах і відкриває нові властивості оригіналу через інноваційні можливості вдосконалення формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

З метою ефективного формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури розроблено науково-методичний супровід, який

базується на цілісному та комплексному впровадженні під час викладання навчальних дисциплін професійної підготовки організаційно-педагогічних умов: 1) забезпечення мотивації ціннісного ставлення до культури здоров'я; 2) використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування культури здоров'я; 3) збагачення практичного досвіду формування культури здоров'я засобами тренінгу; 4) створення та розвиток здоров'язберігаючого середовища у навчальному закладі; 5) стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку культури здоров'я.

У практичній площині виокремлено спектр інноваційних педагогічних технологій (інтерактивна, проектна, інформаційна, тренінгова), найперспективніших форм, методів, прийомів та засобів, які мають найбільший вплив на формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки під час навчання у бакалавраті та магістратурі. У процесі дослідження експериментально перевірено ефективність розробленої системи формування культури здоров'я, що підтверджено результатами формувального етапу дослідження.

Практичне значення дослідження полягає у вирішенні професійних завдань, які пов'язані з формуванням культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури на основі вдосконалення дисциплінарного освітнього простору неперервної професійної підготовки, шляхом підготовки та вдосконалення навчально-методичних комплексів дисциплін («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я» – у бакалавраті; «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи» – у магістратурі), в яких представлено дидактичні матеріали (програми, лекції, лабораторні, завдання

для самостійної роботи та індивідуальної роботи) про культуру здоров'я. Розроблено та впроваджено в професійну підготовку магістрантів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я» і тренінг «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова діяльності учителя фізичної культури». В освітній процес неперервної професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури введено організаційно-педагогічні умови.

У практичному вимірі вагомим потенціалом володіють розроблені автором навчальні та навчально-методичні посібники: «Відновлювальні засоби у фізичній культурі та спорті»; «Теоретичні основи рекреації»; «Теоретичні та методичні основи викладання фітнесу»; «Фізичне виховання, спорт, здоров'я людини. Вступ до спеціальності (в умовах кредитно-трансферної системи навчання)»; «Теоретичні основи здоров'я»; «Теорія і методика проведення занять у спеціальній медичній групі».

Матеріали дослідження можуть бути використані у проектуванні навчального процесу у ЗВО I-II та III-IV рівнів акредитації, які готують фахівців для роботи у загальноосвітніх закладах; викладачів фізичного виховання; учителів основ здоров'я та учителів захисту Вітчизни; інструкторів з фізичної культури у дошкільних навчальних закладах; організаторів туристичної роботи в установах та зонах масового відпочинку населення; методистів з фізичної культури; інструкторів оздоровчої роботи в освітніх закладах; працівників державних, або громадських органів в сфері фізичної культури; керівників фізичної підготовки у збройних та силових формуваннях, а також магістрантами, аспірантами, докторантами в процесі наукових досліджень. Окремі положення можуть використовуватися для розробки нормативної документації та навчально-методичних видань.

Ключові слова: майбутні учителі фізичної культури, культура здоров'я, неперервна професійна підготовка, концепція, система формування культури здоров'я, структурно-функціональна модель, організаційно-педагогічні умови, навчально-методичний супровід.

SUMMARY

Moseichuk Yu. Yu. The System of the Health Culture Formation of the Future Physical Culture Teachers in the Process of Continuous Vocational Training. – Qualifying scientific work as a manuscript.

Thesis for obtaining a degree of Doctor 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, 2018.

In the thesis we considered and grounded the theoretical and methodical bases of formation of the culture of health of future teachers of physical culture in the process of continuous professional training.

The urgency of the study of the health culture, which is part of the overall culture of the individual, is due to the need for scientific research, theoretical substantiation and experimental testing of perspective approaches to its formation in student youth in the process of continuous vocational training. It has been found that the culture of health has an interdisciplinary character and is based on two concepts of «health» and «culture». In the philosophical interpretation the health culture was seen as the basis for the education of the individual; from a medical point of view, it has been established that the preservation and strengthening of the health of people is directly dependent on the level of their culture of health; in the valeologists' view, the health culture implies a well-formed range of valeological knowledge about the preservation and strengthening of health; in the psychological context, the health culture is due to a complex of basic human values; in the pedagogical plane, the health culture is an integral characteristic of the individual, which combines social, spiritual, psychic, physical components and creates a sense of inner harmony, well-being and universal satisfaction with life; in the treatment of specialists in physical education, this term is an integral part of the general culture, which involves the organization of a healthy lifestyle by means of physical education on the basis of the implementation of health preservation activities.

The health culture of future physical culture teachers is viewed as a system of ideological ideas, beliefs, values and attitudes based on solid knowledge and established practical skills and abilities, which determine the responsible attitude to both their own health and the health of others, forming a dynamic health preserving stereotype in the consciousness, an active behavior aimed at preserving and strengthening health by means of physical education. It is substantiated that physical culture and physical education are important factors of health promotion and are considered as the main ground for the formation of the health culture in students.

We presented the author's interpretation of the component-structural analysis of the health culture of future teachers of physical culture, which covers the unity and interrelation between the motivational-value, informational-cognitive, organizational-activity, personal-emotional and reflexivity-evaluation components, their criteria, indicators and levels (high, sufficient, average, low). A diagnostic toolkit was developed too for studying the state of the formation of a health culture.

The research proceeded from the considerations that the professional training of future physical culture teachers should be of a forward-looking nature, taking into account the continuity of vocational learning in higher education institutions. The health culture formation is seen as a powerful tool for improving professionalism, creating the desired image that stimulates healthy lifestyles, activates the personal and professional development of students of physical education faculties.

With a view to forming in future physical culture teachers of the proper (high and sufficient) level of the culture of health, a pedagogical concept has been developed that we regard as integral and systematic views on the process of designing the continuity of vocational training. It is based on the provision that a future specialist will be a more educated and professionally competent person if his professional training will be based on continuity during the formation of a health culture. The author's concept covers the purpose, the main tasks, the specific

guidelines, structural elements and foundations, theoretical and methodological aspects and the fundamental plane; has significant features; is based on specific principles of activity and priority directions and has practical content.

As a result of scientific research, we have been developed a system of forming the health culture in future physical culture teachers in the process of continuous vocational training, which is a well-ordered set of interrelated elements of the educational process, has its own structure and organization. Properties (separation and integrity) and functions (motivational, informational, organizational and controlling) of the system are investigated. The main structural components of the system are the purpose, principles, approaches, the author's concept, concrete forms and methods of professional training of future teachers of physical culture, which are aimed at achieving a positive result in the formation of a health culture.

The particular importance in the system has the principles determining the methodological orientation of all activities and is a methodological basis for assessing professional training in the context of the formation of a health culture. Common scientific principles include such principles as: scientific, reflexivity, interpersonal relations, systematic and consistent, accessibility, consciousness and activity, coordination, humanization, continuity and professional orientation, specification of goals and relevance of results. Special principles (healthcare orientation of educational process, variability and diversity of healthcare preservation, professional orientation of educational process, anthroposynergism in the organization of vocational training, social significance of the formation of a health culture) ensure the ordering of the process of forming the health culture of future teachers of physical culture.

It was made a considerable emphasis in the formation of the health culture of future teachers of physical culture basing on approaches. On the basis of systemic, praxeological, acmeological, activity, synergetic, personally oriented, humanistic, competence and culturological approaches, the theoretical basis for constructing the competence-oriented content of education is substantiated and we have been

developed the cognitive foundation for the use of innovative technologies during the health culture formation in future physical culture teachers in the process of continuing vocational training. Using the pedagogical modeling procedure as a special type of sign idealization allowed to graphically displaying the leading characteristics of the system of forming the health culture of future physical culture teachers in the process of continuous professional training in a specially designed graphical model. The pedagogical content of the structural and functional model helped to make a scientific basis for the possible convergence between probable, expected and desirable changes in the process of forming a health culture for future teachers of physical culture.

In the structural aspect, the model covers relatively independent subsystems-structural units (target, methodological, content, organizational, and productive) that are related to the principle of a level hierarchy. The developed model has similarity to the original, replaces the system in certain relations and opens new properties of the original through the innovative possibilities of improving the formation of the health culture of future teachers of physical culture.

For the purpose of effective formation of the health culture of the future teachers of physical culture, we have developed scientific and methodical conduct, which is based on the complex and integrated implementation of organizational and pedagogical conditions: 1) ensuring the motivation of the value relation to the HC; 2) use of interdisciplinary integration of knowledge about the formation of a HC; 3) enrichment of practical experience in the formation of HC by means of training; 4) the creation and development of healthcare facilities in an educational institution; 5) stimulation of reflexive activity in the context of the development of a health culture.

In the practical plane, we have been distinguished a spectrum of innovative pedagogical technologies (interactive, project, information, training), the most promising forms, methods and means that have the greatest influence on the formation of the health culture of future teachers of physical culture in the process

of continuous professional training during the training in bachelor's and master's degrees.

In the course of the research, the effectiveness of the developed health culture formation system has been experimentally verified; it is confirmed by the results of the forming stage of the study.

The practical significance of the research is to solve professional problems related to the formation of the health culture of future teachers of physical culture on the basis of improving the disciplinary educational space of continuing vocational training through the preparation and improvement of educational and methodological complexes of disciplines («Introduction to a specialty», «The theory and method of physical education of schoolchildren», «The theory and method of physical education of different groups of the population», «General theory of health», «Fundamentals of a healthy way of life», «Method of teaching the subject «The basis of health» – at bachelor's degree; «Professional skills of the teacher of physical culture», «Innovative technologies in physical culture», «Scientific principles of a healthy way of life», «Modern physical culture and health technologies in physical education», «Fundamentals of health nutrition», «Methodology of physical health caring work» – in magistracy) in which we presented didactic materials (programs, lectures, laboratories, tasks for independent work and individual work) about the culture of health. We have been developed the author's special course «Theory and methodology of forming a health culture» and training «Culture of health as a personal and professional component of the activity of the teacher of physical culture» and implemented it in the professional training of graduate students in the specialty 014.11 Secondary education (physical culture). We have been introduced organizational and pedagogical conditions in the educational process of continuous professional training of future teachers of physical culture.

The author's educational and teaching aids have a significant potential in practical terms: «Restorative means in physical culture and sports»; «Theoretical Foundations of Recreation»; «Theoretical and methodological foundations of

fitness teaching»; «Physical education, sports, human health», Introduction to the specialty (in the conditions of credit transfer system of training)»; «Theoretical Foundations of Health»; «Theory and method of conducting classes in a special medical group». Materials of the research can be used in the design of the educational process in the I-II and III-IV accreditation levels, which prepare specialists for work in general educational institutions; for teachers of physical culture; teachers of the foundations of health and for teachers of the defense of the Fatherland; for physical education instructors in Preschool Educational Institutions; for organizers of tourist work in institutions and areas of mass recreation of the population; for methodologists of physical culture; for health improvement instructors in educational institutions; for public servants or public representatives in the sphere of physical culture; for heads of physical training in Armed Forces, as well as for undergraduate students, graduate students, doctoral students in the process of scientific research. Some provisions may be used to develop normative documents and educational and methodical publications.

Key words: future physical culture teachers, vocational training, culture of health, educational process, concept, system of health culture formation, structural-functional model, organizational-pedagogical conditions, teaching-methodical support.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методологічні основи формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури: моногр. Чернівці: Місто, 2018. 436 с.

2. Курнишев Ю. А., Мосейчук Ю. Ю. Професійний саморозвиток майбутніх учителів фізичної культури: моногр. Чернівці: ЧНУ, 2017. 224 с.

3. Мосейчук Ю. Ю., Мединський С. В., Гакман А. В. Вступ до спеціальності (фізичне виховання, здоров'я людини): навч.-метод. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2011. 150 с.

4. Мосейчук Ю. Ю., Ячнюк Ю. Б., Ячнюк І. О., Воробйов О. О., Романів Л. В., Марценяк І. В. Відновлювальні засоби у фізичній культурі та спорті: навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. освіти України III-IV рівнів акредитації. Чернівці: ЧНУ, 2011. 387 с.

5. Гусак В. В., Мосейчук Ю. Ю. Теоретичні основи рекреації: навч. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2013. 171 с.

6. Мосейчук Ю. Ю., Мединський С. В. Фізичне виховання, спорт, здоров'я людини. Вступ до спеціальності (в умовах кредитно-трансферної системи навчання): навч. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2013. 120 с.

7. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О. Теоретичні та методичні основи викладання фітнесу: навч.-метод. посіб. для студентів ВНЗ. Чернівці: ЧНУ, 2013. 100 с.

8. Гусак В. В., Мосейчук Ю. Ю. Теорія і методика проведення занять у спеціальній медичній групі: навч. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2014. 133 с.

9. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О., Киселиця О. М., Осадець М. М. Теоретичні основи здоров'я: навч. посіб. для студентів ВНЗ. Чернівці: ЧНУ, 2014. 224 с.

10. Мосейчук Ю. Ю., Киселиця О. М. Науково-дослідна робота студентів – майбутніх учителів фізичної культури: навч.-метод. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2017. 84 с.

11. Мосейчук Ю. Ю. Використання потенціалу акмеології та акмеологічного підходу під час формування належного рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Гуманізація навчально-виховного процесу*: зб. наук. праць. Харків: ТОВ «Видавництво НТМТ», 2016. № 6 (80). С. 80–90.

12. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування необхідності цілеспрямованої діяльності по формуванню культури здоров'я майбутніх учителів. *Педагогічні науки*: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2016. Вип. LXXIII, т. 2. С. 94–98.

13. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні підходи до сутності культури здоров'я. *Гірська школа Українських Карпат*: наук. фах. вид. Івано-Франківськ: ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2016. № 15. С. 233–236.

14. Dudnyk O., Yarmak O., Dotsyuk L., Mykhaylyshyn G., Zoriy Ya., Moseychuk Yu. Assessment of human psychophysiological responses to intense exercise: a survey of Greco-Roman wrestlers and unqualified competitors. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. 17 Supplement issue 4. pp. 2089–2096. DOI:10.7752/jpes.2017.s4212.

15. Galan Ya., Nakonechnyi I., Moseichuk Yu, Vaskan I., Paliichuk Yu., Yarmak O. The analysis of physical fitness of 13-14 years in the process of physical education. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. 17 Supplement issue 5. pp. 2244–2249. DOI:10.7752/jpes.2017.s5237.

16. Мосейчук Ю. Ю. Формирование высокого уровня культуры здоровья у будущих учителей физической культуры: теоретические и практические аспекты. *Modern Science: scientific journal*. Praha, 2017. № 1. P. 126–133.

17. Мосейчук Ю. Ю. Компонентно-структурна характеристика культури здоров'я студентів. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Сер.: Педагогічні науки. Хмельницький: НАДПСУ, 2017. № 4 (11). С. 305–317.

18. Мосейчук Ю. Ю. Контент-аналіз зарубіжного досвіду професійної підготовки майбутніх учителів у контексті формування культури здоров'я. *Педагогічні науки*: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXIX, т. 1. С. 159–164.

19. Мосейчук Ю. Ю. Міждисциплінарний характер наукової дефініції «здоров'я»: теоретико-методологічні ракурси. *Гірська школа Українських Карпат*: наук. фах. вид. Івано-Франківськ: ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2017. № 16. С. 113–117.

20. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування потреби моніторингового дослідження стану сформованості культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Сер.: Педагогічні науки. Луганськ, 2017. № 8 (313), ч. II. С. 168–176.

21. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал інноваційних технологій під час формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогічні науки*: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXVII, т. 2. С. 204–208.

22. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал компетентнісного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Професійна освіта: методологія, теорія та технології*: зб. наук. праць. Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2017. Вип. 5/1. С. 169–183.

23. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти реалізації системи формування культури здоров'я студентів факультетів фізичного виховання. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*: зб. наук. праць. Сер.: Педагогічні науки. Ізмаїл: РВВ ІДГУ, 2017. Вип. 36. С. 162–166.

24. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти розробки та впровадження концепції професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем культури здоров'я на засадах неперервності та наступності. *Педагогічні науки*: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXX, т. 2. С. 175–180.

25. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні аспекти вдосконалення професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у контексті неперервної освіти. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. Хмельницький: ХІСТ, 2017. № 13. С. 53–57.

26. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні засади професійного та особистісного розвитку студентів в процесі професійної підготовки у вищих навчальних закладах. *Педагогічний дискурс*: зб. наук. праць. Хмельницький: ХГПА, 2017. Вип. 22. С. 118–123.

27. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні підходи до педагогічного проектування професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем сформованої культури здоров'я. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти*: зб. наук. праць [Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету]. Рівне: РДГУ, 2017. Вип. 17 (60). С. 236–240.

28. Мосейчук Ю. Ю. Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури як вимога часу. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*: наук. журн. Сер.: Педагогічні науки. Луганськ, 2017. № 1 (306), ч. II. С. 136–144.

29. Мосейчук Ю. Ю. Системний та праксеологічний підходи у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури: загальнотеоретичні розвідки. *Науковий вісник Ужгородського університету*: зб. наук. праць. Сер.: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2017. Вип. 1 (40). С. 164–167.

30. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методологічні проєкції у дослідженні потенціалу культури здоров'я для успішної реалізації професійної діяльності майбутніми учителями фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету*: зб. наук. праць. Сер.: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2017. Вип. 2 (41). С. 172–175.

31. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика концептуальних підходів, покладених в основу розробки системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. *Педагогічні науки*: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXVI, т. 2. С. 100–105.

32. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика перспективних методів та форм формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. Хмельницький: ХІСТ, 2017. № 14. С. 40–45.

33. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О. Вплив рекреаційно-оздоровчих занять по системі хатха-йоги на показники фізичного та психоемоційного стану жінок першого періоду зрілого віку. *Молодий вчений: наук. журн.* 2017. № 3.1 (43.1). С. 218–221.

34. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування доцільності та практичні механізми впровадження організаційно-педагогічних умов у процес формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету: зб. наук. праць. Сер.: Педагогіка. Соціальна робота.* Ужгород, 2018. Вип. 1 (42). С. 332–336.

Опубліковані праці апробаційного характеру

35. Мосейчук Ю. Ю. Особливості естетичного виховання школярів засобами фізичного виховання. *Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн: матеріали I міжнар. наук.-практ. конф.* (Чернівці, 13–15 трав. 2010 р.). Чернівці: Технодрук, 2010. С. 188–192.

36. Мосейчук Ю. Ю., Мардар Г. І. Інноваційні технології адаптації студентів до навчання. *Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України: зб. наук. праць VII всеукр. наук. конф.* (Чернівці, 12–13 трав. 2011 р.). Чернівці: Технодрук, 2011. С. 227–231.

37. Мосейчук Ю. Ю. Актуальність процесу адаптації першокурсників до навчання у ВНЗ. *Věda a vznik – 2011/2012: materiály VIII mezinárodní vědecko-praktická konference.* (Praha, 27.12.2011–05.01.2012 r.). Praha: Education and Science, 2012. Díl 18: Pedagogika. S. 34–36.

38. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методичні особливості побудови мікроциклів у футболі. *Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України: зб. наук. праць VIII всеукр. наук. конф.* (Чернівці, 10–11 трав. 2012 р.). Чернівці: Технодрук, 2012. С. 347–351.

39. Мосейчук Ю. Ю. Формування особистісного стилю діяльності майбутніх педагогів. *Věda a vznik – 2011/2012: materiály VIII mezinárodní vědecko-praktická konference.* (Praha, 27.12.2011–05.01.2012 r.). Praha: Education and Science, 2012. Díl 18: Pedagogika. S. 31–33.

40. Мосейчук Ю. Ю., Ніколайчук О. М., Мороз О. М. Інноваційні технології адаптації студентів до навчання у ВНЗ. *Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн: матеріали II міжнар. наук.-практ. конф.* (Чернівці, 22–23 трав. 2013 р.). Чернівці: Технодрук, 2013. С. 142–144.

41. Мардар Г. І., Мосейчук Ю. Ю. Показники здорового способу життя (ЗСЖ) та рівня фізичного стану (РФС) студентів. *Природничі читання та фізичне виховання, спорт та здоров'я людини у сучасному суспільстві: матеріали наук.-практ. конф.* (Чернівці, 20–21 трав. 2014 р.). Чернівці: Медуніверситет, 2014. С. 148–149.

42. Мосейчук Ю. Ю. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності підлітків. *Актуальні проблеми впровадження здоровязберігаючих технологій у навчальних закладах: матеріали III міжнар. наук.-практ. конф.* (Чернівці, 15–16 трав. 2014 р.). Чернівці: Технодрук, 2014. С. 124–130.

43. Moroz E., Moseichuk Yu., Muzhychok V. The efficiency of the fitball aerobics for the health of high school age girls of special medical group. *Trends and perspectives in physical culture and sports: the VIth Edition international scientific conference* (Suceava, 26th-27th of May 2016). Suceava: University «Ștefan cel Mare», 2016. P. 216–219.

44. Мосейчук Ю. Ю. Значення культури здоров'я у реалізації професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури. *Теорія і методика виховання: наук.-пед. вісн.* Херсон: Грінь Д. С., 2016. Вип. 6. С. 27–30.

45. Мосейчук Ю. Ю. Культура та професійна культура майбутніх учителів: нові виміри наукового пізнання. *Психологія і педагогіка на*

сучасному етапі розвитку наук: актуальні питання теорії і практики : зб. наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Одеса, 16–17 груд. 2016 р.). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2016. С. 92–94.

46. Мосейчук Ю. Ю. Основні проєкції дослідження феномена культури здоров'я студентів університетів. *Педагогіка і психологія: методика та проблеми практичного застосування*: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 16–17 груд. 2016 р.). Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2016. С. 72–74.

47. Мосейчук Ю. Ю. Формування культури здоров'я студентської молоді: реалії та перспективи. *Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування*: зб. тез наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Львів, 23–24 груд. 2016 р.). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2016. С. 148–150.

48. Moseichuk Yu. Justification of the necessity of formation of health culture in future teachers of physical education in the context of competence approach. *VIRTUS: scientific journal*. 2017. № 14. P. 91–93.

49. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти розробки мультимедійних презентацій для формування культури здоров'я у майбутніх фахівців під час навчання у ВНЗ. *Модифікація концепції соціально-педагогічної діяльності та соціальної роботи в Україні у контексті реалізації цілей сталого розвитку суспільства*: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Харків – Куряж, 14 груд. 2017 р.). Харків: ФОП Петров В. В., 2018. С. 86–90.

50. Мосейчук Ю. Ю. Використання інноваційних педагогічних технологій під час формування культури здоров'я в майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогіка і сучасні аспекти фізичного виховання*: зб. наук. праць III міжнар. наук.-практ. конф., (Краматорськ, 18–19 квіт. 2017 р.). Краматорськ: ДДМА, 2017. С. 329–335.

51. Мосейчук Ю. Ю. Використання праксеологічного підходу у процесі формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної

культури. *Педагогіка здоров'я*: зб. наук. праць VII всеукр. наук.-практ. конф. (Чернігів, 7–8 квіт. 2017 р). Чернігів, 2017. Т. 2. С. 200–204.

52. Мосейчук Ю. Ю. Використання системного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Освіта і наука в умовах глобальних трансформацій*: матеріали всеукр. наук. конф. (Дніпро, 24–25 лист. 2017 р.). Дніпро, 2017. С. 266–267.

53. Мосейчук Ю. Ю. Впровадження компетентнісного підходу під час навчання студентів на факультетах фізичного виховання в контексті формування культури здоров'я. *Сучасна освіта та інтеграційні процеси*: зб. наук. праць міжнар. наук.-метод. конф. (Краматорськ, 22–23 лист. 2017 р.). Краматорськ: ДГМА, 2017. С. 141–143.

54. Мосейчук Ю. Ю. Загальні наукові підходи до розробки системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Льотної академії*: зб. наук. праць. Сер. : Педагогічні науки. Кропивницький: КЛА НАУ, 2017. Вип. 1. С. 449–454.

55. Мосейчук Ю. Ю. Методичні основи формування культури здоров'я у майбутніх фахівців спеціальності «Середня освіта. Фізична культура». *Україна в гуманітарних і соціально-економічних вимірах*: матеріали II всеукр. наук. конф. (Дніпро, 24–25 берез. 2017 р.). Дніпро: СПД «Охотнік», 2017. Ч. II. С. 257–259.

56. Мосейчук Ю. Ю. Методологічні підходи до проектування концепції неперервності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем сформованої культури здоров'я. *Теорія і методика виховання*: наук.-пед. вісн. Херсон: Грінь Д. С., 2017. Вип. 7. С. 15–19.

57. Мосейчук Ю. Ю. Науково-методологічні засади організації професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Наукові досягнення, відкриття та шляхи розвитку педагогічної науки*: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 26–27 трав. 2017 р.). Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2017. С. 94–97.

58. Мосейчук Ю. Ю. Науково-методологічні парадигми формування культури здоров'я під час професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Modern methods, innovations and operational experience in the field of psychology and pedagogics: proceedings of International research and practice conference.* (Lublin, October 20–21, 2017). Lublin: Baltija publishing, 2017. S. 104–107.

59. Мосейчук Ю. Ю. Необхідність впровадження інноваційних педагогічних технологій під час формування належного рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Фізична культура і спорт: досвід та перспективи: матеріали міжнар. наук.-практ. конф.* (Чернівці, 6–7 квіт. 2017 р.). Чернівці: ЧНУ, 2017. С. 124–126.

60. Мосейчук Ю. Ю. Необхідність формування високого рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури під час професійної підготовки в університетах. *Сучасні тенденції та фактори розвитку педагогічних та психологічних наук: зб. тез міжнар. наук.-практ. конф.* (Київ, 3–4 лютого 2017 р.). Київ: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2017. С. 100–102.

61. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування потенціалу інтерактивного навчання у формуванні культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Професійна педагогіка і андрагогіка: актуальні питання, досягнення та інновації: зб. тез наук. робіт міжнар. наук.-практ. конф.* (Кривий Ріг, 26–27 жовт. 2017 р.). Кривий Ріг: Криворізький державний педагогічний університет, 2017. С. 204–205.

62. Мосейчук Ю. Ю. Перспективи впровадження діяльнісного підходу під час розроблення системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури в процесі неперервної професійної підготовки. *Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології: зб. тез наук. робіт міжнар. наук.-практ. конф.* (Львів, 23–24 черв. 2017 р.). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2017. С. 95–98.

63. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал акмеологічного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності*: зб. матеріалів всеукр. наук.-практ. конф. (Тернопіль, 5–6 квіт. 2017 р.). Тернопіль: СМП «Тайп», 2017. С. 179–181.

64. Мосейчук Ю. Ю. Потреба формування високого рівня культури здоров'я у студентів факультетів фізичного виховання у психологічному контексті. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі*: зб. тез доповідей всеукр. наук.-практ. конф. (Мукачєво, 17–18 трав. 2017 р.). Мукачєво: вид-во МДУ, 2017. С. 118–120.

65. Мосейчук Ю. Ю. Практичні можливості компетентнісного підходу під час формування у майбутніх учителів фізичної культури високого рівня культури здоров'я. *Психолого-педагогічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців на компетентнісній основі*: зб. наук. праць IV міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. (Переяслав-Хмельницький, 28 лютого 2017 р.): у 2-х ч. Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2017. Ч. 2. С. 4–8.

66. Мосейчук Ю. Ю. Системний підхід як сучасний орієнтир для формування культури здоров'я у майбутніх фахівців фізичного виховання. *Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення та підходи*: зб. матеріалів II міжнар. наук.-практ. конф. Баку – Ужгород – Дрогобич: Посвіт, 2017. С. 286–288.

67. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методичні засади неперервності формування культури здоров'я. *Перспективні напрямки розвитку сучасних педагогічних і психологічних наук*: зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. (Харків, 10–11 лютого 2017 р.). Харків: Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2017. С. 68–71.

68. Мосейчук Ю. Ю. Фізична культура та фізичне виховання як основоположні площини формування культури здоров'я студентів. *Сучасна українська освіта: стратегії та технології навчання молоді і дорослих*: зб.

наук. праць V міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. (Переяслав-Хмельницький, 27 лютого 2018 р.). Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2018. С. 76–80.

69. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика професійного розвитку майбутніх учителів фізичної культури в контексті формування культури здоров'я. *Розвиток професійної майстерності педагога*: зб. матеріалів міжнар. наук.-практ. конф. (Тернопіль, 26–27 квіт. 2018 р.). Тернопіль: СМП «Тайп», 2018. С. 209–211.

70. Романишина Л. М., Мосейчук Ю. Ю. Мотивація ціннісного відношення до культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. *Актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі*: зб. наук. праць всеукр. наук.-практ. конф. (Ужгород, 19–20 квіт. 2018 р.). Ужгород, 2018. С. 43–45.

Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

71. Мосейчук Ю. Ю. Особливості соціально-психологічної адаптації студентської молоді. *Фізична культура, спорт та здоров'я*: зб. наук. праць. Вінниця: ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2009. Вип. 8, т. 1. С. 229–234.

72. Мосейчук Ю. Ю. Динаміка показників розумової працездатності студентів з наявними ознаками порушення соціально-психологічної адаптації. *Слобожанський науково-спортивний вісник*: наук.-теорет. журн. Харків, 2010. № 1. С. 124–127.

73. Мосейчук Ю. Ю. Особливості здоров'я людини як критерію оцінювання індивідуальних можливостей організму. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць. Львів: ЛДУФК, 2010. Вип. 14, т. 4. С. 127–131.

74. Мосейчук Ю. Ю. Зміни функціональних показників студентів з ознаками порушення соціально-психологічної адаптації впродовж

навчального року. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць. Львів: ЛДУФК, 2011. Вип. 15, т. 2. С. 176–180.

75. Мосейчук Ю. Ю. Особливості динаміки показників психічного навантаження у студентів з ознаками порушення соціально-психологічної адаптації впродовж навчального року. *Слобожанський науково-спортивний вісник*: наук.-теорет. журн. Харків: ХДАФК, 2011. № 1. С. 114–118.

76. Мосейчук Ю. Ю. Формування мотиваційних потреб студентської молоді до фізкультурної діяльності. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт*. Київ: вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. Вип. 13. С. 400–403.

77. Мосейчук Ю. Ю. Самостійні заняття як засіб покращення стану здоров'я студентської молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць Волинського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк: ВНУ, 2012. № 3 (19). С. 230–232.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ	29
ВСТУП	30
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК НАУКОВОЇ ПРОБЛЕМИ	50
1.1 Міждисциплінарний характер наукових дефініцій «здоров'я» та «культура»	50
1.2 Науково-методологічні проєкції феномену «культура здоров'я» ..	70
1.3 Аналіз зарубіжного досвіду формування культури здоров'я у майбутніх фахівців	90
1.4 Фізична культура та фізичне виховання як основоположні чинники формування культури здоров'я	105
Висновки до першого розділу	120
РОЗДІЛ 2. КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	123
2.1 Зміст особистісного та професійного розвитку майбутніх учителів фізичної культури в контексті формування культури здоров'я	123
2.2 Характеристика професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури під час формування культури здоров'я	139
2.3 Компонентно-структурний аналіз культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури	155
2.4 Проєктування концепції неперервності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з належним рівнем сформованості культури здоров'я	173
Висновки до другого розділу	195

РОЗДІЛ 3. ХАРАКТЕРИСТИКА СИСТЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОЦЕСІ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ 198

3.1 Обґрунтування системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки 198

3.2 Принципи реалізації системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури 213

3.3 Методологічні підходи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури 231

3.4 Структурно-функціональна модель системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки 253

Висновки до третього розділу 268

РОЗДІЛ 4. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ СУПРОВІД ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ 271

4.1 Обґрунтування та характеристика організаційно-педагогічних умов дієвості системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури та практичні механізми їх впровадження 271

4.2 Інноваційні педагогічні технології формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури 307

4.3 Практичні методи і прийоми формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури 327

Висновки до четвертого розділу..... 339

РОЗДІЛ 5. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА	
ЕФЕКТИВНОСТІ СИСТЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я	
МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	342
5.1 Стан сформованості культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури	342
5.2 Загальна методика організації формувального етапу експериментального дослідження	362
5.3 Формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури на формувальному етапі експерименту	378
5.4 Узагальнення та інтерпретація результатів дослідження	398
Висновки до п'ятого розділу	408
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	411
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	418
ДОДАТКИ	487

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

ВК – вступний контроль

ВОЗ – всевітня організація охорони здоров'я

ДОС – Державний освітній стандарт

ЗВО – заклад(и) вищої освіти

ЗНЗ – загальноосвітній навчальний заклад

ЕГ – експериментальна група

ІНДЗ – індивідуального навчально-дослідне завдання

КГ – контрольна група

КЗ – культура здоров'я

МОЗ – Міністерство охорони здоров'я

МОН – Міністерство освіти і науки

МТЗ – матеріально-технічне забезпечення

МУФК – майбутні учителі фізичної культури

НМК – навчально-методичний комплекс

ПК – підсумковий контроль

СОЗ – система охорони здоров'я

ФВ – фізичне виховання

ФК – фізична культури

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасних соціально-економічних умовах в Україні особливої актуальності набуває проблема підвищення рівня культури молоді, і загальної, і окремих її видів, зокрема й культури здоров'я (далі – КЗ). Саме здоров'я та культура є фундаментальними й поліаспектними категоріями всього людського буття, а тому мають бути найважливішими пріоритетами й у суспільстві, і в освітньому процесі. Однак, глобальна соціокультурна криза, виявом якої є девальвація цінностей та нехтування нормами КЗ, має суттєвий вплив на зростання захворюваності, сприяє поширенню адиктивних звичок (залежної поведінки) серед дітей та молоді та спричиняє зниження соціальної цінності здорового способу життя. За даними Центру незалежних соціологічних досліджень «ОМЕГА» (2016 р.), встановлено, що 60 % випускників загальноосвітніх закладів мають порушення постави, 50 % – короткозорість, 40 % – порушення серцево-судинної системи та нервово-психічні відхилення, 60 % – порушення мови. Кожен четвертий юнак за станом здоров'я не може проходити строкову службу в армії. В Україні лише 47,8 % молоді віком від 14 до 35 років оцінюють своє здоров'я «добре» та 32,8 % «скоріше добре, ніж погано», 16,8 % молоді вважає стан свого здоров'я задовільним, а 2,6 % респондентів мають погане здоров'я. З'ясовано, що 7 годин на тиждень витрачає на фізичні вправи й активний вид спорту лише 3,8 % опитаної молоді, а 40,7 % – взагалі не витрачають жодної години на фізичні вправи та спорт. Третина опитаної молоді (29,1 %) витрачає на фізичні вправи та спорт приблизно годину на тиждень, 16,4 % – від двох до трьох годин.

Беручи до уваги наведену статистику, ставлення до здоров'я, усвідомлення потреби формування культури його збереження розглядаємо як головну ознаку сучасності. З огляду на це, актуальною є підготовка в закладах вищої освіти (далі – ЗВО) конкурентоздатних фахівців, у яких сформовано ціннісне ставлення до здоров'я та вироблено внутрішнє

прагнення до вдосконалення КЗ для успішної реалізації професійної діяльності.

Майбутні вчителі фізичної культури (далі – МУФК) мають подавати приклад щодо ведення здорового способу життя. У них має бути сформований високий рівень КЗ. У цьому контексті до майбутніх педагогічних кадрів спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) висувають вимоги гармонійно поєднувати освітні, виховні та оздоровчі завдання із завданнями фізичного виховання і спорту, а також педагоги повинні заохочувати вихованців до збереження й зміцнення здоров'я та формувати в них високий рівень КЗ. Виконувати такі складні та різнопланові професійні завдання МУФК можуть лише на основі внутрішньої вмотивованості до цієї діяльності, рефлексії та високого рівня теоретичних знань і практичних умінь.

Удосконалення системи фізичного виховання студентської молоді в Україні вивчали І. Гасюк, Т. Круцевич, А. Кухтій, Р. Раєвський, Б. Шиян та ін. Дослідження українських науковців А. Бабенка, К. Дроздової, Є. Жуковського, А. Іванової, М. Карченкової, А. Коноха, Ю. Мусхаріна, Є. Павлюка, О. Тимошенка, А. Чепелюк та ін. присвячені багатоманітним аспектам професійної підготовки МУФК до фізкультурно-оздоровчої діяльності. Протягом останніх років у публікаціях А. Галіздри, Д. Давиденка, О. Драгана, О. Мальцева, В. Маринич, О. Мелікова, Ю. Півненка, С. Сінгаєвського, Д. Солопчука, А. Сулими, С. Футорного та ін. аргументовано зв'язок між фізичною культурою і КЗ та доведено, що теоретичні знання і практичні уміння збереження здоров'я є вагомими для реалізації вчителем фізичної культури професійної діяльності. Теоретико-методичними розробками питань формування КЗ займалися закордонні вчені (Л. Алмонд (L. Almond), М. Войнаровська-Солдан (M. Woynarowska-Soldan), К. Осташевський (K. Ostaszewski), Дж. Паул (J. Paull) та ін.).

Формування КЗ у студентів розглядається науковою спільнотою як багатоаспектне і доволі складне явище. Так, напрацювання філософів,

валеологів, медиків, психологів та педагогів створили теоретико-методологічні передумови для дослідження КЗ. Зокрема, у філософському баченні КЗ розглядалася як основа виховання особистості і в античні часи (Гіппократ, Гален, Авіценна), і в епоху сучасного суспільства. У працях валеологів (Л. Барни, Е. Булич, В. Грибан, В. Грушка, О. Міхеєнка, М. Носка, В. Петленка, В. Поліщука, С. Страшко, Н. Цимбала, М. Чепиги та ін.) доведено, що сучасна соціальна ситуація, зниження рівня життя та екологічні негаразди негативно позначаються на здоров'ї всього населення, особливо вразливою є студентська молодь. Однією із основних причин такого стану визнано безвідповідальне ставлення до власного здоров'я та низький рівень КЗ. З медичної точки зору, у працях М. Коломоєць, О. Корнієнко, В. Кулініченко, Т. Ткачук та ін. проаналізовано професійні захворювання педагогів та механізми їхнього запобігання.

У психологічній науці КЗ розглядається вітчизняними науковцями в тісному зв'язку з особистісним становленням фахівця (І. Галецька, О. Гнатюк, В. Давигора, І. Коцан, М. Тимофієва, О. Толстограєва та ін.). У педагогічній площині вирішенню проблеми сприяють положення про: доцільність формування КЗ майбутніх учителів під час професійної підготовки у ЗВО (Н. Гончарова, С. Кириленко, С. Лебедченко, В. Магін, О. Мельник, В. Мойсеюк, Н. Рибачук, Т. Рикова та ін.); теоретико-методичні засади педагогіки здоров'я (І. Брехман, П. Гусак, О. Матвієнко, І. Олендер, А. Олійник, М. Смірнов, Л. Хомич та ін.); зв'язок між здоров'ям і освітою (І. Авдеєнко, І. Глузман, О. Завальнюк, В. Калашнікова, Н. Калініченко, В. Козігон, В. Скороход, О. Шукатка та ін.). У контексті психолого-педагогічних підходів проаналізовано потенціал здоров'язберезувальних та здоров'язміцнювальних технологій у збереженні здоров'я фахівців (П. Джуринський, Б. Долинський, І. Мельничук, Г. Мешко, О. Міхеєнко, Ю. Палічук, Л. Романишина та ін.).

Однак, проблема КЗ та процес її системного формування у МУФК під час неперервної професійної освіти в ЗВО залишаються маловивченими, а

проведений аналіз наукових джерел свідчить про загальний і вузькопрофесійний характер. Значущість порушеної проблеми посилюється виявленими *суперечностями* між:

– світовими тенденціями оновлення вищої педагогічної освіти, нагальністю цілеспрямованого її реформування, що забезпечується об'єктивною потребою в морально, психічно і фізично здорових фахівцях фізичної культури («бакалавр» і «магістр»), що мають високу КЗ та існуючими стереотипами, які орієнтують суб'єктів освітнього процесу на факультетах фізичного виховання переважно на розвиток фізичних та рухових умінь і навичок;

– потребою вдосконалення структури і методичного забезпечення в процесі формування КЗ МУФК відповідно до державного освітнього стандарту та недостатньою підготовленістю викладацького складу ЗВО до цієї діяльності через відсутність системи та організаційно-педагогічних умов такої діяльності;

– посиленням позицій інноваційних педагогічних технологій, методів, форм та засобів в освітній парадигмі для досягнення якісного результату під час формування КЗ у МУФК засобами фізичного виховання та недостатнім осмисленням методологічних основ професійної підготовки, орієнтованої здебільшого на традиційне навчання;

– зрослою потребою практики ЗВО в забезпеченні якісного процесу формування КЗ студентів на основі внутрішньої мотивації, континууму навчання й самоосвіти, практичної спрямованості знань та фрагментарністю науково-методичного забезпечення цього процесу, зумовленого догматизацією знань та предметоцентризмом.

Актуальність проблеми, її недостатня розробленість у педагогічній теорії та практиці й прагнення розв'язати визначені суперечності зумовили вибір теми дисертації **«Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки»**.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертацію виконано відповідно до тематичного плану наукової та науково-організаційної діяльності Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії в межах науково-дослідної роботи «Управління процесом професійної адаптації особистості в системі неперервної педагогічної освіти» (державний реєстраційний номер 0107U010127).

Тему дисертації затверджено вченою радою Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії (протокол № 3 від 26.03.2014 р.) та узгоджено в Міжвідомчій раді з координації досліджень у галузі освіти, педагогіки і психології НАПН України (протокол № 3 від 16.05.2017 р.).

Мета дослідження полягає в теоретико-методологічному обґрунтуванні та експериментальній перевірці дієвості системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури на засадах неперервної професійної підготовки.

Відповідно до поставленої мети сформульовано основні **завдання дослідження:**

1. На основі аналізу наукових дефініцій «культура» та «здоров'я», проаналізувати зміст культури здоров'я та визначити сутнісні характеристики і функції культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

2. З урахуванням засад особистісного та професійного розвитку провести компонентно-структурний аналіз культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури і визначити рівні її сформованості.

3. Обґрунтувати концепцію неперервної професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з належним рівнем культури здоров'я та розробити систему формування культури здоров'я у процесі неперервної професійної підготовки.

4. Спроектувати структурно-функціональну модель системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки та визначити організаційно-

педагогічні умови її дієвості.

5. Підготувати навчально-методичний супровід процесу формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

6. Здійснити експериментальну перевірку ефективності системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки.

Об'єкт дослідження – професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури.

Предмет дослідження – система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури в закладах вищої освіти.

Концепція дослідження визначає теоретико-методичні положення, наукові підходи та принципи системи формування КЗ МУФК на засадах неперервності з урахуванням усієї складності й різноманіття міждисциплінарних підходів, що зумовлюють збереження і зміцнення здоров'я студентів, і базується на теоретичному, методологічному і практичному концептах, а також передбачає оптимізацію цієї діяльності на основі врахування специфіки професійної діяльності фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура).

Методологічний концепт передбачає обґрунтування системи, у якій закладено потенціал для формування КЗ, відображає прогресивні тенденції під час організації освітнього процесу МУФК та базується на впровадженні загальнонаукових (науковості, рефлексивності, міжпредметності, систематичності та послідовності, доступності, свідомості й активності, координації, гуманізації, безперервності та професійної спрямованості, конкретизації цілей і актуальності результатів) і спеціальних (оздоровчої спрямованості освітнього процесу, варіативності і різноманіття засобів здоров'язбереження, професійної спрямованості освітнього процесу, антропосенергізму в організації професійної підготовки, соціальної значущості формування культури здоров'я) принципах під час викладання навчальних дисциплін у бакалавраті та магістратурі. На методологічному

рівні здійснено обґрунтування системного, праксеологічного, акмеологічного, діяльнісного, синергетичного, особистісно орієнтованого, гуманістичного, компетентнісного та культурологічного підходів до професійної підготовки МУФК. З методичної точки зору для формування належного (високого та достатнього рівня) рівня КЗ доцільно дотримуватися неперервності професійної підготовки МУФК.

З позиції *теоретичного* концепта організація професійної підготовки МУФК – це особливий вид інноваційної діяльності суб'єктів освітнього середовища, за допомогою якого створюються належні умови для формування в переважній більшості МУФК належного рівня сформованості всіх компонентів КЗ як складника загальної культури та основи професійної компетентності майбутнього фахівця. Системність формування КЗ МУФК дозволила забезпечити особистісні запити студентів та максимальне використання засобів фізичної культури в освітньому процесі під час формування КЗ. Теоретичний рівень надав можливість представити професійну підготовку МУФК в контексті формування КЗ як цілісну концепцію неперервного особистісного та професійного розвитку, що розроблена в три етапи (початковий, основний, заключний) й передбачає науково обґрунтовані педагогічні впливи, охоплює конкретні засади, теоретико-методологічні аспекти, засадничі площини, володіє істотними особливостями, базується на принципах діяльності ЗВО, має практичний зміст, пріоритетні напрями діяльності під час формування КЗ.

Практичний концепт був когнітивним чинником успішного вирішення професійних завдань, пов'язаних з формуванням належного рівня КЗ МУФК. Професійна підготовка МУФК охоплювала введення в освітній процес педагогічних технологій (проектна, інтерактивна, інформаційно-комунікаційна, тренінгова); упровадження організаційно-педагогічних умов (забезпечення мотивації ціннісного ставлення до КЗ; використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування КЗ; збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу; створення та

розвиток здоров'язбережувального середовища в навчальному закладі; стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку культури здоров'я); розробку практико орієнтованого навчально-методичного супроводу формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО.

Основні концептуальні положення стали підґрунтям для формування **гіпотези**, яка полягає в тому, що професійна підготовка МУФК буде ефективною в тому випадку, коли формування КЗ визначатиметься відповідною системою, системотвірними чинниками якої є комплекс взаємопов'язаних складників науково-теоретичного та методично-прикладного характеру, здатних забезпечити належний рівень сформованості всіх компонентів та показників, сприятиме гармонізації загальної культури особистості, матиме позитивний вплив на ефективність усієї професійної підготовки в ЗВО, спонукатиме до розвитку внутрішньої мотивації, активізує позитивні інтереси та формуватиме відповідальне ставлення до збереження і зміцнення здоров'я.

Загальна гіпотеза конкретизована в **часткових положеннях**, які передбачають, що ефективність освіти МУФК у процесі професійної підготовки забезпечується створенням системи формування КЗ у процесі неперервної професійної підготовки, упровадженням в освітній процес відповідних організаційно-педагогічних умов, а також розробкою навчально-методичного супроводу цього процесу, які: 1) сприяють усвідомленню студентами значимості КЗ для розвитку внутрішньо вмотивованої професійної діяльності та визнання власної відповідальності за збереження й зміцнення здоров'я; 2) дозволяють спроектувати зміст професійної підготовки МУФК на основі розширення когнітивного складника, спрямованого на розвиток оздоровчої діяльності, творчого мислення, емоційно-ціннісного ставлення до здоров'я, поглиблення теоретичних знань про КЗ; 3) дають можливість залучити МУФК до успішної реалізації науково доцільних та індивідуально зумовлених способів зміцнення власного

здоров'я під час неперервної та послідовної професійної підготовки; 4) спонукають студентів до самопізнання, особистісного і професійного розвитку під час формування КЗ; 5) започатковують установки на пошук власних підходів до здійснення продуктивної діяльності з формування й власної КЗ, і КЗ вихованців під час організації фізичного виховання.

Методологічну основу дослідження становлять: фундаментальні положення, які охоплюють філософські ідеї об'єктивної дійсності, що розкривають сутність і зміст КЗ на основі міждисциплінарного підходу; принципи діалектики, що характеризують взаємозумовлений розвиток явищ та дійсності, детермінізму – об'єктивної причинної зумовленості явищ; теорії систем й принципи моделювання педагогічних систем; ідеї про єдність теорії та практики; фундаментальні наукові підходи до вивчення педагогічних явищ; ідеї та концепції про КЗ як інтегральну характеристику особистості; сучасні теорії педагогічної діяльності щодо проектування освітніх процесів і явищ; концептуальні положення сучасної психолого-педагогічної науки щодо вимог до організації професійної підготовки МУФК у процесі неперервної організації освітнього процесу в ЗВО.

Нормативна база дослідження охоплює концепцію неперервності професійної підготовки професійних кадрів з урахуванням положень Конституції України, законів України («Про вищу освіту» (2014 р.), «Про освіту» (2017 р.), «Про фізичну культуру і спорт» (2011 р.), Концепції розвитку професійно-технічної (професійної) освіти в Україні (2004 р.), Національної стратегії розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки (2012 р.), Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту (2005 , Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» на 2012–2020 роки (2011 р.), наказу МОН України «Про затвердження плану дій щодо забезпечення якості вищої освіти України та інтеграції в європейське і світове освітнє співтовариство на період до 2020 року» (№ 612 від 13.07.2007 р.), та інших документів, які декларують світоглядні та правові основи організації професійної підготовки нової генерації фахівців, які

зможуть забезпечити, на основі засобів фізичного виховання, високий рівень КЗ собі та своїм вихованцям. Ці нормативні документи зумовлюють організацію освітнього процесу в ЗВО, регламентують професійну діяльність МУФК й визначають вимоги до їхніх професіоналізму та компетентності.

Теоретичною основою дослідження є наукові праці, присвячені: фундаментальним положенням філософії освіти (В. Андрущенко, І. Бех, С. Гончаренко, І. Зязюн, В. Кремень та ін.); теорії неперервності та наступності професійної освіти (О. Дубасенюк, Н. Ничкало, В. Поліщук, С. Сисоєва, В. Шахов та ін.); теорії освітніх систем (А. Алексюк, В. Безпалько, Р. Гуревич, Г. Щедровицький та ін.); системі фізичного виховання студентської молоді (І. Гасюк, А. Конох, Т. Круцевич, А. Кухтій, Р. Раєвський, Б. Шиян та ін.); науковим підходам до професійної підготовки МУФК (А. Бабенко, К. Дроздова, Є. Жуковський, Л. Іванова, М. Карченкова, Є. Павлюк, Н. Свірщук, О. Тимошенко, А. Чепелюк та ін.); концептуальним положенням педагогіки та психології здоров'я (П. Гусак, О. Завгородня, С. Максименко, І. Олендер, А. Олійник, М. Смірнов, О. Хлівна, Л. Хомич та ін.); положенням зв'язку між формуванням КЗ та освітою (Г. Апанасенко, В. Бобрицька, Ю. Бойчук, О. Глузман, О. Дубогай, О. Завальнюк, Н. Калініченко, В. Козігон, В. Мойсеюк, В. Оржеховська, В. Скороход, Л. Сущенко та ін.); здоров'язбережувальним та здоров'язміцнювальним технологіям (О. Анастасова, П. Джуринський, Б. Долинський, І. Кувшинова, О. Міхеєнко, Г. Мешко, І. Мельничук, Ю. Палічук, Л. Романишина, О. Шукатка та ін.).

Для вирішення поставлених завдань і перевірки сформульованих у дослідженні гіпотез використовували наукові **методи дослідження**: *теоретичні*: метод концептуально-порівняльного аналізу, метод системно-структурного аналізу, педагогічного моделювання, узагальнення, проектування, класифікація – для обґрунтування концептуальних положень і моделі системи формування КЗ у МУФК на засадах неперервності та наступності професійної підготовки; *емпіричні*: педагогічне спостереження,

опитування, бесіда, анкетування, тестування, метод експертних оцінок, аналізу документації ЗВО, психодіагностичні методики – для визначення, стану сформованості компонентів КЗ у МУФК, установлення динаміки їхнього формування, виявлення особливостей професійної підготовки майбутніх фахівців до діяльності в означеному напрямі; педагогічний експеримент – для з'ясування ефективності запропонованої системи та перевірки дієвості організаційно-педагогічних умов; *методи математичної статистики*: кількісний та якісний аналіз експериментальних даних, визначення критерію Колмогорова-Смірнова – для з'ясування статистичної значимості відмінностей експериментальної і контрольної вибірок для виявлення достовірності експериментальних показників на початку і в кінці педагогічного експерименту.

Організація дослідження. Дослідження здійснювалося впродовж 2009–2018 рр. кількома етапами наукового пошуку.

На першому, *теоретико-пошуковому, етапі* (2009 р.) здійснено аналіз філософської, психолого-педагогічної, спеціальної літератури з проблем дослідження; проведено узагальнення вітчизняного та зарубіжного досвіду формування КЗ; розроблено науковий апарат дослідження, установлено його категоріальну основу, сформульовано його робочу гіпотезу; визначено основні напрями експериментально-дослідної роботи.

На другому, *діагностично-апробаційному, етапі* (2010–2013 рр.) проведено аналіз особистісного та професійного розвитку МУФК в контексті формування КЗ; проаналізовано компоненти КЗ, розроблено критерії і показники, підготовлено діагностичний інструментарій; обґрунтовано вибір основних засобів дослідної роботи; обґрунтовано систему формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки та розроблено її структурно-функціональну модель; визначено експериментальну базу дослідження та здійснено моніторинг стану сформованості КЗ у МУФК.

На третьому, *експериментально-дослідному, етапі* (2014–2017 рр.) зреалізовано програму дослідження, шляхом експериментальної перевірки

робочих гіпотез, концептуальних положень, системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки; упроваджено в освітній процес організаційно-педагогічні умови та навчально-методичний супровід; здійснено аналіз проміжних результатів; проведено корегування авторських методик.

На четвертому, *підсумково-аналітичному, етапі* (2018 р.) систематизовано та узагальнено результати; сформульовано висновки та визначено перспективи подальшого дослідження формування КЗ у МУФК; оформлено матеріали дисертаційного дослідження.

Експериментальна база дослідження. Основною базою дослідно-експериментальної роботи обрано Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» та Херсонський державний університет. До експерименту на різних етапах дослідження було залучено 866 студентів (702 констатувальний етап та 164 – формувальний етап), а також 43 викладачі.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у тому, що:

– *уперше теоретично обґрунтовано та спроектовано* концепцію неперервності професійної підготовки МУФК з належним (високим та достатнім) рівнем КЗ, що розглядається на методологічному, теоретичному та практичному рівнях, розроблена в три етапи і охоплює мету, завдання, орієнтири, опирається на структурні елементи, засади, володіє істотними особливостями, базується на конкретних принципах діяльності ЗВО, має пріоритетні напрями діяльності та практичний зміст; *розроблено й обґрунтовано* систему формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки, що об'єднує теоретичні основи навчального процесу: навчальні орієнтації (освітні, загальнодидактичні, соціальні, розвивальні, виховні); комплекс принципів (загальнонаукових і спеціальних)

і підходів; зміст навчальних дисциплін; *визначено* організаційно-педагогічні умови, що забезпечують дієвість системи: забезпечення мотивації ціннісного ставлення до КЗ; використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування КЗ; збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу; створення та розвиток здоров'язбережувального середовища в навчальному закладі; стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку КЗ; *розроблено* структурно-функціональну модель системи, що має блочну структуру та складається з цільового (мета, соціальне замовлення), методологічного (загальнонаукові і спеціальні принципи, методологічні підходи, концепція), змістового (організаційно-педагогічні умови, навчальні дисципліни), організаційного (педагогічні технології, форми, методи і прийоми, засоби) та результативного (компоненти, критерії, рівні, результат) блоків;

– *удосконалено* теоретико-методологічне обґрунтування сутності КЗ, яка характеризується емоційно-ціннісним (емоційно-оцінне ставлення до професійних переконань у сфері збереження та зміцнення здоров'я), когнітивним (фахові знання та професійні переконання, усвідомлення цінності культури здоров'я), конативним (характер та здатність використання практичних умінь та навичок у збереженні та зміцненні здоров'я на основі взаємодії в професійному середовищі) складниками; *проведено* компонентно-структурний аналіз КЗ, що охоплює мотиваційно-ціннісний, інформаційно-пізнавальний, організаційно-діяльнісний, особистісно-емоційний, рефлексивно-оцінювальний компоненти, а також мотиваційний, когнітивний, конативний, особистісний, аналітичний критерії та їхні показники за високим (творчим), достатнім (продуктивним), середнім (базовим) та низьким (стихійним) рівнями;

– *розроблено* змістове наповнення навчально-методичного супроводу процесу формування КЗ на основі вдосконалення змісту професійної підготовки МУФК, шляхом оновлення навчальних планів, розробки навчально-методичних комплексів з дисциплін загальної та професійної

підготовки та визначення практичних механізмів упровадження організаційно-педагогічних умов, вибору оптимальних форм, методів, прийомів і засобів формування КЗ під час неперервної професійної підготовки МУФК у ЗВО.

Подальшого розвитку набули принцип неперервності освітнього процесу, що забезпечив неперервність та наступність у формуванні КЗ; проблема підвищення ефективності професійної підготовки студентів у ЗВО шляхом застосування в освітньому процесі комплексу інноваційних педагогічних технологій (проектна, інтерактивна, інформаційна, тренінгова) для формування КЗ та наповнення практичним змістом понять «культура здоров'я» та «культура здоров'я майбутнього фізичної культури».

Практичне значення одержаних результатів полягає в *розробці* та впровадженні в професійну підготовку магістрантів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) авторського спецкурсу «Теорія і методика формування культури здоров'я» і тренінгу «Культура здоров'я як особистісний та професійний складник діяльності вчителя фізичної культури»; *удосконаленні* дисциплінарного освітнього простору неперервної професійної підготовки МУФК у ЗВО шляхом підготовки та вдосконалення навчально-методичних комплексів дисциплін («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмета «Основи здоров'я» – у бакалавраті; «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи» – у магістратурі), у яких представлено дидактичні матеріали (програми, лекції, лабораторні, завдання для самостійної роботи та індивідуальної роботи) про КЗ. *Розроблено* Стандарт вищої освіти України першого (бакалаврського) рівня галузі знань

01 «Освіта» зі спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) з урахуванням вимог до формування КЗ.

У практичному вимірі важливою є розробка навчальних та навчально-методичних посібників: «Відновлювальні засоби у фізичній культурі та спорті» – охоплює методологічні основи використання відновлювальних засобів та характеризує їхній потенціал для збереження і зміцнення здоров'я; «Теоретичні основи рекреації» – розкриває організаційно-методичні та наукові засади фізичної рекреації та описує методику рекреаційних занять для формування КЗ різних груп населення; «Теоретичні та методичні основи викладання фітнесу» – характеризує методологічні аспекти організації навчальних занять з фітнесу в контексті формування КЗ; «Фізичне виховання, спорт, здоров'я людини. Вступ до спеціальності (в умовах кредитно-трансферної системи навчання)» – висвітлює професійну діяльність МУФК та основні термінологічні поняття в галузі фізичної культури і формує методологічну основу для розвитку КЗ; «Теоретичні основи здоров'я» – зосереджує увагу на здоровому способі життя, окреслює синологічний аналіз здоров'я та хвороби, характеризує прогнозування та управління здоров'ям; «Теорія і методика проведення занять у спеціальній медичній групі» – пояснює методику проведення аудиторних занять зі студентами в спеціальній медичній групі та організацію самостійних оздоровчо-фізкультурних занять.

Матеріали дослідження можуть бути використані в проектуванні освітнього процесу в ЗВО, які готують МУФК, інструкторів з фізичної культури в дошкільних навчальних закладах, організаторів туристичної роботи в установах масового відпочинку населення, методистів з фізичної культури, інструкторів оздоровчої роботи в освітніх закладах, керівників фізичної підготовки у збройних та силових формуваннях, а також магістрантами, аспірантами, докторантами в процесі наукових досліджень. Окремі положення можуть використовуватися для розробки нормативної документації та навчально-методичних видань.

Результати дослідження **впроваджено** в освітній процес професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури ДВНЗ «Ужгородський національний університет» (довідка про впровадження № 1369/01-12 від 18.04.2018 р.), Херсонського державного університету (довідка про впровадження № 14-31/746 від 23.04.2018 р.), Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (довідка про впровадження № 34/18 від 27.04.2018 р.), ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (довідка про впровадження № 01-15/03/689 від 05.05.2018 р.), Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (акт про впровадження № 655-33/17 від 17.05.2018 р.), Яського університету ім. А. Й. Кузи (Румунія) (довідка від 18.05.2018 р.), Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (довідка про впровадження № 10/17-1423 від 25.05.2018 р.).

Особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві працях полягає в тому, що: у монографії [234] – представлено характеристику особистісного і професійного саморозвитку МУФК в контексті формування КЗ; у посібнику [365] – визначено особливості викладання навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» під час формування в студентів КЗ; у посібнику [370] – висвітлено потенціал відновлювальних засобів у збереженні та зміцненні здоров'я; у посібнику [359] – реалізовано ідеї оптимізації рекреаційної діяльності у формуванні ціннісних орієнтацій до здорового способу життя та формування КЗ; у посібнику [364] – висвітлено роль фізичного виховання для зміцнення здоров'я під час занять фізичними вправами; у посібнику [367] – проведено опис практичних аспектів викладання фітнесу з метою зміцнення здоров'я; у посібнику [360] – описано методичні засади проведення занять у спеціальній медичній групі задля відновлення здоров'я; у посібнику [368] – розкрито передумови збереження здоров'я та досліджено процес управління КЗ; у посібнику [361] – охарактеризовано практичні засади організації науково-дослідної роботи з формування КЗ у студентів; у статті [601] – висвітлено психофізіологічні

реакції людини на інтенсивні вправи; у статті [597] – представлено характеристику фізичної підготовленості підлітків у процесі фізичного виховання; у статті [366] – досліджено вплив рекреаційно-оздоровчих занять за системою хатха-йоги на показники фізичного стану жінок першого періоду зрілого віку; у статті [362] – вивчено механізми адаптації студентів до навчання; у статті [600] – представлено практичні поради для адаптації студентів першокурсників у ЗВО; у статті [363] – представлено авторське бачення показників здорового способу життя та їхню роль для становлення вчителя; у статті [598] – проаналізовано ефективність аеробіки у формуванні КЗ; у статті [369] – подано інтерпретацію практичних шляхів підвищення внутрішньої мотивації студентів до ціннісного розуміння КЗ. Ідеї співавторів у дисертації не використано.

На захист винесено:

1. Концепцію неперервності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ, що передбачає оптимізацію формування КЗ з урахуванням специфіки майбутньої діяльності, що розглядається на методологічному, теоретичному та практичному рівнях.

2. Систему формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки, що забезпечує цілеспрямоване управління освітнім процесом і відображена в структурно-функціональній моделі.

3. Методику професійної підготовки МУФК, що ґрунтується на впровадженні організаційно-педагогічних умов в освітній процес під час формування КЗ.

4. Змістове наповнення навчально-методичного супроводу неперервної професійної підготовки, що забезпечує МУФК якісне та практико орієнтоване оволодіння методами, формами, прийомами формування КЗ на основі використання інноваційних педагогічних технологій.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати проведеного дослідження були предметом обговорень під час виступів на наукових, науково-практичних, науково-методичних

конференціях та семінарах різного рівня, серед яких: *міжнародні* – «Education and Science», (Прага, 2011, 2012), «Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн» (Чернівці, 2010, 2013), «Актуальні проблеми впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальних закладах» (Чернівці, 2014, 2015), «Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та здоров'я людини (Чернівці, 2015), «Актуальні проблеми спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції» (Тернопіль, 2016), «Психологія і педагогіка на сучасному етапі розвитку наук: актуальні питання теорії і практики» (Одеса, 2016), «Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування» (Львів, 2016), «Психолого-педагогічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців на компетентнісній основі» (Переяслав-Хмельницький, 2017), «Проблеми та перспективи професійної підготовки фахівців в умовах євроінтеграції» (Кропивницький, 2017), «Педагогика и современные аспекты физического воспитания» (Краматорск, 2017), «Сучасні тенденції та фактори розвитку педагогічних та психологічних наук» (Київ, 2017), «Фізична культура і спорт: досвід та перспективи» (Чернівці, 2017), «Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення та підходи» (Ужгород, 2017), «Гуманітарна парадигма як стратегія інноваційного розвитку освіти» (Рівне, 2017), «Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології» (Львів, 2017), «Професійна педагогіка і андрагогіка: актуальні питання, досягнення та інновації» (Кривий Ріг, 2017), «Сучасні методики, інновації та досвід практичного застосування у сфері психології та педагогіки» (Люблін, 2017), «Сучасна освіта та інтеграційні процеси» (Краматорськ, 2017), «Сучасна українська освіта: стратегії та технології навчання молоді і дорослих» (Переяслав-Хмельницький, 2018), «Розвиток професійної майстерності педагога» (Тернопіль, 2018); *всеукраїнські*: «Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України» (Чернівці, 2011, 2012), ««Природничі читання» та «Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини у сучасному суспільстві»»

(Чернівці, 2014), «Педагогіка і психологія: методика та проблеми практичного застосування» (Запоріжжя, 2016), «Перспективні напрямки розвитку сучасних педагогічних і психологічних наук» (Харків, 2017), «Педагогіка здоров'я» (Чернігів, 2017), «Україна в гуманітарних і соціально-економічних вимірах» (Дніпропетровськ, 2017), «Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності» (Тернопіль, 2017), «Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі» (Мукачеве, 2017), «Наукові досягнення, відкриття та шляхи розвитку педагогічної науки» (Запоріжжя, 2017), «Освіта і наука в умовах глобальних трансформацій» (Дніпро, 2017), «Модифікація концепції соціально-педагогічної діяльності та соціальної роботи в Україні у контексті реалізації цілей сталого розвитку суспільства» (Харків, 2017), «Актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі» (Ужгород, 2018).

Матеріали та результати дослідження обговорювалися й були схвалені на засіданнях і семінарах кафедри теорії і методики фізичної культури та валеології Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії (2014–2018 рр.) та на засіданнях кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (2012–2018 рр.).

Дисертацію на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту «Корекція емоційно-поведінкових порушень у студентів засобами фізичного виховання» зі спеціальності 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення захищено в 2009 р. в спеціалізованій вченій раді Львівському державному університеті фізичної культури. Матеріали кандидатської дисертації в тексті докторської дисертації не використовувалися.

Публікації. Результати дослідження висвітлено в 77 наукових публікаціях автора (60 – одноосібні), з яких 34 відображають основні наукові результати дисертації (зокрема, 1 одноосібна монографія (25 друк. арк.), 1 монографія у співавторстві (12 друк. арк.), 19 статей у наукових фахових

виданнях України, 10 статей у збірниках, включених до міжнародних наукометричних баз, 4 публікації в зарубіжних наукових виданнях, 2 навчально-методичних посібники з грифом МОН України (лист МОН України № 1/11-4937 від 10.06.2010 р.; лист МОН України № 1/11-7854 від 23.05.2014 р.), 36 – апробаційного характеру, 7 публікацій, які додатково відображають наукові результати дисертації.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, п'яти розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел (615 найменувань, зокрема 44 – іноземними мовами), додатків (13 на 188 сторінках). Загальний обсяг дисертації становить 651 сторінку друкованого тексту, основний зміст викладено на 385 сторінках. Роботу ілюстровано 18 таблицями та 15 рисунками.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК НАУКОВОЇ ПРОБЛЕМИ

1.1 Міждисциплінарний характер наукових дефініцій «здоров'я» та «культура»

Нічого більш ціннішого, аніж власне здоров'я, людина не має, втім розуміє цю істину лише тоді, коли стан її власного здоров'я суттєво погіршується. Для запобігання таких наслідків науковці радять активно працювати над формуванням здоров'язбережувального світогляду українського народу. Подібні думки задекларовано у підручнику «Основи здоров'я» під авторством Л. Ващенка [56], де зазначено, що у вирі життєвих змін знання про здоров'я допоможуть особистості правильно зорієнтуватися та прийняти адекватні та виважені рішення. У баченні О. Міхеєнка [292], головною умовою формування КЗ студентів є свідоме та відповідальне ставлення до власного здоров'я, яке можна і треба виховати у майбутніх фахівців під час навчання.

Здоров'я є фундаментальною та водночас поліаспектною науковою дефініцією усього людського буття, а тому має бути найважливішим пріоритетом як в українському суспільстві, так і в освітньому процесі усіх без винятку навчальних закладах. Поділяємо позицію О. Мірошніченка та Ю. Бойчука, які доводять, що основною метою освіти в Україні має стати збереження та зміцнення здоров'я, «шляхом виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих як головної умови реалізації творчого, фізичного, психічного, духовного та соціального потенціалу особистості» [289, с. 56].

Суттєвий негатив у сучасному українському суспільстві приносить позиція про те, що здоров'я розглядається доволі часто лише як «приватна

власність». У цьому контексті слід наголосити, що кожна особа має навчитися зберігати своє здоров'я та відповідати за його зміцнення і збереження, а також враховувати, що здоров'я цінність як для самої особи, так і для усього суспільства у цілому. Саме ця теза була провідною для висвітлення сутності здоров'я як поліаспектної наукової категорії, що представлена у додатку А.

Обґрунтуємо вагомість «здоров'я» як вихідної наукової категорії дослідження. Насамперед відзначимо, що у статті 32 Закону України «Про охорону здоров'я» [154] наголошено, що «держава сприяє утвердженню здорового способу життя населення шляхом розповсюдження наукових знань з питань охорони здоров'я, організації медичного, екологічного і фізичного виховання, здійснення заходів, спрямованих на підвищення гігієнічної культури населення, створення необхідних умов, у тому числі медичного контролю, для занять фізкультурою, спортом і туризмом, розвиток мережі профілакторіїв, баз відпочинку та інших оздоровчих закладів, на боротьбу зі шкідливими звичками, встановлення системи соціально-економічного стимулювання осіб, які ведуть здоровий спосіб життя» [154, с. 15].

Як було встановлено, в українському соціумі ще й сьогодні зберігається споживацьке ставлення до власного здоров'я, не сформовано відповідальність щодо його збереження, а також не розвинуто внутрішню мотивацію до зміцнення. У Концепції Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» на 2012-2020 роки [206] підкреслено, що нині здоров'я необхідно розглядати як головний чинник і результат розвитку суспільства та складову людського благополуччя. Зокрема наголошено на тому, що «у світі визнано, що інвестиції в охорону здоров'я мають важливе значення для успішного політичного, соціального та економічного розвитку сучасного суспільства» [206, с. 1]. Вивчення цього документу дало нам підстави погодитися з тим, що на сьогодні в Україні «відсутня система громадського здоров'я та на державному і місцевих рівнях, рівні громад не створюються умови для забезпечення здорового способу життя серед

широких верств населення. Відсутній комплексний міжсекторальний підхід та зацікавленість бізнесових структур і керівників місцевих органів влади щодо створення умов в зниженні негативного впливу соціальних детермінант (в Україні з даної проблеми наукові дослідження не проводяться) на стан здоров'я населення та медико-демографічну ситуацію. За останні роки практично зруйнована мережа закладів охорони здоров'я, як на центральному, так і регіональному рівнях, що займалися формуванням здорового способу життя та санітарно-просвітницькою роботою серед населення» [206, с. 2–3].

Проведений аналіз статистичної інформації про здоров'я студентської молоді різних країн, яка представлена у звітах ВООЗ, аналіз міжнародного й вітчизняного досвіду роботи медичних, освітніх, соціальних та громадських організацій у сфері збереження і зміцнення здоров'я дозволили констатувати, що перспективним в сучасному освітньому процесі ЗВО є перехід від технологій збереження і зміцнення здоров'я до технології формування КЗ. З огляду на це, ставлення майбутніх фахівців до свого здоров'я та усвідомлення необхідності формування високої культури його збереження та зміцнення необхідно розглядати у якості основи для успішної реалізації професійної діяльності. А тому, ставлення до здоров'я, усвідомлення необхідності формування культури його збереження у студентів можна розглядати у якості головної ознаки успішної майбутньої професійної діяльності. У зазначеному контексті теза, висунута О. Глузманом та В. Щеколдіним [81], про те, що «Майбутній фахівець має бути здоровим!» – розглядається нами як аксіома.

Погоджуємося з О. Міхеєнком у тому, що здоров'я є «критерієм і запорукою благополуччя суспільства. Утім, протягом останніх десятиліть проблема здоров'я особливо загострилася: зростає кількість захворювань, тривалість життя як один з основних показників здоров'я населення стрімко знижується. В Україні стан здоров'я населення, особливо молоді, дедалі більше набуває загрозливого характеру з погляду життєздатності та безпеки

нації» [293, с. 6]. За даними Ю. Бойчука [38] (2015 р.), не більше 3 – 10 % дітей (в залежності від віку) можна визнати здоровими. «Найбільш поширеними є хвороби крові та кровотворних органів, вроджені вади розвитку зросли на 77,6 %, хвороби нервової системи – на 43,4 %... Доля дітей, які мають нормальну вагу знизилася серед хлопців на 16,9 %, серед дівчат – на 13,9 %. Знизилися функціональні можливості – на 18–20 % м'язова сила, на 15 % – життєвий об'єм легень» [38, с. 11]. З огляду на наведені аргументи вагомості здоров'я, вважаємо за доцільне зупинитися на більш ґрунтовному дослідженні цієї наукової категорії з різноманітних концептуальних позицій.

Так, у *філософському* баченні здоров'я належить до основних цінностей людини. Так, О. Марків [266] та Н. Хамітов [536] наголошують, що здоров'я є фундаментальною цінністю. У цьому контексті вагомою вважаємо позицію Д. Леонтєва [245, с. 25–26], який характеризує індивідуальну ієрархію ціннісних орієнтацій, виокремив у ній послідовність певних структурних «блоків». Автор наводить таких перелік цінностей, що об'єднані в блоки. Зокрема, серед термінальних цінностей протиставляються:

1. Конкретні життєві цінності (здоров'я, робота, друзі, сімейне життя) – абстрактні цінності (пізнання, розвиток, свобода, творчість).

2. Цінності професійної самореалізації (цікава робота, продуктивне життя, творчість, активна діяльне життя) – цінності особистого життя (здоров'я, любов, наявність друзів, розваги, сімейне життя).

3. Індивідуальні цінності (здоров'я, творчість, свобода, активна діяльне життя, розваги, впевненість в собі, матеріально забезпечене життя) – цінності міжособистісних відносин (наявність друзів, щасливе сімейне життя, щастя та благополуччя інших людей, задоволення у спілкуванні).

Як бачимо, що у всіх трьох блоках присутнє «здоров'я» як життєва, професійна та індивідуальна (особистісна) цінність, яка з філософського погляду є доволі вагомою та розглядається у якості першооснови людського буття. З філософської точки зору (антропологічна складова) нині «необхідна

нова філософія освіти, що закладає випереджувальні можливості, моделюючи бажане майбутнє, в якому духовно-моральні цінності, життя і здоров'я людини будуть найвищою метою» [231, с. 5]. Отже, у філософському баченні здоров'я – є головною цінністю людини, від якої, в основному залежить буття особи [494].

Відзначимо, що у дослідженнях українських фахівців у галузі *валеології* (Л. Барна [22], Е. Булич [46], В. Грибан [96], В. Грушко [102], М. Коломоєць [202], О. Міхеєнко [291], М. Носко [388], В. Петленко [398], В. Поліщук [419], Н. Цимбал [544], М. Чепига [548]) доведено, що сучасна соціально-економічна ситуація, падіння рівня життя і екологічне неблагополуччя негативно позначаються на здоров'ї всього населення, і, особливо вразливою є студентська молодь. Основними причинами такого стану, з валеологічної точки зору, визнано безвідповідальне ставлення до свого здоров'я та низький рівень сформованості КЗ. Проведений аналіз основних вихідних категорій валеології показує, що головний акцент у вирішенні проблем здоров'я повинен робитися на формуванні відповідального ставлення до збереження здоров'я.

У Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні [207] та Концепції валеологічної освіти педагогічних працівників [205] вказано, що здоров'я – це така сукупність властивостей організму людини, а також впливу довкілля, яка гарантує оптимальний розвиток і розкриття всіх позитивних властивостей особистості, її таланту й обдарованості, забезпечення фізичної та інтелектуальної працездатності на максимально тривалий час життя. Як доводить Є. Вайнер [48], здоров'я це такий стан організму, коли функції його органів і систем зрівноважені із зовнішнім середовищем та відсутні будь-які хворобливі зміни. Тобто, за новою валеологічною концепцією здоров'я – це стан рівноваги між адаптаційними можливостями організму і умовами середовища, що постійно змінюються.

Науковці [38; 232; 549] рекомендують ввести у науковий обіг дефініцію «здоров'я населення», яка є інтегральною категорією, що детермінована

такими чинниками, як стратегія держави щодо збереження й покращення здоров'я населення, передбачає умови взаємодії соціальних груп і виробничих колективів, громадського життя, та охоплює особливості демографічних процесів і тенденцій у патологічних проявах.

Узагальнюючи валеологічне дослідження наукової дефініції «здоров'я», ми вважаємо, що «обов'язковими компонентами системи національної освіти мають бути знання про збереження і зміцнення здоров'я, що зробить можливим урахування принципово нових валеологічних вимог до всього змісту освіти, формування валеологічної свідомості» [368, с. 5].

У медицині, як доводить В. Кулініченко [229], існує близько 80 визначень здоров'я людини, які сформульовані представниками різних наукових шкіл. Такий перелік вражає як різноманіттям трактувань, так і різноманітністю ознак, що використовуються при визначенні цього поняття. Здоров'я (з медичної точки зору) – «це цілісний динамічний стан організму, який визначається резервами енергетичного, пластичного і регуляторного забезпечення функцій, характеризується стійкістю до дії патогенних факторів і здатністю компенсувати патологічний процес, а також є основою здійснення біологічних і соціальних функцій» [174, с. 170].

За визначенням видатного українського лікаря-хірурга М. Амосова [8], оптимальне життя означає прожити довго з максимальним рівнем психологічного комфорту. Так, автор [8] переконливо доводить, що здоров'я визначається його кількістю, яке можна оцінити максимальною продуктивністю органів при збереженні якісних меж їх функцій. У нормативних документах ВОЗ [523] представлено таке трактування здоров'я як: «здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних вад» [523, с. 23].

З метою збереження рівня здоров'я та продовження життя людини створена система охорони здоров'я (СОЗ), яка охоплює такі підсистеми, як: санаторно-профілактична, лікувально-профілактична, фізкультурно-оздоровча, санаторно-курортна, аптечна, науково-медична, санітарно-

епідеміологічна. Причому основні ознаки здоров'я людини з медичної точки зору передбачають добрий фізичний і розумовий розвиток, високий рівень працездатності й пристосування організму до зовнішнього середовища, що постійно змінюється [498].

Резюмуючим медичним визначенням може бути наступне трактування: «Здоров'я людини – це безперервна послідовність природних станів життєдіяльності, що характеризується здатністю організму до самозбереження та досконалої саморегуляції, підтримання гомеостазу, самовдосконалення соматичного і психічного статусу, при оптимальній взаємодії органів і систем, адекватному пристосуванні до змін навколишнього середовища, використання резервних і компенсаторних механізмів відповідно до фенотипових потреб і можливостей виконання біологічних і соціальних функцій. Відсутність будь-якого або декількох з перерахованих ознак означає часткову, або повну втрату здоров'я. Повна втрата здоров'я не сумісна з життям» [522, с. 59]. Тобто медична модель здоров'я містить суто медичні характеристики. Відповідно до цієї моделі, здоров'я розглядається як відсутність хвороб і їх симптомів, а також відсутність суб'єктивних відчуттів нездоров'я.

З точки зору *соціології*, проблематика здоров'я перебуває в полі зору соціології здоров'я, мікросоціології, соціології малих груп, соціології особистості та соціології культури. Цінність здоров'я на соціальному рівні характеризує міра (ступінь) соціальної активності, ставлення людини до світу. Зокрема, на думку І. Баранаускієне (I. Baranauskienė) [574], М. Уайтхед (M. Whitehead) та Г. Дальгрєн (G. Dahlgren) [610], кожна людина може досягнути найвищого потенціалу здоров'я і при цьому не має перебувати в несприятливих умовах через соціальний стан, або інші соціальні чинники.

Зарубіжні науковці [572; 573; 586] наголошують на тому, що у сфері збереження та зміцнення здоров'я, з позиції соціології культури, необхідно цілеспрямовано використовувати холістичний (біопсихосоціодуховний) підхід як складову професійної практики в розумінні здоров'я. Тобто

необхідно проектувати досвід людей у питаннях здоров'я і хвороби на їхні соціальні, економічні, політичні та екологічні умови, а здоров'я і його порушення доцільно розглядати як соціальний досвід, пов'язаний із людською тотожністю, відносинами та можливостями. У соціальній площині здоров'я постає як об'єктивний фактор самореалізації індивідів у суспільстві і, отже, є одним із головних параметрів якості життя індивіда, соціальних груп і соціуму в цілому. Даний фактор самореалізації проявляється не тільки в тривалості життя (точніше, в тривалості активної й продуктивної життєдіяльності людини), а й у всіх напрямках цієї самореалізації в сучасному суспільстві.

Підсумовуючи наголосимо, що у нашому розумінні необхідно поважати невід'ємну цінність та гідність усіх людей щодо збереження здоров'я, яка охоплює: ставлення до кожної людини як цілісної особистості; повагу права на самовизначення щодо шляхів зміцнення здоров'я; сприяння реалізації права на участь у здоров'язбережувальних програмах; виявлення сильних сторін у здоров'ї кожної особи.

У *соціальній роботі* здоров'я є однією з глобальних дефініцій. Так, у Консультаційному документі «Здоров'я і хвороба» [586], а також у документі «Здоров'я: проблема прав людини та соціальної справедливості» [587] наголошено, що всі люди мають рівні права на: користування соціальними умовами, які лежать в основі здоров'я людини (соціальні детермінанти здоров'я); доступ до послуг та інших ресурсів для збереження і зміцнення здоров'я, профілактики, лікування або управління хворобою. Так, Л. Клос (L. Klos) доводить, що проблему здоров'я нині варто віднести до основних прав людини щодо досягнення соціальної справедливості, що «зобов'язує застосовувати інноваційні технології під час його зміцнення» [590, с. 6]. Поділяємо позицію авторки стосовно того, що саме здоров'я є невід'ємною складовою професійної діяльності фахівців. Е. Лоулер (E. Lawlor) [592], вважає, що фахівець повинен активно сприяти змінам структурного і функціонального характеру щодо зміцнення здоров'я усіх груп клієнтів.

На основі вивчення іноземних публікацій L. Klos (Л. Клос) [591] та Р. Паффенбергера (R. Paffenberger) [602] встановлено, що здоров'я людини, прояв його біологічних і соціальних функцій формується під впливом багатьох факторів, які «конструюють» його. У практичній площині, як довів А. Ріко (A. Rico), фахівець має брати до уваги дві складові, що впливають на детермінанти здоров'я. «По-перше, створити можливості для подолання соціальних нерівностей щодо здоров'я, шляхом лобювання відповідної соціальної політики та захисту прав найменш захищених прошарків населення і вирівнювання можливостей між найбільш привілейованими і найменш захищеними. По-друге, активно впливати на зміну досвіду здоров'я клієнта (збагачення, поглиблення), шляхом передачі теоретичних знань, формування практичних умінь, навичок і компетентностей у сфері збереження здоров'я, заохочувати розвиток сильних сторін клієнта щодо його ставлення до власного здоров'я» [605, с. 41].

Зупинимося на розгляді *юридичних* аспектів зазначеної проблематики. Наголосимо на тому, що в основному законі нашої країни – Конституції (ст. 3) зазначено, що «Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю». Тобто здоров'я людини внесено у перелік найвищих цінностей та задекларовано той факт, що держава бере на себе гарантії щодо збереження здоров'я як найвищої цінності своїх громадян. Основним документом правового регулювання в охороні здоров'я є закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» [154]. У статті 5 цього нормативного документу наголошено, що охорона здоров'я – загальний обов'язок держави, тоді як здоровий спосіб життя є визначальним чинником забезпечення тривалості активного життя, соціального, біологічного та психічного благополуччя громадян і передбачає оптимальну рухову активність, раціональне харчування, здоровий сон, дотримання гігієнічних правил, відмову від тютюнокуріння, уживання наркотиків та зловживання алкоголем. Тобто державна політика у сфері охорони здоров'я спрямовується

на підвищення рівня здоров'я, поліпшення якості життя і збереження генофонду українського народу. Здоров'я нації, нині розглядається як показник цивілізованості держави, що відображає соціально-економічний стан суспільства. У цьому контексті в нашій державі необхідно суттєво вдосконалити державну політику для того, щоб домогтися суттєвого покращення стану здоров'я українського населення.

Як додатковий аргумент на користь вагомості наукової дефініції «здоров'я» з юридичної площини наведемо цитату з підручника «Медичне право» [497]. Так, автори доводять що в Україні спостерігається невтішна картина, зумовлена тим, що «не всі громадяни мають можливість отримувати безкоштовну медичну допомогу, яку їм гарантує Конституція України, саме за нестачі власних коштів, оскільки потрібно оплачувати все: ліки, матеріали, госпіталізацію» [497, с. 72]. З огляду на такий стан речей економічно вигідно не лікувати пацієнтів, а навчити їх зберігати і зміцнювати своє здоров'я. Відзначимо, що нині спостерігається тенденція до збільшення розриву в стані збереження здоров'я між різними соціальними групами населення. Це пов'язане з тим, що українські громадяни розподілені, в основному, на дві категорії. Перша – це ті громадяни, які спроможні оплатити за зміцнення та збереження свого здоров'я, а друга – ті, хто не в змозі цього зробити на основі об'єктивних та суб'єктивних чинників.

Зупинимося на *психологічному* трактуванні здоров'я. Так, у процесі дослідження встановлено, що в психології термін «здоров'я людини» розглядається в тісному зв'язку з розвитком особистості (В. Рибалко [435], С. Тейлор (S. Taylor) [607], Т. Ткачук [508]). Як зазначає А. Маслоу, «здорові люди безперечно роблять «правильний вибір» в біологічному сенсі, але також, ймовірно, і в інших сенсах» [270, с. 209]. Креативною вважаємо позицію Є. Потапчука [427] про те, що «людське життя є найвищою суспільною цінністю, а тому перед людством постає ряд важливих завдань, серед яких найважливішим є вирішення проблеми збереження здоров'я людини, причому не тільки фізичного, а й психічного» [427, с. 3].

Нині активно розвивається новий напрям у вітчизняній психології – психологія здоров'я, центральною проблемою якої є збереження та зміцнення здоров'я. Саме здоров'я у єдності його духовної, соціальної й соматичної складових стає реальною передумовою повного розкриття потенціалу людини. Актуальність психології здоров'я диктується сучасним зростанням навантаження на нервову систему людини. Інформаційний пресинг, прискорений ритм життя, негативна динаміка міжособистісних взаємовідносин (замкнутість, зниження рівня соціальної підтримки, мобінг) – все це формує емоційну напругу та обумовлює психосоматичну патологію.

Вивчаючи психологічні особливості здоров'я студентів, А. Шамне та А. Комісаренко [552] доводять, що одним із напрямків реформування вищої освіти є забезпечення належних умов для виховання фізично і психічно здорової особистості. Автори розглядають здоров'я як особливий соціальний феномен, що охоплює: 1) здоров'я як індивідуальний стан; 2) здоров'я як особливе відношення між суб'єктами і здоров'я у суб'єктних стосунках індивідів і суспільства в їх складній взаємодії; 3) здоров'я як основа самовизначення і міра свободи індивіда в якості суб'єкта життя [552, с. 293].

Гуманістична психологія [110; 150; 215; 553; 608] виокремлює три основних *аспекти*: по-перше, тенденцію до самодетермінації (внутрішню потребу до самоактуалізації); по-друге, здатність до саморегулювання (у людини є природний ритм розвитку); по-третє, існування внутрішнього гармонійного «Я». Усі аспекти соціально зумовлені й впливають на стан суспільних відносин й соціальне здоров'я людини. З психологічної точки зору [69; 209; 248; 507; 514] у структуру здоров'я особистості входять такі показники, як: відсутність неврозів, психопатичних особливостей, психозів або виражених схильностей до них; сприйняття реальності. До рівня індивідуально-психологічного здоров'я науковці відносять уміння активно використовувати свої здібності; спокій і впевненість; відчуття прийняття, поваги і любові; пізнавальну мотивацію; прийняття інших; креативність; почуття гумору; долучення до культурних норм; ціннісні орієнтації.

Поняття «здоров'я» у педагогічному розумінні передбачає «гармонійну взаємодію всіх органів і систем людини при її фізичній досконалості, що забезпечує можливість оптимального функціонування у різних сферах життя. Здоров'я як науковий феномен інтегрує в собі фізичне, психічне, духовне, соціальне здоров'я. Вони є невіддільними одне від одного і в сукупності визначають загальний стан здоров'я людини» [283, с. 16]. Погоджуємося з позицією О. Завальнюк у тому, що «кожна конкретна людина здорова умовно й не буває здоровою протягом усього життя, але зберігає своє здоров'я в певних сприятливих життєвих умовах» [149, с. 59]. Авторка доводить, що у терміні «здоров'я» нерозривно поєднані фізична, психічна і соціальна складові, які й виступають ядром особистості. С. Максименко відзначає, що здорова особистість – це адаптивна, усвідомлююча, трансцендентна особистість [258, с. 67]. Цікавим вважаємо підхід, Л. Омельченка [392] та О. Пахолка [603], які доводять потребу здоров'ятворчої педагогіки, яка опирається на здоров'язберігаючий освітній процес.

Вважаємо, що під час розкриття сутності наукової дефініції «здоров'я» з педагогічної позиції необхідно використовувати концепцію цілісності. Тобто, «здоров'я має розумітися як цілісність, складові частини якого взаємозалежні» [177, с. 182]. Педагоги [4; 47; 82; 394; 542] у здоров'ї виокремлюють такі складові (складники): *фізичне, розумове, психічне, емоційне, соціальне, особистісне, духовне* (рис. 1.1).



Рис. 1.1 Взаємозв'язок складників здоров'я (педагогічний ракурс)

(авторська схема)

Зокрема, фізичне здоров'я передбачає досконалий рівень фізичного розвитку усіх органів і систем організму. Розумове здоров'я базується на здатності отримувати інформацію, обізнаності у тому, як її використовувати. Психічне здоров'я охоплює стан душевного благополуччя, який характеризується відсутністю психічних розладів. Емоційне здоров'я – це здатність розуміти почуття й адекватно їх виражати у зрозумілій для інших спосіб. Соціальне здоров'я дає можливість оцінити як відчуває себе людина, яким чином взаємодіє із соціумом, як відноситься до праці, відпочинку, побуту, соціального захисту, охорони здоров'я та своєї власної безпеки. Особистісне здоров'я передбачає сформоване відчуття себе як особи, що усвідомлює необхідність розвивати своє «Я». Духовне здоров'я базується на духовній культурі, освіті, науці, мистецтві, релігії, моралі, етиці та акумулює все найкраще в людині, завдяки чому індивід стає гармонійною особистістю.

Як видно з рис. 1.1 усі складові здоров'я є важливими, взаємопов'язаними між собою та створюють єдину цілісну концепцію здоров'я. Підсумовуючи, наголосимо на тому, що незаперечним фактом є те, що здоров'я обумовлює кількість та якість трудового потенціалу країни та визначає гармонію соціуму. Здоров'я розглядається найвагомішою умовою самореалізації кожного члена суспільства та детермінує як фізичну та інтелектуальну активність, так і оптимальну працездатність, повноцінне суспільне життя, стає для особи безпосередньою реалізацією потреб та інтересів. Стан здоров'я особистості, по суті, є інтегративним результатом впливу на організм людини різних факторів: генетичного, зовнішнього, соціального, індивідуального. У контексті нашого дослідження *здоров'я людини розглядаємо як досить складний феномен загальнолюдського та індивідуального буття. Нема жодних сумнівів що це поняття є комплексним, оскільки залежить від взаємодії багатьох складних факторів фізичного і психічного, соціального та індивідуального порядку.*

З метою повноти дослідження наведемо позиції фахівців *фізичного виховання* стосовно здоров'я. Так, у розумінні В. Іщук [179] здоров'я є

складним динамічним чинником, що безпосередньо пов'язаний зі способом життя людини та перебуває у безпосередній залежності від мотивів діяльності конкретної людини, від особливостей її психіки, стану здоров'я і функціональних можливостей організму. Погоджуємось із І. Кучеровим [238] у тому, що здоров'я, як цілісна характеристика стану людини, охоплює не тільки сукупність характеристик і ознак індивідуального соматичного чи психічного здоров'я індивіда, а й інтегрує соціально-економічні риси, що притаманні конкретному суспільству (державі).

До прикладу, А. Галіздра [70] вважає, що одним із головних стратегічних завдань національної освіти в галузі фізичного виховання є виховання у молоді відповідального ставлення до здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. «Заняття фізичною культурою та спортом мають велике значення у формуванні здорового способу життя, духовного та фізичного розвитку студентської молоді. Заняття фізичними вправами зміцнюють здоров'я, підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують фізичну і розумову працездатність» [70, с. 41]. Подібні позиції задекларовано у дослідженні Д. Давиденка [111], який наголошує, що «оскільки людське життя є вищою цінністю суспільства, то сукупність властивостей, якостей і станів людини є цінність не тільки самої людини, але й суспільства. Саме це перетворює здоров'я кожного індивіда в суспільне багатство» [111, с. 65].

Розглядаючи ефективні шляхи зупинки депопуляції в Україні засобами олімпійського спорту, Г. Апанасенко [15] довів, що вирішення означеної проблеми передбачає зміцненні здоров'я практично здорової людини, а відтак – поступове відновлення життєздатності всієї популяції. Для цього доцільно створити нову ідеологію здоров'я, розробити нові підходи у системі керування здоров'ям, внести зміни у формування нових цінностей і установок суспільства, змінити спосіб (стиль) життя. У нашому розумінні особистість сама творить культурний простір, а тому вона не є лише споживачем, а й виступає організатором творцем свого власного здоров'я.

Проблема здоров'я, як довів О. Петрик [411], невід'ємна від проблеми людини і залежить від розвитку людської *культури*, тобто культура особистості передбачає її освіченість щодо власного здоров'я. У цьому контексті дослідження сутності «культури», як наукової категорії, розглядаємо в якості необхідної умови для глибокого розуміння КЗ. Як доводить В. Казначєєв [182], особистість живе в культурному просторі та складає з ним єдину цілісність. Наявність неперервного діалектичного зв'язку культури й освіти доводить В. Журавський [148]. Так автор наголошує, що «освіта виступає невід'ємною частиною суспільного розвитку. Сучасному соціумі властиві глобалізація та інформатизація сфер життя, роль і вплив освіти та суміжних з нею інститутів духовної культури безперервно зростає» [148, с. 13].

Зазначимо, що у наукових колах існує понад 300 різноманітних та навіть, подекуди, й протилежних трактувань наукової дефініції «культура». До прикладу, З. Донець [128] вважає, що культура має багато визначень, а саме: зміст спільного буття людей; світ синтетичних, створених людьми явищ; предметний світ матеріальних речей; зразки людського спілкування; різноманітні технології, завдяки яким відбуваються соціальні взаємодії.

Наукова дефініція «культура», будучи одним з ключових понять сучасної наукової думки, використовується в філософії, соціології, психології для позначення об'єктів і явищ, їх властивостей, а також абстрактних ідей, що втілюють у собі суспільні ідеали та позитивний досвід. У філософській площині це поняття визначається ступенем реалізації цінностей, тому культура кожної нації є первинною до її економіки, політики, права. Проведений семантичний аналіз дозволив констатувати, що термін «культура» походить від латинського слова «cultura», що в дослівному перекладі означає обробка, догляд, освіта.

Доведено, що культуру найчастіше ідентифікують з духовною активністю людей. Тобто, культура – це все, що створено людиною і суспільством, всі процеси і результати їхньої духовної та матеріальної

діяльності. У світі існує величезна різноманітність видів культур. Кожна культура тісно пов'язана з народом, а розвиток і функціонування культур забезпечує спосіб діяльності людини – соціальний (або культурний).

Культура виражає специфіку укладу життя, поведінки окремих народів, їх особливий спосіб світогляд у міфах, легендах, системі релігійних вірувань та ціннісних орієнтацій. Вона передбачає творчість та завжди розрахована на адресата, на діалог, а також на створення світу культури, де кожен елемент культури не заперечує, а певним чином доповнює попередній пласт культури. Культура виступає як історично концентрований досвід, причому кожна людина перетворює цей досвід в особистісний сенс. Культуру можна уявити як ієрархію субкультур. З'ясовано, що найважливішими складовими культури стали такі види діяльності, які спеціально спрямовані на вдосконалення людиною себе самої, на перетворення своєї власної природи.

Отже, культура – це специфічний засіб організації і розвитку життєдіяльності людей, представлений у продуктах матеріальної та духовної праці, системі соціальних норм, духовних цінностях, сукупності ставлення до природи, до оточуючих і до себе. Наш термінологічний вибір визначається тим, що морфема «культура» найбільш точно вказує як на свідоме, активне ставлення до неї, так і на наявність у майбутнього фахівця внутрішньої, а не зовнішньої мотивації до її формування.

Пізнаючи культуру, людина пізнає не якусь незалежну від неї реальність, а по суті себе саму, своє власне буття. Саме через культуру може фіксуватися засіб життєдіяльності окремого індивіда, соціальної групи, або всього суспільства в цілому. У процесі дослідження встановлено, що науковий термін «культура» є інтегративним, багатогранним і міждисциплінарним, тому доцільним є проведення комплексного аналізу його змісту та з'ясування варіативності природи.

Педагогічні погляди узагальнено в словнику С. Гончаренка [87], де культура – «це сфера духовного життя суспільства, що охоплює, насамперед, систему виховання, освіти, духовної творчості ... під культурою розуміють

рівень освіченості, вихованості людей, а також рівень оволодіння якоюсь галуззю знань, або діяльності» [87, с. 182]. У табл. 1.1 наведено деякі підходи до розуміння педагогічної сутності наукової дефініції «культура».

Таблиця 1.1

Зміст підходів науковців до сутності наукової дефініції «культура»

	Автор	Загальна характеристика
1	В. Сластьонін (1991 р.) [478]	<i>творчість</i> , що розрахована на адресата, на діалог, а її «засвоєння» – процес створення світу культури в собі, співпереживання і співтворчості
2	М. Попович, (1998 р.) [425]	<i>сфера</i> життєдіяльності людини, в основі якої покладено історично сформовані цінності; виступає середовищем в якому проходить людське життя від народження до смерті
3	В. Журавський, (2003 р.) [148]	<i>універсальний спосіб</i> діяльності, яка виступає як сукупність створених людством культурних багатств; є одним із головних основ всієї людської діяльності та людського буття
4	І. Зязюн, (2006 р.) [165]	<i>суспільний феномен</i> , в основі якого лежить «загальний ціннісно-регулятивний момент»
5	В. Переверзева, (2004 р.) [410]	<i>сукупність форм</i> діяльності людини, змінених, вдосконалених та переданих від покоління засобами мови та мовлення, писемності, прямого наслідування
6	А. Садохін, (2007 р.) [457]	розкривається крізь призму <i>моральної та філософської свідомості</i>
7	К. Гнезділова, (2013 р.) [83]	відносно постійний <i>нематеріальний зміст</i> , який передається в суспільстві за допомогою процесів усупільнення
8	К. Бровко, (2016 р.) [45]	виступає <i>цілісним явищем</i> , складовими якої є мова, мистецтво, релігія, наука, традиції та звичаї, має мету, яка виявляється у досягненні гуманності

Кожний з представлених у табл. 1.1 підходів до сутності наукової дефініції «культури» має певну логічну доцільність та представляє собою методологічну значущість. Наведені авторські визначення розкривають окремі сторони культури, однак у буденній свідомості поняття культури носить оціночний характер. Існування різноманітних підходів у трактуванні культури пояснюємо по-перше, багатовимірністю цієї наукової дефініції, а

по-друге – існуванням у наукових колах різних підходів до теоретичного осмислення сутності «культури».

У процесі вивчення означеного кола проблематики, пов'язаного із трактуванням сутності культури, ми прийшли до усвідомлення того, що культура – це галузь людської діяльності у якій проявляється суб'єктивність людини, її особливості, характер, що дозволяє людині максимально самовиражатися. Вона, як доводить І. Валітов [50], є головним механізмом передачі соціальних надбань від старшого покоління до молодого. Тобто культура – це *певна сукупність прийомів, процесуальних норм, які характеризують рівень та спрямованість усієї людської діяльності.*

Досліджуючи роль фізичного виховання у загальнокультурному контексті, О. Ливацький доводить, що культура «повинна інтегруватися в суті самої особи студента, котрий функціонує в культурному середовищі як конкретний носій культурних цінностей, поєднуючи в собі загальне, властиве культурі в цілому і особисте, привнесене в культуру на основі індивідуального життєвого досвіду, рівня знань, світогляду» [246, с. 260]. Погоджуємося з О. Шестопалюк [559], що студент у процесі навчання, перш за все, засвоює культуру, виступаючи об'єктом та суб'єктом її впливу.

У загальнометодологічному контексті культура відображає такі дві *головні площини* суспільної реальності, як:

1) Структурно-функціональна (динаміко-статична), яка дає можливість відкрити структурний та функціональний аспекти культури, характеризує її склад, внутрішню будову, функціональне виникнення, взаємодію елементів культури між собою та із іншими соціальними явищами, насамперед моральною, політичною та іншими культурами;

2) Аксиологічна (ціннісна) розкриває систему цінностей, тобто все те, що відноситься до культурного прогресу; кожне суспільство виробляє свою модель загальної культури.

Культура особистості характеризує рівень соціалізації членів суспільства, ступінь засвоєння та використання ними норм культурного

життя в країні, охоплює систему національних цінностей. Саме через культуру особистості можна описати не лише знання, якими людина оволоділа, але й оцінити сформовану систему суджень. У нашому баченні, культура як суспільна цінність зберігає єдність нації та держави. Так, К. Гельвецій стверджує, що – це «творча діяльність людини як минула зафіксована, визначена в культурних цінностях, так і перш за все теперішня, побудована на розпредмечуванні цих цінностей. Культура, засвоюється поколіннями через певну систему освіти, оскільки вона є результатом індивідуальної і неповторної творчості особистостей» [73, с. 61].

На думку І. Беха «духовно зріла особистість, репрезентуючи загальнородові духовні надбання, долає суперечність, що виникає між індивідуальними й загальнолюдськими ціннісними контекстами» [33, с. 11]. Тобто культура абстрагується через спосіб діяльності, який відрізняє прояв людської активності. Іншими словами – культура – це конкретна історична сукупність процесуальних норм, які характеризують рівень та спрямованість усієї діяльності особистості.

З позицій нашого дослідження термін «культура» розглядаємо єдності *двох складових: соціальної* (культура як спосіб забезпечення, організації та вдосконалення життєдіяльності особистості) і *особистісної* (певна ступінь освіченості суб'єкта). Виокремлюючи такі складові, ми виходили з тих міркувань, що збереження і зміцнення здоров'я знаходяться в прямій залежності від рівня загальної культури. Тому, культуру будемо трактувати як *загальнолюдську цінність, що сприяє формуванню гуманістичних ціннісних орієнтацій майбутніх фахівців*. Пізнаючи культуру, студенти мають змогу пізнавати майбутню професійну реальність, а також самих себе та власне буття. Звертаючись до культурних цінностей, вони можуть зрозуміти культуру та визначати мотиви своєї професійної діяльності.

Професійна культура, як спосіб реалізації активності суб'єкта професійної діяльності, характеризується свободою, адже вона не жорстко запрограмована та передбачає цілеспрямований та свідомий процес

самостійного вибору засобів втілення. Поза всяким сумнівом, професійна культура майбутнього педагога має бути надзвичайно високою, адже на нього буде покладено обов'язок виховувати майбутнє покоління українців. Так, А. Ашероф доводить, що професійна культура «передбачає гармонійний розвиток як проектних знань, умінь та навичок роботи в професійній сфері, так і професійно важливі якості, які характеризують особистісні якості людини незалежно від фаху» [18, с. 127]. Підсумовуючи зазначимо, що під професійною культурою майбутнього педагога розуміємо рівень його освіченості, вихованості, а також рівень оволодіння професійними знаннями.

Термін «культура здоров'я» базується на сутності понять «здоров'я» та «культура». У методологічному контексті, *культура є сукупністю ідеальних людських цінностей, яка пронизує всі сторони життя суспільства та є головним фактором, що визначає динаміку розвитку українського суспільства*, а тому викладачам необхідно внести комплекс інноваційних змін в освітній процес професійної підготовки студентів, що призведуть до підвищення як загальної, так і професійної культури. *Збереження здоров'я знаходяться в безпосередній залежності від рівня загальної культури і формує культуру здоров'я*. Отже, здоров'я – це сукупність *культури фізичної* (здатності керувати своїми рухами, своїм тілом), *культури фізіологічної* (здатність управляти фізіологічними процесами в організмі і нарощувати їх резервну потужність), *культури психічної* (здатність управляти своїми почуттями та емоціями), *культури інтелектуальної* (здатності керувати своїми думками), *культури духовної* (здатність керувати своєю ціннісно-смісловою сферою і реалізувати життєві надії, пов'язані з духовним самовдосконаленням). За нинішніх умов термін «здоров'я людини» вийшло за межі медичної компетенції, а перебуває в залежності від способу життя та визначається сформованістю КЗ.

Таким чином, з огляду на наведені вище аргументи, від педагогічної науки очікується розробка теоретичних та методичних основ становлення майбутніх учителів, у яких має бути сформований високий рівень загальної

та професійної культури ще під час навчання у ЗВО, що дозволить їм оволодіти на належному рівні КЗ. Саме КЗ покликана перетворити будь-яку сферу діяльності людей у засіб фізичного й духовного самовдосконалення. Більш ґрунтовно сутність та зміст цієї наукової дефініції розглянемо у наступному параграфі.

1.2 Науково-методологічні проєкції феномену «культура здоров'я»

Важливим компонентом гуманізації системи вищої освіти є формування у студентів стійкого інтересу до зміцнення власного здоров'я, право вибору мети, засобів та методів його корекції із врахуванням власних потреб і мотивацій, а не авторитетний диктат викладача або замовлення соціуму. Підтримуємо Л. Ващенко [57] у тому, що перед освітніми установами всіх рівнів акредитації стоять важливі соціально-педагогічні завдання з формування всебічно розвиненої особистості, яка усвідомлено ставиться до свого здоров'я та володіє високим рівнем культури здоров'я. Тобто, ще під час навчання у ЗВО майбутній учитель повинен мати сформований високий рівень культури здоров'я, щоб мати змогу кваліфіковано та професійно допомагати у цих питаннях своїм учням.

Про те, що здоров'я та висока культура у його збереженні й зміцненні є вкрай вагомими для реалізації майбутніми фахівцями своїх професійних обов'язків, наголошено у низці наукових публікацій. Зокрема, Т. Рикова [454] доводить, що здоров'я є необхідною умовою успішної професійної діяльності майбутніх педагогів. У дисертаційному дослідженні на тему «Теорія і практика підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я» Г. Мешко відзначено, що «стан здоров'я людини є однією з передумов самореалізації особистості, її значних досягнень у різних видах діяльності, зокрема у професійній діяльності» [283, с. 15]. Таким чином, майбутній педагог має навчитися

розуміти та усвідомлювати цінність здоров'я у своїй професійній діяльності. Тобто, на основі наведених аргументів, можна зробити узагальнення про вагомість КЗ у досягненні професіоналізму фахівця-педагога.

Нині як аксіома сприймається теза про те, що наріжним каменем усього життя особистості був, є і буде феномен «здоров'я». У цьому контексті актуальною є позиція українських фахівців І. Олендера, В. Грушка, Т. Бережної у тому, що «поряд з культурою праці, мислення, поведінки, спілкування, адаптивною культурою треба виділити й культуру здоров'я, що насправді й зумовлює подальший розвиток усіх різновидів культур і має перемовою формування людини як цілісного індивіда, охоплюючи всі сторони життя» [231, с. 4]. Тобто ми підтримуємо позицію науковців, що «збереження здоров'я нації сьогодні є соціальною необхідністю. В інтересах збереження здоров'я нації, держава повинна рухатися в напрямку розвитку КЗ населення через соціальні інститути, зокрема через освіту» [231, с. 5].

З огляду на представлені факти, для українського суспільства, як і для усіх цивілізованих країн світу, економічно вигідніше не лікувати хворе населення, а докладати максимум зусиль для його здоров'язбереження. Одним із найбільш перспективних шляхів у цьому напрямку нині вважаються створення здоров'язбережувального освітнього середовища ЗВО та забезпечення належних умов для формування і збереження здоров'я майбутніх фахівців, а отже, і підвищення рівня їхньої КЗ як світоглядної орієнтації та вимоги часу.

Як доводять науковці [26; 40; 91; 264], студенти здебільшого не готові самостійно турбуватися про своє власне здоров'я та не зорієнтовані належним чином на активну діяльність щодо формування високого рівня культури збереження та зміцнення здоров'я у цілому. Отже, у контексті наведених аргументів, у процесі неперервної професійної підготовки майбутніх фахівців ОКР «молодший спеціаліст», а також освітніх рівнів «бакалавр», «магістр» необхідно виважено підходити до питань збереження та зміцнення здоров'я, що закладе міцний фундамент для формування

високого рівня КЗ. Саме ця дефініція є основоположною у нашому дослідженні, тому розглянемо її більш ґрунтовніше.

Психолого-педагогічна теорія і практика охоплює процеси, що сприяють інтеграції знань, що дозволяють усвідомити природну і соціальну обумовленість КЗ людини. Поєднання двох термінів в понятті «культура здоров'я» (по-перше, «здоров'я» та по-друге, «культури») спонукала нас до проведення аналізу цих складових окремо, що і представлено у попередньому параграфі. Однак, констатуємо, що наукова дефініція «культура здоров'я» не є простою сумою цих категорій, тому доцільно з'ясувати підходи науковців до її трактування та сформулювати власне авторське цілісне та інтегративне уявлення щодо досліджуваного феномену.

У сучасних умовах розвитку українського суспільства успішним може бути той професіонал, який є фізично і духовно здоровим, здатним до повноцінної, активної та творчої професійної діяльності. У контексті наведених аргументів, майбутні фахівці ще під час навчання у ЗВО мають опанувати не лише ґрунтовними теоретичними знаннями за обраним фахом, але й мати позитивно сформовані життєві установки, бути фізично активними та мати належний рівень КЗ. Навчання у ЗВО, будучи важливим етапом в професійному становленні молоді людини, висуває серйозні вимоги до особистісного здоров'я. Встановлено, що значні інформаційні та екзаменаційні стреси, нераціональне харчування, відсутність належного режиму праці та відпочинку, шкідливі звички є вагомими факторами ризику для здоров'я студентів та сприяють зростанню захворюваності.

Виходячи з наведених аргументів, збереження і відтворення здоров'я перебуває в безпосередній залежності від рівня загальної культури в цілому, та КЗ, зокрема. Відзначимо, що науковці з фізичного виховання і спорту А. Галіздра [70], Д. Давиденко [111] та Р. Узянбаєва [518] доволі ґрунтовно вивчили фактори, що впливають на здоров'я студентів ЗВО. Однак, психолого-педагогічні проєкції дослідження феномену «культура здоров'я» студентів залишаються ще мало дослідженими.

Вважаємо, що доцільно проаналізувати сутність КЗ для того, щоб відобразити специфіку та зміст предметної галузі нашого дослідження, з'ясувати, наскільки правильно в науковому відношенні асимілюються концепції, що лежать в основі цієї наукової категорії, визначити наскільки точно і творчо вони «зістиковуються» та наповнюються конкретним змістом. Ми виходили з тих міркувань, що для будь-якої галузі наукового знання важливо, перш за все, проаналізувати провідне поняття. Тобто, розробка базового понятійного апарату розглядається нами важливою умовою забезпечення необхідного рівня коректності наукового дослідження та дозволяє точніше визначити концептуальні орієнтири, які необхідні для методологічного та практичного аналізу.

З формальної точки зору, дослідження змісту головної дефініції допоможе чітко визначитися з зовнішньою (номінальною) стороною теорії, а також дасть можливість проаналізувати предметну сторону процесу формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. Такий підхід в реальній науковій практиці матиме позитивний вплив на лаконічність і чіткість сформульованого визначення дефініції «культура здоров'я» та органічно впише в цілісну наукову концепцію її формування.

Таким чином, дослідження головної наукової категорії та її аналіз є найважливішим інструментом науки. Вважаємо, що слід з особливою скрупульозністю надати як можна більшу точність формулюванням, які представлені науковцями. Такий підхід допоможе більш точно визначити сутність КЗ, узгодити позиції психології, педагогіки, охорони здоров'я, теорії і методики професійної освіти та теорії та методики фізичного виховання.

Всебічне вивчення даного кола питань, дозволило дійти до розуміння того, що наукова дефініція КЗ є багатоаспектною категорією, що не має точного визначення в сучасній науковій літературі. Встановлено, що вперше цей термін було виявлено у праці В. Климової ще у 1985 році, де наголошено, що «людина не має права – в такі умови вона поставлена – вважати себе освіченою, не засвоївши культури здоров'я» [62, с. 5].

Зокрема, у *філософському* баченні КЗ розглядалася як основа виховання особистості як в античні часи (Гіппократ, Гален, Авіценна), так і в епоху сучасного постіндустріального суспільства (І. Валітов, З. Донець, В. Казначеев, В. Сагуйченко, М. Хамітов та ін.). Так, у філософському розумінні духовно-моральні цінності, життя і здоров'я людини є найвищою метою існування суспільства, а КЗ є невід'ємною складовою духовної та моральної культури, охоплює загальну культуру особистості й культуру взаємин. Філософи одностайні у тому, що нині людину із середньою, або вищою освітою, що не знає нічого про своє здоров'я і як його підтримувати, можна вважати малокультурною і такою що має низький рівень КЗ.

Отже, КЗ з філософських позицій [477; 537; 543] базується на сучасному науково-філософському баченні Світу і місця Людини у ньому. Вона є основною цінністю людини, тим фундаментом, який дозволяє задовольняти усі духовні потреби, передаючи їх з покоління в покоління. КЗ є основою для реалізації духовних потреб особистості а також є однією з головних складових духовно-моральної культури.

З *медичної* точки зору (М. Коломоець, О. Корнієнко, Т. Ткачук та ін.) проаналізовано професійні захворювання педагогів та перспективи й механізми їх запобігання. Зокрема, у дослідженні В. Платонова [416] акцентовано увагу на тому, що збереження і зміцнення здоров'я здорових людей перебуває у прямій залежності від рівня сформованості у них культури здоров'я. Подібні думки декларував відомий лікар М. Амосов [7]. Узагальнивши погляди медиків, можна стверджувати, що поняття КЗ відображає орієнтацію особи на здорову життєдіяльність, об'єднує духовні та соціальні досягнення поколінь, спрямовані на підвищення життєстійкості, підтримку і зміцнення особистого і громадського здоров'я.

У баченні *валеологів* [42; 515] КЗ передбачає належним чином сформований спектр валеологічних знань про збереження та зміцнення здоров'я, а також оптимальне біосоціальне середовище, яке забезпечує вищий рівень життєтворчості. Заслуговує на увагу й підхід до визначення

цієї дефініції С. Горбушиною, яка вважає, що «феномен культури здоров'я включає історично закріплену людством програму організації безпечної життєдіяльності та наступності у вихованні здорового покоління, містить у собі безліч смислів і значень здорового способу життя, у діалозі з якими особистість самоорганізує власну діяльність, поведінку і спілкування в руслі безпеки життя, охорони і зміцнення здоров'я» [92, с. 89]. Встановлено, що КЗ, у баченні Г. Кураєва [524], – це, насамперед, свідоме і методично грамотне застосування в повсякденному житті принципів збереження і зміцнення здоров'я. Подібне визначення представлено у посібнику «Валеологія» під авторством С. Вайнера [48]. На думку автора КЗ є частиною загальнолюдської культури, що охоплює знання людиною своїх фізіологічних, генетичних і психологічних можливостей, методів та засобів контролю, збереження і розвитку свого здоров'я, вміння поширювати валеологічне знання для оточуючих.

Нині у *психологічній* науці КЗ людини трактується науковцями [509] в тісному зв'язку з особистісним становленням майбутнього фахівця до своєї професії. Як доводить М. Тимофієва [507] чим вищий рівень психологічної культури особи, тим ефективніше вона буде здійснювати самокорекцію психологічного стану та способів життя щодо удосконалення своєї фізичної, психічної та духовної сфери та підвищуватиме КЗ. У психологічному контексті, як зазначає О. Пахолок (O. Pakholok) [604], КЗ може бути обумовлена цілим комплексом базових людських цінностей. І, звичайно, може розглядатися як основний ресурс, якість якого визначає повноцінність людського життя. Авторка наголошує на тому, що, якщо врахувати, соціокультурну сторону цієї наукової дефініції, стає зрозуміло, що на різних етапах розвитку суспільства були різні дискурси щодо шляхів її формування. Визначальним чинником є такі фактори, як саме здоров'я, а також спільні цінності збереження здоров'я.

Отже, дослідження філософів, медиків та психологів створили теоретико-методологічні передумови та заклали міцний фундамент для

дослідження КЗ у педагогічному контексті, а також дозволили визначити її підґрунтя з точки зору фізичного виховання.

У педагогічній площині дослідженню сприяють положення про:

– доцільність формування КЗ майбутніх учителів у процесі професійної підготовки (О. Гладошук [78], Н. Гончарова [88], С. Горбушіна [92], С. Кириленко [193], С. Лебедченко [241], В. Магін [254], О. Мельник [275], В. Мойсеюк [295], Н. Рибачук [454], Т. Рикова [455] та ін.);

– теоретико-методичні засади педагогіки здоров'я особистості (І. Брехман [44], Л. Ващенко [57], П. Гусак [72; 109], Л. Демінська [114], А. Олійник [391], Л. Омельченко [392], В. Оржеховська [395], М. Смірнов [484], Л. Хомич [540] та ін.);

– зв'язок між здоров'ям і освітою (І. Авдеєнко [2], Е. Булч [47], О. Глузман [81], Т. Глоба [79], Л. Демінська [114], О. Завальнюк [149], В. Калашнікова [183], В. Лобода [250], І. Маріонда [264], В. Скороход [476], О. Соколенко [486] та ін.);

– потенціал здоров'язбережувальних та здоров'язміцнювальних технологій у збереженні професійного здоров'я майбутніх фахівців (О. Анастасова [10], Н. Башавець [27], П. Джуринський [123], Б. Долинський [127], О. Іонова [178], І. Кувшинова [226], Г. Мешко [284], О. Міхеєнко [293], Ю. Палічук [403], Л. Романишина [448]).

Зупинимося на висвітлені деяких педагогічних трактувань цієї дефініції українськими науковцями. Встановлено, що у дисертаційному дослідженні Г. Кривошеєвої КЗ розглядається як якісне утворення особистості, що «проявляється у ставленні студента до способу життя, до свого здоров'я і яке обумовлює його свідоме прагнення самостійно, творчо вдосконалювати фізичну, психічну, духовну сфери власної життєдіяльності на основі самопізнання й адекватної самооцінки стану здоров'я» [218, с. 17]. У роботі В. Горащука [89] КЗ означає формування, збереження та зміцнення здоров'я. Науковець вважає, що культурна людина є не тільки «споживачем» здоров'я, але й його «виробником». Так, О. Міхеєнко [291] трактує КЗ як динамічний

стереотип мислення, поведінки та діяльності, який сприяє збереженню і зміцненню здоров'я людини та визначає дбайливе ставлення до здоров'я оточуючих. У публікації Ю. Бахтіна доведено, що КЗ – прояв «розвиненої загальнолюдської культури, яка є усвідомленням високої цінності свого здоров'я, передбачає розуміння необхідності охорони здоров'я та його зміцнення як неодмінної умови успішної самореалізації» [24, с. 445]. Автор акцентує увагу на тому, що КЗ утворює базовий рівень загальнолюдської і загальнопедагогічної культури та є вагомою для формування здоров'язберігаючої компетентності професійної діяльності.

На основі аналізу педагогічних напрацювань українських науковців О. Глузман [81], О. Завальнюк [149], В. Козігон [199], В. Сагуйченко [456] Н. Цимбал [545] з'ясовано, що КЗ є невід'ємною складовою загальної культури особистості, охоплює ставлення студентів самих до себе на основі сформованих знань та умінь щодо оптимального вибору інтелектуальних, емоційних, фізичних навантажень. Ця наукова дефініція детермінує ступінь залежності здоров'я особистості від стратегії побудови її відносин з оточуючим світом та з самою собою. Можна констатувати, що КЗ учителя – це, цілеспрямована діяльність в галузі збереження індивідуального здоров'я, що охоплює філософсько-світоглядний (складова частина загальної культури), і нормативно-поведінковий (складова професійної педагогічної діяльності). Умовою ефективного формування КЗ педагогів є освіченість в цій галузі, професійна здоров'язберігаюча діяльність та життєвий досвід.

Як доводить А. Драчук, нині КЗ – це «фундаментальна наука про людину, її здоров'я, інтегральна галузь знання, що розробляє й вирішує теоретичні та практичні завдання гармонійного розвитку духовних, психічних і фізичних сил людини, її оптимальної біосоціальної адаптації і створення здорового середовища життя» [131, с. 25]. У інтерпретації Н. Малярчук, КЗ – це «система знань, ціннісно-сміслових установок, емоційно-вольового досвіду і практичної діяльності, яка спрямована на самовдосконалення, самопізнання і саморозвиток індивідуального здоров'я,

необхідного для якісного життя, продуктивного довголіття людини, виконання життєвої місії» [261, с. 20]. У баченні авторки, КЗ педагога охоплює систему ціннісно-смыслових установок, знань, емоційно-вольового досвіду, готовність до практичної діяльності [261, с. 28]. Як відзначає Н. Козак, КЗ «проявляється у системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок з формування, збереження і зміцнення її здоров'я [197, с. 37].

У дисертаційному дослідженні С. Горбушиної КЗ пояснюється як «історично закріплена людством програма організації безпечної життєдіяльності та виховання здорового покоління, що містить безліч смислів і значень здорового способу життя, в діалозі з якими людина, що самоорганізує власну діяльність, поведінку і спілкування в галузі безпеки життя, охорони і зміцнення здоров'я» [93, с. 8]. У монографії М. Голікова наголошено, що КЗ – це «сукупність відповідального ставлення суб'єкта до свого здоров'я та здоров'я оточуючих, прагнення не тільки зберегти закладений природою потенціал, а й примножити його за рахунок вольових якостей, знаходження внутрішніх і зовнішніх ресурсів, спрямованих на зміцнення свого здоров'я, гармонізацію особистості з самим собою і навколишнім світом» [84, с. 174]. Підсумовуючи наведені визначення сутності дефініції КЗ у публікаціях М. Голікова [84], С. Горбушиної [93] та Н. Малярчук [261], констатуємо, що вони пов'язані в смисловому полі зі здоров'язбереженням. (У додатку Б представлено педагогічні погляди на наукову дефініцію КЗ у історичному контексті кінця ХХ – початку ХХІ ст.).

З педагогічної точки зору, КЗ є інтегральною якісною характеристикою особистості, що поєднує соціальний, духовний, психічний, фізичний компоненти та створює відчуття внутрішньої гармонії, благополуччя й загального задоволення життям. Культуру збереження та відновлення здоров'я В. Бароненко [23] розглядає у якості запоруки життєрадісності, бадьорості, повноцінного розумового та фізичного розвитку особистості. Тому одним із найважливіших завдань викладачів ЗВО є турбота про формування у студентів високого рівня КЗ.

У процесі дослідження нами з'ясовано, що КЗ доволі різноманітно трактується науковцями у контексті *фізичного виховання*. Наведемо деякі найбільш ґрунтовні, у нашому баченні, визначення її сутності та представимо її зміст. Насамперед наголосимо на тому, що формування спільного освітнього та наукового простору, інтеграція фізичної культури та спорту в Європейський та світовий спортивний простір вимагає зміщення акценту в бік розвитку культуруотворюючих функцій, співвідношення духовного та тілесного, фізичного і психічного у становленні особистості як творця й носія національної культури. Суть концепції державної фізкультурно-спортивної політики (Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту [521]) полягає в переході від особливостей масовості фізкультурно-спортивного руху до рекреаційно-оздоровчих і профілактичних напрямків роботи, утвердженні здорового способу життя.

Досліджуючи педагогічні умови формування КЗ студентів на заняттях з фізичного виховання, В. Лобода наголошує, що «традиційно «культура здоров'я» тлумачиться як частина загальної культури людини, яка пов'язана з її ставленням до свого здоров'я та здоров'я інших людей, веденням здорового способу життя» [250, с. 30]. Тобто КЗ «характеризує ступінь розвитку системи формування позитивних цінностей студентів у створенні, збереженні і розвитку особистого і громадського здоров'я» [250, с. 31]. У публікації О. Дубогай [137] акцентовано увагу на тому, що КЗ людини відображає сформованість особистісного ідеалу, відповідно до якого духовний, психічний і фізичний аспект здоров'я є вищою загальнолюдською цінністю. У статті Т. Сергеевої наголошено, що КЗ – «це частина загальної культури людини, призначення якої – сприяти гармонійному розвитку духовних, психічних, фізичних сил людини, формування високого рівня розумової та фізичної працездатності й тривалого, здорового та щасливого життя» [467, с. 47]. Як доводить О. Ахвердова [17], КЗ є інтегративним особистісним утворенням, що виражає гармонійність, багатство і цілісність

особистості, універсальність її зв'язків з навколишнім світом, базується на здатності до активної життєдіяльності.

В аспекті досліджуваної проблеми цікавою є позиція О. Трещевої [515; 516], яка вивчаючи процес формування КЗ засобами фізичного виховання, доводить, що КЗ характеризується наявністю позитивних цілей і цінностей, грамотним ставленням до свого здоров'я, природи і суспільства та дозволяє активно регулювати стан людини з урахуванням індивідуальних особливостей організму, реалізовувати програми самозбереження та самореалізації, які призводять до цілісного розвитку особистості.

Як доводить Є. Захаріна, «КЗ особистості є доволі динамічним утворенням, яке вимагає постійного розвитку й змістовного наповнення новими даними валеології, педагогіки, психології, фізіології, біології, екології тощо. Вона залежить від рівня загальної культури, яка охоплює систему поглядів, моральних норм, духовних цінностей» [158, с. 63]. Тобто можемо констатувати, що вирішальну роль відіграють духовні цінності та ґрунтовні теоретичні знання, які виступають головними орієнтирами та визначають й спрямовують поведінку людини.

Сутність КЗ, у баченні Л. Демінської, полягає в «глибокому й усвідомленому засвоєнні необхідних знань, цінностей, такому рівні оволодіння ними, коли вони набувають особистісного змісту і перетворюються на мотив поведінки і формують здоровий спосіб життя. Розвиток КЗ в історичному вимірі зумовлене культурно-національними традиціями, які тісно пов'язані з потребами людини у виживанні, самозбереженні, безпеці. Основою є ціннісне і відповідальне ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих людей» [114, с. 72]. На переконання З. Тюмасевої, КЗ є «системою дій і відносин, які в значній мірі визначають якість індивідуального і суспільного здоров'я людини, обіймаючи ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, а також ведення здорового способу життя» [517, с. 25].

КЗ учителя фізичної культури Ю. Мусхаріна розглядає як «цілісну особистісну й професійну освіту, важливий педагогічний аспект, де вчитель є носієм базових знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, формування в підростаючого покоління потреб в оздоровленні, а також суб'єктом освітньо-виховного процесу, що здійснює здоров'язберігаючу діяльність» [375, с. 220]. Науковець наголошує, що саме вчитель фізичної культури має доволі широкі можливості для виховного впливу на учнів у контексті формування КЗ своїх вихованців. До них належать розмаїтість форм організаційно-оздоровчої діяльності, висока емоційність і привабливість занять, природна потреба дитини в рухах, зовнішній вигляд самого вчителя – стрункість, підтягнутість; його велика майстерність у виконанні рухів, високі вольові якості щодо дотримання здорового способу життя тощо.

Як зазначають І. Смоляр та А. Вахнова [485], КЗ забезпечує збереження й зміцнення духовного, психічного, фізичного й соціального здоров'я людини протягом всього життя, головне, сприяє формуванню особистісного й соціального ставлення до здоров'я як найвищої цінності. Науковці доводять, що виховання високого рівня КЗ на уроках фізичної культури дозволяє розглядати їх значно ширшими ніж уроки, які сприяють вихованню витривалості, спритності, поліпшують координацію рухів, прискорюють процеси відновлення функцій окремих органів, які мають патологічні відхилення від норми. У дослідженні В. Бабича зазначено, що «КЗ – це інтегроване створення особистості, що виявляється в її мотиваційній, теоретичній і практичній підготовці до формування, збереження та зміцнення свого здоров'я в усіх його аспектах (духовному, фізичному, психічному) та розумінні здоров'я як цінності» [20, с. 6]. Як доводить І. Яковлева, КЗ є «цілісним утворенням, що представляє собою єдність пріоритету цінності здоров'я, високу активність щодо засвоєння і трансляції у майбутній професійно-педагогічній діяльності глибоких знань про шляхи і засоби ефективного її формування, збереження і зміцнення здоров'я» [567, с. 23].

Підсумовуючи наведені трактування сутності КЗ у баченні фахівців з фізичного виховання, можемо узагальнити, що цей термін є *невід'ємною частиною загальної культури освіченої людини, що спрямоване на організацію здорового способу життя засобами фізичного виховання та передбачає здійснення здоров'язберігаючої діяльності.*

На основі проведеного аналізу, що об'єднав погляди філософів, медиків, психологів, педагогів та фахівців з фізичного виховання, можемо узагальнити, що *КЗ, є невід'ємною складовою загальної культури, вона охоплює ставлення студентів самих до себе на основі сформованих знань та умінь щодо оптимального вибору інтелектуальних, емоційних, фізичних навантажень, відображає рівень освіченості, обумовлює не тільки ефективність психофізичного розвитку, формує відповідальну здоров'язбережувальну поведінку, детермінує ступінь залежності здоров'я від стратегії побудови відносин з оточуючим світом та з самою собою.* КЗ повинна охоплювати цілісну систему ціннісно-сміслових установок, емоційно-вольового досвіду та має бути спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, необхідного для продуктивного довголіття людини, що базується на готовності до практичної діяльності щодо збереження здоров'я. КЗ можна розглядати як особистісну якість, що базується на внутрішній і зовнішній активності людини. Тобто це не лише знання про внутрішній (духовний, фізичний та фізіологічний) світ, а й усвідомлення своєї моральної поведінки, своєї оцінки зовнішнього світу та інших людей, оцінка свого місця в соціумі. У найбільш загальному контексті, формування КЗ тісно пов'язане з розвитком рефлексії, та самостійності студентів, що відбувається на основі активної здоров'ятворчої та здоров'язміцнювальної діяльності.

У контексті аксіологічного підходу, КЗ передбачає сукупність створених людьми матеріальних і духовних цінностей в сфері здоров'язбереження. З позицій акмеологічного підходу КЗ впливає на актуалізацію потенціалу людини, який розглядається як активний суб'єкт, що

здатний до саморозвитку, самоорганізації та мобілізації для досягнення активної життєвої позиції у збереженні здоров'я. З точки зору діяльнісного підходу, КЗ стулює особистість до активних дій щодо зміцнення здоров'я. Беручи до уваги наведені підходи, представляємо авторське трактування: *КЗ МУФК – це система життєвих цінностей, установок і переконань, основою яких є ґрунтовні знання та сформовані практичні уміння й навички, які зумовлюють відповідальне ставлення до власного здоров'я, і здоров'я оточуючих, формує динамічний стереотип здоров'язбережувальної свідомості, стимулює активну поведінку щодо збереження і зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання та спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, необхідного для продуктивної професійної діяльності.*

У публікації С. Горбунової [91] аргументовано доведено, що на державному рівні в Україні слід керуватися життєвою концепцією виховання здорової людини та забезпечувати єдність розуму, душі й тіла, які є взаємозалежними, хоч і різними сторонами єдиного цілого. Таким чином, КЗ має бути покладена в освітню парадигму ЗВО. Людина, за визначенням Т. Тюріної, синтезує «єдність духу, душі й тіла, і розвиток її можна розглядати відповідно як розгортання її фізичних (тілесних), душевних (психічних) і духовних можливостей» [517, с. 43]. Це визначення, у нашому баченні, цілісно передає основний сенс у доцільності формування в студентській молоді КЗ під час організації освітнього процесу у ЗВО.

Зупинимось на аналізі *змісту* КЗ. У цьому контексті визначальною вважаємо позицію Є. Захаріної [158], яка доводить, що КЗ – це не лише проста сума знань, умінь та навичок, а й спосіб життя гуманістичного спрямування. Формування КЗ детерміноване індивідуальними психічними, фізіологічними, віковими характеристиками, а також накопиченим соціальним досвідом та досвідом здоров'ятворчої діяльності. «Важливо так будувати свою життєдіяльність, щоб процеси «виробництва» здоров'я переважали над процесами його «споживання»» [158, с. 64]. На думку

С. Лебедченко [241], до головних змістових складових КЗ варто віднести фізичне, психічне, моральне, професійне здоров'я, високу активність, ґрунтовні знання про шляхи й засоби ефективного збереження та зміцнення власного здоров'я. У баченні В. Горащука, КЗ покликана перетворити будь-яку сферу діяльності в засіб духовного й фізичного самовдосконалення, самооздоровлення» [89, с. 22].

У змістовому контексті КЗ має три головних *ракурси*: по-перше, КЗ кожної особистості є складовою КЗ нації, а тому, чим вищою вона є в кожного окремого громадянина, тим вищою буде загальна КЗ усієї України; по-друге, КЗ будучи вагомим фактором тілесного, душевного і духовного здоров'я, безпосередньо впливає на працездатність та продовжує професійне довголіття; по-третє, КЗ забезпечує активний саморозвиток особистості. Фахівці фізичної культури, надаючи перевагу фізичним вправам, визначають КЗ як складову фізичної культури [78]. Погоджуємося з тим, що фізичні вправи володіють потужною оздоровчою дією. Тому проблему зміцнення здоров'я пов'язують з фізичним вихованням та фізичною культурою, а вчителя фізичної культури часто уподібнюють з «учителем здоров'я». На наше глибоке переконання, існує певна тактична помилка, яка закладає хибну думку стосовно того, що шлях досягнення високого рівня КЗ полягає лише у використанні засобів фізичної культури. Звичайно, не доцільно заперечувати той факт, що рухова активність є вагомим чинником формування КЗ, однак прагнення виокремити його як домінанту у збереженні здоров'я призводить до того, що ігноруються інші засоби оздоровлення, які також є вагомими.

Нам імпонує позиція М. Смірнова [483] у тому, що КЗ у педагогічній площині базується на таких *чинниках*, як: стійкий світогляд, ціннісно-сміслові позиції; оволодіння здоров'язберігаючими технологіями; знання особливостей своєї трудової діяльності й професійних факторів ризику та способів профілактики цих впливів; усвідомлення необхідності постійного підвищення особистої компетентності у збереженні й зміцненні здоров'я.

Конкретизувавши погляди С. Лебедченка [241], О. Міхеєнка [291] та І. Олендера [231], ми приймаємо позицію, що у змісті КЗ МУФК провідну роль відіграє фізична культура, а також культура психоемоційної активності, соціально-комунікативна, інтелектуальна, харчування, ендоекології, фізіологічна, сексуальна, моральна й духовна (табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Сутність основних складових культури здоров'я

Складові	Коротка характеристика
Фізична культура	сукупність досягнень в сфері фізичного вдосконалення, що передбачає рівень фізичної підготовленості, тренуваності, рухової активності на основі застосування фізичних вправ й фізичних навантажень
Культура психоемоційної активності	культура думок, що визначає здатність контролювати поведінкові реакції, налагоджувати позитивні переживання, формувати вміння керувати своєю емоційною сферою для досягнення душевного комфорту
Соціально-комунікативна культура	здатність до ефективного спілкування та його якість, визначає соціальну активність та допомагає у створенні сприятливих міжособистісних стосунків
Інтелектуальна культура	здатність користуватися інформацією, що охоплює прагнення до самоосвіти та передбачає удосконалення інтелектуальних здібностей
Культура харчування	система знань та сукупність практичного досвіду, що спрямовані на оздоровлення через споживання людиною їжі
Культура ендоекології	внутрішня екологія людського організму як біосистеми, що передбачає використання різних методів та форм очищення в поєднанні з активними фізичними вправами
Фізіологічна культура	сукупність фізіологічних процесів, що використовуються для збільшення резервних сил клітин, органів та систем, досягнення гармонії між людським організмом та навколишнім середовищем
Сексуальна культура	здатність адекватно усвідомлювати свої статево-рольові функції, міжстатеві взаємовідносини та керувати своїм сексуальним потягом, регулювати свою сексуальну поведінку згідно прийнятих морально-етичних норм
Культура моральності й духовності	система цільових настанов згідно із загальнолюдськими принципами моральності та духовності, які прийнято як головні орієнтири у суспільстві

Ми переконані у тому, що складові КЗ (фізична культура, культура психоемоційної активності, соціально-комунікативна, інтелектуальна, харчування, ендоекології, фізіологічна, сексуальна, моральна й духовна) виступають світоглядними орієнтирами та внутрішніми детермінантами поведінки МУФК, а відтак відображаються на способі життя, шляхом особистісної та професійної самореалізації. Тобто виокремлені складові КЗ виступають вагомим елементами та визначають загальні напрями практичної діяльності особистості у зазначеному напрямі.

Високий рівень сформованості КЗ розглядаємо у якості необхідної умови для залучення особистості до процесу творення власного життя (життєтворчість). Інтерпретуючи ідеї, які представлені у публікаціях науковців [27; 534; 581], вважаємо, що КЗ має тісний зв'язок з саморозвитком студентів у фізичному, соціальному, психоемоційному, інтелектуальному, моральному, духовному, природно-синергетичному вимірах.

На основі загальнометодологічних позицій, що задекларовані у дослідженні Н. Малярчук [261, с. 108–112], серед змістових характеристик нами виокремлено певні *функції* КЗ, а саме:

- аксіологічна, що передбачає усвідомлення КЗ як загальнолюдської цінності;
- комунікативна, яка завбачує моральну поведінку по відношенні не тільки до людей, але і до світу живої та неживої природи;
- нормативна, яка базується на законодавчому закріпленні соціальних норм здоров'я та КЗ;
- відновлювальна, що ґрунтується на відновленні традицій та національної культури щодо збереження здоров'я та розвитку КЗ;
- захисна, яка охоплює охоронну діяльність щодо потреби збереження здоров'я та діяльності по формуванню КЗ;
- корекційна, яка спрямована на виправлення порушень у стані здоров'я та вдосконалення шляхів формування КЗ;

- діагностична, що передбачає вивчення методики визначення рівня сформованості КЗ;
- творча, яка спрямована на внесення інноваційних технологій у галузь здоров'язбереження та формування КЗ;
- регулятивна, що ґрунтується на збільшенні внутрішніх резервів під час формування КЗ.

На основі напрацювань І. Олендера та В. Грушка [231, с. 4–13], які висвітлюють теоретичні та методологічні засади КЗ, встановлено, що у практичній площині вона передбачає: цінності та ідеали здоров'я, які безпосередньо ґрунтуються на національних здоров'язберігаючих традиціях; світоглядні аспекти, які базуються на сукупності знань та переконань; форми та моделі індивідуальної діяльності, що спрямована на збереження та зміцнення здоров'я та формування високого рівня КЗ.

Наголосимо на тому, що професіоналізм педагога нині визначається не лише здатністю досягати високого результату, а й сформованістю КЗ, вмінням будувати свою професійну діяльність з позиції здоров'язбереження усіх учасників освітнього процесу. Ця теза стала провідною у більшості європейських країн, які накопичили суттєвий досвід у зазначеному контексті. *Метою* виховання КЗ є формування у студентів життєвого пріоритету здоров'я та їх підготовка до виконання професійної діяльності в здоров'язберігаючому режимі, що забезпечить належні умови для максимально повної особистісної та професійної самореалізації. Без сумніву, формування КЗ у майбутнього вчителя має бути одним з пріоритетів його професійної підготовки у ЗВО.

З методологічної позиції для формування у студентів КЗ необхідно акцентувати увагу на таких *завданнях*, як:

- 1) Формування стійкої внутрішньої мотивації на збереження і зміцнення здоров'я та виховання потреби у високому рівні КЗ, вивчення методів організації здорового способу життя.

2) Розширення теоретичних знань про шляхи вдосконалення КЗ та розвиток практичних умінь і навичок у збереженні здоров'я.

3) Оволодіння основними принципами, засобами і методами формування здоров'язберігаючого освітнього середовища та навчання використовувати сучасні здоров'язберігаючі технології.

4) Засвоєння основ індивідуальної діагностики рівня особистісного здоров'я та стану сформованості КЗ.

Відзначимо, що сучасна система освіти несе частину відповідальності за ту ситуацію, що склалась з погіршенням стану здоров'ям молодого покоління. У цьому контексті важливим завданням викладачів ЗВО є не лише формування практичних умінь, а й цілеспрямоване вивчення технологій формування КЗ. Виходячи з об'єктивних умов викладачам потрібно «підібрати відповідні форми організації, що забезпечать можливість формування культури здоров'я засобами фізичної культури та її саморозвитку у кожного студента» [535, с. 22].

У педагогічному ракурсі формування КЗ передбачає розробку нових педагогічних підходів до проектування цілісної педагогічної системи, яка охоплює позитивну мотиваційну сферу, когнітивну складову, що характеризується ґрунтовним обсягом теоретичних знань у сфері організації здорового способу життя, та розвинути конативну складову, яка базується на практичних вміннях застосовувати отримані знання в майбутній професійній діяльності. У контексті наведених аргументів, перед ЗВО постає питання про забезпечення збереження, зміцнення і відновлення здоров'я всіх учасників освітнього процесу. Це буде можливо тільки в тому випадку, якщо високий рівень КЗ стане основною внутрішньою потребою особистості.

У центрі освітньої системи ЗВО повинні бути не тільки професійні та інтелектуальні інтереси студентів, а й їхня КЗ, соціальний та психологічний комфорт. Встановлено, що професійна підготовка, яка традиційно використовується у ЗВО, найчастіше зводиться лише до формування теоретичних знань в студентів про небезпеку тих чи інших захворювань і

шкідливих факторів. Спостерігається відсутність цілісної системи формування КЗ, яка б дозволила успішно впоратися з постійно зростаючими навантаженнями сучасного життя на організм. Поряд з впливом вже відомих несприятливих факторів (екологічних, соціальних, політичних, економічних), однією з головних причин, що знижує рівень здоров'я та має негативний вплив на формування КЗ, є незнання майбутніми фахівцями закономірностей роботи свого організму, нерозуміння того, що своєю неправильною поведінкою можна зруйнувати власне здоров'я.

Суспільство і особистість повинні розвивати КЗ, як на популяційному рівні, так і на рівні окремого індивіда. Прагнення людини до здорового способу життя є результатом засвоєних в родині та в освітніх закладах морально-етичних установок. Освітнім установам у вирішенні завдання формування КЗ належить визначальна роль, пов'язана з формуванням світогляду особистості. Тобто, під час здобуття середньої освіти, а пізніше під час професійної підготовки у ЗВО саме КЗ повинна займати центральне місце в освітньому процесі.

Підсумовуючи констатуємо, що наукова дефініція «культура здоров'я», як і всі види культури, є полінауковою категорією. Процес її формування мають психолого-педагогічну основу, поєднуючи в собі різноманітні види оптимальної взаємодії людини з навколишнім середовищем. Високий рівень КЗ має позитивний вплив на самореалізацію, сприяє розвитку здоров'я на основі творчого використання внутрішніх ресурсів особистості. Формування КЗ студентів у ЗВО має базуватися на вихованні внутрішнього усвідомлення значущості цього процесу як особистісно-орієнтованого та необхідного для реалізації майбутньої професійної діяльності. Студенти мають усвідомити, що формування КЗ допоможе в оволодінні системно-інтеграційними методологічними і професійними знаннями з питань особистої та професійної здоров'язбережувальної діяльності.

1.3 Аналіз зарубіжного досвіду формування культури здоров'я у майбутніх фахівців

Неодмінною частиною загальної культури є ФК, яка виникає і розвивається одночасно і поряд з матеріальною і духовною культурою суспільства. Погоджуємося з О. Трещевою та І. Павловою [514] у тому, що ФК, будучи частиною загальної культури людства, виступає творчою діяльністю з оволодіння цінностями в сфері фізичного розвитку, оздоровлення та виховання. Тобто, ФК впливає не на предмети зовнішньої природи, а безпосередньо на життєво важливі якості, можливості та здібності людини, які отримані у вигляді задатків від природи, передаються у спадок і розвиваються протягом життя, діяльності та виховання.

Відзначимо, що ФК спрямована на всебічний розвиток особи, на універсальне оволодіння тим, що дано природою. В основі ФК лежать матеріально-перетворююча, духовно-перетворююча діяльність. Акцентуємо увагу на тому, що з методологічної точки зору, ФК виступає, з одного боку, як потреба, з іншого – як засіб задоволення фізкультурних потреб особистості. Вона є не тільки педагогічним, а й складним соціальним явищем. З'ясовано, що суспільно-політичні, економічні та культурні зміни, що відбулися в Україні, а також потреба у поглибленні *європейської інтеграції* мають суттєвий вплив на процес модернізації професійної підготовки майбутніх фахівців під час формування у них КЗ. У контексті наведених аргументів, на порядок денний поставлено питання щодо потреби аналізу позитивного досвіду науковців та практиків зарубіжних країн у сфері формування у студентської молоді КЗ під час професійної підготовки. Саме ці аспекти ми досліджуватимемо з метою імплементації найбільш перспективних шляхів формування КЗ під час професійної підготовки у ЗВО майбутніх фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура).

Так, на основі вивчення дисертаційного дослідження Л. Сущенко [502] було встановлено, що у навчальних планах вищих закладів освіти *Європейського союзу* є три типи навчальних курсів: обов'язкові (required), які передбачають вивчення загальноосвітніх та загальнопрофесійних дисциплін; частково елективні (partly electives), пропонуються на вибір з переліку навчальних дисциплін; елективні (за вибором) (free electives) відбираються з програм інших факультетів університету. У найбільш загальному контексті такий підхід на сьогодні також діє і в українських ЗВО, які готують МУФК. Однак, у цьому контексті повністю поділяємо позицію С. Гуменюка, стосовно того, що «в Європейських університетах надається більше права вибору студентами навчальних дисциплін. У вітчизняних ЗВО питома вага вибору студентами дуже мала, яка зводиться до лише кількох дисциплін. Тому університети Європейських країн відзначаються кращою мобільністю, варіативністю та індивідуальним підходом у навчанні» [105, с. 72].

У дослідженні С. Хотієнко [541] акцентовано увагу на тому, що ФВ як навчальна дисципліна в ЗВО більшості європейських країн є обов'язковою дисципліною (від 2 годин до 4 годин на тиждень), а ті університети Європи, які не мають такої дисципліни у розкладі надають можливість студентам користуватися спортивними залами, басейнами, стадіонами, тенісними кортами. Тобто, в європейських навчальних закладах «широко розповсюджені заняття в спортивних секціях, які доповнюють обов'язковий курс фізичного виховання» [462, с. 214–215]. Усі ці факти, безумовно, є свідченням вираженого ставлення до формування КЗ студентської молоді.

Опрацювання наукової літератури [105; 100; 577; 585], дозволило з'ясувати той факт, що Європейські освітні заклади готують викладачів двох видів: 1) учитель молодших класів і 2) вчитель фізичного виховання. Учитель молодших класів це фахівець, який має право на викладання в початковій школі всіх (або майже всіх) предметів навчального плану (читання, письмо, математика), а також має право викладати фізкультуру. Така категорія вчителів має право викладати ФК крім основних предметів, незалежно від

того, чи є у них досвід такої діяльності. Учитель з фізичного виховання це дипломований фахівець в галузі фізичної культури і спорту. Він має право викладати тільки ФК в старшій школі; а в окремих випадках ще один предмет з навчального плану, пов'язаний з фізичною активністю, або зі сферою збереження здоров'я. Такий підхід вважаємо доволі перспективним з огляду на реальні потреби українських навчальних закладів.

У відповідності до уніфікації «Європейської моделі», як встановив І. Гринченко [99], у навчальних планах вищих фізкультурних закладів освіти містяться п'ять циклів навчальних дисциплін. Так, до циклу загальнонаукових дисциплін внесено фізіологію, анатомію, здоров'я, біомеханіку, статистику, біохімію, біометрію, біогістологію, фізику, хімію. До дисциплін соціально-гуманітарного циклу відносяться: соціологія, філософія, іноземні мови, право. Цикл педагогічних дисциплін представлено дидактикою, педагогікою та психологією. До циклу спеціальних дисциплін віднесено такі предмети, як: дидактика, історія, теорія та методика фізичного виховання, організація, теорія руху, антропомоторика. Тоді як цикл спортивних дисциплін утворили: плавання, легка атлетика, гімнастика, ритміка, ігри, танці, рекреація, предмети за вибором, лижний спорт, заняття на природі. Отже, майбутні фахівці мають змогу розшири власні теоретичні знання в галузі КЗ та оволодіти практичними вміннями безпосередньо ще на першому-другому році навчання, вивчаючи таку загальнонаукову дисципліну як «Здоров'я». саме така організація сприяє формуванню КЗ майбутніх фахівців та може бути запозиченою в українські ЗВО.

У контексті дослідження досвіду професійної підготовки майбутніх фахівців для оздоровчої галузі, актуальними в країнах Європи (Велика Британія, Німеччина, Австрія, Бельгія, Данія, Франція, Португалія, Болгарія, Чехія, Польща) вважаємо висновки, зроблені О. Міхеєнком [290]. Зокрема науковець встановив, що спільним для професійної діяльності фахівців є «відображення позиції щодо зміцнення здоров'я населення – комплексного професійного підходу, спрямованого не тільки на підтримку здоров'я людей,

а й на покращення здоров'я та якості життя за допомогою активної життєдіяльності, профілактики захворювань у повсякденному житті, під час роботи та відпочинку з метою запобігання професійним ускладненням, покращення умов життя осіб, які перенесли захворювання або стали інвалідами» [290, с. 139].

Як відзначає С. Гуменюк «в університетах західної Європи увага приділяється не накопиченню теоретичних знань а розвитку творчого потенціалу власної особистості й креативному мисленню. Сучасний випускник фізичної культури і спорту – це, передусім, фахівець, який не тільки оволодів теоретичними і практичними компетенціями у професійній діяльності, але став людиною, яка «мобільно й креативно реагує на зміни в процесі виконання своїх функціональних обов'язків» [105, с. 73].

Вивчення напрацювань науковців [595; 596] дозволило констатувати той факт, що в *Німеччині* створюються належні умови для природного розвитку особистості в освітньому чи професійному просторі. Зокрема, у студентів розвивають особливий інтерес до збереження власного здоров'я, виховують почуття обов'язку й відповідальності за своє здоров'я і формують у процесі професійної підготовки належний рівень КЗ.

До прикладу, на основі аналізу публікації В. Волкова [65], з'ясовано, що у *Норвегії* заняття фізичною культурою і спортом організуються за клубним принципом. Спортивно-оздоровчою діяльністю молоді займається Норвезька спортивна асоціація, яка розробила програму під лозунгом «Займаючись спортом, Ви отримаєте задоволення!». Саме таким чином у цій країні на загальнодержавному рівні підходять до формування КЗ студентської молоді.

У контексті нашого дослідження, зупинимося більш ґрунтовно на висвітленні історичних ракурсів проблематики формування КЗ в *Англії*. За даними Дж. Паула (J. Paull) [604] встановлено, що ще на початку минулого століття характерними рисами педагогічних систем Р. Штайнера та М. Монтесорі були педоцентризм, увага до особистості дитини. Створені

педагогами школи розв'язували одне з головних завдань – формування здорової особистості, що має сформований належний рівень КЗ. Причому головний акцент було зроблено на формування самостійних, соціально активних, творчих особистостях через виховання культури фізичної та розумової праці, до якої потрібно докладати духовні зусилля, що викликають у душі дитини позитивні емоції й зацікавлення. Англія ще у 1993 р. приєдналася до Європейської мережі шкіл сприяння здоров'ю (ЄМШСЗ) та досягла значного прогресу, запровадивши в освітніх закладах навчальну дисципліну «Основи здоров'я».

У процесі вивчення напрацювань науковців [395; 578; 588] з'ясовано, що вагому роль у Великій Британії відведено холістичній концепції здоров'я, яка й була покладена в основу формування здорового способу життя в Школах сприяння здоров'ю (health promoting school), або здорова школа (healthy school). Ці заклади покликані формувати у своїх вихованців високу культуру збереження та зміцнення здоров'я. На практиці це відбувається на основі підтримки «здорового середовища», що охоплює фізичне середовище, психологічні фактори, соціальні відносини. Таке здорове середовище покликане забезпечувати належні умови для розвитку усіх учнів та дозволяє практично зміцнювати здоров'я, адже пропонує ефективні можливості для «утворення безпечного соціального та фізичного середовища» [395, с. 44].

Встановлено, що «Health education» (освіта про здоров'я) – це невід'ємна частина формування здорового способу життя, що повинна проводитися протягом усього життя. У найбільш загальному контексті «модель здоров'я» охоплює такі складові: фізичну (передбачає нормальне функціонування органів людського тіла), духовну (здатність набувати моральних та релігійних переконань для досягнення душевного спокою), психічну (стосується здатності мислити та робити судження), емоційну (здатність розрізняти такі емоції, як страх, радість, сум, гнів), соціальну (охоплює базові інфраструктури, необхідна для здоров'я базова інфраструктура, наприклад, житло, мир, їжа, прибуток, певна міра інтеграції

у суспільство), сексуальну (здатність досягати задовільного виявлення власної сексуальності), екологічну (на фізичному рівні охоплює транспорт, дотримання санітарно-гігієнічних норм, наявність чистої води та контроль забруднення навколишнього середовища), міжособистісну (здатність підтримувати стосунки з іншими людьми) [395, с. 43].

У процесі дослідження встановлено цікаві практичні факти про шляхи формування КЗ дітей та студентської молоді в Англії. Як констатує Л. Алмонд (L. Almond) [572], залучення молоді до здобутків людської культури в Англії відбувається за безпосередньої участі молоді у різних сферах фізичного виховання і спорту культурних, завдяки чому вони усвідомлюють широту людських прагнень і розуміють їхню значущість. У цілому, формування КЗ засобами фізичної культури у Великобританії базується на трьох площинах: 1) освіта завдяки руху; 2) освіта в русі; 3) освіта про рух. Такий підхід, на думку англійських фахівців, дасть можливість сформуванню ґрунтовні знання у сфері КЗ, допоможе виховати внутрішню мотивацію на дотримання здорового способу життя та збереження і зміцнення здоров'я в умовах погіршення екологічного стану довкілля, а також підвищить моральний, духовний, соціальний та культурний розвиток молодого покоління британців. Навчати дітей та студентську молодь насолоджуватися рухом та виховувати прагнення до фізичної діяльності, що збереглися б у дорослому житті – це провідні чинники КЗ.

Проведемо психолого-педагогічний аналіз досвіду щодо формування КЗ, яким володіють *польські* вчені. Так, з'ясовано, що доволі ґрунтовний аналіз методів навчання основ КЗ представлено у публікації польської дослідниці М. Войнаровської-Солдан (Magdalena Woynarowska-Soldan) [615] під назвою «Вибрані питання методики здоров'язбережувальної освіти». Дослідниця наголошує на потребі мотивування учнів і студентів, а також доводить необхідність під час організації ФВ кардинально змінити ролі у навчанні. Зокрема, викладач повинен з ролі «експерта», який «знає усе», перейти у статус радника, обмежити оцінювання, коментарі та нав'язування

власної думки. Головне, що радить польська дослідниця для успішної діяльності по формуванню КЗ, викладачеві слід мати відвагу сказати «не знаю, давайте перевіримо разом», він має право на «незнання» і проведення дослідження разом зі своїми вихованцями. Під час занять необхідно удосконалювати вміння спілкуватися, створювати атмосферу безпеки і довіри, дотримувати рівновагу між програмовими вимогами та потребами. Отже, у баченні авторки «навчання і виховання для здоров'я повинні бути орієнтовані на демократичні, а не моралізаторські засади» [615, с. 10]. Саме таке бачення доцільно запозичити під час формування КЗ у студентів української ЗВО.

Досить актуальними у контексті формування КЗ є поради польського дослідника К. Осташевського (Krzysztof Ostaszewski) [602]. Так науковець, до прикладу, під час проведення зі студентами практичного заняття «Форми організації здоров'язбережувального виховання» радить присвятити належну увагу вивченню питань «Зв'язків між здоров'язбережувальною освітою та профілактикою». Відтак, проектуючи модель професійно-педагогічної діяльності майбутнього учителя з організації здоров'язберігаючого довкілля школярів, студенти уже отримують уявлення про те, що крім навчання основ здоров'я, важливою сферою превентивної діяльності є профілактика ризикованої для здоров'я поведінки (у школах Польщі ця сфера спрямована на запобігання вживання учнями психотропних та адиктивних речовин, попередження агресії у стосунках; важливим елементом цієї програми є запобігання небажаних вагітності та ожирінню) [602, с. 53–54].

Аналізуючи зміст наукової публікації К. Осташевського [602], можемо констатувати й той факт, що у польській науковій термінології існує чітка диференціація двох понять «здоров'язбережувальне виховання», що спрямоване на формування позитивної мотивації до способу життя, сприятливого для здоров'я та «профілактика», що охоплює спеціальну професійну діяльність щодо подолання «патологій» у житті. Як радить автор, методика організації роботи у цих напрямках повинна бути різною, однак їх

об'єднуючим «місточком» має стати стратегія «розвитку життєвих навичок», серед яких важливими є профілактика тютюнопаління, вживання міцних трунків та наркотичних речовин. Як доводить науковець [602, с. 54–56], під час організації навчального процесу необхідно звертати увагу на:

- формування навичок конструктивного розв'язання проблем;
- здатність приймати оптимальні рішення;
- розвиток уміння визначати суть проблеми і причини її виникнення;
- позитивне ставлення до себе й інших людей
- розвиток уміння ставити адекватні життєві перспективи;
- формування умінь активно боротися з тривогою і страхом, позитивно переживати невдачі та справлятися з горем, втратою, травмою, насиллям;
- уміння застосувати релаксаційні техніки та навички асертивної поведінки.

У контексті дослідження нами були вивчені наукові доробки Б. Войнаровської (Barbara Woynarowska) [611; 612; 613], які присвячені дослідженню особливостей організації та здійснення медико-санітарної освіти, а також аналізу відносини між охороною здоров'я та освітою. Встановлено, що для сучасної польської здоров'язбережувальної освіти характерними є декілька рис. До прикладу, студент не сприймається, як «чистий аркуш», знання і досвід вихованців стають основою навчання, важливим є кореляція здобутих знань та умінь з їхньою «власною ситуацією» і потребами. Дослідниця аргументовано доводить, що на заняттях доцільно використовувати досить просте і, водночас, ємке тлумачення поняття «активні методи» (спосіб навчання, при якому педагог не передає готової інформації, але створює умови до самостійного навчання [614, с. 26]).

Інформативною у контексті практичних підходів до формування КЗ студентів є запропонована Б. Войнаровською у статті «Особливості сучасної здоров'язбережувальної освіти» методика реалізації інтерактивних технологій навчання (роботи в малих групах, «мозкового штурму», дискусії, ситуативного моделювання – розігрування ситуацій за ролями, методу

проектів, портфолію). Авторкою представлено методичні рекомендації щодо використання методу візуалізації та техніки «Намалюй і напиши» у формуванні здорового способу життя [613, с. 17]. Ми переконані у тому, що такі практичні техніки володіють суттєвим позитивом у формуванні КЗ МУФК. Однак у практичному аспекті, нині не можуть бути повністю реалізовані, адже потребують додаткового навчання для опанування ними самих викладачів.

Вивчення публікації Б. Войнаровської (B. Woynarowska) [612] дало можливість з'ясувати, що впровадження здоров'язбережувального виховання, яке передбачає формування КЗ у Польщі охоплює такі основні площини, як: створення центру та ради організації, координації та контролю за перебігом упровадження здоров'язбережувального виховання у середніх навчальних закладах; підготовка кваліфікованих педагогів з фізичного виховання в системі здоров'язбережувального процесу; включення здоров'язбережувального виховання у вищу освіту вчителя; розробка практичних матеріалів для вчителів, особливо фізичного виховання (модуль «Виховання для здоров'я») [612, с. 4].

Підсумовуючи здобутки наших сусідів, необхідно наголосити на тому, що плеяда педагогів та лікарів Польщі збагатили науковий світ знаннями про формування та збереження здоров'я дітей і молоді не тільки засобами фізичного виховання, а й дотриманням правил гігієни, правильного харчування та загартування, тим самим надавши терміну «культура здоров'я» більш широкого значення. З'ясовано, що науковці [481; 578; 580; 607] наголошують на тому, що медичні науки були тісно пов'язані з ФК, але такий зв'язок був спробою підвищити рівень здоров'я молодих поляків на основі стимулювання руху за профілактику. Зокрема, опрацьована з погляду медицини, така концепція знаходила своє розуміння в формах медичної практики, проблемах здоров'я і хвороби. Медичні фахівці оцінювали профілактичний рух як засіб активізації рухової активності студентів.

Вивчення означеної проблематики дозволило нам з'ясувати й той факт, що на розвиток польської системи ФВ молоді значний вплив мали наукові погляди та діяльність Г. Йордана, завдяки чому в систему шкільного навчання було запроваджено уроки гімнастики та медичної допомоги. Для того щоб підвищити рівень кваліфікації викладачів було організовано курси для вчителів фізичного виховання в Ягеллонському університеті [579]. Усі наведені аргументи мають суттєве значення для вдосконалення практичних механізмів формування КЗ українських студентів під час навчання у ЗВО, а тому їх доцільно цілеспрямовано впроваджувати.

Цікавим у контексті нашого дослідження є так званий «Гігієнічний рух» (XIX–XX ст.), який відіграв єдність між світом лікарів та педагогів. Представниками цього руху були лікарі (П. Гонтковський, Е. Мадейський, В. Осмольський, Е. П'ясецький, Й. Тхожніцький та ін.) та педагоги (М. Барановський, С. Карповіца, І. Мощенський та ін.), які активно пропагували здоров'я. Результатом такого «об'єднання» стало активне вживання терміну «культура здоров'я», складовою якого були: гігієнічна культура, санітарна культура, гігієнічне виховання, санітарна освіта, оздоровча освіта, оздоровче виховання, оздоровче навчання. Тобто, підсумовуючи акцентуємо увагу на тому, що КЗ посіла належну роль у Польщі починаючи з XIX століття, коли було організовано багато громадських ініціатив для дітей і студентської молоді, метою яких було виховання здорового покоління та формування у них належного рівня КЗ, є вагомою і нині.

Творчим визнаємо підхід до процесу формування КЗ у США. З'ясовано, що в освітньому процесі у США проблема навчання здоров'ю («Health Education»), зняття втоми, підвищенню працездатності особистості доволі активно розроблялася. Науковці [99; 137] відзначають, що особлива увага приділяється формуванню особистісного і суспільного здоров'я, а також способам його збереження, особистій та громадській гігієні. Майбутні фахівці повинні знати гігієнічні вимоги до процесу професійної та навчальної

діяльності, вміти здійснювати профілактичні заходи, проводити тестування рівня здоров'я та організувати правильний відпочинок. Зарубіжні дослідники вказують на особливу необхідність оздоровчих методів навчання в освітньому процесі: проблемне розв'язання задач на заняттях з демонстрацією досвіду, виставки, рольові ігри, подорожі тощо. Зокрема, в рамках програми «Health Education» у США не тільки формують у студентів «моду на здоров'я», а й розвивають позитивне ставлення до здоров'язбереження, а також прищеплюють звички ведення здорового способу життя. Зазначимо, що в українських ЗВО такий підхід частково застосовується, однак системності щодо формування « моди на здоров'я » ще не досягнуто.

Як засвідчує дослідження А. Кухтія [235], в США в останні десятиліття набули популярності різні форми оздоровчої фізичної культури (оздоровчий фітнес), які спрямовані на формування правильної постави, зміцнювали серцево-судинну систему, органи дихання, покращували самопочуття і працездатність та спонукали до мотивації до здорового способу життя. У цій країні здоровий спосіб життя та високий рівень КЗ став культом. У цьому контексті розроблено значну кількість дієвих програм і методик з бігу, ходьби, аеробіки, раціонального харчування, попередження та подолання шкідливих звичок, активно пропагуються фізичні вправи та раціональне харчування. Констатуємо, що в Україні така діяльність також ведеться, однак вона носить, головним чином, теоретичний характер, а тому за умови активного впровадження дієвих практико орієнтованих програм в освітній процес українських ЗВО можна досягнути суттєвих позитивних результатів під час формування КЗ у студентів.

З'ясовано, що у США на державному рівні задекларовано такі дві моделі: 1) Модель SHARP (модель «Шкільні оздоровчі джерела для дітей»), що охоплює такі розділи, як «Профілактика хвороб»; «Раціональне харчування»; «Ріст і розвиток»; «Особисте здоров'я»; «Суспільне здоров'я»; «Здоров'я сім'ї»; 2) Модель СНЕК (модель «Загальна здорова освіта»), яка

складається з п'яти розділів: «Про мене»; «Їжа, яку я їм»; «Як я расту»; «Вибір, який я роблю»; «Як я залишаюсь здоровим».

Особливістю відповідних програм у США, окрім проведення курсів для молоді щодо зміни звичок і стилю життя відносно впливу факторів ризику на здоров'я, є забезпечення професійної підготовки тренерів для активного впровадження здорового способу життя на кожному робочому місці. Таким чином успішно реалізується національна стратегія «Здорові люди 2020», у межах якої більше 60 громадських організацій отримали від держави фінансову підтримку на боротьбу з курінням, на пропаганду здорового харчування, на підвищення результативності профілактичних заходів з охопленням 120 млн. жителів. Можемо констатувати, що нині в Україні забезпечити таку активну громадську діяльність важко через недостатню кількість фінансування.

У дослідницькому і в практичному плані вважаємо перспективними підходи до формування КЗ та культури здорового способу життя, які сформувалися у *В'єтнамі*. За даними О. Севрюгіна [463]. Так, велика увага в цій країні приділяється будівництву спортивних споруд, а елементи КЗ щільно увійшли в щоденний побут, здоровий спосіб життя став повсякденною нормою і звичкою практично усіх громадян. Свого часу уряд вирішив, що здоров'я легше зберегти, ніж відновити, тому стала популярною пропаганда здорового способу життя, яка послужила передумовою до того, багато молодих людей вирішили відмовитися від шкідливих звичок і приділяти частину вільного часу занять фізкультурою, спортом. У *В'єтнамі* «ранок корінних жителів, які ведуть здоровий спосіб життя, розпочинається з щоденної спільної зарядки під відкритим небом» [463, с. 152]. Така практика занять фізичними вправами є доволі цікавою, однак в Україні можлива лише у великих містах, у селах досягнути такого активного заняття фізкультурою можна лише на основі великого авторитету учителя ФК у сільських школах.

Доволі креативним визнаємо підхід до організації ФВ, а також до формування КЗ студентів у *Японії*. У цій країні ще з 1949 р. ФК стала

обов'язковою дисципліною, заняття проводяться 1 раз на тиждень. У тому випадку, коли студент не має можливості відвідувати заняття, він складає підвищені нормативи з фізичної підготовки, і лише після цього переводиться на інший курс. З'ясовано, що студент повинен отримати чотири оцінки з фізичної культури: за відвідування, якість теоретичних знань, якість техніки виконання рухів, відповідний рівень фізичної підготовленості. Вивчення напрацювань японського науковця Тошіо Сеакі (Toshio Seaki) [609] довело, що теоретичні знання, які вивчають студентами безпосередньо стосуються зміцнення та збереження здоров'я та спрямовані на формування високого рівня КЗ особистості. У нашому баченні такий підхід є не зовсім виправданий, зокрема ми не зовсім поділяємо позицію стосовно доцільності складання підвищених норматив з фізичної підготовки у тому випадку, коли студенти не можуть з поважних причин відвідувати заняття.

Особливий інтерес під час формування КЗ у студентів викликають теоретичні та практичні доробки *китайських* фахівців. Цей факт, головним чином, зумовлений тим, що Китайська Народна Республіка за останні десятиліття досягла значних успіхів у збереженні та зміцненні здоров'я своїх громадян. З'ясовано, що успішність процесу формування КЗ студентів, значною мірою, залежить від системної координації зусиль як державних, так і громадських структур, а також залучення ЗМІ до активної пропаганди здорового способу життя. Зокрема, вивчення напрацювань фахівців [51; 170] дозволило встановити, що в сучасному китайському суспільстві активно закріпилася думка про те, що розквіт нації та могутність держави безпосередньо пов'язані із здоров'ям громадян. Беручи до уваги ці аргументи, формування КЗ у дітей та молоді було поставлено на пріоритетне місце в державній політиці.

Зокрема, як доводить Ляо Цайчжи [253] важливим засобом формування КЗ студентів у КНР є ушу, яке володіє значним педагогічним потенціалом не лише для фізичного розвитку молодшої людини, але й позитивно впливає на формування морального і духовного світу молодшої людини. Авторка

доводить, що під час активних та систематичних занять ушу фізичний розвиток студентів вдосконалюється за рахунок цілеспрямованого використання конкретного спектру фізичних вправ. Так, духовний розвиток особи збагачується на основі пасивних «внутрішніх розвиваючих» рухів («ней кунг») і активних зовнішніх вправ («таоцзінь»). У КНР під час проведення ранкової гімнастики широко використовуються технічні фізичні комплекси, що складаються зі спеціально підібраних рухів, мають назву «таолу». За допомогою щоденних передач по державному радіо, а також у формі щоденної відеотрансляції «таолу» на центральних телевізійних каналах відбувається централізоване заохочення молоді до ранкових занять. У межах цієї національної традиції виконання ранкових вправ є невід'ємною частиною формування КЗ, та розвитку навичок здорового способу життя. Ранкові заняття ушу проводяться, зазвичай, на свіжому повітрі, причому як індивідуально, так і у групах.

Зазначимо, що поряд з оздоровчою формою, систематичні заняття ушу для китайських студентів мають суто спортивний аспект, адже щорічно проводиться спортивні змагання з ушу серед студентів у КНР, перелік яких затверджується центральними виконавчими органами управління у сфері фізичної культури. Змагання з ушу проходять у двох дисциплінах. Одна з них передбачає виконання технічних комплексів ушу, «таолу», за що учасники отримують певну кількість балів. Умовно цей вид змагань можна порівняти з художньою гімнастикою. Тоді як інша дисципліна передбачає проведення контактних поєдинків двох спортсменів за правилами, близькими до правил сучасного європейського кік-боксінгу. Визнаємо такий досвід позитивним у формуванні КЗ, однак впровадити його в український соціум доволі складно, адже менталітетно більшість української студентської молоді не має великого бажання займатися ушу.

Як бачимо, із представленої вище інформації, у всьому світі протягом останніх десятиліть почали розуміти, що зміцнення здоров'я людини, формування високої КЗ та заохочення здорового способу життя є

найважливішими соціально-економічними завданнями, що стоять перед кожною державою, освітою і кожною людиною зокрема. Як засвідчив проведений аналіз зарубіжного досвіду, належний рівень КЗ має позитивний вплив на збільшення тривалості життя і активного творчо-продуктивного періоду. Саме тому в усіх країнах приділяється належна увага питанням формування КЗ у студентської молоді.

Підсумовуючи наголосимо, що не випадково в останні роки в Україні зростає зацікавленість вітчизняних фахівців до вивчення закордонних підходів до організації ФВ з метою пошуку та впровадження найбільш перспективного досвіду в аспектах формування КЗ. Ці факти зумовлюють доцільність творчого переосмислення та активного використання кращих зарубіжних традицій в українських навчальних закладах. Як показав проведений аналіз, в зарубіжних науковців накопичено доволі суттєвий та різноплановий пласт теоретичних, методичних та практичних узагальнень, які мають великий потенціал щодо формування КЗ у майбутніх фахівців в процесі професійної освіти. Констатуємо й той факт, що багато інноваційних підходів доволі складно впровадити в український менталітет. Це насамперед стосується досвіду який існує щодо формування КЗ у таких країнах як КНР, Японія та В'єтнам. Однак більшість позитивних надбань європейських країн з практичної точки зору або частково впровадженні, або мають усі перспективи для впровадження у найближчий час в освітню систему українських ЗВО під час формування КЗ у студентської молоді.

Нині в умовах інтеграції педагогічної освіти України в загальноєвропейський освітній простір активізується потреба в активному дослідженні та імплементації іноземних стратегій (способів, моделей, форм, змісту тощо) формування КЗ та концептуального переосмислення.

1.4 Фізична культура та фізичне виховання як основоположні чинники формування культури здоров'я

Важливість здоров'я та необхідність його зміцнення на основі використання засобів ФК задекларовані у Національній доктрині розвитку освіти України в XXI столітті [520]. Зокрема у розділі VI «Освіта і фізичне виховання – основа для забезпечення здоров'я громадян» в пункті 11 відзначено, що «пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності», а у пункті 13 наголошено, що «Фізичне виховання як невід'ємна складова освіти забезпечує можливість набуття кожною людиною необхідних науково обґрунтованих знань про здоров'я і засоби його зміцнення, про шляхи і методи протидії хворобам, про методики досягнення високої працездатності та тривалої творчої активності». Погоджуємося із фахівцями [102; 513; 217; 220] у тому, що у боротьбі за нормальне довголіття саме фізкультурі, безперечно, належить дуже важливе місце. Зокрема, ФК однаковою мірою важлива і для організму, який росте, і для організму в розквіті його сил, і для організму, який уже перейшов через вершину свого життя, але якому вона може й повинна допомогти якомога довше утриматись поблизу цієї вершини.

Нині як аксіома сприймається теза про те, що основним чинником створення гармонійно розвинутої та фізично досконалої особистості є ФК. Заняття фізичною культурою та спортом мають вагоме значення для формування здорового способу життя, фізичного й духовного розвитку студентської молоді, зміцнюють здоров'я, збільшують нервово-психічну активність, підтримують розумову і фізичну працездатність. Студентський вік характеризується максимальним розвитком фізіологічних потенціалів організму, відбувається вдосконалення рухової активності, збільшуються показники фізичної сили, швидкості рухів. Усі ці факти переконливо засвідчують, що студенти в період навчання у ЗВО володіють величезними

можливостями для підвищення рівня власного здоров'я та формування КЗ. Тому саме ФК стає найважливішими засобом зміцнення здоров'я та розглядається вагомим підґрунтям для організації здорового способу життя та формування КЗ. У цьому параграфі ми обґрунтуємо таку свою позицію.

Насамперед відзначимо, що у статті 1 Закону України «Про фізичну культуру і спорт» [156] наголошено на тому, що «фізична культура – складова частина загальної культури суспільства, яка спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості». Науковці виділяють у *фізичній культурі* три органічно пов'язані між собою частини:

1) фізичне виховання (вид виховного процесу, специфіка якого полягає в навчанні руховим актам і управлінні розвитком і вдосконаленням фізичних якостей людини);

2) спортивна діяльність (специфічна форма культурної діяльності людини і суспільства, яка спрямована на вдосконалення рухових можливостей людини в умовах суперництва);

3) фізичну рекреацію (представляє собою важливу частину фізичної культури, яка спрямована на використання фізичних вправ і природних сил з метою відновлення працездатності, активного відпочинку, розваги).

Будучи частиною загальної культури, ФК представлена у ЗВО як невід'ємний компонент цілісного розвитку особистості, вагомий елемент професійної підготовки студентів, чинник гармонізації їх життєдіяльності. Досліджуючи значення ФК для гармонійного розвитку особистості, Н. Рибачук, наголошує, що «слід брати до уваги не стільки культуру тілесну, скільки її роль у формуванні загальної культури особистості. Це означає, що фізична культура повинна стати органічним елементом інших сфер духовного життя, проявляючись цілісно» [452, с. 70].

У ФК С. Склярів [475, с. 42–43] виділяє п'ять груп цінностей (інтелектуальні, цінності рухового характеру, цінності педагогічних технологій, мобілізаційні цінності, інтенціональні цінності). Представимо їх коротку характеристику. Отже, 1) інтелектуальні (знання, пов'язані з інтелектуальним потенціалом фізичної культури особистості, знання про методи та засоби розвитку фізичної потенції людини як основи організації її фізичної активності, спортивної підготовки, здорового способу життя); 2) цінності рухового характеру (оволодіння кращими зразками моторної діяльності, особистісний фізичний потенціал, в цілому фізична підготовка, здоров'я людини); 3) цінності педагогічних технологій (методики фізичного виховання, фізичних та оздоровчих тренінгів, спортивної підготовки, умінь та навиків організації фізкультурно-спортивної діяльності); 4) мобілізаційні цінності (пов'язані з раціональною організацією бюджету вільного часу, внутрішньою дисципліною, необхідністю швидкої оцінки ситуації, прийняття рішень, з самоорганізацією здорового способу життя, вмінням протистояти несприятливим впливам зовнішнього середовища, проявляти наполегливість у досягненні цілей); 5) інтенціональні цінності (громадська думка, фінансове, економічне, матеріально-технічне та юридичне забезпечення, престижність фізичної культури та спорту в суспільстві, їх популярність серед різних категорій людей, а також мотиви, інтереси, потреби, бажання займатися фізкультурно-спортивною діяльністю). У даній взаємопов'язаній структурі цінностей відображені найбільш значимі для життєдіяльності людини та суспільства аспекти сучасного розуміння ФК, які, безсумнівно, мають велике значення і у зв'язку з фізкультурним, валеологічним та олімпійським вихованням студентської молоді.

З'ясовано, що ФВ виконує у ЗВО важливу соціальну роль – викладачі фізичної культури, зміцнюючи здоров'я студентів, активно працюють над підвищенням їхньої фізичної підготовленості, формують уміння і навички організовувати самостійні заняття спортом, вирішують завдання масового впровадження фізичної культури і спорту в повсякденне життя [447].

У загальному розумінні, випускник з вищою освітою спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) повинен мати особистий високий рівень фізичної підготовленості, міцне здоров'я, уміти впевнено виконувати фізичні вправи нормативної та варіативної частини базової програми з фізичної культури, мати особисту спортивну спеціалізацію не нижче 2-го спортивного розряду. У практичному сенсі учитель фізичної культури здійснює *фізичне виховання* та *реалізовує фізкультурну освіту*.

Зважаючи на те, що ці дві наукові дефініції є провідними для реалізації професійної діяльності МУФК, доцільно коротко висвітлити їх сутність та охарактеризувати зміст. У цьому контексті ми враховували побажання Н. Рибачук про те, що «формуючи базовий методологічний імператив необхідно вибрати схему референції, адекватну досліджуваній проблемі, оцінити її межі та можливості, зробити терміни сумісними» [452, с. 51]. Зокрема, термін *фізичне виховання* у підручниках під авторством Т. Круцевич [505, с. 10] та Р. Сіренко [527, с. 15] трактується як «спеціалізований педагогічний процес цілеспрямованої систематичної дії на людину фізичними вправами, силами природи, гігієнічними факторами з метою зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних спроможностей, формування й покращення основних життєво важливих рухових навичок...». Тоді як *фізкультурна освіта* – це, «розвиток і гармонічна єдність тілесного й духовного в людині шляхом рішучого прориву в світ знань про здоров'я й фізичне вдосконалювання, впровадження в педагогічний процес таких методик фізкультурно-оздоровчої й спортивно-масової діяльності, які дозволяли б домогтися елементарної гармонізації фізичного і духовного, забезпечували б всім тим хто займається повноту переживань і відчуттів» [79, с. 90].

У даний час українські вчені (О. Дубогай [138], Т. Круцевич [222], А. Кухтій [236], Т. Раєвський [440], О. Тимошенко [508] А. Чепелюк [548], Б. Шиян [561]) в категорію «*фізичне виховання*» вкладають більш глибокий сенс і відзначають, що необхідно активно переходити від «*фізичного*» до

«фізкультурного» виховання особистості. Якщо в слові «фізичне» традиційно акцент ставиться на руховому, біологічному, то в терміні «фізкультурне» присутня ФК, тобто виховання через культуру, за допомогою оволодіння ціннісним потенціалом ФК.

ФВ розглядаємо у якості органічної частини загального виховання, що характеризується всіма загальними ознаками, які притаманні педагогічному процесу, спрямованому на вирішення конкретних завдань. Головним напрямом ФВ є формування людини здорової, соціально-активної, морально стійкої, фізично вдосконаленої та підготовленої до майбутньої професії. Однак, на основі наших власних спостережень можемо констатувати деякий розрив зв'язків фізичного виховання із загальною культурою та КЗ, її духовним началом, що значно знижує потенційні можливості. При такому підході процес ФВ дещо втрачає потенціал у напрямку формування КЗ.

Отже, ФВ є невід'ємною частиною освітнього процесу ЗВО, а його роль у всебічному розвитку студента, головним чином, здійснюється у трьох аспектах. По-перше, забезпечення фізичної підготовленості студентів, розвиток їхніх рухових якостей, умінь і навичок, гармонійний розвиток, збереження і зміцнення здоров'я. По-друге, залученням студентів до систематичних занять фізичними вправами, а також до активної участі у фізкультурному та спортивному житті студентської групи, факультету чи університету, сприяє розвитку суспільно значущих рис характеру і допомагає у формуванні соціальної активності. По-третє, ФВ ефективно впливає на розвиток духовного світу студентів.

Своєрідність впливу ФВ на становлення особистості студента є настільки специфічною, що не може бути замінена, чи компенсована засобами духовного чи іншого впливу. Принципове значення для ФВ студентів у ЗВО має питання про формування системи прикладних умінь та навичок у практичній діяльності в галузі збереження і зміцнення здоров'я та формування КЗ. Відзначимо, що формування КЗ частіше пов'язують з фізкультурною освітою. Сьогодні професійна фізкультурна освіта, як об'єкт

вивчення, привертає до себе увагу не тільки як процес «виробництва» висококваліфікованих кадрів, що володіють високими фізичними якостями, а й як галузь діяльності, в якій відбувається самоствердження особистості майбутнього фахівця, а також як етап його професійного самовизначення та становлення його професійної спроможності. У широкому сенсі, фізкультурна освіта – це спосіб залучення особи до фізичної культури, в процесі якої вона опанує системою знань про здоровий спосіб життя, зможе належним чином актуалізувати ціннісне ставлення до здоров'я, проявити активність у використанні здоров'язберігаючої діяльності.

Однак, необхідно відзначити, що фізкультурна освіта, на превеликий жаль, нині не виправдовує усіх соціальних очікувань. Як свідчать факти, не всі випускники ЗВО є носіями цінностей, оволодіння яких можливе в процесі фізичного виховання. З'ясовано, що істотно обмеженим є перенесення студентами отриманих знань і практичних умінь у сферу майбутньої професійної діяльності, побуту, відпочинку та спілкування. Ці явища знаходять своє відображення у відношенні особистості до себе, свого здоров'я, психофізичного стану, режиму фізичних та інтелектуальних навантажень, а також в раціональному використанні часу. Негативні результати поглиблюються зниженням можливостей повноцінного харчування, відсутністю дієвої профілактики.

Таким чином, під час організації ФВ та фізкультурної освіти «червоною ниткою» має проходити формування КЗ. Відзначимо, що фізичне виховання та фізкультурну освіту, які здійснює учитель, можна розглядати у якості діяльній сторони ФВ, завдяки якій відбувається перетворення цінностей фізичної культури школяра в його особисте надбання. Вважаємо, що в практичному контексті ФВ повинно знайти своє відображення у поліпшенні здоров'я школярів та підвищенні рівня розвитку їхніх фізичних якостей. Як доводять І. Карпова, В. Корчинський та А. Зотов [187], ФВ має безпосередній вплив на формування здорового способу життя, адже розглядається не тільки як найефективніший, але і як фізіологічний спосіб

удосконалювання регуляторних механізмів організму людини та збереження й зміцнення її здоров'я.

Подібну позицію декларує П. Петрица [412], який наголошує на тому, що сучасний процес організації ФВ у ЗВО повинен бути орієнтованим на збереження здоров'я, вдосконалення фізичного розвитку і фізичної підготовленості молоді людини. ФВ у ЗВО має спрямовуватися на формування КЗ і утвердження здорового способу життя студентів, прищеплення гігієнічних навичок, активізацію самостійної фізкультурної діяльності, розвиток наукового світогляду, сприяння становленню професійно-прикладної фізичної кондиції студентів. Науковець у своїх публікаціях [412; 413] наголошує на тому, що сформувати КЗ у себе і своїх майбутніх вихованців МУФК може лише в тому випадку, коли сам буде зорієнтованим на здоровий спосіб життя. Педагогічний ефект повинен полягати не тільки в розвитку позитивного мотиваційного ставлення до здоров'я, отриманні нових знань, умінь і навичок, але і виражатися в самовихованні, саморозвитку, самореалізації у цій діяльності.

Нині як аксіому доцільно сприймати той факт, що професійна діяльність учителя фізичної культури доволі різноманітна, однак найперше на чому вона повинна базуватися – це міцне здоров'я самого педагога та належним чином сформована у нього КЗ. З огляду на це, у студентів факультетів фізичного виховання ще під час навчання має бути сформований належний рівень КЗ. Поділяємо позицію О. Винничука [61] в тому, що ФВ «не може обмежуватись самими фізичними вправами у вигляді гімнастики, спорту та ігор, а повинне включати в себе суспільну і особисту гігієну, гігієну праці й побуту, правильний режим праці і відпочинку» [61, с. 312]. Тобто, всі ці факти переконливо доводять необхідність формування у МУФК високого рівня КЗ.

Проте, що ФВ відіграє вагомий роль у формуванні КЗ особистості наголошував А. Макаренко [256]. Зокрема, науковець аргументовано доводив, що ФВ і фізичний розвиток повинні, насамперед, сприяти

загартуванню організму. Його вихованці були міцними й зібраними, відрізнялися спортивною статурою, були мускулистими і здоровими. До прикладу А. Макаренко пропонував здійснювати ФВ в єдності з усіма напрямками процесу формування гармонійної розвиненої особистості. Як зазначає дослідник педагогічної спадщини А. Макаренка А. Ваколюк [49], педагог-новатор точно визначав роль і значення фізичної культури і спорту в загальній цілісній системі виховання нової людини. «Видатний педагог бачив підростаюче покоління здоровим, духовно красивим, бадьорим, з міцною нервовою системою, з почуттям оптимізму» [49, с. 23].

У баченні Ф. Мороза, ФВ сприяє повноцінному фізичному розвитку особистості, підвищенню рівня функціональних та адаптаційних можливостей організму. Автор доводить, що головною передумовою формування всебічно розвиненої, здорової особи є достатній рівень рухової активності під час усіх форм організації фізичного виховання. Такий підхід актуалізує необхідність комплексного використання фізичних вправ з метою створення умов для рухової активності, доцільної зміни напруження і розслаблення, фізичного навантаження і відпочинку. «Фізичне виховання є однією з передумов ефективності розумового, морального, естетичного виховання, а належний рівень загального розвитку робить привабливою мету, пов'язану із досягненням фізичної досконалості» [298, с. 177].

Підтвердження позиції про важливість *фізичної культури* у формуванні КЗ знайдено й у публікаціях науковців з фізичної культури та спорту. Так В. Маринич та І. Когут доводять, що «одним зі шляхів формування культури здоров'я учнівської молоді є раціональна організація фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти» [263, с. 66]. Про те, що ФК володіє потужним гуманістичним потенціалом, а навчальна дисципліна «Фізичне виховання» і застосовувані нею педагогічні технології (методика фізичного виховання, професійно-прикладна фізична підготовка, адаптивна фізична культура, спортивне тренування, лікувальна фізична культура, основи організації фізкультурно-спортивної діяльності) сприяють гармонізації,

оздоровленню студентів, вихованню їхньої життєвої позиції у контексті формування КЗ наголошено у дисертаційному дослідженні О. Глагошук [78]. Науковець аргументовано довела, що нині необхідно дуже продумано підходити до вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів у системі фізичного виховання у ЗВО.

Ми повністю поділяємо позицію Л. Дудорової [139, с. 17] у тому, що ще й нині «залишається досить низькою оздоровча ефективність чинної системи фізичного виховання, що ґрунтується переважно на традиційно використовуваних критеріях оцінки діяльності студентів на основі виконання ними контрольних нормативів фізичних вправ». Зокрема цілі занять не повною мірою усвідомлюються студентами, а внутрішня мотивація на регулярні фізкультурно-оздоровчі заходи практично відсутня. Авторка наголошує, що зміст позаурочної фізкультурно-спортивної діяльності почасти не відповідає колективним й індивідуальним запитам студентів, не повністю враховуються їх соціально-психологічні й типологічні особливості. Участь студентів у багатьох спортивно-масових заходах часто носить примусовий характер. Усі наведені факти не сприяють підвищенню мотивації до занять фізичними вправами як підґрунтям для формування КЗ.

Як свідчить практика, ЗВО не належним чином здійснюють підготовку майбутніх фахівців до здоров'язберезувальної діяльності, а тому проблема формування КЗ студентів стає доволі актуальною нині. У викладачів ЗВО, як доводить Т. Костюченко [214], відсутні чіткі орієнтири і реальні можливості для повномасштабної роботи з метою збереження і зміцнення здоров'я студентів; відсутня сучасна педагогічна технологія оздоровлення студентів, що була б спрямована на ефективне вирішення питання з формування потреби в здоровому способі життя; відсутня можливість реального контролю й обліку стану здоров'я студентів; необхідно розробити теоретичні засади здоров'язбереження й ефективно використовувати їх в освітньому процесі ЗВО [214, с. 33].

Погоджуємося з В. Ліхвенецьким [249] у тому, що ФВ є невід'ємною складовою загального розвитку молоді особистості, вагомим засобом оптимізації активного відпочинку, режиму життя, збереження та підвищення працездатності студентів протягом навчання у ЗВО. Таку ж думку про те, що ФК характеризується, як потужний елемент для збереження здоров'я студентів, а ФВ є фундаментальною частиною оздоровлення студентів, пропагує Л. Цьовх [547]. Як доводить С. Сінгаєвський [475], фізичне виховання – «це спеціально організований процес педагогічного впливу на особистість з використанням системи організованих рухів, м'язових та функційних навантажень, природних і гігієнічних факторів з максимальним «включенням свідомості» в напрямку формування поведінсько-діяльного стилю життя з метою розвитку та підтримування адаптаційних та функціональних процесів організму. Тільки з цих позицій можна оцінювати внесок ФВ у формування КЗ.

Отже, «фізичне виховання, будучи складовою частиною процесу отримання вищої освіти, водночас, спрямоване на вирішення проблеми покращання стану здоров'я студентів та формування у них культури здоров'я» [55, с. 186]. Не викликає ніяких сумнівів той факт, що КЗ – це багатогранне поняття, яке складається з цілого ряду його складових. Однак саме з фізичним вихованням і формуванням ФК, перш за все, і пов'язують, зазвичай, зміцнення здоров'я. Таку думку декларує у роботі Ю. Бахтін [24], який доводить, що у формуванні КЗ провідну роль відіграють такі напрямки освітнього процесу, як фізичне виховання (сприяє формуванню фізичної культури), екологічна освіта (формує екологічну культуру), духовно-моральне виховання, культурологічна освіта, а також – біологічна освіта, медико-гігієнічна і валеологічна освіта та виховання, які формують основи духовно-моральної, валеологічної та медичної культури людини.

Відправною точкою у нашому дослідженні став висновок українського фахівця з фізичного виховання В. Лободи про те, що «формування КЗ студентів в освітньому просторі, зокрема на заняттях з фізичного виховання,

постає як завдання, без вирішення якого суспільство може понести досить помітні й невідтворювані втрати людського потенціалу, що поза сумнівом, негативно позначиться на виробничій інфраструктурі, добробуті, якості життя та культурі суспільства» [250, с. 33]. Ми повністю підтримуємо позицію В. Бабича [20] у тому, що майбутній учитель має бути не лише активним суб'єктом сучасної культури, а й носієм соціально очікуваного стилю поведінки. Саме тому важлива роль у розширенні знань про КЗ та формування інноваційних стереотипів мислення, належить учителю фізичної культури. Одним із його завдань є піклування про власне здоров'я та здоров'я дітей. Ми переконані у тому, що тільки той педагог, який дбає про своє здоров'я, має високу КЗ та дотримується здорового способу життя може переконати своїх вихованців дотримуватися такого ж стилю поведінки.

На вагомості ФВ як основоположної складової під час формування КЗ студентів наголошує С. Філь [529], який доводить, що погіршення стану здоров'я молоді пов'язане з кризою в національній системі ФВ населення. Головною причиною такого стану речей є знецінення соціального престижу здоров'я, фізичної культури і спорту, неузгодженість між сучасними вимогами до усіх ланок підготовки МУФК, неналежна оцінка в навчальних закладах соціальної, оздоровчої та виховної ролі ФК під час формування КЗ.

Ситуація, яка пов'язана із значним погіршенням стану здоров'я студентської молоді в Україні, окрім усього вищезазначеного, пов'язана ще й з відсутністю чітко змотивованого соціального замовлення суспільства та конкретних роботодавців на належний рівень КЗ випускників. Крім того, у нашому баченні, нині спостерігається низька мотивація до підтримання здорового способу життя та неякісною теоретичною й методичною підготовкою МУФК із питань формування КЗ та небажанням займатися самовдосконаленням в означеному напрямку.

Наведемо ще деякі переконливі аргументи щодо вагомості ФК та ФВ у формуванні КЗ особистості. Зокрема, Ю. Бахтін доводить, що КЗ є багатограним поняття, яке складається з цілої низки складників. Однак саме

фізичне виховання і фізична культура, перш за все, допомагають у зміцненні здоров'я [24, с. 447]. Цікаву позицію нами було знайдено у дисертаційному дослідженні Л. Дудорової [139], де наголошено, що системні заняття з ФВ володіють суттєвим потенціалом у сфері формування КЗ, адже підвищують можливість переносу отриманих знань і практичних навичок на культуру навчальної та професійної праці, побуту, відпочинку, харчування, сну, спілкування, подолання згубних звичок, сексуальну поведінку. Як результат можна очікувати, що у студентів буде формуватися здатність до самовизначення, потреба в здоровому способі життя, що допоможе визначити «ставлення особистості до свого здоров'я, психофізичного стану, режиму фізичних та інтелектуальних навантажень, раціонального використання вільного часу» [139, с. 4].

Сучасне життя, з огляду на ринкові умови, вимагає від МУФК, які займатимуться фізичним вихованням підростаючого покоління українців, дбати про стан свого здоров'я, самостійно займатися фізичними вправами. Погоджуємося із М. Солопчуком [489] у тому, що студенти під ФВ повинні демонструвати психофізичну готовність до життєдіяльності відповідно до обраної професії, що допоможе їм значно підвищити рівень власної КЗ.

Процес залучення студентів до цінностей ФК через теорію і практику ФВ, на думку О. Глагошук [78], суттєво активізує культурний потенціал особистості, розширює світогляд, підвищує духовність, сприяє формуванню активної життєвої позиції під час формування КЗ. У цьому контексті слушною є думка Т. Чижик про те, що «процес фізичного виховання виступає як діяльна сторона фізичної культури, завдяки якій відбувається перетворення цінностей ФК в особисте надбання людини. Це знаходить своє відображення у поліпшенні здоров'я, підвищенні рівня розвитку фізичних якостей, рухової підготовленості, більш гармонійному розвитку» [550, с. 67].

ФВ у ЗВО, у найбільш загальних рисах, спрямоване на поліпшення здоров'я, вдосконалення фізичного розвитку і фізичної підготовленості та формування здорового способу життя студентів, прищеплення їм гігієнічних

навичок, активізацію самостійної фізкультурної діяльності, розвиток наукового світогляду, сприяння становленню професійно-прикладної фізичної кондиції студентів. ФВ формує у студентської молоді систему ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя, забезпечує мотиваційну, інформаційну, функціональну і рухову готовність, впливає на інтелектуальні, психічні, морально-вольові й інші якості особистості. Як доводить М. Рибачук [452] «розвиток КЗ студента вимагає дотримання комплексу завдань: навчання культури рухів, використання нових технологій здоров'язбереження, створення педагогічних умов гуманізації фізичного виховання, педагогічних ігор, проблемних ситуацій для моделювання власних програм фізичного розвитку» [452, с. 232].

У зазначеному контексті наведемо позицію Н. Крутогорської про те, що професійна компетентність сучасного вчителя фізичної культури, як ніколи раніше, тісно пов'язана з активною пропагандою здорового способу життя не тільки серед учнів, а й їхніх батьків, громадськості» [219, с. 42]. Зокрема наголошено, що МУФК «має бути високоосвіченою, всебічно розвиненою, здоровою людиною, яка неухильно дотримується й реалізує здоровий спосіб життя, а свої фахові знання, вміння та навички передає молоді на високому професійному рівні» [219, с. 46]. Погоджуємося з О. Шевчуком у тому, що «студентів необхідно мотивувати до ведення безпечного, тверезого здорового способу життя в процесі вивчення будь яких дисциплін» [557, с. 80]. Однак саме ФВ ми віддаємо перевагу під час формування КЗ. Так, Т. Круцевич та М. Зайцева [220] наголошують, що ФВ є невичерпним джерелом сили і здоров'я, розвиває волю, сміливість, рішучість, винахідливість, прищеплює почуття колективізму, дисципліни, зміцнює здоров'я, загартовує організм, запобігає захворюванням.

Проведений аналіз напрацювань українських науковців з фізичної культури та спорту А. Галіздри [70], Д. Давиденка [111], О. Драгана [129], О. Мальцевої [262], В. Маринича [263], О. Мелікова [431], Ю. Півненка [414], С. Присяжнюка [429], С. Сінгаєвського [475], Д. Солопчука [489],

А. Сулими [499], С. Футорного [534] свідчить про тісний зв'язок між ФК та КЗ студентів ЗВО. Автори зуміли аргументовано довести, що теоретичні знання та практичні уміння збереження здоров'я є вагомими у реалізації професійної діяльності МУФК та допомагають підвищити у них загальний рівень КЗ.

Встановлено, що дисертаційні дослідження А. Бабенка [19], К. Дроздової [132], Є. Жуковського [147], Л. Іванової [173], М. Карченкової [188], Ю. Мусхаріна [374], Н. Свірщук [462], О. Тимошенка [508], А. Чепелюк [548] присвячені різноманітним аспектам професійної підготовки МУФК у ЗВО до фізкультурно-оздоровчої діяльності та опосередковано розкривають загальні аспекти КЗ. Масштабна криза здоров'я українських школярів, з одного боку, і об'єктивна потреба в учителях, здатних реалізувати здоров'язберігаючу функцію освіти засобами фізичної культури, з іншої, визначили проблему – розвиток КЗ МУФК як умови підвищення ефективності оздоровлення. На цих питаннях зосереджено увагу у роботах В. Бабича [20], А. Ведмедюка [59], Л. Іванової [173], Н. Крутогорської [219], Ю. Мусхаріної [375] та ін. Однак, ще й нині повністю не висвітлений потенціал ФВ як основоположної складової у формуванні КЗ та не досліджено роль учителя фізичної культури у формуванні КЗ школярів.

На основі вивчення публікації В. Кожанова [196] встановлено, що непересічне значення у формуванні КЗ студентів в умовах ЗВО належить ФВ, яке слугує одним із засобів корекції і управління здоров'ям студентів. Заняття фізичними вправами підвищують нервово-психічну активність до емоційних стресів, підтримують фізичну і розумову працездатність та позитивно впливають на зміцнення здоров'я. Окрім цього, вузівське ФВ передбачає формування здорового способу життя студентів, прищеплення студентам гігієнічних навичок, активізацію їхньої самостійної діяльності, розвиток наукового світогляду, а також сприяє становленню професійно-прикладної фізичної кондиції студентів.

Наголосимо на тому, що у рамках ФВ студенти набувають ґрунтовних знань про роль фізичної культури в збереженні, зміцненні, формуванні та розвитку КЗ, вчать використовувати засоби і методи фізичної культури в здоров'язберігаючій діяльності, оволодівають комплексом вправ для корекції постави, профілактики втоми, навчаються здійснювати контроль за динамікою власного фізичного розвитку, та фізичної працездатності. Фізкультурна освіта спрямована на розвиток умінь та навичок діяльності щодо зміцнення та збереження здоров'я, використовуючи засоби фізичної культури та формуючи ціннісне ставлення до власного здоров'я, а також збагачуючи досвід культурно-оздоровчої діяльності. Усе це послужить у майбутньому вагомим підґрунтям для формування життєво необхідних знань, якостей, умінь для формування КЗ, та зорієнтує студентів на культурно-оздоровчу діяльність засобами фізичного виховання.

Узагальнюючи наведені аргументи, констатуємо, що МУФК для ефективної реалізації своєї професійної діяльності має мати високий рівень КЗ. Підтвердження такої позиції знайдено у публікації Д. Давиденка [111], де доведено, що ФК, як найважливіший базовий компонент формування загальної культури студентів, своїми формами і методами «покликана сприяти гармонізації тілесного і духовного в особистості і сприяти формуванню культури здоров'я» [111, с. 65]. Беручи до уваги надзвичайну значимість ФК та ФВ у формуванні КЗ, необхідно у студентів сформувати внутрішні мотиви для роботи над собою. Майбутні фахівці повинні отримати ґрунтовну базу теоретичних знань, напрактикуватися у раціональному використанні свого фізичного потенціалу у реалізації професійних обов'язків та вміти не лише вести здоровий спосіб життя, а й пропагувати його у середовищі своїх колег – учителів, та своїх вихованців – учнів. Отже, формування КЗ студентів ЗВО на заняттях з ФВ, постає як завдання, без вирішення якого суспільство може понести невідворотні втрати людського потенціалу, що поза сумнівом, негативно позначиться на виробничій інфраструктурі українського соціуму.

Висновки до першого розділу

1. Семантично термін «культура здоров'я» базується на двох поняттях «здоров'я» та «культура». Встановлено, що здоров'я міждисциплінарна дефініція загальнолюдського та індивідуального буття, що залежить від взаємодії факторів фізичного і психічного, соціального та індивідуального порядку. У педагогічному трактуванні здоров'я інтегрує фізичну, розумову, психічну, емоційну, соціальну, особистісну, духовну складові. З погляду фізичного виховання здоров'я детермінує фізичну та інтелектуальну активність, оптимальну працездатність, повноцінне суспільне життя. У методологічному контексті культура є сукупністю ідеальних людських цінностей, що пронизує всі сторони життя суспільства та є головним фактором, що визначає динаміку його розвитку. Культура є головним чинником професійного і особистісного самоствердження фахівця.

2. Актуальність дослідження КЗ обумовлена необхідністю теоретичного обґрунтування та експериментальної апробації перспективних підходів до її формування. У філософському трактуванні КЗ є основою виховання особистості; з медичної точки збереження і зміцнення здоров'я перебуває у залежності від рівня сформованості КЗ; у баченні валеологів КЗ охоплює включеність особистості в збереження та зміцнення здоров'я; у психологічному розумінні КЗ обумовлена комплексом базових людських цінностей; з педагогічної площини вона є інтегральною характеристикою особистості, що поєднує соціальний, духовний, психічний, фізичний компоненти та створює відчуття внутрішньої гармонії й задоволення життям; у трактуванні фахівців з фізичного виховання вона передбачає організацію здорового способу життя засобами ФК, спрямована на здоров'язберігаючу діяльність. З'ясовано, що КЗ формує здоров'язбережувальну поведінку, охоплює цілісну систему ціннісно-смыслових установок, емоційно-вольового досвіду, спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення

індивідуального здоров'я, базується на готовності до практичної діяльності по збереженню здоров'я.

3. КЗ МУФК розглядаємо як систему життєвих цінностей, установок і переконань, основою яких є ґрунтовні знання та сформовані практичні уміння й навички, які зумовлюють відповідальне ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, формує динамічний стереотип здоров'язбережувальної свідомості, стимулює активну поведінку щодо збереження і зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання та спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, необхідного для продуктивної професійної діяльності. У змісті КЗ МУФК провідну роль відіграє фізична культура, культура психоемоційної активності, соціально-комунікативна, інтелектуальна, харчування, ендоекології, фізіологічна, сексуальна, моральна й духовна. Серед змістових характеристик КЗ виокремлено аксіологічну, комунікативну, нормативну, відновлювальну, захисну, діагностичну, корекційну, творчу, регулятивну функції.

4. У контексті дослідження проаналізовано зарубіжний досвід Англії, Польщі, США, В'єтнаму, Японії, Китаю у формуванні культури здоров'я у студентської молоді. Проведений аналіз показав, що в зарубіжних науковців накопичено різноплановий пласт теоретичних, методичних та практичних узагальнень, які мають великий потенціал щодо формування КЗ у майбутніх фахівців у процесі навчання. З'ясовано, що у світі нині спостерігається дуальність розвитку фізичної культури і спорту та визнано пріоритет формування у студентської молоді КЗ під час професійної підготовки. В умовах інтеграції педагогічної освіти України в загальноєвропейський освітній простір активізується потреба в імплементації іноземних стратегій (способів, моделей, форм, змісту) формування КЗ та концептуального переосмислення інноваційних підходів.

5. ФК і ФВ є засобами зміцнення здоров'я та розглядаються в якості вагомого підґрунтя для організації здорового способу життя та формування

КЗ. Проведений аналіз засвідчує тісний зв'язок між ФК та КЗ студентів. ФК невід'ємна частина формування загальної та професійної культури молоді, що позитивно впливає на здоров'я, а також специфічним соціальним фактором впливу на фізичний розвиток, що дозволяє забезпечити спрямований розвиток життєво важливих фізичних якостей і здібностей особистості. Головний результат ФК виражений у фізичній підготовці студентів до життя, формуванні фізично розвиненої, здорової особистості. ФК і КЗ мають спільну мету – формування фізично, психічно здорової особистості з високим рівнем розумової і фізичної працездатності. ФВ сприяє повноцінному фізичному розвитку, підвищенню рівня функціональних та адаптаційних можливостей організму та є головною передумовою формування здорової особи.

б. З'ясовано, що у загальній культурі учителя фізичної культури чільне місце посідає КЗ, що виражається у сформованій системі цінностей, знань, потреб, умінь, навичок збереження та зміцнення власного здоров'я. Такий підхід актуалізує необхідність комплексного використання фізичних вправ з метою створення умов для найбільшої рухової активності, доцільної зміни моментів напруження і розслаблення, фізичного навантаження і відпочинку, учителі фізичної культури повинні мати високий рівень КЗ щоб зможли сформувати її у своїх вихованців позитивне відношення до здоров'я і прищепити любов до активних фізичних вправ. Доведена потреба у формуванні ґрунтовних теоретичних знань та практичних умінь й навичок щодо оптимального вибору інтелектуальних, емоційних, фізичних навантажень під час ФВ.

Основні результати розділу відображено в наукових працях автора: [299; 308; 311; 312; 315; 319; 326; 343; 350; 351; 359; 364; 365; 368; 597; 598; 599; 600; 601].

РОЗДІЛ 2

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

2.1 Зміст особистісного та професійного розвитку майбутніх учителів фізичної культури в контексті формування культури здоров'я

Однією з найбільш актуальних і складних проблем сучасності є цілеспрямоване підвищення ефективності особистісного та професійного розвитку майбутнього фахівця під час навчання у ЗВО. Без сумніву, це стосується і діяльності з формування КЗ, ефективність якої безпосередньо залежить від рівня та якісних характеристик особистісного і професійного розвитку МУФК. У цьому контексті ми виходили з тих міркувань, що лише на основі семантичного аналізу сутності та особливостей розвитку, можна виокремити основні засади, яких будемо дотримуватися, готуючи МУФК до активної здоров'язбережувальної діяльності. З практичної точки зору було враховано й те, що суттєво вдосконалити КЗ у студентів можна на основі стимулювання їхнього особистісного та професійного розвитку.

Констатуємо, що вагомий інтерес до вивчення особистісного та професійного розвитку людини та дослідження практичних механізмів формування вершин професіоналізму існував з моменту виникнення педагогічної науки. Відзначимо, що у працях вітчизняних науковців нині уже накопичено значний арсенал теоретичних та методичних узагальнень, які висвітлюють різноманітні аспекти цієї проблематики. Однак, докорінні зміни, які відбулися в системі вищої освіти позначаються на трансформації концептуальних засад розвитку студентів у особистісному плані, а також у професійному. Ці зміни зумовили необхідність переосмислення самої сутності формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної

підготовки, що повинна охоплювати практичні аспекти вдосконалення особистісного та професійного розвитку.

Зокрема нині, як доводять психологи [192; 228], стимулювання активності студентів щодо власного становлення, формування здатності до особистісного і професійного розвитку і саморозвитку є однією з основних вимог суспільства до психолого-педагогічних наук, які покликані забезпечити продуктивність сучасної вищої освіти. З огляду на наведені аргументи, вважаємо за доцільне проаналізувати сутність концептуальних поглядів науковців на дефініцію «розвиток», висвітлити зміст особистісного і професійного розвитку студентів під час професійної підготовки у ЗВО, а також дослідити засади особистісного та професійного розвитку МУФК.

У педагогічному словнику під авторством С. Гончаренка визначено, що *розвиток* – це «процес формування особистості як соціальної якості індивіда в результаті його соціалізації і виховання. Розвиток особистості відбувається в діяльності, яка керується системою мотивів, притаманних даній особистості. Як передумова й результат розвитку особистості виступають потреби» [87, с. 289]. У баченні В. Слободчікова й Є. Ісаєва [482], розвиток передбачає одночасно як мінімум три процеси: *становлення; формування; перетворення*. У нашому баченні становлення це перехід від одного стану до іншого та досягнення більш високого рівня, тоді як формування базується на поєднанні мети і результату, а перетворення охоплює саморозвиток і зміну основного життєвого вектору. Майбутні фахівці, на думку І. Оганесяна [390], під час навчання у ЗВО повинні розвинути такі особистісні якості, як широку ерудицію, стратегічне мислення, підприємливість, високу особисту та професійну культуру. Як доводить автор, вимога часу – це безперервний особистісний розвиток, тобто активна і самостійна діяльність, що сприяє повному розкриттю індивідуального потенціалу впродовж усього життя.

На основі проведеної ретроспекції документів минулого та аналізу напрацювань науковців сучасності, Т. Чижик визнала, що «позитивної динаміки у розвитку можна досягнути лише за умови узгодженості

індивідуального простору, часу, особистісної енергії та індивідуального ресурсу, коли забезпечена узгодженість між зовнішнім, об'єктивним і внутрішнім, суб'єктивним простором» [551, с. 50]. Науковець доводить, що в якості основи розвитку лежить самоактуалізація, яка орієнтує особистість на реалізацію усіх здібностей. У ході розвитку проходять як прогресивні, так і регресивні інтелектуальні, особистісні, поведінкові та діяльнісні зміни. Розвиток, на думку О. Адаменко [3], не є прямою лінією, і не рухом по замкненому колу, а спіраллю з нескінченною кількістю витків. Ми вважаємо, що розвиток є там, де нове перериває існування старого, вбираючи з нього позитивні та найбільш життєздатні елементи.

Вивчення публікацій Б. Ананьєва [9], Б. Бім-Бада [409], О. Желнової [145], Л. Пуховської [436], В. Рибалки [435] та С. Сегеди [464] дозволило встановити, що розвиток характеризується спадкоємністю, послідовністю, незворотністю, спрямованістю на збереження досягнутих результатів. Він відбувається у просторі й часі. Упродовж життя особа проходить розвиток різний за інтенсивністю, характером та якістю. Усі ці аспекти є властивими й для розвитку МУФК у контексті формування КЗ.

У посібниках під авторством О. Вишневського [62], О. Кучерявого [239], М. Фіцули [530], В. Ягупова [566] задекларовано, що у процесі розвитку людини відбувається вдосконалення функцій та якостей, що стосуються духовної, психічної, біологічної та соціальної сфер життєдіяльності, формуються психічні та фізичні особливості, які утворюють її індивідуальність, проходить активний синтез зовнішніх та внутрішніх особливостей особистості, які забезпечують оригінальність та самобутність.

Науковці аргументовано довели, що ефективність розвитку особистості підвищується тоді, коли вона стає не лише об'єктом, а й суб'єктом освітнього процесу. Важливим чинником розвитку виступає діяльність, яка поряд із поведінкою, визначає спосіб буття особистості, її здатність вносити в дійсність певні зміни. З'ясовано, що завдяки діяльності студенти стають суб'єктами пізнання та перетворення об'єктивної дійсності. Тобто,

«розвиток стосується найперше «інструментарію» діяльності людини і характеризується не кількісними, а якісними показниками» [62, с. 94]. Результат розвитку особистості є «становлення її як біологічного виду і як соціальної істоти» [530, с. 75].

Нині з психолого-педагогічної позиції визначено наступні характеристики розвитку: 1) основні напрями (анатоמו-фізіологічний, психічний, соціальний); 2) тенденції в онтогенезі (цілісний процес неперервних змін, неповторність окремих вікових періодів); 3) головні закономірності й рушійні сили (ідеали, життєві цінності; потреби, мотиви, мотивації; життєві домагання; спадкові дані і потреби; емоційно-почуттєва сфера; особливості протікання нервово-психічних процесів) [530, с. 74–98].

Вирішення комплексних завдань розвитку особистості, як доводить С. Пальчевський [405], можливе тільки після зростання фінансування освіти до рівня 7–10% валового національного продукту. Лише у цьому випадку можна очікувати формування трьох розгалужених структур: формальної освіти; неформальної освіти; сектора інформаційної освіти, який охоплює всі засоби впливу на особистість та стимулювання розвитку. Тобто, можемо узагальнити, що *розвиток МУФК передбачає діалектичний перехід кількісних змін у якісні, охоплює перетворення фізичних, інтелектуальних і духовних характеристик особистості.*

З методологічної точки зору, вважаємо за необхідне проаналізувати педагогічні погляди науковців на сутність дефініції «*особистісний розвиток*» за останні 2-3 роки. Так, на основі вивчення публікації Н. Маковецької встановлено, що «в результаті розвитку виникає новий якісний стан об'єкта, що виступає як зміна його складу або структури (тобто виникнення, трансформація або зникнення його елементів або зв'язків)» [257, с. 102]. Доволі креативною, на наш погляд, є позиція Т. Довгої, яка доводить, що «оцінкою ступеня розвитку особистості є успіх» [125, с. 77]. Авторка наголошує, що доцільно розрізняти три види успіху: особистісний, професійний і життєвий. Особистісний успіх виражається в досягнутому

людиною рівні особистісної зрілості, пов'язаному з відчуттям суб'єктивного та сімейного добробуту; професійний успіх визначається творчою своєрідністю кінцевого результату або продукту діяльності; життєвий успіх може асоціюватися з оптимальним поєднанням особистісного чи професійного успіху. У публікації О. Козарик аргументовано доведено, що особистісний розвиток передбачає «удосконалення необхідних якостей особистості, загальної культури, стилю у спілкуванні і зовнішньому вигляді паралельно з накопиченням знань і досвіду застосування їх у фаховій діяльності» [198, с. 73].

Зупинимося на короткому психологічному аналізі особистісного розвитку. Так, Л. Кулікова [228, с. 48-49] підкреслює, що особистісний розвиток охоплює духовно-моральне і зумовлене ним загальнокультурне, соціальне «самопідсилення» людини, розгортання власного особистісного ресурсу. Досліджуючи психологію праці педагога, А. Маркова [267] під розвитком розуміє процес змін у свідомості та поведінці індивіда, що охоплюють якісні перебудови в психічних процесах і їх взаємозв'язках, появу нових мотивів та інтересів, які сприяють набуттю нових психічних властивостей. Тобто, особистісний розвиток це основний спосіб існування людини, що не обмежений певними відрізками часу, а здійснюється на всіх етапах життєвого шляху особистості. Психологи [267; 390] одностайні у тому, що із зростанням рівня соціальної зрілості суттєво зростає її здатність до подальшого особистісного розвитку.

Особистісний розвиток МУФК, як доводить Е. Сивохоп [469], визначається зростанням вимог до себе, що з максимальною повнотою відображає потенціал особистості в контексті вибору власної стратегії особистісного вдосконалення. Автор наголошує, що головним пріоритетом освітньої діяльності залишається стимулювання усестороннього особистісного розвитку. «У зв'язку з цим набуває актуальності обґрунтування технологій особистісного розвитку за допомогою освітньої

діяльності, що покликана активізувати істотні властивості особистості, зумовлені її внутрішньою сутністю» [469, с. 230].

Проведений аналіз та зіставлення наведених вище думок фахівців дав нам можливість констатувати певну схожість у представлених визначеннях. У нашому розумінні *особистісний розвиток* передбачає *активні процеси щодо формування та закріплення таких особистісних якостей і рис, які будуть необхідні для вирішення актуальних життєвих задач в контексті формування КЗ*. *Особистісний розвиток передбачає цілісну систему активних дій, що породжуються потребами у особистісному зростанні. Він здійснюється через процес активної регуляції поведінки та діяльності й спрямований на досягнення особистісно значущих цілей МУФК щодо формування високого рівня КЗ*. У методологічному контексті його доцільно розглядати у якості безперервного процесу, що веде до вагомих особистісних змін у рівні КЗ. У тому випадку, коли особистісний розвиток позитивний – зміни будуть носити позитивний характер, у випадку, коли йде особистісна деградація, відбуватимуться негативні зміни, які спричиняють зупинку прогресивних змін на особистісному рівні та зниження рівня КЗ. Тобто для успішного формування КЗ необхідно стимулювати МУФК до прогресивного особистісного розвитку.

Проаналізуємо зміст наступної наукової дефініції – *«професійний розвиток»* та з'ясуємо який вплив він має на формування КЗ у МУФК. Встановлено, що з етимологічної точки зору «професійний розвиток» має латинське походження (від. лат. *profiteor* – «оголошую своєю справою»). У широкому сенсі професійний розвиток належить до міждисциплінарних понять та безпосередньо відображає становлення особистості в її професійній діяльності [142]. З огляду на ці факти, варто проаналізувати цю наукову категорію у психолого-педагогічній та акмеологічній площині.

З психологічної точки зору, як доводить Є. Клімов [195], розвиток професіонала (професійний розвиток) відбувається в результаті систематичного вдосконалення, розширення та підкріплення знань, а також

розвитку особистісних якостей, необхідних для засвоєння нових професійних знань та формування умінь і навичок. Під професійним розвитком особистості Е. Зеєр [161] розуміє розвиток особистості в процесі вибору професії, професійної освіти та підготовки, а також продуктивного виконання професійної діяльності. Професійний розвиток передбачає «зміни психіки у процесі засвоєння та виконання професійно-освітньої, трудової та професійної діяльності та орієнтований на високий рівень професійних досягнень» [161, с. 16]. Він має охоплювати такі характеристики, як формування професійної спрямованості, компетентності, соціально значущі та професійно важливі якості, готовність до постійного професійного зростання, пошук оптимальних прийомів якісного і творчого виконання діяльності відповідно до індивідуально-психологічних особливостей людини. Усі наведені аргументи повною мірою стосуються професійного розвитку МУФК в контексті формування КЗ.

У психологічному контексті, як доводить Ю. Поварьонков [417], професійний розвиток є одним з найбільш важливих чинників у процесі загальної життєдіяльності людини. З'ясовано, що професійний розвиток особистості стає активним лише тоді, коли людина приймає його як життєве завдання. Тобто всі проблеми, пов'язані з професією, поетапно вводяться в систему життєвих планів і цілей, а також в структуру життєвої перспективи особистості. Істотним вважаємо той факт, що вплив професійного розвитку на людину може бути настільки сильним, що може призвести до повної перебудови її способу життя. Ці зміни можуть виявлятися в появі нових звичок, оцінок і відносин. Саме цей факт вважаємо найбільш значимим для МУФК під час формування КЗ. Типовий професіонал «формується» в результаті пристосування деяких індивідуальних психологічних властивостей до певних вимог, що пред'являються конкретною професією. Наприклад, професія впливає на вибірковість сприйняття, на когнітивну сферу особистості, висуваються припущення і про можливість перебудови у професіонала окремих психічних процесів. Беручи до увагу наведені

аргументи, під час професійного розвитку МУФК мають вдосконалити особистісні якості, необхідні для цілеспрямованого формування КЗ.

Зарубіжні психологи [575; 576; 581] розглядають професійний розвиток людини як процес розвитку і реалізації її «Я-концепції» у професійній діяльності. Професійний розвиток індивідуально своєрідний, неповторний так само, як неповторні ті конкретні умови, в яких він протікає. Отже, слідуючи іноземним трактуванням, можна стверджувати, що професійний розвиток МУФК є частиною життєвого шляху, в ході якого має відбуватися активна та цілеспрямована трансформація особистісних якостей та рис, які вагомі для формування КЗ.

Доволі цікаві погляди на проблему професійного розвитку особистості представлено в *акмеології*. Зокрема, українські автори (Г. Данилова [112], С. Пальчевський [404] та ін.) та російські (А. Деркач [119], Н. Кузьміна [227], А. Реан [443], А. Фонарьов [531]) пропагують акмеологічну концепцію професійного розвитку особистості. Зокрема, науковці доводять, що професіоналізм особистості досягається в процесі формування професійно важливих здібностей, розвитку особистісно-ділових якостей, збагачення її професійного і морального світу, рефлексивної культури, творчого та інноваційного потенціалу, мотивації досягнень, розкриття творчого потенціалу і наявності сильної та адекватної мотивації. Акмеологи [119] відзначають, що, навіть досягнувши високого рівня професіоналізму, фахівці не перестають розвиватися та вдосконалюються. Саме на цю особливість ми будемо робити головний акцент під час вдосконалення професійного розвитку МУФК, які характеризуються високим рівнем сформованості КЗ.

Педагогічну сутність професійного розвитку В. Ігнатов [168] визначає, як безперервний процес накопичення і прояву «потенційного» в особистості, що сприяє розширенню і поглибленню її зв'язків із навколишнім світом, суспільством, іншими людьми, самим собою. Він залежить від спадкових, психологічних, соціальних і педагогічних факторів» [168, с. 47]. З'ясовано, що професійний розвиток особистості забезпечується вихованням,

навчанням, освітою, самоосвітою, педагогічною підтримкою, супроводом, корекцією, організованої соціалізацією. У статті Л. Мартинець задекларовано, що з педагогічної точки зору, професійний розвиток – це «процес закономірної зміни, що включає кількісні та якісні перетворення в професійній діяльності в контексті життєвого розвитку» [268, с. 109].

Зупинимось на короткому аналізі педагогічних позицій про професійний розвиток, які декларують іноземні фахівці. Так, американський дослідник М. Фуллан (M. Fullan) [579] вважає, що професійний розвиток фахівця перебуває у прямій залежності від моральних потреб і цінностей. Тобто у широкому сенсі наукова дефініція «професійний розвиток» відображає розвиток особи в її професійній ролі. У баченні болгарської дослідниці Д. Левтерової [243], професійний розвиток передбачає досягнення особою професійної кар'єри, яка базується на накопиченні позитивних матеріальних і психологічних результатів, що виникають у зв'язку з реалізацією професійної діяльності й досвіду. Авторка переконана, що професійний розвиток є багатовимірною конструкцією, яка залежить від професійних характеристик і професійної позиції [243, с. 50–51]. Усі наведені погляди є актуальними у контексті професійного розвитку, що здійснюється під час формування КЗ у МУФК.

Підсумовуючи психолого-педагогічні дослідження, констатуємо, що у нашому баченні професійний розвиток охоплює певні чинники. До найбільш вагомих відносимо конкретний професійний вибір, вибір власної лінії побудови кар'єри, наявність професійних досягнень, задоволеність від процесу та результатів власної професійної діяльності. Варто акцентувати увагу на тому, що професійний розвиток КЗ МУФК також буде базуватися на зазначених чинниках. Тобто студенти факультетів фізичного виховання ще під час навчання мають цілеспрямовано обрати власну лінію побудови професійної кар'єри, повинні усвідомити потенціал КЗ для здобуття вагомих досягнень у своїй професійній діяльності.

Таким чином, сутність професійного розвитку розглядаємо як процес цілеспрямованого вирішення професійно важливих комунікативних, пізнавальних та моральних завдань під час реалізації професійної діяльності. Під час професійного розвитку фахівець опановує необхідним комплексом ділових і моральних якостей, пов'язаних із професією. Іншими словами професійний розвиток розглядається як довготерміновий процес систематичного вдосконалення можливостей та досвіду особистості через професійну діяльність.

Представимо бачення науковців на характеристику *професійного розвитку вчителя*. Насамперед констатуємо, що ми повністю поділяємо позицію Л. Пуховської [437] у тому, що професійний розвиток учителів є зоною виклику і посиленого науково-практичного інтересу з боку теоретиків та практиків освіти. Науковець доводить, що «у більш конкретизованих тлумаченнях професійний розвиток учителя визначається як зростання його професійних досягнень у результаті накопичення практичного досвіду і систематичного перегляду власного викладання» [437, с. 98]. Подібні думки декларує Л. Мітіна [286], яка переконана, що професійний розвиток майбутнього педагога – це активне якісне перетворення вчителем свого внутрішнього світу, яка веде до принципово нового способу професійної життєдіяльності. Професійний розвиток педагога передбачає зростання, становлення, інтеграцію і реалізацію його особистісних якостей у професійній праці, що приводить до творчої реалізації в професії. У свою чергу, як наголошує О. Дубасенюк, «професіоналізм у педагогічній діяльності проявляється в умінні розв'язувати практичні педагогічні завдання, спираючись на педагогічну теорію» [286, с. 44].

Як доводить І. Попович [426], під час професійної підготовки майбутніх учителів у системі ЗВО необхідно впливати на розвиток наукової самостійності, здатності до аналізу навчально-виховного процесу в школі, формувати прогностичність педагогічних явищ, здатність до продуктивного творчого мислення, високу культуру спілкування та поведінки. Науковець

підкреслює необхідність розвивати особистісний потенціал студентів, формувати потребу самореалізації, самовираження не лише в період навчання, а й протягом усього життя. «Повинна відбутися переорієнтація навчального процесу з навчального на розвиваючий, де результатом виступає модель фахівця, що відповідає наступним критеріям: професійна мобільність, здатність адаптуватися до інформаційного простору, нових умов, високий рівень інтелекту, знань, умінь і навичок, творчі здібності, критичне мислення. Самостійність, ініціативність, прагнення до самовдосконалення» [426, с. 43]. Тобто професійна підготовка майбутніх учителів «має бути гуманістично спрямованою, тобто реалізувати ідеї гуманізму: вільний всебічний розвиток особистістю своїх здібностей, потреб та інтересів (самоактуалізація особистості); орієнтація особистості на усвідомлення і відповідальний вибір значимих для себе знань, поведінки, вчинків у різноманітних життєвих ситуаціях» [135, с. 69].

Усі наведені аргументи є актуальними щодо професійного розвитку МУФК під час формування КЗ. Під час професійного розвитку необхідно здійснювати системний вплив на розвиток інтелекту та критичного мислення, які допоможуть майбутнім фахівцям мобілізувати внутрішній потенціал під час формування КЗ. У цьому контексті доволі конструктивною вважаємо позицію Т. Прокоф'євої [433, с. 46], яка доводить, що для оптимального професійного розвитку педагога необхідно у ЗВО організувати такий освітній процес, який повинен мати певну логічну послідовність. До основних складових віднесено: 1) *пізнання* → 2) *знання* → 3) *інтелект* → 4) *афект* → 5) *цінності* → 6) *воля* → 7) *досвід* → 8) *практична дія*. Вважаємо, що освітній процес, організований на основі таких складових, максимально враховує важливі етапи розвитку МУФК у якості професіоналів, що мають належний рівень сформованості КЗ.

У статті Л. Мартинець [268; 269] акцентовано увагу на тому, що існує значний позитивний вплив професійного розвитку на результативність діяльності вчителів і успішність навчальної діяльності їхніх учнів. Науковець

переконана у тому, що для формування здатності учителя набувати якості, знання і навички, необхідні для успішної діяльності, кожна країна має розробити власну стратегію з трьома головними напрямками: 1) забезпечення відповідного соціального статусу вчителя і матеріальної захищеності; 2) удосконалення базової освіти вчителя; 3) підтримка постійного навчання вчителя до завершення його професійної кар'єри. Погоджуємо з тезою про те, що «професійний розвиток учителів є довготривалим процесом, пов'язаним із удосконаленням їх професійної діяльності та забезпеченням успішності учнів» [268, с. 110]. Авторка наголошує, що розвиток педагога має відбуватися «в умовах постійного перетворення, яке передбачає внутрішню активність, що дозволяє вийти за межі встановлених стандартів особистої та суспільної необхідності, реалізувати своє розуміння змісту, призначення власної діяльності» [269, с. 138]. Повністю підтримуємо позицію Т. Сорочинської у тому, що «одне з найважливіших завдань вищої педагогічної школи – не тільки давати відповідні знання студентам, а й навчити їх учитися, викликати зацікавленість до самої педагогічної діяльності й постійної праці над своїм удосконаленням, це створення умов для успішної соціалізації та самореалізації особистості, формування особистісних якостей, набуття молоддю важливих життєвих орієнтирів та компетенцій для особистісного та професійного розвитку» [493, с. 35]. Ця позиція є актуальною у контексті стимулювання професійного розвитку МУФК у площині вдосконалення КЗ під час навчання у ЗВО.

Узагальнюючи психолого-педагогічні погляди фахівців на професійний розвиток учителів відзначимо, що нині існує доволі незначна кількість досліджень, які б пов'язували проблему професійного розвитку вчителів з професійною самоорганізацією та стимулюванням неперервного професійного самовдосконалення на основі системного формування КЗ. Цей факт є «принциповою перешкодою на шляху до відкриття закономірностей і принципів професійного розвитку учительських кадрів» [589, с. 55].

Зупинимося на аналізі зарубіжних концепцій професійного розвитку учителя. Насамперед наголосимо на тому, що в одному з перших міжнародних досліджень з проблеми професійного розвитку, що було організоване за підтримки Інституту Планування Освіти ЮНЕСКО [610], здійснено аналіз та систематизацію феномена професійного розвитку вчителів у світовому педагогічному просторі. У підсумку було виокремлено такі концептуальні положення:

- учителі мають виступати суб'єктами активного навчання;
- професійний розвиток є довготерміновим процесом, тому учитель повинен постійно вдосконалюватися;
- найбільш ефективна форма професійного розвитку пов'язана з щоденною діяльністю вчителя на робочому місці («on-the job learning activities»), зокрема, навчання в групах, активне дослідження, формування особистого портфолію;
- професійний розвиток учителів передбачає формування загальної культури, а також її окремих видів, а не лише озброєння учителів новими вміннями реалізації освітніх програм для учнів;
- головна роль професійного розвитку полягає в тому, щоб допомогти вчителям у створенні й реалізації нових педагогічних теорій і практик, а також у підвищенні їхньої професійної компетентності;
- професійний розвиток учителів здійснюється в процесі співробітництва з учнями, колегами, адміністрацією, батьками учнів, іншими членами громади, на території якої є освітній заклад;
- професійний розвиток проходить у різних формах, а тому потребує оптимального вибору і поєднання різних методів, технологій, які найкраще працюють у конкретній ситуації та з урахуванням особистісних потреб учнівського колективу [609, с. 13–15].

Професійний розвиток учителя визначається А. Глеттхорном (A. Glatthorn) як «зростання його професійних досягнень в результаті накопичення практичного досвіду і систематичного перегляду власного

викладання» [583, с. 41]. Науковець доводить, що професійний розвиток учителів є ширшим поняттям, аніж кар'єрний розвиток, адже він охоплює формальний досвід, який отримується шляхом наставництва, відвідування професійних семінарів, а також неформальний досвід (читання професійної літератури, перегляд педагогічних передач). У дослідженні А. Харгрівса (A. Hargreaves) наголошено, що професійний розвиток охоплює «моральні цілі у викладанні, політичну обізнаність, досвідченість вчителів, відданість і відповідальність за свою працю, та передбачає неперервність» [585, с. 126].

Поділяємо позицію англійського вченого С. Дейла (S. Day) про те, що «професійний розвиток охоплює весь природній навчальний досвід, а також ті усвідомлені й сплановані дії, які принесуть пряму, або опосередковану користь вчителю, групі вчителів, або школі в цілому, що в результаті позначиться на піднятті якості шкільної освіти» [576, с. 4]. Тобто під час професійного розвитку педагог має можливість самостійно, або разом із своїми колегами оновлювати та суттєво розширювати знання, вміння та навички. У новішому виданні підручника під авторством С. Дейла, наголошено на важливості професійного розвитку вчителів, що передбачає «багатовимірний динамічний зв'язок між етапами біографічного й ситуативного досвіду, факторами середовища, кар'єрою, життям та освітою упродовж життя» [577, с. 41]. Тобто іноземні науковці [576; 577; 583; 610] акцентують увагу на потребі непевності професійного розвитку учителів. Цю тезу ми поставили у якості концептуальної під час формування КЗ МУФК.

Зупинимося на характеристиці методичних аспектів *особистісного та професійного розвитку МУФК*. Так, досліджуючи особистісно-професійний розвиток МУФК під час навчання у ЗВО, Е. Сивохоп відзначає, що рівень освіти повинен відповідати гармонійному розвитку особистості, «має відбутися взаємопроникнення духовної, фізичної і моральної освіти, об'єднаних в єдине ціле» [469, с. 231]. Подібні думки декларує В. Товт [510; 511; 512], зазначаючи, що нинішній «випереджаючий розвиток педагогічної освіти обумовлює важливість орієнтуватися на формування і розвиток

професійного рівня педагогічної діяльності, який передбачає, крім надбання необхідних знань, використання здатності до творчості і саморозвитку вчителя фізичної культури» [511, с. 263].

Зважаючи на складність, багатогранність та багатоплановість представленого аналізу, вважаємо за доцільне перевести наше дослідження у площину вивчення *професійного розвитку МУФК контексті формування КЗ*. Такий підхід дозволить обґрунтувати шляхи наукового пошуку, сформулювати конкретний методологічний апарат, підібрати найбільш адекватні підходи та методи для формування КЗ у майбутніх педагогічних кадрів, які реалізовуватимуть фізичне виховання школярів.

Відзначимо, що сучасні умови висувають підвищені вимоги до професійного та особистісного розвитку МУФК. Беручи до уваги той беззаперечний факт, що важливим аспектом розвитку учительських кадрів виступає здоров'я, необхідно зважати на процес формування КЗ. Погоджуємося із С. Філь [529, с. 5] у тому, що особливі вимоги стосуються студентів педагогічних спеціальностей, які повинні бути не тільки здоровими, але і нести знання своїм учням про те, як стати здоровими. З огляду на це, актуальною є теза про те, що «учитель за допомогою всіх форм навчальної та виховної діяльності повинен закласти фундамент КЗ та вказати учневі шляхи оволодіння знаннями, навичками й уміннями, необхідними для забезпечення здорового способу життя, бо саме виховуючи у школярів здоров'язбережувальну поведінку можна формувати підґрунтя здоров'язбережувального світогляду українського народу» [285, с. 56].

Наголосимо на тому, що власні досягнення МУФК у спорті виступають мотиваційною складовою у контексті формування КЗ. Зокрема, у межах дослідження професійного розвитку інструкторів із фізичної культури, Н. Маковецька доводить, що їхній особистий та професійний розвиток у контексті освітньо-оздоровлювальної роботи це «безперервний комплексний процес, що охоплює професійне навчання (оволодіння професійними знаннями, уміннями і навичками, набуття професійного досвіду) з метою

досягнення педагогічної майстерності у сфері освітньо-оздоровлювальної діяльності» [257, с. 102].

Отже, професійний розвиток це цілеспрямований процес, який передбачає незворотні зміни особистості в контексті її основних мотиваційних потреб, когнітивних, емоційно-вольових компонентів майбутньої професії. Він базується на соціалізації, охоплює онтогенез особистості, спрямований на оволодіння різноманітними професійними ролями, має на меті вдосконалення професійної мотивації, формування професійних знань, умінь та навичок. Професійний розвиток МУФК передбачає формування високої загальної культури, а також КЗ, розширення загального світогляду, озброєння новими вміннями й навичками реалізації навчальних програм щодо збереження і зміцнення як власного здоров'я, так і здоров'я своїх вихованців засобами ФВ.

Вважаємо, що успішний особистісний та професійний розвиток МУФК неможливий без глибокої модернізації освітнього процесу на усіх ланках професійної підготовки студентів у процесі неперервної професійної підготовки. Наголосимо й на тому, що існують й певні чинники, що стають на перешкоді формування КЗ. До найвагоміших віднесено професійне виснаження і вигорання. У цьому контексті викладачам, які готують фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура), необхідно враховувати ці чинники та запобігати їхній появі. Погоджуємося із А. Гуржієм В. Кременем, В. Луговим та О. Савченко у тому, що «перед українською педагогічною наукою і освітою постають завдання оновлення змісту, впровадження інноваційних форм, методів та особистісно орієнтованих технологій, що забезпечуватимуть досягнення якісних результатів у формуванні людини» [378, с. 77].

Підсумовуючи теоретичні та практичні аспекти особистісного та професійного розвитку майбутніх фахівців у ЗВО відзначимо, що ці питання нині можна розглядати як винятково важливі для формування інтелектуального потенціалу української нації. Тобто, сучасне українське

суспільство потребує реального соціального оновлення, яке стане можливим лише при формуванні таких майбутніх фахівців, які є творчо активними особистостями, здатними до максимальної самореалізації на основі особистісного та професійного розвитку. Вважаємо, що від того яким є особистісний та професійний розвиток МУФК залежить не лише якість освіти, а й рівень духовної культури суспільства, утвердження демократичних цінностей і процесів, а також і формування КЗ. Цінності, закладені в КЗ знаходяться в основі інтересів і потреб майбутнього фахівця.

Вагому роль у професійній підготовці МУФК відіграє КЗ, яка посідає значне місце у мобільній трансформації фахівця у високопрофесійного педагога. Рівень сформованості КЗ обумовлює буття особистості, впливаючи на неї як на об'єкт, стимулюючи особистісний і професійний розвиток. Вважаємо, що КЗ, проходячи крізь призму особистості, створює своєрідне «поле», яке дозволяє МУФК виступати у якості активного творця, генератора і провідника нових ідей. Саме таким чином відбувається самореалізація, проходить стимулювання особистісного і професійного розвитку та формується новий тип професіонала. Нині розроблено інноваційні підходи до державної політики у сфері фізичної культури і спорту, яка полягає в переході від гонитви за масовістю фізкультурно-спортивного руху до рекреаційно-оздоровчого і профілактичного ефекту та утвердження здорового способу життя. З огляду на окреслені перспективи, на перше місце виходить потреба професійної підготовки МУФК, які би мали сформовану КЗ. Самі ці аспекти будуть дослідженні у наступному параграфі.

2.2 Характеристика професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури під час формування культури здоров'я

Вища освіта та якість надання освітніх послуг виступають доволі вагомими аспектами, оскільки розглядається як визначальні чинники

соціального та економічного розвитку нашої країни. Саме освіта забезпечує високий рівень професійної підготовки майбутніх фахівців, які будуть конкурентоздатними на ринку праці. Погоджуємося із висновками Є. Ніколаєва [383] та П. Сікорського [474] у тому, що для України професійна підготовка висококваліфікованих, компетентних і затребуваних на ринку праці фахівців є головною соціально-економічною функцією ЗВО. У процесі вивчення означеного кола питань, ми прийшли до усвідомлення доцільності у розкритті загальних підходів до розуміння такої наукової дефініції як «професійна підготовка». У цьому контексті погоджуємося із О. Солтик [491], що доцільно спочатку розкрити її значення із суспільної, практичної та культурної точки зору, що допоможе вирішенню завдань вдосконалення, оптимізації, розвитку професійної діяльності, опираючись на загальнометодологічні та світові орієнтири. Така логіка дослідження, на наш погляд, допоможе:

- по-перше, кращому розумінню теоретичних та методологічних питань визначення ролі КЗ у професійній діяльності МУФК;

- по-друге, дозволить більш ґрунтовніше проаналізувати та виокремити із загальної специфіки ті аспекти, які притаманні професійній діяльності учителя фізичної культури;

- по-третє, сприятиме виокремленню конкретних детермінант, що впливають на формування КЗ;

- по-четверте, дасть можливість встановити найбільш оптимальну характеристику та визначити методичний апарат, необхідний під час формування КЗ у студентів, що здобувають освіту на факультетах фізичного виховання.

Проблема професійної підготовки знаходиться в центрі уваги багатьох наук. Ця обставина спонукала нас до необхідності проведення багатогранного аналізу, що дозволить розкрити розуміння цього поняття. Так, аналіз джерельної бази засвідчує наявність глибокого інтересу вітчизняних науковців до проблем професійної підготовки майбутніх

учителів в Україні (І. Бех [32], О. Гура [107], О. Дубасенюк [134], І. Зязюн [166], Л. Мартинець [268], Н. Ничкало [118], Л. Пуховська [437], Л. Хомич [540] та ін.). З огляду на основні завдання нашого дослідження, варто проаналізувати сутність наукової дефініції «*професійна підготовка*».

У сучасній енциклопедії з педагогіки під редакцією Є. Рапацевича [406] акцентовано увагу на тому, що професійна підготовка це «процес оволодіння знаннями, уміннями та навичками, що дають змогу виконувати роботу в певній галузі діяльності й, зокрема, в професійній діяльності вчителя, специфіка якої полягає в психолого-педагогічному впливі на учнів з урахуванням їхніх вікових та індивідуальних особливостей, запитів, інтересів, захоплень, духовного світу й разом із тим у цілеспрямованому управлінні процесом учіння та розвитку особистості» [406, с. 481–482]. Погоджуємося з думкою А. Фурмана, який доводить, що професійна підготовка сьогодні – «це тривала у часі, вартісна за матеріальними витратами і ресурсоемна за діянням людського фактора сфера суспільного виробництва, що, з-поміж інших, є найскладнішою за цілями, змістом, методами, засобами і ресурсами» [533, с. 53].

Вважаємо, що якісна професійна підготовка майбутніх фахівців повинна бути зреалізованою, не дивлячись на серйозні економічні труднощі, військові дії на сході нашої країни, неоднозначні маніпуляції громадською свідомістю населення щодо змін в освітній сфері. У нашому баченні для цього необхідні декілька чинників. По-перше, ґрунтовне теоретичне підґрунтя (теоретична складова) професійної підготовки, що базується на впровадженні передових проєктів в освітній процес. По-друге, методологічна основа (методична складова), яка охоплює аргументоване методичне забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців у ЗВО. По-третє, інноваційне забезпечення освітнього процесу (практична складова) на основі впровадження інноваційних педагогічних технологій. Тобто, професійна підготовка охоплює розроблену чітку систему конкретних практичних заходів, які лежать в основі професійної освіти, що має на меті оволодіння

майбутніми фахівцями спеціальними знаннями, вміннями та навичками, спрямованими на забезпечення успішного здійснення ними професійної діяльності. Результатом професійної підготовки майбутніх учителів можна вважати їх готовність до професійної діяльності як інтегрального, багаторівневого, динамічного особистісного утворення, що забезпечує майбутнім фахівцям успішне виконання професійних функцій.

Професійні стресогенні чинники спричиняють швидкому «зношуванню» організму та сприяють передчасному старінню учителів, а збільшення педагогічного стажу часто призводить до виникнення психосоматичних патологій. Встановлено, що у педагогів, доволі часто, не сформовані ціннісно-сміслові установки на збереження здоров'я, а також не розвинене почуття відповідальності за власне здоров'я, в якості невід'ємної частини загальнокультурного розвитку. Вважаємо, що ці факти є наслідком того, що під час навчання у ЗВО у них не було сформовано належного рівня КЗ. Вихід з цієї ситуації, у баченні В. Сагуйченко, полягає в цілеспрямованій діяльності по формуванню КЗ особистості як «нової стратегії оптимізації її взаємодії з різними середовищами свого існування, основи модернізації сучасної системи освіти» [456, с. 289]. Як доводять Л. Соловйова [488], В. Шилько [560] та Г. Мазурі (G. Masurier) [595], розвивати КЗ, формувати конкретні звички здорового способу життя здатний лише той фахівець, котрий сам володіє окресленими характеристиками і переконаний в соціальній значущості своєї діяльності щодо збереження і зміцнення здоров'я своїх вихованців.

На основі наведених аргументів І. Білосевич констатує, що «професійна підготовка майбутнього педагога має спрямовуватися на чітко установлені орієнтири щодо збереження та зміцнення власного здоров'я та підвищення рівня його культури, адже це буде запорукою якісної педагогічної діяльності по відношенню до забезпечення здоров'я вихованців» [36, с. 22]. Наші дослідження узгоджуються з думкою О. Соколенко [487] стосовно того, що студенти ще під час навчання у ЗВО

повинні мати сформовані знання та уявлення про здоров'я, як цінність, володіти позитивною мотивацією щодо ведення здорового способу життя, мати практичні вміння та навички щодо зміцнення й збереження здоров'я. Усе це допоможе здійснити позитивні зміни поведінки МУФК.

Система вищої університетської освіти в ідеалі здатна відігравати визначальну роль у формуванні КЗ майбутніх фахівців. Причому, *професійна підготовка МУФК в контексті формування КЗ повинна виступати як цілісна система ціннісно-змістових установок, емоційно-вольової досвіду педагога, яка спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, необхідного для якісного життя, продуктивного професійного довголіття в контексті виконання ним життєвої місії, що базується на готовності до практичної діяльності щодо збереження здоров'я*. Вважаємо, що найбільш освіченими мають бути вчителі фізичної культури. Тобто фізична культура – це інструмент, що дозволяє, з одного боку, отримати необхідні знання в галузі гігієни життєдіяльності, здорового способу життя, а з іншого боку – це поле для практичного формування КЗ на основі подолання труднощів фізичної активності. Успішна в галузі ФК (в широкому розумінні) людина, має змогу активно вирішувати проблеми і в інших сферах своєї життєдіяльності, і, безумовно, буде здатна гідно реалізувати себе в майбутній педагогічній діяльності.

Зупинимось на характеристиці *професійної підготовки МУФК*. До складу нормативно-правової бази, що визначає процесуальні параметри професійної підготовки цих фахівців у ЗВО відносять Закони України «Про вищу освіту» (2014 р.) [155], «Про фізичну культуру і спорт» (2011 р.) [156], Указ Президента України «Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту» (редакція від 20.11.2005 , Національну стратегію розвитку освіти в Україні на 2012–2021 рр. (2012 р.) [379]. Ці нормативно-правові документи декларують світоглядні та юридичні засади організації професійної підготовки нової генерації фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) у ЗВО, які зможуть забезпечити, на

основі засобів фізичного виховання, високий рівень КЗ собі та своїм вихованцям.

Аналіз останніх досліджень засвідчує, що питання професійної підготовки МУФК перебувало в полі зору педагогів. Зокрема, протягом останніх років захищено ряд дисертаційних робіт, які висвітлюють різноманітні аспекти теорії та методики професійної освіти. Так, у роботі В. Іщука [179] проаналізовано процедуру проектування професійної підготовки МУФК на засадах контекстного навчання; у дослідженні О. Омельчук [393] вивчено формування професійної компетентності МУФК у процесі опанування природничими дисциплінами; у публікаціях Л. Сущенко [501; 502] проаналізовано методологічні аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту; у дисертаційній роботі О. Тимошенка [508] розкрито теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки учителів фізичної культури; А. Чепелюк [548] розглядала теоретико-практичні аспекти формування психолого-педагогічної компетентності МУФК.

Професійна діяльність учителя фізичної культури доволі різноманітна, однак найперше, на чому вона повинна базуватися, – це міцне здоров'я самого педагога та належним чином сформована здатність до його зміцнення та збереження. З огляду на це, у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) під час навчання у ЗВО має бути сформована КЗ. З'ясовано, що українські науковці з фізичної культури та спорту (А. Галіздра [70], Д. Давиденко [111], О. Драган [129], О. Мальцева [262], В. Маринич [263], О. Меліков [431], Ю. Півненко [414], С. Сінгаєвський [475], С. Футорний [534] та ін.) протягом останніх 10-ти років довели тісний зв'язок між ФК і КЗ студентів ЗВО. У дисертаційних роботах Л. Дудорової [139] та Б. Максимчука [259] обґрунтовано, що теоретичні знання й практичні вміння збереження здоров'я є вагомими у реалізації професійної діяльності МУФК.

Насамперед відзначимо, що ми повністю поділяємо позицію С. Гуменюка у тому, що «нова парадигма розвитку освіти обумовлює необхідність відповідних змін й у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичної культури в у вищій школі» [106, с. 68]. Як аргументовано довела Л. Сущенко [501], основне завдання ЗВО, які готують МУФК, повинно стати формування суб'єктів професійної діяльності, здатних підвищити свій професійний потенціал, засвоїти знання з організації процесу ФВ та суспільної ФК. У публікаціях Д. Мельничук та Д. Бойко [276] наголошено на тому, що професійна підготовка МУФК у ЗВО спрямована на особистісний і професійний розвиток, формування загальної та професійної культури, вдосконалення фахової компетентності та професійних компетенцій. Підтримуємо В. Ареф'єва [16] та О. Зеленюк [162] у тому, що ФВ, як обов'язковий компонент гуманітарної освіти, не має залишатися осторонь від магістрального шляху трансформації усієї університетської системи підготовки учительських кадрів, а тому мусить адаптувати сучасні освітні технології збереження здоров'я до специфічних умов навчання студентів факультетів фізичного виховання.

У найбільш загальному контексті, як доводять науковці [98; 139; 221; 259; 446; 511], виконання завдань фізкультурної освіти, що спрямовані на формування у студентів теоретичних знань, практичних умінь і навичок, високого рівня розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності), а також рухових навичок у виконанні фізичних вправ забезпечуються на основі навчальних дисциплін професійної та практичної підготовки. Сучасна професійна підготовка майбутніх фахівців має бути спрямована не лише на формування професійної компетентності та розвиток інтелекту суб'єктів освітнього процесу, а й орієнтувати студентів на активність у збереженні та зміцненні КЗ як свого особистого, так і своїх вихованців. Тобто, навчаючись в ЗВО, студенти повинні опанувати вимоги гармонійно поєднувати освітні, виховні та оздоровчі завдання із завданнями фізичного виховання і спорту. Проводячи навчальні заняття з ФК, чи

організовуючи спортивні секції, вчителі фізичної культури повинні заохочувати своїх вихованців до збереження та зміцнення здоров'я.

Зупинимось на *особливостях організації професійної підготовки МУФК у контексті формування КЗ*. Так, І. Маріонда обґрунтовує наступне: «відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційних характеристик (ОКХ), випускник з вищою освітою за кваліфікацією «вчитель фізичної культури» повинен мати особистий високий рівень фізичної підготовленості, міцне здоров'я, уміти впевнено виконувати фізичні вправи нормативної та варіативної частин базової програми з фізичної культури, мати особисту спортивну спеціалізацію не нижче 2-го спортивного розряду» [265, с. 133].

У першу чергу саме майбутні фахівці спеціальності 014.11 середня освіта (фізична культура) мають відзначатися високим рівнем у сфері збереження та зміцнення здоров'я. Нині у публікаціях А. Галіздри [70], Д. Давиденка [111], С. Сінгаєвського [472], Д. Солопчука [490], С. Футорного [534] та ін. доведено тісний зв'язок між ФК та формуванням у студентів КЗ. Погоджуємося із Д. Давиденком [111] у тому, що «ФК своїми формами і методами покликана сприяти гармонізації тілесного і духовного в особистості і сприяти формуванню КЗ» [111, с. 65]. Формування КЗ під час професійної підготовки виступає ключовим інструментом у створенні бажаного позитивного іміджу для МУФК та головною складовою його успішної професійної кар'єри. Високий рівень сформованої КЗ розглядаємо у якості важливого елемента здорового способу життя. Належний рівень фізичної підготовленості у поєднанні з високим рівнем КЗ визначатиме можливість оволодіння МУФК всіма цінностями, які вагомі для ефективного особистісного і професійного розвитку.

З методологічної точки зору, ми виходили з тих міркувань, що за силою *оздоровчого потенціалу і здатністю впливу на збереження і примноження здоров'я людини, саме ФК є одним з найбільш значних і ефективних феноменів суспільного буття, а тому суттєво впливає на формування КЗ*. Вважаємо, що ФК з її ціннісним потенціалом, який відіграє

суттєву роль як у формуванні КЗ усього українського суспільства, так і окремої людини через розвиток власних цінностей збереження і зміцнення здоров'я. У нашому баченні ФК містить великий потенціал відтворення особистості як цілісності, як істоти, що сформована досконало не лише з фізичної точки зору, але і досконалої в парадигмі КЗ, яка не тільки приймає, але і відтворює цінності здоров'я на основі тілесно-духовної єдності.

Аналіз якості професійної підготовки майбутніх фахівців, які реалізовуватимуть фізкультурну освіту, на наш погляд, дозволяє виявити основне та найбільш вагоме *протиріччя* між потребою соціуму у відтворенні здорового людського фактора і недостатньою обґрунтованістю методологічних тенденцій щодо шляхів вдосконалення освітнього процесу спрямованого на використання цінностей здорового способу життя і формування КЗ. У зв'язку з цим актуальним вважаємо потребу у подоланні цієї суперечності та налагодженні певної гармонії між рівнем і обсягом загальнолюдського знання, соціально-культурної спадщини у сфері професійної діяльності, пов'язаної з ФВ та рівнем і обсягом індивідуального знання і ціннісного потенціалу КЗ студентів.

Провідною *ідеєю* нашого дослідження вважаємо положення про необхідність цілеспрямованої, системної та неперервної професійної підготовки МУФК, яка орієнтована на формування у них КЗ під час навчання у ЗВО. Саме КЗ виступає невід'ємною складовою загальної культури, охоплює ставлення студентів самих до себе на основі сформованих знань та умінь щодо оптимального вибору інтелектуальних, емоційних, фізичних навантажень та детермінує ступінь залежності здоров'я від внутрішньої мотивації й стратегії відносин з оточуючим світом та з самою собою. Ми переконані у тому, що формування КЗ студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) має базуватися на теоретичному, методологічному й практичному концептах та передбачати оптимізацію цієї роботи з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності.

У найбільш загальному розумінні КЗ розглядається нами у якості невід'ємної складової загальної культури МУФК, яка спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, що є вагомим для якісного життя й продуктивного довголіття та охоплює сформовану готовність до практичної діяльності по збереженню здоров'я. Тобто МУФК мають бути прикладом для своїх вихованців щодо ведення здорового способу життя, а тому у них самих ще під час неперервної професійної підготовки у ЗВО необхідно сформувати КЗ.

З'ясовано, що у публікаціях останніх 5-ти років висвітлені різні точки зору українських науковців стосовно питань формування КЗ студентів під час професійної підготовки. Так, Л. Безугла [31] дослідила потенціал самостійної роботи у формуванні КЗ майбутніх учителів; Д. Давиденко [111] вивчав взаємозв'язок між ФК та КЗ студентів; В. Козігон [199] розглядав структуру КЗ та шляхи її формування; В. Маринич [263] проаналізував освітню політику в галузі формування КЗ учнівської молоді; А. Сулима [499] досліджував особливості формування КЗ студентів, які навчаються на факультетах фізичної культури та займаються єдиноборством.

Для того, щоб українські ЗВО змогли забезпечити якісну професійну підготовку МУФК, вона повинні максимально повно інтегруватися в світову освітню спільноту. У цьому контексті викладачам факультетів фізичного виховання необхідно зважати не лише на формування у студентів ґрунтовних знань, умінь і навичок, а й протягом неперервної професійної підготовки навчити зберігати своє здоров'я на основі запровадження інноваційних технологій, які дозволять сформувати високий рівень КЗ. Вважаємо що основною *метою* професійної підготовки має стати збереження та зміцнення здоров'я майбутніх фахівців, «шляхом виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих як головної умови реалізації творчого, фізичного, психічного, духовного та соціального потенціалу особистості» [140, с. 56].

Вивчення методологічних основ, викладених в дисертаційному дослідженні Н. Малярчук [261, с. 132–145], дозволяє виділити певні *функції*, які повинен реалізовувати МУФК у своїй професійній діяльності. До найбільш вагомих відносимо: профілактичну, що забезпечує попередження захворювань, функціональних порушень і відхилень у особистісному розвитку учнів, яка реалізується через виконання комплексу медичних, гігієнічних, виховних, психологічних заходів, що усувають причини виникнення захворювань; діагностичну, спрямовану на здійснення діагностики стану здоров'я учнів з метою виявлення відхилень від нормального розвитку; корекційно-реабілітаційну, яка усуває, або мінімізує фізичні, психологічні, моральні відхилення в розвитку дітей, вона орієнтована на корекційну діяльність по відновленню здоров'я і нормалізації функцій організму учнів; функцію зміцнення здоров'я, що пов'язана з необхідністю підвищення оптимальних адаптаційних резервів організму. Вважаємо, що практичні механізми реалізації цих функцій на належному рівні повинні опанувати МУФК протягом неперервної професійної підготовки у ЗВО.

У публікації Ю. Мусхаріної акцентована увага на тому, що *зміст* професійної підготовки МУФК повинен бути зорієнтований на «оволодіння студентами знаннями, вміннями й навичками щодо формування, збереження й зміцнення здоров'я в усіх його аспектах (духовному, психічному й фізичному), формування КЗ школярів» [375, с. 219].

Для вдосконалення професійної підготовки В. Волков, Л. Волкова та Д. Давиденко [66] пропонують активно запроваджувати інноваційні напрями і нетрадиційні системи у сфері ФК, які безпосередньо стосуються способів вирішення проблем зміцнення здоров'я студентської молоді. Причому головною *засадничою ознакою* професійної підготовки, яка матиме вагому роль на оздоровлення української нації та вплине на професіоналізм МУФК, визначено неперервність освітнього процесу. Вважаємо, що сформована КЗ дасть можливість майбутньому вчителю компетентно реалізувати свою

професійну діяльність та бути прикладом для наслідування стосовно зміцнення та збереження здоров'я.

Як доводять науковці Л. Іванова [173], Н. Крутогорська [219], Ю. Мусхаріна [375], масштабна криза здоров'я в українському соціумі, з одного боку, і об'єктивна потреба в педагогах, здатних реалізувати здоров'язберігаючу функцію освіти засобами ФК, з іншого, визначили потребу у системному формуванні КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. Можемо констатувати, що необхідність вивчення науково-методологічних основ професійної підготовки МУФК зумовлена потребою відновлення цінностей КЗ як вагомого складника їхнього професіоналізму у цілому.

Вважаємо, що основними *напрямами* формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки у ЗВО є:

- створення в освітній системі здоров'язберігаючого середовища;
- забезпечення оптимальних можливостей кожному студенту для максимального самовираження;
- надання можливості вибору різних форм і засобів оздоровчої діяльності на заняттях.

Професійна підготовка студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) у ЗВО у контексті формування у них КЗ, на наш погляд, має охоплювати такі *площини*:

- 1) паритетні ділові стосунки та навчально-освітню взаємодію викладачів і студентів щодо формування КЗ;
- 2) неперервність формування КЗ від першого курсу навчання у бакалавраті до закінчення навчання у магістратурі;
- 3) гармонійне поєднання професійного мислення і фахової діяльності, що базується на чіткому взаємозв'язку між мотиваційною, когнітивною, конативною та рефлексивною сферами щодо формування КЗ;
- 4) поступове нарощення потенціалу та ресурсів щодо збагачення теоретичних знань і практичних умінь у збереженні й зміцненні здоров'я та

створення індивідуальної траєкторії особистісного і професійного розвитку для кожного студента у зазначеному напрямку.

У процесі дослідження встановлено, що студенти не відразу і не завжди без сторонньої допомоги приходять до розуміння вагомості КЗ для реалізації у майбутньому своєї професійної діяльності. Тому одним з основних *практичних шляхів* діяльності викладачів ЗВО в галузі професійної підготовки МУФК є формування когнітивної складової через поглиблення та розширення обсягу теоретичних знань в сфері організації здорового способу життя. У нашому баченні вибудовувати освітній процес необхідно таким чином, щоб отримані знання про КЗ стали внутрішніми установками і розвинули конативну складову (вміння застосовувати теоретичні знання в майбутній педагогічній діяльності).

Цікавою, у контексті нашого дослідження, вважаємо позицію В. Гетмана та Ю. Новицького [76], які пропагують під час професійної підготовки МУФК потребу *запровадження інноваційних технологій* оздоровчої фізичної культури «Антропоетика здоров'я», що орієнтує особистість на оволодіння конкретними методологічними підходами у програмуванні складного процесу побудови технологій оздоровлення у сфері щоденного проживання індивіда на гармонізацію життєдіяльності з середовищем існування та оптимізацію використання сучасних технологій цивілізації. Отже, для розробки нових технологій оздоровлення, виходячи з концепції про те, що здоров'я – це стан рівноваги між адаптаційними можливостями організму й умовами життєдіяльності, необхідно не тільки розкрити зв'язок адаптаційних резервів людини з її способом життя, а й проаналізувати й оптимізувати шляхи їх узгодження. Отже, з цією метою у професійну підготовку студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) необхідно системно та цілеспрямовано вводити педагогічні інновації та конкретні навчальні дисципліни, які були б спрямовані на системне формування КЗ. Як відзначає В. Козігон, доцільно, щоб під час навчання робити основний акцент на таких складових КЗ, як:

мотивація до здорового способу життя; мотивація до інноваційної діяльності в сфері охорони здоров'я; професійна компетентність в сфері здоров'я та здорового способу життя; ціннісне ставлення до свого здоров'я [199, с. 42].

Не дивлячись на значний об'єм проведеної роботи, ще й нині можна спостерігати низький рівень усвідомлення молоддю потреби піклуватися про своє здоров'я, студенти здебільшого не готові самостійно турбуватися про зміцнення та збереження здоров'я через низький рівень КЗ. Як відзначають результати дослідження І. Маріонди та Е. Сивохопа, в означеному контексті доцільно детермінувати необхідність формування у свідомості МУФК «системи валеологічних норм, принципів, вимог, заборон, повчань, заповідей від яких залежатиме їх практичне й духовне ставлення до довкілля, інших людей» [264, с. 62]. Вважаємо за необхідне не повністю погодитися із таким підходом. У нашому розумінні лише шляхом повчань, заборон та заповідей досягнути вагомого позитивного результату доволі важко, тому варто організувати та системно проводити з МУФК цілеспрямовану роботу по формуванню у них КЗ під час неперервної професійної підготовки.

У практичному ракурсі професійна підготовка студентів факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, яка спрямована на формування у них КЗ, має бути системною та цілеспрямованою. Викладачі кафедри фізичної культури та основ здоров'я повинні організувати професійну підготовку таким чином, щоб вона, повною мірою, втілювала в собі сукупність чинників, важливих не тільки для окремої особистості, а й для усіх суспільних формацій, до яких майбутній фахівець буде входити, чи до яких прямо, або опосередковано буде причетний, виконуючи свої професійні обов'язки. Зокрема, під час вивчення майбутніми бакалаврами навчальних дисциплін фахового спрямування («Вступ до спеціальності» (3 кредити, 5 семестр.), «Спортивно-педагогічне удосконалення» (8 кредитів 5-6 семестр), «Теорія і методика фізичного виховання» (4 кредити 6 семестр), «Загальна теорія здоров'я» (4 кредити, 7 семестр), «Основи здорового способу життя»

(4 кредити, 8 семестр)) викладачі мають цілеспрямовано працювати над формуванням у студентів широкого культурного світогляду, дбайливого ставлення до власного здоров'я, впроваджувати науково доцільні та індивідуально зумовлені способи зміцнення власного здоров'я, які і будуть визначальними у досягненні як кар'єрного, так і життєвого успіху.

Зважаючи на те, що МУФК мають бути прикладом для своїх вихованців щодо ведення здорового способу життя, у них самих ще під час професійної підготовки у ЗВО необхідно сформувати КЗ. Отже, у професійну підготовку студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) необхідно цілеспрямовано вводити педагогічні інновації та конкретні навчальні дисципліни, які би були спрямовані на формування КЗ. Таким чином, *формування КЗ розглядається як один із вагомих аспектів професійної підготовки МУФК у ЗВО. Високий рівень сформованої КЗ виступає вагомим інструментом у створенні бажаного іміджу для майбутнього педагога та є складовою його успішної професійної кар'єри, а також розглядається в якості важливого чинника, що стимулює до ведення здорового способу життя.* Вважаємо, що сформована КЗ дасть можливість майбутньому педагогові компетентно реалізувати свою професійну діяльність та бути прикладом для наслідування.

Формування КЗ студентів є багатоаспектним і доволі складним процесом, який не має точного усталеного визначення в сучасній науковій літературі, а також ще й нині не розроблено загально визначених та найбільш перспективних шляхів у зазначеному контексті. Однак, усі науковці одностайні у тому, що організація освітнього процесу МУФК під час професійної підготовки у ЗВО потребує посиленої уваги до формування КЗ, що виступає у якості важливої складової загальної культури та є вагомим чинником професійної компетентності майбутнього фахівця. Наш власний багаторічний досвід педагогічної роботи у ЗВО свідчить, що ефективність формування КЗ МУФК, значною мірою, зумовлений загальним рівнем професійної компетентності – тобто тієї інтегративної якості, що охоплює

рівень оволодіння системою професійних знань, умінь, навичок, професійних здібностей і професійно важливих якостей особистості у контексті КЗ.

Підсумовуючи наголошуємо, що ФК покликана формувати всебічно розвинену особистість, головного суб'єкта та об'єкта суспільно-історичного процесу. Відома тріада – «духовне багатство», «моральна чистота», «фізична досконалість» – виступають головними атрибутами гармонійно розвиненої, суспільно активної особистості. Вони знаходяться між собою в нерозривному взаємозв'язку, що проявляється, зокрема, у впливі ФК на духовну, моральну і матеріальну культуру. Даний підхід є також актуальним і з точки зору виявлення місця цінності КЗ та її формування засобами ФК в системі загальнолюдських цінностей МУФК.

У сучасних соціально-економічних умовах особливої актуальності набуває проблема підвищення рівня культури студентської молоді, як загальної, так і окремих її видів, в тому числі КЗ. Вимога сучасності щодо підготовки конкурентоздатних фахівців у ЗВО робить проблему збереження і зміцнення їх здоров'я під час професійної підготовки МУФК особливо актуальною. Таким чином, професійна підготовка МУФК повинна базуватися на такій методологічній стратегії, яка визначає цільову спрямованість організації освітньої діяльності на формування компетентності студентів в сфері КЗ.

Беручи до уваги зазначене, одним із першочергових завдань сучасної неперервної освіти є формування ціннісного ставлення до збереження здоров'я. У процесі професійної підготовки у ЗВО виникає необхідність формування КЗ майбутніх фахівців з метою забезпечення належних умов для його збереження у подальшій життєдіяльності та під час реалізації професійної кар'єри. У цьому контексті доцільно зосередити увагу на більш ґрунтовній характеристиці компонентно-структурного аналізу КЗ МУФК.

2.3 Компонентно-структурний аналіз культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Проблема дослідження компонентно-структурного складу КЗ є доволі складною. Це зумовлено тим, що КЗ майбутнього педагога, що реалізовуватиме фізичне виховання має інтегративну сутність, у якій тісно поєднуються та безпосередньо взаємодіють різноманітні чинники. Водночас варто наголосити й на тому, що структурна характеристика КЗ МУФК не отримала у наукових дослідженнях достатнього повного та всебічного теоретико-методологічного висвітлення. Саме тому першочерговим завданням розглядаємо доцільність вивчення компонентно-структурного складу, а тому вважаємо за необхідне зупинитися на розгляді *компонентів*, які будуть покладені в основу КЗ МУФК.

Насамперед зупинимося на висвітленні сутності наукової дефініції «компоненти», і лише потім дослідимо підходи до їх конкретного складу. З методологічної позиції, ми виходили з тих міркувань, що КЗ має реальний зміст, тобто повинна складатися з конкретних складових – компонентів. У поняттєво-термінологічному трактуванні наукової категорії «компоненти» за основу було взято визначення із тлумачного словника української мови, де цей термін розглядається як «складова частина чого-небудь; складник» [384, с. 7]. У контексті поглядів О. Сопотницької, яка досліджувала професійну підготовку МУФК, наукова дефініція «компоненти» розуміється як конкретні характеристики, які «дозволяють досягати особистісно-значущих цілей, незалежно від природи цих цілей і соціальної структури» [491, с. 57]. Отже, *компоненти*, ми розглядаємо як *найбільш значимі складники КЗ, що повною мірою відображають її зміст та характеризують усі особливості її сформованості у МУФК.*

Відзначимо, що у контексті виокремлення та характеристики компонентів КЗ не вибрано загальновизнаних підходів та не вироблено єдиного наукового бачення. З огляду на це, коротко зупинимося на

характеристиці поглядів провідних фахівців на структуру та визначення змісту та кількісного складу компонентів. Ми згрупували погляди науковців у чотири групи. Так, до першої групи віднесено тих науковців, які вважають за достатнє *трикомпонентний* склад, до другої віднесено наукові бачення доцільності виокремлення *чотирьох* структурних компонентів, тоді, як у третю групу об'єднали тих фахівців, які переконливо доводять необхідність виділення *п'ятьох* компонентів у структурі КЗ, і до четвертої групи віднесено дослідження тих фахівців, які виокремлюють більше *шести* складників. Проаналізуємо ці підходи.

Зокрема, доволі узагальнено представлено бачення змісту КЗ у публікації В. Кожанова [196]. А саме, у структуру КЗ включено лише *три* компоненти: інтелектуальний – знання в галузі валеології, організації здорового способу життя, збереження і зміцнення здоров'я; емоційно-ціннісний – активне, позитивне ставлення до свого здоров'я, до організації здорового способу життя; дієво-практичний – застосування валеологічних знань, умінь і навичок в практиці організації здорового способу життя. На основі проведеного теоретико-методологічного аналізу, Т. Сергеева [467] визначила три загальні складники КЗ, які необхідно сформувати в майбутніх фахівців. Причому, до найвагоміших авторкою було віднесено такі компоненти, як: «гуманістичні ціннісні орієнтації та ідеали, які дозволяють орієнтуватися особистості в широкому спектрі цінностей та формувати на цій основі відповідне ставлення до навколишнього світу; знання духовного, психічного та фізичного аспектів здоров'я людини; володіння оздоровчими технологіями для формування, збереження й зміцнення свого здоров'я та здоров'я майбутніх вихованців» [467, с. 48].

Досліджуючи феномен КЗ в галузі професійної фізкультурної освіти, О. Ахвердова та В. Магін [254] визначили теж лише три компоненти (когнітивно-мотиваційний, емоційний, комунікативно-вольовий). Вивчення напрацювань Н. Заводевікіної [151 с. 25–29], дало можливість з'ясувати, що автокою структуру КЗ охарактеризовано такими трьома компонентами, як:

когнітивним, який характеризує знання особистості про здоров'я, критерії його оцінки, основні чинники ризику і антиризик у зміцненні та збереженні здоров'я; емоційним, що відображає емоції, почуття і переживання, які пов'язані зі станом здоров'я або його зміною; поведінковим, який характеризує особливості поведінки в сфері здоров'я та визначає ступінь прихильності особистості до ведення здорового способу життя, а також переживання, пов'язані з його погіршенням.

У КЗ О. Завальнюк [149, с. 61] вважає за доцільне представити характеристику фізичного розвитку, фізичний стан та фізичну працездатність особистості. Опіраючись на особистісний підхід, І. Коновалова [204] виділяє в структурі КЗ когнітивно-мотиваційний, емоційний і конативно-вольовий компоненти. Науковець доводить, що когнітивно-мотиваційний компонент проявляється в усвідомленні майбутнім вчителем сутності КЗ, ціннісної оцінки знань, умінь і навичок у сфері педагогічної діяльності, пов'язаної з психофізичними та соціальним здоров'ям особистості. У її баченні емоційний компонент визначає формування потреб у збереженні і зміцненні здоров'я, саморозвиток особистості на тлі позитивних емоцій. Тоді як конативний-вольовий компонент передбачає психологізацію способу майбутнього вчителя, прояв вольових якостей особистості, спрямованих на подолання труднощів, що стоять на шляху досягнення оптимального рівня культури здоров'я і професіоналізму вчителя.

Підсумовуючи наголосимо, що бачення науковців [17; 149; 151; 204; 467] складу КЗ на основі трьох компонентів, на нашу думку, є дещо спрощеним та не відображає усіх особливостей та сучасних передумов професійної діяльності учителів фізичної культури.

У процесі дослідження було з'ясовано, що найбільш багаточисельним є підхід до структури КЗ на основі виокремлення *чотирьох* компонентів. До прикладу такий підхід відстоює В. Лобода [250], яка виокремлює: когнітивний компонент (знання про КЗ, здоровий спосіб життя, здоров'я людини); операційно-практичний компонент (прояв оздоровчих умінь);

творчий компонент (досвід роботи в оздоровчій діяльності); мотиваційно-ціннісний компонент (ціннісне ставлення до здоров'я). На думку Є. Конькіної, КЗ може бути визначена як інтегративна особистісна якість, що набувається в результаті оволодіння особою духовним досвідом людства в сфері вдосконалення та зміцнення здоров'я, формування відповідальності за його вдосконалення протягом усього життя. У КЗ, на думку дослідниці, синкретично поєднані когнітивний, мотиваційно-регулятивний, аксіологічний і діяльнісний компоненти [208, с. 25].

У баченні Н. Малярчук [261], доцільним є виокремлення чотирьох основних компонентів КЗ педагога, а саме: ціннісно-сміслового, когнітивного, емоційно-вольового, практичного. Авторка доводить, що КЗ педагога охоплює особистісну і професійну складову, які відображаються в компонентах КЗ педагога: ціннісно-смісловому – усвідомлення власного здоров'я як професійного ресурсу, розуміння здоров'я школярів як педагогічної цінності; когнітивному – знання педагогами здоров'язберігаючих технологій, шляхів формування здоров'яорієнтованої поведінки школярів; емоційно-вольовому – відповідальність, усвідомлена спрямованість діяльності педагога в питаннях здоров'я творення і задоволеність результатами; практичному – організація і реалізація здоров'язберігаючої діяльності в особистому житті і в освітньому процесі. Ідентичне сприймання структури КЗ задеклароване у дисертаційному дослідженні С. Лебедченко [241, с. 45–52], де у структурі КЗ педагога представлені ціннісно-смісловий, когнітивний, емоційно-вольовий та практичний компоненти.

У публікації П. Петриці [413] також охарактеризовано чотирьохкомпонентну структуру КЗ, яка охоплює: когнітивний компонент (знання про КЗ, здоровий спосіб життя, здоров'я людини); операційно-практичний компонент (прояв оздоровчих умінь); творчий компонент (досвід роботи в оздоровчій діяльності); мотиваційно-ціннісний компонент (ціннісне ставлення до здоров'я). Подібні міркування позиціонуються у дослідженні

Г. Фалик [524, с. 121], де зроблено узагальнення про те, що у структурі КЗ доцільно виокремити чотири компоненти: мотиваційний (передбачає формування позитивних емоцій, розвиток елементарних навичок з охорони здоров'я, початкових гігієнічних умінь); когнітивний (спрямований на засвоєння й використання студентами здоров'язберігаючих знань; розвиток аналітичних вмінь та навичок; розвиток здібностей стосовно здоров'я й способу життя); операційно-поведінковий (враховує переконаність у необхідності здобуття знань, умінь і навичок про здоров'я і забезпечення валеологічної грамотності як складової частини культури здоров'я й цілісної властивості якості особистості); рефлексивний (спрямований на розвиток професійного інтересу до здоров'язберігаючого навчання, саморозвиток, самодіагностику, творчий підхід до збереження здоров'я й ведення здорового способу життя).

З'ясовано, що в наукових публікаціях [29; 68; 93; 144] обґрунтовано позицію про необхідність *n'ятирівневої* компонентної градації складових КЗ. До прикладу, Г. Безверхня [29], Т. Галенко [68], С. Гобушина [93], Є. Жданова [144] та О. Соколенко [487] особливо наголошують на вагомості ціннісного ставлення до здоров'я та необхідності виокремлення мотиваційного компоненту у культурі здоров'я майбутніх фахівців. Зокрема, С. Гобушина [93] доводить у дисертаційному дослідженні, що духовний розвиток студентів культурно зумовлений і об'єднує ціннісно-нормативну, когнітивну, поведінкову, творчо-діяльнісну сфери свідомості студента, а також особистісно-професійні якості, які відображають стійкий характер ставлення майбутнього фахівця до практики оздоровлення; – світоглядна зумовленість здоров'язберезувальної компетентності студента пов'язана з формуванням у нього спонукального мотиву – пошуку здоров'ятворчого сенсу під час занять із фізичного виховання й особистого способу життя, «активної пізнавальної та предметної діяльності оздоровлення в спеціально організованому для цього освітньому середовищі» [93, с. 112].

Цікавою у зазначеному контексті є позиція В. Козогін, яка вважає, що у структуру КЗ необхідно віднести такі п'ять компонентів, як: мотивацію до здорового способу життя; мотивацію до інноваційної діяльності у сфері здоров'я; професійну компетентність у сфері збереження здоров'я і організації здорового способу життя; здоров'язбережувальну поведінку та стиль життя; ціннісне ставлення до свого здоров'я [199 с. 42].

Зупинимося на аналізі бачення науковців щодо потреби виокремлення значної кількості компонентів (*більше п'яти*) у КЗ. До прикладу, у дисертації українського науковця Л. Дудорової [139, с. 48-49] зроблено акцент на потребі таких компонентів, як: цільового; змістово-операційного; мотиваційно-ціннісного; програмно-орієнтовного; емоційно-вольового; діяльнісного; оцінного. У процесі дослідження з'ясовано, що у роботах В. Бабича [20] та Ю. Драгнева [130] наголошено на доцільності виокремлення *десяти* структурних компонентів професійної готовності майбутніх вчителів до формування КЗ учнів. Провідними компонентами визначено мотиваційний, орієнтаційно-пізнавально-оціночний, емоційно-вольовий, операційно-дійовий, операційно-діяльнісний, змістовий, настановчо-поведінковий, інформаційно-гностичний, когнітивний, особистісний. Великий перелік компонентів запропоновано й у публікації Є. Новолодської, де КЗ охоплює сукупність валеологічно розвиненої свідомості, операційно-діяльнісної, емоційно-чуттєвою і вольової сфер особистості, достатнього рівня прояву власної програми здоров'ятворення і здоров'язбереження, валеологічного світогляду, системи валеологічних умінь і навичок, технологій-оздоровлення [386, с. 205–207]. Вважаємо, що такий значний перелік компонентів є дещо сумбурним та переобтяжує загальносміслову бачення КЗ, а тому не може бути визнаний у якості прийняттого для нашого структурно-компонентного аналізу.

Представлений аналіз досліджень доводить багатовимірність поняття «культура здоров'я» та породжує логіко-смісловий ряд ототожнення понять: здоровий спосіб життя, валеологічна культура, культура здорового способу

життя, здоров'язбережувальна культура, гігієнічна культура. Як бачимо нині існує у наукових колах доволі широкий спектр поглядів на кількісний та якісний склад компонентів КЗ. Семантичний аналіз показав, що у певній площині погляди є подібними, однак передбачають авторську інтерпретацію. Тому жоден із наведених підходів ми не обрали за основу під час методологічного дослідження компонентно-структурного аналізу КЗ у МУФК. З'ясовано, що зміст та представлена науковцями характеристика компонентів, найчастіше, носить фрагментарний характер, причому головна увага акцентується на вагомості окремих складових КЗ: мотиваційному, інформаційному, поведінковому та інших. У той час як цілісна сутність самого феномену «культура здоров'я майбутніх учителів фізичної культури» залишається повною мірою нерозкритою.

У зазначеному контексті було прийнято рішення про вироблення власної позиції. Відзначимо, що в основу було покладено критичне осмислення напрацювання фахівців [43; 55; 199; 241; 250; 467; 582], а також особливості, які визначені на основі вивчення детермінантів формування КЗ під час професійної підготовки МУФК у ЗВО.

За нашим баченням, у компонентно-структурному складі КЗ чільне місце мають посісти такі *компоненти*, які би відповідали за: 1) мотивацію до ведення здорового способу життя; 2) професійну компетентність у сфері здоров'я і здорового способу життя, що базується на ґрунтовних теоретичних знаннях; 3) здоров'язбережувальну поведінку, яка опирається на систему практичних умінь та навичок щодо організації фізичного виховання; 4) сукупність особистісно-професійних та фізичних якостей; 5) рефлексивну діяльність щодо ціннісного ставлення до збереження і зміцнення здоров'я.

Отже, на основі наведених аргументів, КЗ фахівця в галузі фізичної культури розглядається як вагома структурна складова його професійної компетентності, що передбачає спрямованість на себе (*особистісний аспект*) і на соціум (*соціальний аспект*) та виявляється через:

- розвинутість власних внутрішніх мотивів і ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб життя та формування КЗ як у себе так і у вихованців, які є споживачами фізкультурно-оздоровчих і спортивних послуг;
- розуміння сутності здоров'я КЗ, володіння системою теоретичних знань про формування КЗ, що мають міждисциплінарний характер;
- сформованість практичних умінь і навичок щодо дотримання здоров'язберігаючих технологій під час організації фізичного виховання і готовність їх пропагувати у професійній діяльності;
- сформованість професійно важливих професійних і особистісних якостей (цілеспрямованість, ініціативність, оптимізм, життєлюбство, дисциплінованість, сила волі, працьовитість, креативність, творчість); стресостійкі якості (фізична тренуваність, самонавіюваність, уміння керувати своїми емоціями);
- розвинену здатність до рефлексії своєї життєдіяльності та об'єктивне оцінювання власної діяльності щодо збереження і зміцнення власного здоров'я, самоконтроль і самокритичність, які сприяють збереженню свого здоров'я і впливають на свідомість і поведінку вихованців в сфері збереження, зміцнення і формування КЗ.

На підставі аналізу напрацювань науковців [17; 35; 74; 172; 423; 464] встановлено, що основними вимогами до компонентів мають бути об'єктивність, постійність при характеристиці стану сформованості КЗ, простота, надійність. Об'єктивність полягає у здатності відображати ознаки, які властиві для КЗ, незалежно від волі експериментатора. Простота зводиться до потреби використання чітких та простих способів вимірювання на основі конкретних валідних методик, опитувальників і тестів. Надійність оцінюється кореляцією повторних замірів конкретного компоненту, які будуть проводитися з різними інтервалами часу. Виходячи із задекларованого, у структурі КЗ МУФК виокремлюємо мотиваційно-ціннісний, інформаційно-пізнавальний, організаційно-діяльнісний, особистісно-емоційний, рефлексивно-оцінювальний компоненти (рис. 2.1).

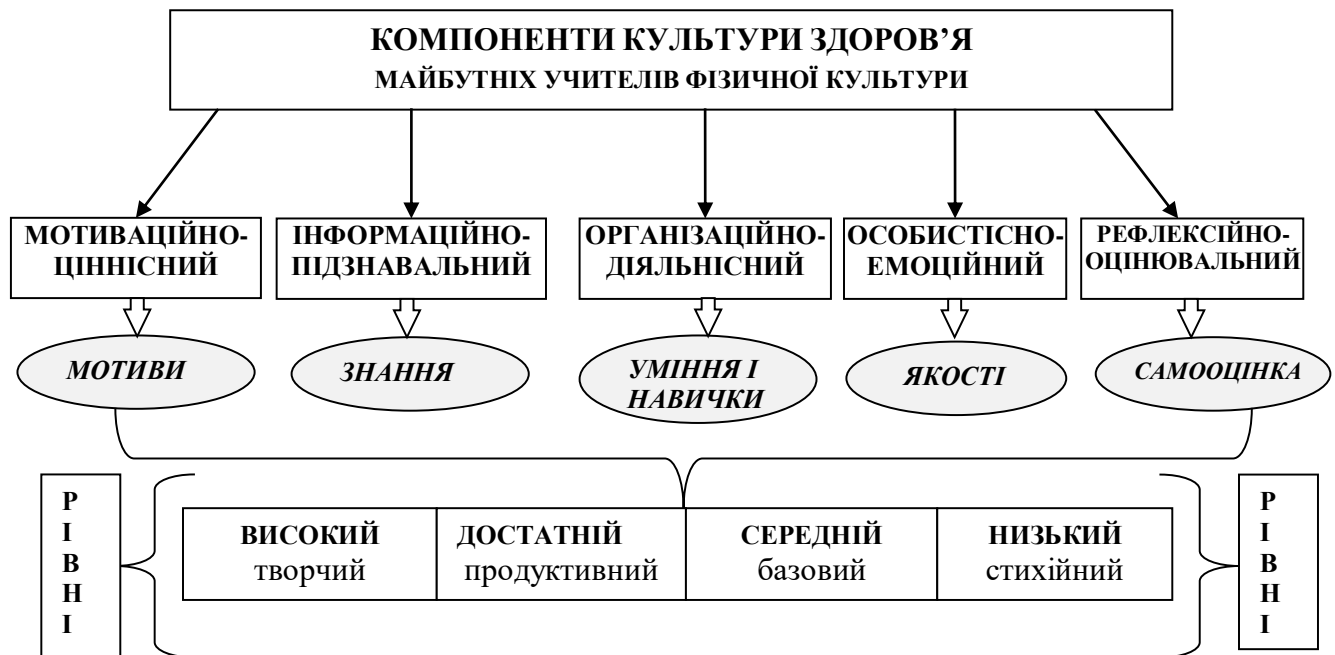


Рис. 2.1 Компоненти і рівні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Обираючи *мотиваційно-ціннісний компонент*, ми виходили з того, що саме мотиваційно-ціннісна сфера допомагає задіяти найважливіші інтереси та створити умови для самореалізації МУФК. Внутрішні та зовнішні мотиви в сукупності створюють необхідні передумови для інноваційного пошуку в контексті формування КЗ. Зокрема, внутрішні мотиви пов'язані з бажанням підвищити свій професійний рівень, розширити можливості самоствердитися. Тоді як бажання домогтися максимальної результативності навчання обумовлені зовнішньою мотивацією. Поняття мотивації ґрунтується на сукупності спонукань, що обумовлюють той чи інший вчинок, а тому вивчення мотиваційної сфери є «по суті, вивченням особистості в її діяльності» [495, с. 255]. На вагомості мотивацій у професійній підготовці студентів наголошено у публікації О. Коропецької [211]. З педагогічної позиції, на думку Т. Грабовської [94] та О. Саполович [372], мотивацію доцільно розглядати як рушійну силу самовдосконалення особистості. Підтримуємо позицію психологів [169; 255; 451; 555; 565] у тому, що мотиваційна сфера особистості може розглядатися у двох ракурсах: система

факторів, які викликають активність і визначають спрямованість поведінки; характеристика процесу, що забезпечує її вмотивованість.

У загальному контексті мотиваційно-ціннісний компонент дозволяє виявити варіативні фактори формування КЗ (варіантними факторами є прагнення особистості прийняти певний ідеал КЗ та визначити парадигму збереження і зміцнення здоров'я у професійній діяльності). Ці фактори допомагають визначитися зі змістом життєдіяльності й мотивують професійну стратегію МУФК на зміцнення і збереження здоров'я. У баченні С. Канюка [185] мотивація виступає у якості регулятора життєдіяльності та охоплює мотиви, інтереси, ідеали, устремління, установки, емоції, цінності особистості. Як зазначає О. Міхєнко, «важливим чинником формування готовності до діяльності є збіг мотиваційної сфери суб'єкта з характером мети. У цьому випадку має місце природний зв'язок мотиву і мети, що є передумовою ефективної діяльності» [291, с. 33].

У складі КЗ вагому роль відіграє інтерпретація індивідуальних світоглядних цінностей, ідеалів, відносин і способів діяльності, які повинні стати особистісно вагомими і затребуваними. Ціннісне ставлення до діяльності по формуванню КЗ студентів, насамперед, охоплює усвідомлення першочергової важливості та необхідності зміцнення й збереження здоров'я всіх учасників освітнього процесу; пріоритетне ставлення до власного здоров'я та здоров'я своїх вихованців як до найвищої цінності; формування позитивної поведінки щодо зміцнення здоров'я, яка базується на внутрішній гармонії фізичного, психічного, духовного стану, а також використання оздоровчих технологій як у процесі організацій ФВ, так й протягом усього життя. Специфіка мотиваційно-ціннісного компонента полягає в досягненні гармонії між особистісними і професійними цінностями КЗ.

До найзагальніших характеристик цього компоненту відносимо:

– розвиненість, яка розкриває якісну різноманітність мотиваційних факторів КЗ;

– гнучкість, яка описує рухливість зв'язків, що існують між різними рівнями мотиваційної сфери у контексті формування КЗ;

– ієрархічність, яка охоплює рангову упорядкованість мотиваційної сфери у цілому та відношення до КЗ зокрема.

Отже, мотиваційно-ціннісний компонент КЗ характеризує ціннісно-мотиваційну сферу МУФК, яку складають цінності, інтереси, потреби, прагнення щодо формування та вдосконалення КЗ.

Інформаційно-пізнавальний компонент виражає ступінь оволодіння студентами науково-методичними основами теоретичних знань в сфері КЗ, а також рівень теоретичних знань з питань здоров'язбережувальної педагогіки та використання їх під час організації ФВ. Цей компонент розглядається нами як багаторівнева система теоретичних знань про здоров'я та КЗ, а також навчальну пізнавальну активність під час опанування цими знаннями у процесі організації занять ФВ.

Сучасний учитель, як зазначає М. Козуб, не може «успішно вирішувати професійні завдання, які стоять перед ним, не володіючи необхідними знаннями про предмет даної діяльності, про способи, засоби і технології ефективного вирішення необхідних завдань» [200, с. 72]. Виокремлюючи інформаційно-пізнавальний компонент, до уваги було взято позиції, які задекларовано у дослідженні Н. Малярчук [261] про те, що учитель повинен відповідати за знання специфіки та структури здоров'язберігаючих технологій (їх типів, видів, форм), принципів та засобів формування КЗ учнів. Цей компонент «виконує пізнавальну (оволодіння валеологічними знаннями) і нормативну (закріплення соціальних норм здоров'я) функції.

У нашому баченні інформаційно-пізнавальний компонент КЗ виражає рівень теоретичних знань та загальний кругозір МУФК у таких питаннях, як: відсутність шкідливих звичок, раціональне харчування, дотримання гігієнічних правил, науково-обґрунтоване чергування режимів праці та відпочинку, фізична активність, уміння зняти психологічну напругу, самоосвіта у питаннях КЗ. Тобто він базується на інтеграції системи знань

про здоровий спосіб і гігієну, про людину як істоту біосоціальну та соціокультурну; використання інноваційних технологій навчання під час формування КЗ у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура); орієнтацію на цінності здоров'я та його збереження.

Організаційно-діяльнісний компонент відображає характер і результативність освітньої діяльності студентів з оволодіння практичними вміннями та навичками у збереженні та зміцненні здоров'я, а також і арсенал конкретної практичної діяльності щодо вдосконалення власного рівня КЗ. Цей компонент, насамперед, проявляється в готовності до практичної здоров'язберігаючої діяльності, що базується на практичних вміннях вибирати, модифікувати і здійснювати професійну роботу з формування як своєї власної КЗ, так і КЗ своїх вихованців засобами ФВ в залежності від конкретних ситуацій.

Беручи до уваги дослідження Н. Малярчук [261, с. 150], було з'ясовано, що організаційно-діяльнісний компонент повинен базуватися на технологічній (оволодіння здоров'язберігаючими технологіями під час організації ФВ) та інноваційній (розробка методичного забезпечення своєї практичної діяльності як учителя ФК) функціях. Вважаємо, що такий перелік функцій є дещо обмеженим, тому доцільним є виокремлення ще й методологічної функції в організаційно-діялісному компоненті КЗ МУФК. Ця функція передбачає оволодіння практичними методами, необхідними для організації такого ФВ школярів, яке б дозволило ефективно здійснювати проектування здоров'язбережувальної діяльності та стимулювало їх на основі засобів ФВ до збереження власного здоров'я та підвищення КЗ.

Вагому роль у організаційно-діялісному компоненті відводиться навчально-пізнавальним (робота зі спеціальною літературою валеологічної та здоров'язберігальної тематики, що дозволяє розширити світогляд) та практичним (передбачення наслідків своєї практичної діяльності, визначати вплив негативних факторів на власне здоров'я, співвідносити свої потреби з вимогами раціональної здоров'язбережувальної поведінки) вмінням.

Зокрема, М. Сентізова зазначає, що індивідуальні практичні уміння та навички МУФК відображають процес розвитку життєво важливих фізичних якостей, рівень фізичної працездатності; сформованість поведінкових установок на ведення здорового способу життя; дотримання режиму навчання та відпочинку; вміння долати шкідливі звички, в тому числі вживання алкоголю і куріння [466, с. 10]. З методологічної точки зору, цей компонент спрямований на формування прикладних умінь і навичок щодо збереження та зміцнення як свого власного здоров'я так і здоров'я своїх вихованців під час організації ФВ.

Зупинимося на характеристиці *особистісно-емоційного компоненту* КЗ МУФК. Насамперед наголосимо на тому, що він безпосередньо пов'язаний з активізацією особистісних ресурсів майбутнього педагога і обумовлює емоційну сферу та особливості індивідуального стилю діяльності МУФК щодо формування КЗ. Головними вважаємо вироблену здатність на основі вольових зусиль зберігати та зміцнювати як власне здоров'я, так і здоров'я своїх вихованців та розвивати особистісну здатність до вдосконалення КЗ.

Поділяємо позицію М. Сметанського [483] та Т. Щербан [564] у тому, що емоційна сфера полягає у вмінні майбутнього педагога контролювати свої емоції, управляти своїм настроєм та настроєм учнів. Виходячи з цих міркувань, чільне місце у структурі особистісно-емоційного компоненту КЗ МУФК посідають професійно важливі якості фахівця. До уваги було взято дослідження М. Громкової, яка вважає, що професійно важливі якості – це «сукупність таких якостей фахівця, які служать успішному виконанню професійної діяльності, ефективному розв'язанню професійних завдань, особистісному росту і вдосконаленню» [101, с. 8]. У баченні О. Гури [107] професійно важливі якості повинні бути стійкими, суттєвим, рівноцінними та такими, які можна легко оцінити. У площині формування особистісно-емоційної сфери під час формування КЗ МУФК важливими вважаємо висновки І. Усатової [522] про «вагомість творчого освоєння професійно типових елементів у педагогічній діяльності за одночасного створення

власної системи індивідуально неповторного своєрідного комплексу способів, прийомів і засобів, постійного самовдосконалення, а також в активному внутрішньому прагненні фахівця виконати по-своєму педагогічні завдання, які ставить професійно-педагогічна дійсність» [522, с. 67].

Особистісно-емоційний компонент КЗ МВФК проявляється через: сформовану здатність вести здоровий спосіб життя; систематичність і послідовність оздоровчої діяльності як в особистісній так і педагогічної діяльності; готовність до прийняття самостійних рішень щодо підтримки і зміцнення здоров'я на основі використання засобів ФВ. Отже, особистісно-емоційний компонент КЗ охоплює процес розвитку фізичних якостей (витривалість, спритність, швидкість, сила та гнучкість), рівень фізичної та загальної працездатності, здатність виконувати професійну діяльність без прихорофізичних перенапружень. У студентів повинні бути сформовані практичні вміння і навички особистої гігієни, здорового харчування, відповідність режиму дня вимогам здорового способу життя.

Обґрунтуємо доцільність та розкриємо сутність *рефлексивно-оцінювального компоненту* КЗ МУФК. Ми виходили з тих міркувань, що рефлексивність обумовлена самокритичністю, постійним пошуком нових навчально-виховних форм, творчим підходом до діяльності по формуванню КЗ. Цей компонент передбачає самопізнання суб'єктом внутрішніх актів та станів, що передбачає «уміння виділяти, аналізувати й співвідносити з певною ситуацією власної дії, а отже, можливості» [14, с. 238]. Підтримуємо В. Лепського у тому, що істотним є те, що «саме в рефлексії особистість формує і змінює свої цілі (мету діяльності, поведінку, споглядання та інші види діяльності)» [445, с. 31]. Про те, що рефлексивна складова характеризує пізнання педагогом явищ власної діяльності доводить С. Алмаші: «операційна складова рефлексивного компоненту характеризується наявністю системи практичних умінь: проектувальних, організаційних та комунікативних, необхідних для професійної діяльності» [6, с. 95]. Рефлексія забезпечує можливість критично ставитися до самого себе та своєї діяльності

та є результатом опанування (інтеріоризації) особистістю соціальних стосунків [564, с. 223].

Отже, рефлексивно-оцінювальний компонент відіграє вагомий роль в контексті самовизначення та самооцінки досягнутого, допомагає зрозуміти необхідність цілеспрямованої діяльності з формування КЗ, а також усвідомлення студентами її важливості для реалізації професійних обов'язків у якості учителів фізичної культури. На основі рефлексії студенти мають змогу співвідносити свою базову активність, спрямовану на формування КЗ і свої усвідомлені цілі та домагання, які вони реалізують у конкретних ситуаціях. У цьому компоненті відображено ступінь самостійності МУФК щодо характеру застосування засобів профілактики розумової перевтоми, міри відповідності за організацію ФВ, спрямовану на загартовування та активний відпочинок школярів. Він передбачає вироблення навичок самоконтролю і саморегуляції власної поведінки та дає можливість зіставляти наслідки роботи із запланованим результатом, з'ясувати її ефективність, перевірити рівень не лише теоретичних знань, а й проаналізувати практичну діяльність. На його основі можна встановити реальний стан розвитку здібностей щодо діяльності з самовдосконалення КЗ.

Зупинимось на практичних аспектах *рівневої* градації КЗ МУФК. Констатуємо, наявність неоднозначних підходів до визначення рівнів. Зокрема, науковцями [208; 139; 259; 204; 475; 452] пропонується доволі широкий спектр рівнів, починаючи від двох (сформована і несформована) і до шести. На основі проведеного теоретико-методологічного аналізу з метою досягнення чіткості під час дослідження стану сформованості КЗ у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізичне виховання) було прийняте рішення про доцільність виокремлення чотирьох рівнів, а саме: *високого* (творчого), *достатнього* (продуктивного), *середнього* (базового), *низького* (стихійного) (табл. 2.1). Причому вважаємо, що в переважній більшості МУФК має бути *належний* рівень КЗ, який охоплює високий (творчий) та достатній (продуктивний) рівні.

**Характеристика компонентів культури здоров'я майбутніх учителів
фізичної культури відповідно до рівнів її сформованості**

Загальна характеристика		Рівні	
МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИЙ	Сформоване ціннісне ставлення до здоров'я, розвинуті внутрішні мотиви ведення здорового способу життя, вироблено внутрішню мотивацію та сформоване бажання вдосконалення КЗ на основі використання засобів ФВ. КЗ визначається як найвища цінність, дотримання здорового способу життя є внутрішньою потребою	<i>Високий</i>	<i>Належний</i>
	Усвідомлюють необхідність ціннісного ставлення до здоров'я та розуміють вагомість КЗ, здебільшого зорієнтовані на розвиток КЗ засобами ФВ. КЗ виступає у якості особистісної цінності, потреби і прагнення щодо її вдосконалення підтримуються як внутрішніми так і зовнішніми мотивами	<i>Достатній</i>	
	Лише у загальних рисах усвідомлюють здоров'я як цінність, переважають зовнішні мотиви до ведення здорового способу життя, вдосконалення КЗ підкріплюється як зовнішньою так і внутрішньою мотивацією. Здатні формувати КЗ засобами ФВ за шаблоном	<i>Середній</i>	
	Не усвідомлюють цінності свого власного здоров'я, сформовані лише зовнішні мотиви ведення здорового способу життя, не відчують потреби в заняттях фізичного виховання для розвитку КЗ, прагнення щодо вдосконалення особистої КЗ не сформовані	<i>Низький</i>	
ІНФОРМАЦІЙНО-ПІЗНАВАЛЬНИЙ	Системність теоретичних знань щодо формування КЗ, творчо використовують теоретичну інформацію під час організації занять з ФВ; систематично цікавляться додатковою літературою з питань розвитку КЗ, ведуть здоровий спосіб життя та використовують потенціал здоров'язберезувальних технологій	<i>Високий</i>	<i>Належний</i>
	Володіють теоретичними знаннями з КЗ та здорового способу життя, час від часу цікавляться додатковою літературою з питань розвитку КЗ та ведення здорового способу життя	<i>Достатній</i>	
	Володіють теоретичним матеріалом у відповідності до вимог, які висуває навчальна програма, однак, що стосується питань, які не включені у програму як обов'язкові, – не можуть на них відповісти, несистематично читають додаткову літературу	<i>Середній</i>	
	Спостерігаються суттєві прогалини у теоретичних знаннях про формування КЗ, часто не знають елементарних речей щодо ведення здорового способу життя та здоров'язберігаючих технологій для розвитку КЗ під час організації ФВ	<i>Низький</i>	

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ДІЯЛЬНІСНИЙ	Володіють системним комплексом практичних умінь та навичок, а також спеціальними прийомами формування КЗ та можуть творчо використовувати для зміцнення здоров'я під час ФВ, самостійно та цілеспрямовано організують свою діяльність, системно виконують дії по формуванню КЗ, здатні прогнозувати та самостійно проводити діяльність	Високий	Належний
	Сформовані практичні уміння та навички, потрібне стимулювання ззовні для їх застосування, можуть використовувати методичні прийоми для формування КЗ у процесі ФВ, виконують необхідні дії для формування КЗ, можуть в загальних рисах спрогнозувати здоров'язбережувальну діяльність	Достатній	
	Мають сформовані загальні уміння та навички, володіють окремими методичними засобами та прийомами для формування КЗ під час ФВ, діють за зразком, лише за умови зовнішнього спонукання організують здоров'язбережувальну діяльність, допускаючи помилки	Середній	Низький
	Не володіють достатнім рівнем практичних умінь та навичок щодо збереження та зміцнення здоров'я, мають суттєві прогалини у використанні методичних прийомів у формуванні КЗ, часто неправильно виконують завдання, допускають значні неточності, відсутнє бажання до впровадження здоров'язберігаючих технологій для розвитку КЗ під час організації ФВ		
ОСОБИСТІСНО-ЕМОЦІЙНИЙ	Зорієнтовані на розвиток особистісних і професійних якостей для формування КЗ засобами ФВ, уміють мобілізувати особистісні ресурси, володіють широким колом особистісно-професійних інтересів, не мають шкідливих звичок, ведуть системну оздоровчу діяльність; готові до прийняття самостійних рішень щодо підтримки і зміцнення здоров'я, розробили та впроваджують власні прийоми і засоби по формуванню КЗ, мають активне внутрішнє прагнення до самовдосконалення, витривалі, спритні, гнучкі, володіють високим рівнем працездатності, здатні якісно виконувати діяльність без прихорфізичних перенапружень	Високий	Належний
	Усвідомлюють потребу розвитку особистісних і професійних якостей у формуванні КЗ засобами ФВ, при потребі можуть мобілізувати особистісні ресурси, мають належний спектр особистісно-професійних інтересів, проводять оздоровчу діяльність в особистісному напрямі; при потребі самостійно проводять необхідні заходи для підтримки і зміцнення здоров'я, використовують традиційні прийоми і засоби по формуванню КЗ, внутрішнє прагнення до самовдосконалення часто стимулюється зовнішніми чинниками, володіють належним рівнем фізичної та загальної працездатності, здатні належним чином виконувати професійну діяльність без прихорфізичних перенапружень	Достатній	

ОСОБИСТІСНО-ЕМОЦІЙНИЙ	Лише в окремих випадках усвідомлюють потребу розвитку особистісних і професійних якостей у формуванні КЗ засобами ФВ, при зовнішньому спонуканні мобілізують особистісні ресурси, проводять оздоровчу діяльність в особистісному напрямі лише на вимогу; час від часу організують заходи для зміцнення здоров'я, самовдосконалення стимулюється лише зовнішніми чинниками, володіють посереднім рівнем фізичної та загальної працездатності, мають деякі шкідливі звички, діяльність проводять з незначними психофізичними перенапруженнями	<i>Середній</i>	
	Не усвідомлюють потреби розвитку особистісних і професійних якостей у формуванні КЗ засобами ФВ, рідко проводять оздоровчу діяльність як в особистісному, так і професійному напрямі; лише інколи організують заходи для зміцнення здоров'я, самовдосконалення практично відсутнє, мають низький рівень фізичної та загальної працездатності, професійну діяльність щодо ФВ організують з психофізичними перенапруженнями	<i>Низький</i>	
РЕФЛЕКСИВНО-ОЦІНЮВАЛЬНИЙ	Здатні до самопізнання, володіють високим рівнем самокритичності, займаються пошуком нових форм та використовують творчий підхід до формування КЗ засобами ФВ, притаманна здатність до активного та системного самоаналізу, вироблені навички самоконтролю і саморегуляції поведінки з формування КЗ	<i>Високий</i>	Належний
	Можуть, при потребі, бути самокритичними, займаються пошуком нових форм та можуть використати творчий підхід до формування КЗ, займаються самоаналізом, мають загальні навички самоконтролю і саморегуляції поведінки по формуванню КЗ під час ФВ	<i>Достатній</i>	
	Лише під дією зовнішніх стимулів можуть займатися самопізнавальною діяльністю, інколи бувають самокритичні, використовують традиційний підхід до формування КЗ, часткова здатність до самоаналізу, посередні навички самоконтролю і саморегуляції власної поведінки по формуванню КЗ засобами ФВ	<i>Середній</i>	
	Нездатні до самопізнання, мають низький рівень самокритичності, не уміють займатися самоаналізом, невироблені навички самоконтролю і саморегуляції власної поведінки з формування КЗ, не уміють адекватно оцінити стан власного здоров'я	<i>Низький</i>	

Підсумовуючи, наголосимо, що визначені компоненти КЗ (мотиваційно-ціннісний, інформаційно-пізнавальний, організаційно-діяльнісний, особистісно-емоційний, рефлексивно-оцінювальний) будуть

покладені в основу організації педагогічного експерименту з формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки у ЗВО.

Подальші наші напрацювання будуть спрямовані на висвітлення концептуальних позицій щодо професійної підготовки МУФК, які володіють належним (високим та достатнім) рівнем КЗ.

2.4 Проектування концепції неперервності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з належним рівнем сформованості культури здоров'я

Нині не викликає сумнівів той факт, що КЗ кожної людини доцільно розглядати як запоруку благополуччя усього суспільства. Однак, у нашій країні існують певні негативні тенденції у цьому контексті. Зокрема, «в Україні стан здоров'я населення, особливо молоді, дедалі більше набуває загрозливого характеру з погляду життєздатності та безпеки нації» [293, с. 6]. Як було нами доведено, для учителя фізичної культури КЗ виступає не лише необхідною реальністю для якісного виконання професійних функцій та обов'язків, а й запорукою високого професіоналізму. Очевидним є те, що формування такого професіонала повинне базуватися на процедурі використання засобів *педагогічного проектування* та передбачає розробку цілісної концепції такої професійної підготовки у ЗВО.

Необхідність проектування концепції неперервності та наступності професійної підготовки МУФК зумовлена негативними тенденціями щодо збереження здоров'я, а також зумовлена потребою відновлення тих духовних, моральних і культурних цінностей, якими володіє КЗ у професійній діяльності педагога. З методологічної точки зору ми того, що КЗ – це фундаментальна категорія усього людського буття, яка розглядається у якості найважливішого пріоритету будь-якої країни.

Зупинимося на характеристиці сутності наукової дефініції «педагогічне проектування». З'ясовано, що це поняття походить від латинського слова «projectus», що у дослівному перекладі означає «кинутий вперед». З етимологічної точки зору термін «проект» трактується як план, задум чогонебудь, що станеться в майбутньому. У науковий обіг цю дефініцію введено А. Макаренком, який довів, що «педагогічне проектування – це необхідний початковий момент в організації виховного процесу. Як не можна без проекту побудувати будинок, так не можна і виховати потрібних людей, не маючи уявлення про те, які якості їм повинні бути притаманні. Тільки через проектування можна включити виховні цілі в організації об'єктивного процесу виховання» [256, с. 68]. Погоджуємося з Ю. Татуром [503, с. 10] у тому, що найбільш доцільно розглядати проектування як частину діяльності викладача, що передбачає створення прообразу освітнього процесу.

З методологічної позиції, педагогічні проекти повинні бути спрямовані на розробку практичних засад майбутньої професійної діяльності. Проектування, у баченні В. Курбатова [233], А. Шевченка [556] та Г. Щедровицького [562], необхідна умова для педагога-проектувальника, який має виважено підходити до розробки проекту. В. Нечипоренко доводить, що проектування – «це специфічний індивідуально-творчий процес, який вимагає оригінальних рішень, і в той же час – це процес колективної творчості» [281, с. 86]. Як декларує І. Колеснікова [201], проектування це – «практико-орієнтована діяльність, метою якої є розробка нових, що не існують в практиці освітніх систем і видів педагогічної діяльності» [201, с. 10]. Тобто проектування повинне базуватися на розробці чіткої програми, а сам проект може бути вироблений тільки на основі аналізу та усвідомлення змісту педагогічної діяльності у контексті формування КЗ.

Вважаємо, що *проектування є специфічним видом діяльності, що спрямоване на створення проекту як особливого виду науково-методологічного продукту, що охоплює науково-практичний метод вивчення і перетворення дійсності, базується на інноваційних характеристиках та*

передбачає конкретну процедуру – формування належного рівня КЗ у МУФК. Проектування виступає як цільова і смислова єдність, де повинні бути представлені досвід практичної діяльності та творчість під час формування КЗ. Лише такий підхід забезпечить формування нових та системних за своєю природою професійних якостей МУФК, що матимуть належний рівень КЗ.

У своєму дослідженні ми дослухалися до думки Дж. Джонса [122], який обґрунтував, що використання педагогічного проектування зумовлено трьома *етапами*: 1) дивергенції (розширення меж проектної ситуації з метою забезпечення належного простору для пошуку оптимального рішення); 2) трансформації (створення принципів та концепцій); 3) конвергенції (вибір оптимального варіанта вирішення поставленої проблеми на основі аналізу багатьох альтернативних).

З методологічної точки зору, виходили з тих міркувань, що ступінь надійності проектування має визначатися такими *факторами*, як: 1) глибиною комплексного аналізу сучасних тенденцій формування КЗ МУФК; 2) ступенем вивченості означеного кола питань, дослідженням повноти інформації про причинно-наслідкові зв'язки, що визначають формування КЗ; 3) своєчасністю обробки інформації про формування КЗ МУФК.

Ціль педагогічного проектування – розробити нові психолого-педагогічні підходи до функціонування і розвитку системи професійної підготовки МУФК під час формування належного (високого та достатнього) рівня КЗ.

Вивчення напрацювань В. Бикова [34] та А. Карманчікова [186] дозволило встановити, що педагогічне проектування процесу формування КЗ можна умовно поділити на *три стадії*:

1. Стадія ретроспекції.
2. Стадія постановки діагнозу.
3. Стадія перспекції.

Так, під ретроспекцією розуміється така стадія проектування, під час якої є реальна можливість дослідити історію розвитку об'єкта проектування на основі одержання систематизованого та узагальненого опису. У нашому випадку це висвітлення основних аспектів і передумов організації професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ. Зібрана інформація на стадії ретроспекції представляється у зручній схематичній формі; визначаються й уточнюються особливості формування КЗ, складається перелік перспективних практичних методів та форм, які будуть використанні.

Стадія постановки діагнозу передбачає дослідження, систематизацію, опис об'єкта проектування з метою виявлення тенденцій його розвитку і вибору найбільш адекватних напрямів з формування КЗ. На цій стадії відбувається використання даних з різних джерел – це може бути освітня інформація, що міститься у відомостях здачі МУФК диференційованих заліків та іспитів, у поточних і модульних контрольних роботах, колоквіумах, у результатах підсумків спеціальних перевірок (ректорські контрольні роботи, зрізи знань) з тих предметів, які визначені профілюючими під час формування КЗ. Передбачаємо, що найбільш значущий матеріал можна отримати під час проведення констатувального етапу експерименту. У цих матеріалах містять дані, що всебічно відображають проблему, яка стосується розробки концепції професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ. Для їх одержання викладачі повинні цілеспрямовано підібрати спеціальні теоретичні та практичні завдання, вправи, тести, опитувальники, психолого-педагогічні інструменти та діагностичні методики. На цій стадії важливим є виділення основних та другорядних чинників, а також врахування існуючих зовнішніх та внутрішніх факторів на основі яких досягаються поставлені цілі, що діють в освітньому середовищі конкретного ЗВО. Тобто необхідно враховувати ті чинники, що можуть впливати у найближчій та віддаленій перспективі на реалізацію вихідних ідей професійної підготовки МУФК.

У цілому, на стадії постановки діагнозу проектування спрямоване на розв'язування таких завдань, як: 1) проведення оцінки стану сформованості

КЗ; 2) з'ясування причинно-наслідкових зв'язків, які виникатимуть під час професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ.

Слід зазначити, що перші дві стадії дають змогу оцінити шляхи і напрями формування КЗ у процесі професійної підготовки, виявити прогалини, визначити позитивні тенденції та з'ясувати закономірності. По суті, ці стадії (ретроспекції та постановки діагнозу) слугують методологічною основою для формування у МУФК належного рівня КЗ під час навчання у ЗВО.

На третій стадії – проспекції – розробляється остаточний проект концепції. Ця стадія є завершальною та охоплює процеси педагогічного моделювання й коригування. На цій стадії відбувається уточнення та верифікація. У нашому випадку на цій стадії передбачається практична розробка концепції неперервності та наступності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ. Послідовність операцій була такою:

1. Складання попередніх рекомендацій професорсько-викладацькому складу кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, які проводили педагогічне діагностування і прогнозування.

2. Обговорення рекомендацій з опитуванням кваліфікованих експертів, що працюють в інших ЗВО та залучені до професійної підготовки студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура).

3. Складання звіту про зміни, що очікуються стосовно вдосконалення професійної підготовки МУФК у випадку реалізації запропонованих рекомендацій з формування КЗ із зазначенням позитивних та можливих негативних наслідків від впровадження авторської концепції.

Проектування є основоположним для проектної парадигми в освіті, а тому характеризує конкретні якісні зміни освітнього процесу, які спрямовані на забезпечення досягнення нових цілей у рамках можливих методичних ресурсів освітнього середовища. З огляду на це проектування має бути орієнтоване на оптимізацію тих рішень, які уже прийняті та впровадженні в

освітній процес професійної підготовки МУФК, а тому розглядається нами не як самоціль, а як конкретна практична інформація, що націлена на цільові, планові, програмні, організаційно-управлінські рішення щодо формування у належного рівня КЗ.

На основі аналізу напрацювань фахівців [201; 281; 503; 562; 568] встановлено, що педагогічне проектування базується на розробці конкретної концепції та має бути представлене у вигляді опису взаємопов'язаних елементів цієї концепції. *Специфіка* педагогічного проектування виявляється у тому, що воно орієнтоване на розширення теоретико-методологічних та практичних горизонтів щодо формування у студентів КЗ на основі створення конкретної «предметної продукції» – *концепції неперервності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ*.

Розглянемо сутність такої наукової дефініції як «концепція». З'ясовано, що цей науковий термін походить від латинського слова – «Conception», що у дослівному перекладі означає сукупність. У педагогічному словнику розглядається як «система поглядів на те чи інше педагогічне явище, процес, спосіб розуміння, тлумачення якихось педагогічних явищ, подій; провідна ідея педагогічної теорії, яка повинна представляти загальну думку та основну ідею [87, с. 177]. Подібні погляди декларує В. Полонський, який доводить, що концепція – це «провідна думка, що визначає стратегію дій при здійсненні реформ, програм, проектів, планів» [420, с. 158]. У словнику іншомовних слів термін «концепція» має декілька трактувань: по-перше, система поглядів на певне явище; по-друге, спосіб розуміння явищ, основна ідея будь-якої теорії; по-третє, ідейно-творчий задум» [280, с. 361].

У дослідженні ми виходили з робочої гіпотези про те, що нині необхідна організація цілеспрямованої професійної підготовки МУФК, яка передбачає формування у них суб'єктивних позицій щодо потреби у сформованості КЗ. Тобто *концепцію* розглядаємо як цілісні та системні погляди на процес проектування неперервності та наступності у професійній підготовці МУФК з належним рівнем КЗ.

В *основу* авторської концепції покладено положення, згідно якого МУФК будуть більш освіченими, духовно багатими та професійно компетентними, якщо їх професійна підготовка відбуватиметься на основі неперервності під час формування КЗ. Використання теоретичних та практичних знань, які стосуються збереження та зміцнення КЗ, що отримані у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО («бакалавр», «магістр»), дозволить підвищити рівень професійної діяльності МУФК і дасть їм можливість успішно будувати свою професійну кар'єру. Отже, проектування концепції це не лише діяльність, а, передусім, послідовна зміна професійної підготовки МУФК у ЗВО. На думку українських науковців І. Єрмакової, В. Нечипоренка та В. Прокопенка [432] психолого-педагогічні можливості проектування доволі високі, адже дозволяють оптимально забезпечити розвиток особистості у конкретному контексті. У нашому випадку – це формування належного (високого та достатнього) рівня КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки.

Вважаємо, що проектування – це особливий вид інноваційної поліфункціональної діяльності за допомогою якої створюється належне освітнє середовище для формування КЗ. Розглядаємо його як творчий процес, що передбачає використання оригінальних авторських ідей та рішень, охоплює організацію індивідуальної та колективної діяльності усіх учасників освітнього процесу, які задіяні до професійної підготовки МУФК, що передбачає три етапи: *початковий, основний та заключний*.

На *початковому* етапі необхідно визначити та обґрунтувати головні *передумови* проектування концепції професійної підготовки МУФК з високим рівнем КЗ. Такими передумовами стали:

– усвідомлення необхідності кардинальних змін тієї ситуації, що склалася на ринку освітніх послуг, урахування спрямованості освітнього процесу професійної підготовки МУФК на формування належного рівня КЗ;

– потреба системного вдосконалення процесу формування КЗ у МУФК відповідно до запровадження неперервності професійної освіти у ЗВО;

– розробка нових навчальних курсів, впровадження спецкурсів у професійну підготовку МУФК;

– необхідність системного та комплексного запровадження освітніх інновацій в професійну підготовку, що спрямовані на формування у МУФК належного рівня КЗ.

Основні передумови знайшли своє практичне підкріплення в Стандарті вищої професійної освіти, що є сукупністю вимог, обов'язкових при реалізації основних освітніх програм зі спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) усіма освітніми установами вищої професійної освіти, що мають державну акредитацію, на території України (див. додаток В). Автор особисто входив в проектну групу по розробці стандарту ОКР бакалавр.

Мета концепції професійної підготовки МУФК спрямована на визначення гуманістичних орієнтирів під час формування КЗ на засадах неперервності та наступності.

Основними завданнями визначено:

– підтримка та стимулювання розвитку індивідуальності студента на основі виявлення його задатків і здібностей, формування ціннісних орієнтацій, задоволення інтересів і потреб у контексті збереження та зміцнення здоров'я та формування КЗ;

– формування свідомої, вільної, демократичної, життєво і соціально компетентної особистості, здатної здійснювати самостійний вибір та приймати відповідальні рішення щодо збереження та зміцнення як свого власного здоров'я, так і здоров'я своїх вихованців;

– розвиток у студентів бажання і вміння вчитися, формування потреби вдосконалення КЗ впродовж професійної підготовки в ЗВО та протягом усього особистісного і професійного розвитку, вироблення практичних умінь і навичок творчого застосування теоретичних знань про КЗ у професійній діяльності під час організації ФВ;

– активна допомога у формуванні в МУФК цілісного наукового світогляду, розвиток компетентностей на основі засвоєння цілісної системи теоретичних знань про КЗ;

– забезпечення належних умов для професійного й життєвого самовизначення, формування готовності до свідомого оволодіння культурою збереження та зміцнення здоров'я під час оволодіння професією;

– формування майбутніх фахівців, що здійснюватимуть ФВ як людей високоморальних, відповідальних з належним рівнем КЗ.

Реалізація завдань зумовила перехід до *основного* етапу проектування, що передбачав визначення основних положень авторської концепції професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ, які здійснюватимуть ФВ школярів. У дослідженні ми виходили з тих міркувань, що професійна підготовка майбутнього фахівця неможливе при набутті лише теоретичних знань і практичних умінь щодо збереження та зміцнення здоров'я, а тому передбачає обов'язкове оволодіння цінностями, які вироблялися людством упродовж багатьох століть у контексті КЗ. Таке забезпечення можуть дати *засоби ФВ*, які відображають сформованість особистості МУФК.

Оскільки результативність функціонування авторської концепції неперервності та наступності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ перебуває у безпосередній залежності від повноти й узгодженості *базових структурних елементів*, доцільно зупинитися на їхньому висвітленні. З методологічної точки зору, у концепції чільне місце відведено:

1) Ціннісно-орієнтаційному (цінності щодо збереження та зміцнення здоров'я у студентів; ключові ідеї та принципи побудови систематичної та неперервної діяльності щодо формування КЗ у МУФК).

2) Індивідуально-особистісному (студенти; професорсько-викладацький склад; адміністрація ЗВО; громадські організації та спортивні співтовариства, які залучаються до діяльності по формуванню КЗ).

3) Функціонально-діяльнісному (розширення теоретичних знань про КЗ, впровадження практичних форм та методів організації діяльності по формуванню КЗ; системне керування цим процесом з боку викладачів).

4) Соціально-комунікативному (налагодження позитивного спілкування, формування здоров'язбережувального освітнього середовища в освітніх закладах, які готують МУФК, стимулювання соціалізації студентів у контексті виховання у них цінностей збереження та зміцнення здоров'я засобами ФВ).

5) Діагностико-результативного (дослідження змін щодо сформованості мотиваційно-ціннісного, інформаційно-пізнавального, організаційно-діяльнісного, особистісно-емоційного та рефлексивно-оцінювального компонентів КЗ МУФК впродовж неперервної професійної підготовки в ЗВО).

Основоположними *засадами* концепції є *неперервність* і *наступність* професійної підготовки МУФК. Головними рисами неперервності та наступності є: опора на активність; безперервний зв'язок освітнього процесу з науковим пізнанням КЗ; забезпечення наступності всіх типів навчальних закладів, які готують МУФК і досягнення єдності їх практичної діяльності при збереженні різноманітності форм, методів і засобів навчання; адаптація професійної підготовки МУФК в контексті формування КЗ до сучасних умов українського суспільства та світових вимог.

Зупинимося на обґрунтуванні *неперервності*. Насамперед відзначимо, що у «Хартії про ціложиттєве навчання» [538] задекларовано, що набувати нові знання та компетентності, опановувати нові технології, розуміти нове інформаційне довкілля особа може впродовж усього свого життя. Такі ж ідеї пропагуються в «Міжнародному підручнику з неперервного професійного розвитку вчителів» [589]. Навчання протягом життя забезпечує МУФК не лише можливості для збереження і зміцнення здоров'я, а й затребуваність на ринку праці. Тобто, реалізація неперервності пов'язана із можливістю

максимально повної інтеграції інформації про КЗ на індивідуальному рівні у певній логічній послідовності.

На основі аналізу публікації Н. Ничкало [381] встановлено, неперервна освіта реалізується шляхом: формування потреби й здатності особистості до самонавчання та саморозвитку; оптимізації системи перепідготовки фахівців і підвищення їхнього фахового рівня; створення інтегрованих навчальних планів та програм для підготовки кваліфікованих фахівців; створення системи навчальних закладів для забезпечення освіти дорослих відповідно до потреб особистості та ринку праці. Поділяємо позицію науковців у тому, що «сьогодення позначилося реалізацією програми структурного реформування вищої освіти в тісній взаємодії з іншими освітніми ланками, що забезпечує збереження досягнень минулого приведення системи вищої освіти у відповідність зі світовими науковими здобутками» [242, с. 56]. Відзначимо, що усі висвітлені шляхи є доступними і в організації освіти МУФК на основі концепції неперервної освіти.

Роблячи акцент на неперервності до уваги було взято той факт, що для більшості учнів коледжів та студентів молодших (перший та другий) курсів ЗВО, які навчаються за спеціальністю 014.11 Середня освіта (фізична культура) домінуючими є, в основному, спортивні інтереси. Пізніше, на другому та третьому курсах навчання у ЗВО починає зростати значимість пізнавальних дій, які виступають інтелектуальною основою професійного цілепокладання майбутнього фахівця. Як показало наше власне опитування, лише на четвертому курсі у бакалавраті близько половини усіх студентів мають сформовані провідні педагогічні інтереси, володіють цілями, уміннями, орієнтацією на майбутню професійну діяльність. У контексті неперервності формування КЗ, особливої актуальності набуває посилення професійної спрямованості освітнього процесу, забезпечення адресної спрямованості знань, шляхом безперервного занурення студентів в сферу майбутньої діяльності, стимулювання механізмів саморозвитку щодо формування КЗ.

У найбільш загальному аспекті *наступність* є закономірним чинником неперервності освітнього процесу, що визначає логіку та послідовність навчання та виховання особистості на всіх вікових етапах. Наступність відіграє важливу роль, оскільки успішність професійної підготовки, багато в чому, визначається своєрідним «розумовим» матеріалом, накопиченим студентами на попередніх етапах навчання. Наступність, у розумінні Н. Денисової «попереджує дублювання змісту відповідних дисциплін й забезпечує відповідне раціональне використання матеріально-технічних ресурсів вищих навчальних закладів; розширюються можливості поточного корегування змісту професійної освіти та зміни спеціалізації відповідно до вимог і замовлень на ринку праці [115, с. 111]. Ефективність наступності, як зазначає Д. Сингаївський [472, с. 133], досягається шляхом комплексного підходу до формування змісту освіти, розробки організаційно-методичного забезпечення освітнього процесу.

Досліджуючи професійну підготовку МУФК в системі «педагогічний коледж – педагогічний університет», Р. Маслюк [271] доводить, що психолого-педагогічні аспекти наступності стосуються: професійного та інтелектуального самовизначення; готовності до праці; змістовної та процесуальної готовності до виконання конкретного спектру професійної діяльності, уміння застосовувати одержані знання. Погоджуємося з тим, що наступність професійної підготовки МУФК в системі «коледж – університет» має бути одним із провідних принципів. Саме тому, професійна підготовка майбутніх фахівців є доволі складною конструкцією, проте оптимізація її змісту можлива за умови дотримання наступності.

Загальнонаукова категорія «наступність», у баченні А. Багорки, має об'єктивний і загальний характер, проявляючись у природі, суспільстві та пізнанні. Причому сучасний стан наступності характеризується різнобічністю та виступає як «інструмент, що дає можливість проникнути в суть методичних проблем, досліджувати і управляти процесом навчання і

виховання», а також як «дидактичний принцип, який забезпечує цілісність та системність знань» [21, с. 5].

Нині, на думку Л. Костюченко [213, с. 256], досить гостро постало питання наступності в професійній підготовці майбутніх кадрів у комплексі «коледж – університет». Як доводить А. Возняк наступність – необхідний атрибут розвитку духовної культури суспільства, що спонукає істотне підвищення професіоналізму майбутніх фахівців. Авторка наголошує, що «наступність у освіті поглиблює та закріплює відповідальне ставлення до навчання, праці, професіоналізму, пізнання, творчості, традицій та людей, що оточують молодь. [64, с. 285].

Встановлено, що нині в Україні існує цілий ряд ЗВО I-II рівнів акредитації (коледжів), освітня діяльність яких спрямована на неперервну та наступну підготовку майбутніх фахівців ОКР «молодший спеціаліст» за спеціальністю 014 Середня освіта, спеціалізацією 11 «Середня освіта (Фізична культура)». Серед них: Педагогічний коледж Чернівецького національного університету ім. Ю. Федьковича, Дніпродзержинський коледж фізичного виховання, Вищий комунальний навчальний заклад «Коростишівський педагогічний коледж імені І.Я. Франка» Житомирської обласної ради, Запорізький гуманітарний коледж Запорізького національного технічного університету, Комунальний вищий навчальний заклад Київської обласної ради «Богуславський гуманітарний коледж імені І.С. Нечуя-Левицького», Комунальний вищий навчальний заклад «Олександрійський педагогічний коледж імені В.О. Сухомлинського», Комунальний заклад Львівської обласної ради «Бродівський педагогічний коледж імені Маркіяна Шашкевича», Комунальний заклад Львівської обласної ради «Самбірський педагогічний коледж імені Івана Филипчика», Кременчуцький педагогічний коледж імені А.С. Макаренка, Вищий комунальний навчальний заклад Сумської обласної ради «Путивльський педагогічний коледж імені С.В. Руднева», Харківський коледж Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, Прилуцький

гуманітарно-педагогічний коледж ім. І.Я. Франка. Надалі учні коледжів мають змогу продовжити навчання у ЗВО III-IV рівнів акредитації та здобути освітній рівень «бакалавр» чи «магістр».

Отже, під неперервною професійною підготовкою МУФК в контексті формування КЗ розуміємо цілеспрямовану діяльність освітніх закладів, яка спрямована на отримання знань, формування умінь та навичок, розвиток мотиваційної сфери та особистісних якостей. У такій системі неперервної професійної підготовки очевидний пріоритет має вища школа, яка визначає цілі, а також зміст діяльності інших ланок. Беручи до уваги наведене, у нашому дослідженні ми акцентуємо увагу на неперервності формування КЗ під час професійної підготовки МУФК освітнього рівня «бакалавр» та «магістр» у ЗВО.

В ідеалі в контексті основоположних засад неперервності та наступності у формуванні КЗ доцільно спочатку охопити учнів коледжів, пізніше вдосконалити освітній процес в ЗВО під час здобуття студентами освітнього рівня «бакалавр», а потім необхідно дати можливість майбутнім фахівцям розширити знання, поглибити уміння та навички під час навчання у магістратурі, а також активно продовжити цей процес під час професійного вдосконалення учителів на базі інститутів післядипломної педагогічної освіти. Лише таким чином, можна забезпечити «вертикальну» та «горизонтальну» інтеграцію у формуванні КЗ на засадах неперервності й наступності. Така організація професійної підготовки МУФК дасть можливість ґрунтовно засвоїти знання, сформує систему ціннісних орієнтирів щодо КЗ, допоможе оперувати професійними уміннями та розширить світосприйняття.

Таким чином, обов'язковою вимогою до побудови освітнього простору у ЗВО, згідно нашої авторської концепції, має бути гармонійне поєднання неперервності й наступності професійної підготовки МУФК та узгодження науково-дослідної й навчально-пізнавальної діяльності студентів, яка передбачає таку організацію освітнього процесу, яка спроможна забезпечити

формування гуманної особистості, що має належний рівень КЗ. У зв'язку з цим необхідно залучати студентів до участі в наукових гуртках, олімпіадах, творчих конкурсах, до проведення наукових досліджень, стимулюючи таким чином розвиток їхніх творчих здібностей та стимулюючи поглиблене вивчення теоретичних та практичних аспектів КЗ.

Сучасне суспільство потребує підготовки МУФК, які здатні активно протистояти негативним явищам, що проявляються в професійній діяльності та особистому житті кожної людини. Вважаємо, що ефективність цього процесу досягається, якщо: 1) у студентів є внутрішня вмотивованість до формування КЗ; 2) професорсько-викладацький склад використовуватиме в освітньому процесі інноваційні засоби та технології під час викладання професійно орієнтованих навчальних дисциплін; 3) серед студентської молоді активно пропагується КЗ та здоровий спосіб життя; 4) у ЗВО сформоване здоров'язбережувальне освітнє середовище.

З методологічної точки зору акцентуємо увагу на доцільності певних змін у процесі забезпечення наступності та неперервності професійної підготовки МУФК у контексті формування у них КЗ, а саме: об'єднання зусиль викладацького корпусу щодо уникнення дублювання навчальних програм, а також чітке узгодження напрямів спеціальностей; приведення у відповідність особистісних потреб із запитами ринку праці та реальними бюджетними можливостями навчальних закладів; раціоналізація навчально-методичної бази на основі використання інтегрованих навчальних планів і наскрізних програм професійної підготовки майбутніх фахівців з освітніх рівнів «бакалавр» та «магістр».

Розглянемо *загальні теоретико-методологічні аспекти*, що покладені у основу проектування концепції формування КЗ МУФК. Наголосимо, що процес системного реформування освіти в Україні передбачає пошук найбільш оптимальних шляхів раціонального поєднання теоретичних знань з уміннями застосовувати їх на практиці, а також оптимізації форм і методів освітнього процесу, удосконалення навчальних планів та програм.

Погоджуємося із І. Зязюном [166], у тому що доцільно узгодити перехід від етапу загальної освіти до вищої освіти, що безпосередньо охоплює підвищення ОКР у процесі професійної підготовки.

Погоджуємося із С. Дружіловим [133] у тому, що у процесі неперервної та наступної професійної підготовки майбутнім фахівцям має бути забезпечено досягнення необхідного рівня професійної компетентності. Автором визначено чотири *стадії компетентності*, які характеризують професійну підготовку. Представимо нашу інтерпретацію цих стадій стосовно професійної підготовки МУФК, щодо формування у них належного рівня (високого та достатнього) КЗ.

Перша стадія – несвідома компетентність – передбачає, що в особи немає необхідних знань, умінь та навичок щодо формування КЗ, причому цей факт чітко усвідомлюється. Ця стадія характеризується наступною самооцінкою «Я не знаю, що я не знаю». Вважаємо, що несвідома компетентність характерна, в переважній більшості, учням коледжів, які на першому курсі навчання здобувають загальну середню освіту та не вивчають професійно орієнтованих дисциплін. Вони мають лише часткові знання про КЗ та не володіють практичними навичками щодо її формування.

Друга стадія – свідомі некомпетентність – характеризується тим, що особистість усвідомлює, що у неї недостатньо професійних знань про КЗ. Для цієї стадії використовується формула «Я знаю, що не знаю», студенти усвідомлюють свою професійну некомпетентність, як наслідок це спричиняє підвищення у них внутрішньої мотивації для набуття знань і умінь щодо формування КЗ. На цій стадії знаходяться студенти I та II курсів ЗВО, які здобувають освітній рівень «бакалавр». Несвідома компетентність пов'язана з тим, що МУФК ще не вивчали професійно орієнтованих навчальних дисциплін, тому лише інтуїтивно можуть формувати свою КЗ.

Третя стадія – свідомі компетентність – передбачає, що МУФК чітко розуміють потребу КЗ для своєї професійної діяльності та мають теоретичні знання і сформовані уміння, володіють професійним потенціалом та мають

професійну спрямованість, у них належним чином сформовані відповідні ціннісні орієнтації та ідеали щодо КЗ. Студентам притаманна самооцінка за формулою «Я знаю, що саме я знаю». Вважаємо, що за умови цілеспрямованої діяльності, кращі студенти III та IV курсів, що здобувають освітній рівень «бакалавр», а також магістри досягають цієї стадії компетентності в аспекті формування КЗ ще під час навчання ЗВО.

Четверта стадія – автоматична («безсвідома») компетентність – можлива лише тоді, коли є рівень майстерності фахівця з високим рівнем КЗ. Вбачаємо, що такий рівень компетентності щодо сформованості КЗ має можливість здобути учитель фізичної культури на основі практичної діяльності на своєму робочому місці. Тобто автоматична компетентність притаманна для фахівців, які мають від 3 до 5 років професійного стажу та свідомо переконані у необхідності збереження та зміцнення власного здоров'я та підтримують своїх вихованців, формуючи у них високий рівень КЗ засобами ФВ.

У нашому розумінні формування КЗ полягає в цілеспрямованому та поступовому поєднанні окремих стадій компетентності, які б змогли привести до максимального позитивного ефекту та забезпечили б високий рівень професіоналізму МУФК у діяльності, яка спрямована на збереження та зміцнення здоров'я.

На основі проведеного семантичного аналізу дисертаційного дослідження А. Райцева [441] встановлено, що концепція неперервності та наступності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ повинна базуватися на цілісності, суть якої можна трактувати через такі *засадничі площини* як *прогностичність, гнучкість та спадкоємність*.

Прогностичність передбачає зорієнтованість професійної підготовки на перспективні запити і потреби особистості щодо забезпечення оптимального особистісного і професійного розвитку у ЗВО. Прогностичність, в першу чергу, базується на внесенні своєчасних коректив у ФВ учнів загальноосвітніх закладів, а пізніше охоплює розробку

прогностичних моделей освітньої підготовки в педагогічних коледжах. Пізніше, на основі прогностичності, має відбуватися продовження формування КЗ у ЗВО для студентів з ОКР «бакалавр» та «магістр». У найбільш загальному контексті прогностичність зумовлена тим, що КЗ учнів коледжів та студентів ЗВО перебувають у тісному взаємозв'язку та потребує створення такої системи цінностей, яка б сприяла формуванню здорового способу життя та цінуванню власного здоров'я.

Гнучкість пов'язана з відкритістю навчального простору ЗВО. На основі гнучкості можна досягнути якісні та кардинальні зміни в освітньому процесі усіх ланок професійної підготовки. Зокрема, гнучкість спрямована на запровадження індивідуального підходу під час формування у МУФК належного рівня КЗ. Отже, гнучкість у напрямку формування КЗ в учасників освітнього процесу обумовлює проведення моніторингу показників здоров'я, формування знатності реалізовувати свої прагнення і задовольняти потреби у здоровому способі життя.

Спадкоємність передбачає поступовий перехід від одного освітнього ступеня до іншого на основі послідовності зміни вимог до обсягу знань, умінь і навичок. Спадкоємність дозволяє охарактеризувати формування КЗ через органічний зв'язок змісту, методів і форм навчання. Як відзначає Л. Ричкова, освіта в коледжах «повинна не погіршувати, а поліпшувати здоров'я учнів за допомогою удосконалення їхніх знань, формування умінь і навичок зміцнювати своє здоров'я і здоров'я навколишніх, опанування відповідною компетентністю» [446, с. 135]. Тобто усі процеси, які розпочалися у загальноосвітніх закладах і коледжах повинні активно продовжуватися у ЗВО на основі системної діяльності щодо формування КЗ.

У своєму взаємозв'язку прогностичність, гнучкість та спадкоємність формування у МУФК належного рівня КЗ спрямована на:

1) активну діяльність щодо стимулювання усіх суб'єктів (учнів коледжів та студентів ЗВО) почуття вагомості КЗ для якісної реалізації професійної діяльності у контексті ФВ;

2) цілеспрямовану діяльність у формуванні загального світогляду, який базується на теоретичних та практичних аспектах вагомості КЗ;

3) розробку та впровадження здоров'язберігаючих технологій в освітнє середовище навчальних закладів усіх рівнів акредитації;

4) розвиток наступності між усіма ланками освітнього процесу та планування узгодженості навчального процесу на основі уникнення повторів.

Зупинимося на характеристиці третього етапу розробки концепції – **заключного**, який передбачав чітке визначення переліку *істотних особливостей* авторської концепції непевності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ. Так, визначаємо такі особливості:

- наявність змістовно-ціннісного ядра, що охоплює значущі цінності КЗ, базується на конкретних цілях та передбачає використання засобів ФК під час формування КЗ;

- логічно побудована конкретно-просторова структура, що складається з індивідуальних, групових та колективних форм і видів роботи зі студентами у контексті формування КЗ;

- координація діяльності щодо впровадження інноваційних педагогічних технологій та методик під час формування КЗ й налагодження системної освітньої діяльності МУФК й стимулювання самоосвіти.

У практичному сенсі концепція професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ базується на *принципах* діяльності навчальних закладів, які займаються професійною підготовкою МУФК з різними ОКР, а саме: єдності навчання і виховання; спрямованості освітнього процесу на гармонійний розвиток студентів; цілеспрямованості та науковості; забезпечення культуровідповідності; єдності освітніх, розвивальних і виховних функцій освіти; активності й творчої самостійності студентів та їх відповідальності за результати навчально-пізнавальної діяльності; систематичності та послідовності в процесі викладацької діяльності та навчально-пізнавальної діяльності студентів.

Вивчення і аналіз публікацій В. Андрущенка [12, с. 60–64], І. Степанової [496, с. 38] та Л. Хомич [540, с. 17] дало нам можливість прийняти рішення про доцільність представлення у концепції *пріоритетних напрямів* професійної підготовки МУФК, до яких віднесено:

– світоглядно-аксіологічний (формування наскрізних цивілізаційних цінностей, які є невід’ємною складовою цілісної особистості та охоплюють в собі КЗ (загальнолюдські, особистісні, валеологічно-екологічні);

– пізнавально-діяльнісний (систематизація і послідовне поглиблення теоретичних знань під час формування компонентів КЗ та удосконалення практичних умінь і навичок у збереженні та зміцненні здоров’я);

– креативно-творчий (розвиток творчих здібностей та підтримання в майбутніх фахівців прагнення до самореалізації й творчої активності в ході майбутньої професійної діяльності; активна та системна пропаганда необхідності формування КЗ);

– оцінювально-рефлексивний (формування практичного досвіду щодо зміцнення та збереження здоров’я, розвиток практичних умінь і навичок сприймання здоров’я як найвищої цінності, узгодження мотивів та особистісних потреб під час формування у студентів КЗ).

Авторська концепція професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ має бути наповнена *практичним змістом*, який охоплює такі *процеси*, як: запровадження неперервності та наступності освіти; оптимальне поєднання теоретичної та практичної складової під час організації освітнього процесу з формування КЗ; удосконалення навчальних планів та програм професійної підготовки майбутніх фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура); педагогічний супровід та психолого-педагогічна підтримка усіх суб’єктів освітнього процесу (учнів коледжів, студентів ЗВО); узгодження традиційних підходів до організації професійної підготовки з педагогічними інноваціями. Отже, авторська концепція охоплювала три *етапи* (рис. 2.2)



Рис. 2.2 Взаємозв'язок між етапами проектування концепції професійної підготовки майбутніх учителів фізично культури з належним рівнем культури здоров'я

Перший етап – початковий – передбачав обґрунтування передумов її проектування, формулювання мети, постановку завдань та визначення орієнтирів. *Другий етап – основний* – спрямований на дослідження базових елементів концепції (індивідуально-особистісного, ціннісно-орієнтаційного, функціонально-діяльнісного, соціально-комунікативного, діагностико-результативного), обґрунтування засад (неперервність і наступність), виокремлення та узгодження стадій компетентності (несвідома компетентність, свідомі некомпетентність, свідомі компетентність, автоматична компетентність), розробку засадничих площин (прогностичність, гнучкість, спадкоємність). *Третій етап – заключний* – охоплював визначення істотних особливостей, вибір пріоритетних принципів діяльності навчальних закладів і напрямів (світоглядно-аксіологічний, пізнавально-діяльнісний, креативно-творчий, оцінювально-рефлексивний), наповнення *практичним змістом* (запровадження неперервності та наступності, оптимальне поєднання теоретичної та практичної складової, педагогічний супровід та психолого-педагогічна підтримка, оптимізація форм і методів професійної підготовки МУФК, удосконалення навчальних планів та програм).

Як видно із рис. 2.2 концепція професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ охоплює мету, завдання, конкретні орієнтири, базові структурні елементи та основоположні засади, теоретико-методологічні аспекти і засадничі площини, володіє істотними особливостями, базується на конкретних принципах діяльності та має практичний зміст і пріоритетні напрями. З'ясовано, що проектування концепції є складним та багаторівневим процесом, що передбачає поєднання різних видів професійної діяльності (проектно-діагностичній, прогностичній, організаційній, аналітико-інформаційній та ін.). У концепції питання неперервності та наступності формування КЗ МУФК розглядається у контексті поступового нарощування повноти та об'єму інформативно-змістового простору на кожному ступені неперервної освіти. Орієнтиром

повинен бути пріоритет формування професіоналізму у сфері КЗ і можливість його наповнення у відповідності із теоретичним і практичним досвідом, який вони здобувають, отримуючи фах учителя фізичної культури.

Вважаємо, що необхідно запроваджувати виважений підхід до формування у МУФК КЗ, що має відбуватися у концептуальному аспекті цілеспрямовано, послідовно та неперервно. На основі практичного впровадження концепції в освітній процес очікуємо декілька суттєвих змін. По-перше, забезпечення МУФК якісного особистісного і професійного зростання в контексті формування КЗ, по-друге, належний рівень соціальної адаптації МУФК на основі оволодіння здоров'язберезувальними технологіями.

Висновки до другого розділу

1. Формуванню належного рівня КЗ залежить від рівня особистісного і професійного розвитку МУФК. З'ясовано, що розвиток – це процес формування особистості в результаті соціалізації та виховання, що розглядається особистісній та професійній площинах. Особистісний розвиток охоплює цілісну систему активних дій, що породжуються потребами у особистісному зростанні. Професійний розвиток передбачає незворотні зміни в контексті основних мотиваційних потреб, когнітивних, емоційно-вольових складових, що дотичні до професії. Професійний розвиток МУФК має на меті формування високої загальної культури, а також КЗ, розширення загального кругозору, озброєння новими практичними уміннями й навичками реалізації навчальних програм щодо збереження і зміцнення як власного здоров'я, так і здоров'я своїх вихованців засобами ФВ.

2. Ефективна та якісна професійна підготовка майбутніх фахівців базується на ґрунтовному теоретичному підґрунті (теоретична складова), методологічній основі (методична складова), інноваційному забезпеченні

освітнього процесу (практична складова). Професійна підготовка МУФК в контексті формування КЗ повинна виступати як цілісна система знань, ціннісно-змістових установок, емоційно-вольової досвіду, яка спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення та виконання практичної діяльності по вдосконаленню та збереженню здоров'я засобами ФВ. З методологічної точки зору за силою оздоровчого потенціалу і здатністю впливу на збереження і примноження здоров'я людини, саме ФК суттєво впливає на формування КЗ. Зміст професійної підготовки МУФК орієнтований на оволодіння знаннями, уміннями й навичками щодо збереження й зміцнення здоров'я та формування КЗ. Визначено напрями формування КЗ МУФК, з'ясовано основні площини професійної підготовки та виділено неперервність як головну засадничу ознаку.

3. Формування КЗ розглядаємо як один із вагомих аспектів професійної підготовки МУФК, що виступає складовою успішної професійної кар'єри і вагомим інструментом у створенні бажаного іміджу, що стимулює ведення здорового способу життя. Під час професійної підготовки МУФК необхідно формувати широкий культурний світогляд, дбайливе ставлення до власного здоров'я, які будуть визначальними у досягненні кар'єрного і життєвого успіху. Сформована КЗ дасть можливість МУФК компетентно реалізувати свою професійну діяльність, бути прикладом для наслідування щодо зміцнення та збереження здоров'я.

4. Компоненти розглядаємо як найбільш значимі складові КЗ, що повною мірою відображають її зміст та характеризують особливості її сформованості у МУФК. Компонентно-структурний аналіз КЗ МУФК розглядається через єдність та взаємозв'язок між мотиваційно-ціннісним, інформаційно-пізнавальним, організаційно-діяльнісним, особистісно-емоційним та рефлексивно-оцінювальним компонентами. На основі теоретико-методологічного аналізу виокремлено високий (творчий), достатній (продуктивний), середній (базовий), низький (стихійний) рівні КЗ.

5. Проектування розглядаємо як вид діяльності, спрямований на створення проекту (науково-методологічного продукту). Проектування орієнтоване на розширення теоретико-методологічних та практичних горизонтів щодо створення концепції неперервності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ. Концепцію розглядаємо як цілісні та системні погляди на процес проектування неперервності та наступності у професійній підготовці МУФК з належним рівнем КЗ. В основу концепції покладено положення, згідно якого майбутній фахівець буде більш освіченою та професійно компетентною особистістю, якщо його професійна підготовка відбуватиметься на основі неперервності та наступності під час формування КЗ. Авторська концепція розглядається на методологічному, теоретичному та практичному рівнях, розроблена у три етапи і охоплює мету, завдання, орієнтири, опирається на структурні елементи, засади, володіє істотними особливостями, базується на конкретних принципах діяльності ЗВО, має пріоритетні напрями діяльності та практичний зміст.

Основні результати розділу відображено в наукових працях автора: [234; 301; 302; 303; 305; 310; 314; 316; 317; 322; 331; 332; 333; 335; 336; 337; 341; 342; 345; 346; 347; 357].

РОЗДІЛ 3

ХАРАКТЕРИСТИКА СИСТЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОЦЕСІ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

3.1 Обґрунтування системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки

Професійна підготовка МУФК, які здійснюватимуть ФВ підростаючого покоління українських школярів висуває на одне із перших місць потребу формування під час навчання належного рівня КЗ. Як було доведено у попередніх розділах, КЗ посідає провідну роль у процесі забезпечення професійної компетентності та сприяє формуванню загальної культури. Беручи до уваги ті факти, що нині суттєво виросла кількість студентів, які вживають адиктивні речовини та не вміють самостійно зміцнювати своє здоров'я, потреба у системній роботі у напрямку формування належного рівня КЗ є вкрай ваговою. Головною вимогою часу стосовно організації освітнього процесу у ЗВО, які готують МУФК є запровадження *системності* професійної підготовки у контексті формування КЗ. З'ясовано, що в основі такої діяльності, як методології наукового пізнання, повинно лежати дослідження професійної підготовки як цілісної педагогічної *системи*.

Обґрунтуємо доцільність системного дослідження. Як доведено у дисертаційному дослідженні О. Міхеєнка, професійна підготовка майбутніх фахівців до застосування здоров'язміцнювальних технологій складна, цілеспрямована, динамічна система, «яка віддзеркалює об'єктивні тенденції розвитку вищої освіти, нормативні вимоги до підготовки фахівців, закономірності розвитку галузі професійної діяльності [293, с. 7]. Подібні думки задекларовано у роботі Г. Мешко, де наголошено, що в «ієрархії

чинників творчого потенціалу, кар'єрного росту, активної життєдіяльності і самореалізації вчителя важливе місце належить його професійному здоров'ю» [283, с. 3]. Зокрема, авторкою експериментально доведено, що стан здоров'я впливає на стабільність результатів праці, забезпечує високий рівень професіоналізму, визначає самоефективність його особистості, а тому у ЗВО необхідно готувати майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я на основі системності та через впровадження системи. У дослідженні Б. Максимчука [259, с. 192–200] наголошено на доцільності педагогічного проектування системи формування валеологічної компетентності майбутніх учителів у процесі фізичного виховання. Усі представлені напрацювання науковців є свідченням потреби розробки цілісної системи формування КЗ у майбутніх педагогів у цілому, а тому можуть використовуватися у процесі професійної підготовки МУФК.

Аналіз досліджень і публікацій засвідчує той факт, що нині у педагогічній науці проводиться ряд досліджень, які безпосередньо стосуються піднятої проблематики. Особливо цінними є наукові доробки О. Анастасової [10], П. Джуринського [123], Б. Долинського [127], І. Кувшинової [226], О. Міхеєнка [293], Г. Мешко [283], Ю. Палічука [403], у яких висвітлено потенціал здоров'язбережувальних та здоров'язміцнювальних технологій та потреби системності у зазначеному напрямку. Доцільність системної діяльності з формування КЗ майбутніх учителів у процесі професійної підготовки обґрунтована у публікаціях С. Кириленко [193], Б. Максимчука [259] та Т. Рикова [455]. У статті О. Мельника [275] проаналізовано потенціал системи у процесі формування КЗ учасників освітнього процесу.

Важливість розробки теоретико-прикладних питань зумовили проведення нами ґрунтовних наукових розвідок. Нині суттєво змінилися наукові підходи до організації освітнього процесу у ЗВО, які готують педагогічні кадри, які реалізовуватимуть фізичне виховання. Нині вимогою

часу є запровадження *системності* у професійну підготовку МУФК у контексті формування у них КЗ.

У нашому баченні додаткову вагомість та доцільність системності можуть підкреслити виявлені в процесі аналізу освітнього процесу неперервної професійної підготовки МУФК нагальні *потреби*, які пов'язані із: посиленням позицій системного підходу в освітній парадигмі для досягнення якісного результату у формуванні у майбутніх фахівців КЗ засобами ФВ; потребою вдосконалення тривимірного освітнього процесу (внутрішня мотивація і широкий світогляд; континуум навчання, самоосвіти, самовиховання; практична спрямованість знань, постійне їх оновлення); усуненням предметоцентризму, фрагментарності науково-методичного забезпечення і догматизації теоретичних знань в сфері КЗ.

Системність народжується з пізнання природи явищ і процесів, а також адекватного відображення їх у свідомості майбутнього фахівця. Тобто знання набувають реальної якості завдяки упорядкуванню різноманітних уявлень про певне явище у цілісний образ-систему. У своєму дослідженні ми виходили з міркувань науковців [180; 224] про те, що змістом системності повинні виступати поняття, судження, теорії, що описують сутність і структуру системи; характер і спосіб зв'язку усіх її елементів, завдяки яким вони взаємодіють, впливають і доповнюють один одного.

Основна мета системних досліджень зосереджена на пошук наукових засобів, за допомогою яких можна дослідити цілісність об'єкта та охарактеризувати ті специфічні риси, властивості, ознаки, які роблять його цілісним. Тобто, для того, щоб всебічно розвивати діяльність з формування у МУФК усіх компонентів КЗ, необхідно опанувати ідеєю про співвідношення цілого і частини та вивчити внутрішню будову, встановити структуру та функції, виявити ті чинники, завдяки яким система буде існувати як цілісна і відносно самостійна. Системність, насамперед, передбачає, що формування КЗ у МУФК має розглядатися і оцінюватися у взаємозв'язку з іншими процесами організації професійної підготовки як єдине ціле, а не сукупність

його окремих частин. Вважаємо, що на основі системності можна глибше вивчити КЗ та отримати повне уявлення причинно-наслідкові зв'язки.

З усією відповідальністю зазначаємо, що наукові дослідження [181; 193; 224; 259; 275; 455] створюють ґрунтовну основу для комплексного педагогічного вивчення проблеми використання системності у професійній підготовці майбутніх фахівців, однак, не висвітлюють її повністю. Відтак, віддаючи належне значущості напрацювань науковців, усвідомлюємо потребу в аналізі психолого-педагогічних аспектів, які стосуються обґрунтування потреби у розробці системи формування КЗ МУФК.

Тобто, для того, щоб всебічно проводити системну діяльність, яка буде спрямована на формування КЗ у МУФК необхідно:

- чітко опанувати ідеєю про співвідношення цілого і його частини;
- встановити компоненти КЗ, дослідити її структуру та функції;
- вивчити внутрішню будову процесу формування КЗ;
- виявити основні чинники, завдяки яким вона існує як цілісна і буде проявляти себе як відносна самостійна.

У контексті викладеного вище, заслуговує на увагу думка про те, що науково-виважений механізм впровадження системності зможе стати головним чинником у формуванні належного рівня КЗ у МУФК та послужить відправною точкою для розробки системи. Погоджуємося з О. Дахіним, що сутність системності базується на можливості розширення системи. Саме системність дає можливість ввести «додаткові підмоделі, які враховують різноманітні фактори і напрямки в динаміці дослідження» [113, с. 100].

Резюмуючи представлені аргументи, можемо констатувати, що системна постановка проблеми формування КЗ дозволить по-новому підійти до цих питань та системно і цілісно проаналізувати прогалини у зазначеному контексті. Вагомим є той факт, що для організації формувального етапу експериментального дослідження потрібно чітко виділити усі системоутворюючі зв'язки, виявити структурні характеристики КЗ. У цьому розумінні саме системність передбачає вивчення мінімально достатніх

чинників, що впливають на формування КЗ та використанні педагогічного моделювання під час розробки цілісної системи формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки засобами ФВ.

Важливим аспектом, з нашої точки зору, є розробка *системи*, яка сприятиме адекватному та ефективному розкриттю сутності проблеми формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО. Наша діяльність з методологічної точки зору, буде спрямована на виявлення різноманітних типів зв'язку і зведення їх в єдину теоретико-методологічну основу – «*систему*».

Зупинимося на аналізі наукової категорії «*система*». З'ясовано, що одне із найперших трактувань було представлено у публікації К. Болдуінга [39] ще у кінці 60-х рр. ХХ ст. У баченні науковця систему доцільно розглядати як сукупність двох, або більшої кількості елементів, причому поведінка кожного впливає на поведінку цілого, а поведінка елементів та їх вплив на ціле взаємозалежні. Саме К. Болдуінг довів, що існування певних підгруп елементів у конкретній системі зумовлює активний вплив на цілісність системи, однак жоден із конкретних елементів у разі самостійного існування вагомого впливу не має. Подібну позицію уже на початку ХХІ ст. висловила Н. Кузьміна, яка розглядає систему у якості цілісного утворення, що «має свою історію, свої етапи розвитку, свої традиції, взаємодію частин всередині системи» [282, с. 14].

З педагогічної точки зору система має виступати ефективним засобом, спрямованим на реалізацію мети. За твердженням науковців «педагогічна система – це не замкнута, жорстко централізована і впорядкована система. Вона відкрита, здатна до самопізнання (рефлексії), кількісного і якісного збагачення, перманентного перетворення в силу тих змін, які безперервно відбуваються як в макросоціумі, так і всередині самої системи» [408, с. 71]. З методичної точки зору доволі вагомою є позиція Є. Ільїна [145], який доводить, що на основі системи можна об'єднати у цілісний процес більшість педагогічних впливів під час професійної підготовки майбутніх фахівців в

ЗВО. Тобто, система дозволить відшукати найбільш ефективні міжпредметні зв'язки між окремими навчальними дисциплінами професійного спрямування, та дасть можливість цілеспрямовано формувати знання, уміння, навички, професійні та особистісні якості МУФК у процесі професійної підготовки.

Систему, як наукову дефініцію трактуємо як *інтегративний об'єкт, який дозволяє здійснити педагогічну оптимізацію професійної підготовки МУФК в контексті формування КЗ*. У дослідженні висуваємо робочу гіпотезу, яка базується на тому, що забезпечення якості професійної підготовки МУФК у контексті формування у них належного рівня КЗ у процесі професійної підготовки на основі засобів ФВ буде значно ефективнішою, коли буде організована на основі системи. У загальному контексті наукова дефініція «система» є *цілісною сукупністю конкретних елементів, які спрямовані на досягнення загальної мети – формування у переважної більшості МУФК належного (високого і достатнього) рівня КЗ*.

Систему розглядаємо у якості *гносеологічної призми організації освітнього процесу для МУФК*. Потенціал від розробки системи під час формування у студентів факультетів фізичного виховання належного рівня КЗ полягає, перш за все, в специфіці тієї діяльності, яку необхідно здійснювати. Відзначимо, що у нашому випадку мова йде про досягнення такої мети, яка максимально спрямована на організацію освітнього процесу, що забезпечить належний рівень КЗ МУФК у процесі професійної підготовки на основі використання засобів ФВ. Тобто *систему формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки розглядаємо як чітко упорядковану конкретну множину взаємопов'язаних елементів освітнього процесу, які мають власну структуру та чітку організацію*.

Обґрунтуємо доцільність розробки системи. Передбачаємо, що розробка системи дозволить досягнути конкретних цілей та дасть можливість виважено підійти до визначення сутності та змісту формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки. По-друге, сприятиме визначенню головних

шляхів формування КЗ МУФК. По-третє, дасть можливість ефективно використати педагогічне моделювання для розробки графічної системи та допоможе експериментально перевірити її ефективність.

З методологічної точки зору при розробці системи необхідно провести дослідження на макрорівні (макроаналіз) та мікрорівні (мікроаналіз). Так, на макрорівні система та її елементи розглядаються нами як частини системи вищого порядку. Особливу увагу ми приділятимемо характеристиці інформаційних зв'язків, які обумовлені метою вивчення системи. При мікроаналізі вивчається структура, аналізуються складові елементи з точки зору їх функціональних характеристик, які виявляються через зв'язки з іншими елементами та зовнішнім середовищем. Тобто, методологія розробки системи спонукала нас мати чітке уявлення про концептуальні шляхи формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки у ЗВО.

На основі узагальнення наукових публікацій фахівців [39; 113; 180; 224; 282] з'ясовано, що у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців у ЗВО можливе функціонування трьох основних *видів* систем:

1. Система професійної підготовки фахівців, яка має свою мету, вирішує свої завдання, має свою структуру;
2. Система організації майбутньої діяльності, яка, з одного боку, визначає ідеологію і зміст підготовки фахівців і, з іншого, має власні закономірності становлення і розвитку;
3. Загальна система, що представляє собою біосоціальну структуру, яка розвивається під впливом певних соціальних умов.

Отже, у дослідженні головний акцент був зроблений на розробку першого виду системи – системи професійної підготовки фахівців.

Констатуємо, що було взято до уваги те, що практична розробка системи може йти за такими основними стратегічними *напрямами*:

1. Досліджуються реально існуючі об'єкти, що розглядаються шляхом виділення в них системних властивостей і закономірностей, які в подальшому можуть бути впровадженні у професійну підготовку.

2. Будується системна модель реального об'єкта, якою в подальшому замінюємо цей об'єкт.

3. Досліджується найбільш загальні інваріанти та на підставі побудови системних моделей визначається галузь їх практичного застосування.

Підводячи підсумки, відзначимо, що саме перший напрям був найбільш доцільним, з огляду на завдання нашого дослідження – розробити систему формування КЗ у процесі неперервної професійної підготовки. Отже, за основу було взято розгляд системи як деякої підсистеми більш загальної системи – цілісної професійної підготовки МУФК, шляхом виділення системних властивостей і закономірностей, що доцільно впровадити під час формування КЗ. Авторське бачення базується на узагальненні про те, що систему необхідно розробляти відповідно до потреб кожного студента щодо досягнення під час професійної підготовки максимально високого рівня КЗ.

Практична діяльність над розробкою системи зумовила нас до активного оперування такими науковими категоріями як «педагогічна система», «педагогічний процес», «професійна підготовка», які було представлено в наступній послідовності:

1) обґрунтування і практична розробка «системи», яка допоможе чітко описати та структурувати основні зв'язки, дослідити структуру і організацію процесу формування належного рівня КЗ МУФК;

2) педагогічно продумана організація цілісного «педагогічного процесу», який спрямований на підвищення усіх компонентів КЗ МУФК;

3) виваженість щодо впровадження авторських інновацій у «професійну підготовку», що передбачає застосування найперспективніших форм, методів і засобів освітнього процесу та допоможе досягнути максимального для кожного студента результату у контексті формування КЗ.

Працюючи над розробкою системи, насамперед, враховували, які *чинники* потрібно покласти в основу її розробки. На пильну увагу заслуговує визначення тих *властивостей*, якими повинна володіти система, і

дослідження того, як вона взаємопов'язана з іншими системами по горизонталі та по вертикалі. Необхідно також встановити її *функції*, дослідити структуру, з'ясувати з яких *елементів* вона утворена і проаналізувати способи їх взаємодії між собою. Також необхідно вивчити які механізми вдосконалення системи є оптимальними. Вагомим є питання щодо конкретних практичних аспектів розвитку системи, а також шляхи внесення змін у її функціонування.

Так, з психолого-педагогічної точки зору існує декілька шляхів пошуку головних *чинників*, які доцільно покласти в основу розробки системи. Як доводить Н. Рибачук [453], найбільш перспективним чинником можна вважати результат функціонування системи, який активно впливає на відбір тих ступенів свободи її елементів, що при інтегруванні визначають подальшу перспективу її використання. Однак зустрічається й кардинально протилежна позиція про те, що системотвірним чинником є ціль (мета), яка об'єднує елементи системи урегульовує їх функціонування заради визначеної мети. Тобто, відповідно з другою позицією – будь-які зміни системи обумовлюються метою. Серед цих двох позицій – ми обрали другу, яка визначає мету у якості системотвірного чинника. Тобто у дослідженні ми відстоюємо позицію про те, що мету доцільно вважати системотвірним чинником усієї системи. З методологічної точки зору ми виходили з тих міркувань, що мета в системі виконує такі функції, як:

1) системну, що об'єднує інші елементи системи та приводить до цілісності функціонування системи;

2) критеріальну, що орієнтує на визначення ступеня досягнення кінцевого результату, а також є чинником для визначення основних засобів і методів;

3) управлінську, що реалізується через цілісність і конкретну взаємодію елементів у системи;

4) мотиваційну, що представляє можливість визначення потенціалу у вирішенні конкретних задач та посилити ступінь зацікавленості студентів.

Важливо підкреслити, що *основою* (стрижнем) системи вважаємо досягнення нової якості – *суттєве вдосконалення компонентів КЗ МУФК на основі запровадження концептуальних засад неперервності та наступності професійної підготовки.*

Ми прагнули, щоб розроблена нами система знаходилася в постійному русі та була спрямована на формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки. У цьому контексті система володітиме двома протилежними *властивостями: відмежованістю та цілісністю.* «Відмежованість» – зовнішня властивість системи, а *цілісність* є її внутрішньою властивістю. Система може бути відмежованою, але не цілісною, однак чим більше система відмежована від середовища, тим більше вона є внутрішньо цілісною, індивідуальною і оригінальною та відображає авторське бачення формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки. Відповідно до наведених аргументів, система має бути відмежованою та відображати об'єктивне існування конкретних взаємозв'язаних сукупностей конкретних структурних елементів.

Доволі важливим методологічним аспектом функціонування системи, як доводить Б. Гершунский [75], є питання, яке стосується її *цілісності*, що визначається наявністю у ній конкретних підсистем, кожна з яких об'єднує певні елементи, що володіють реальними функціональними якостями. Природно, що найбільш перспективними повинні стати ті елементи, функції яких відповідають потребам системи – формуванню КЗ МУФК. Інакше кажучи, система позитивно впливає на розвиток тих елементів, чиї функції відповідають її головній меті. Було взято до уваги той факт, що система може існувати і функціонувати тільки у тому середовищі, в якому вона сформувалася. Будь-який перехід цілісної системи в інше освітнє середовище неминуче викликає її перетворення і певні видозміни підсистем. Тобто ми прагнули, щоб система була цілісною та максимально сприяла формування КЗ МУФК на засадах неперервності та наступності професійної підготовки.

Важливим аспектом розробки системи формування КЗ МУФК на засадах неперервності та наступності професійної підготовки є функціональний аспект. По суті він передбачає аналіз *функцій*, які були виявлені та ідентифіковані у системі. У нашому баченні цей аспект предметного аналізу відповідає на запитання про те, як працює система. Отже, з практичної точки зору, ми прагнули щоб система була спрямована на реалізацію таких функцій, як *мотиваційної, інформаційної, організаційної, контролюючої*, а саме:

- мотиваційна функція системи формує мотивований підхід до визначення цілей освітнього процесу з формування КЗ МУФК на засадах неперервності та наступності професійної підготовки;

- інформаційна функція створює основу для організації усієї освітньої діяльності та відіграє роль першоджерела в прийнятті рішення щодо практичних шляхів формування КЗ на основі виважених підходів до збору, аналізу інформації про стан сформованості компонентів КЗ на констатувальному та формувальному етапі експериментального дослідження;

- організаційна функція передбачає визначення конкретних і реалістичних цілей, спрямованих на досягнення більш високого якісного стану сформованості КЗ МУФК, а також сприяє злагодженій роботі та взаємодії всіх учасників освітнього процесу;

- контролююча функція забезпечує усунення причин збоїв під час формування КЗ МУФК та встановлює відповідність отриманих даних вимогам освітнього стандарту.

Особливо важливою характеристикою системи вважаємо її *структуру*. Уніфікований опис систем на структурній мові охоплює спрощення та деякі абстракції. Тобто при визначенні елементів системи можна абстрагуватися від її будови, то можна досягнути відсторонення емпіричних властивостей від природи при збереженні якісних відмінностей цілої системи.

З'ясовано, що способи зв'язку та види відносин між структурними елементами системи залежать як від їх природи, так і від умов

функціонування системи. Для структури системи існує універсальний тип відносин і зв'язків – відносини композиції елементів. Відзначимо, що при видаленні з системи одного, або декількох структурних елементів, структура залишиться незмінною, а система буде зберегти власну якісну визначеність і доцільність. Наголосимо, що видалені елементи можуть бути замінені новими без шкоди для системи. Зупинимося на цих питаннях ґрунтовніше.

Отже, щоб отримати повне та цілісне уявлення про систему та її структуру, необхідно здійснити наукове дослідження в предметно-методологічному аспекті. Метою такого аналізу є пошук конкретних відповідей на головне запитання: «Який склад системи, і який зв'язок між елементами в її структурі?» В основі предметного дослідження має лежати вивчення головної властивості системи – цілісності. При цьому елементний склад і зв'язки між ними у системі повинні бути необхідними і достатніми для існування самої системи. Очевидно, що структурний аналіз можливий в діалектичній єдності з дослідженням ролі авторської системи формування КЗ в надсистемі цілісної професійної підготовки МУФК. Під час організації та проведення предметно-методологічного аналізу необхідно знайти відповідь на запитання про склад надсистеми, в яку входить досліджувана система, і про її зв'язок з освітнім середовищем у цілому.

З методологічної позиції, дослідження доцільності тієї чи іншої структурної складової чи елемента у системі повинно базуватися на:

- 1) виваженому підході до визначення структури і організації системи;
- 2) визначенні інтегральних властивостей і функцій системи;
- 3) вивченні генезису системи та способів і механізмів її утворення.

Беручи до уваги наведені вище аргументи, ми прийшли до розуміння того, що при розробці системи формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки недостатньо мати лише теоретичне уявлення про те як вона функціонує, а необхідно чітко усвідомлювати які оптимальні *складові* повинні бути представлені у її структурі. У практичному контексті було враховано, що кожна система має мати свою *структуру, що виступає в ролі найбільш*

сталої, основної частини системи та безпосередньо відображає авторське бачення. Тобто, структура системи має відображати упорядкованість внутрішніх і зовнішніх зв'язків між усіма складовими які забезпечують її стабільність та дієвість.

У процесі дослідження встановлено, що науковцями не вироблено єдиної позиції щодо головних складових, які мають бути відображені, в обов'язковому порядку, у системі. Зокрема науковці [39; 75; 113; 180; 224; 282; 453] наголошують, що вирішальним чинником існування системи має бути результат, який активно впливає на добір структурних складових системи, які під час інтегрування визначатимуть результат. Отже, *структура розглядається як невід'ємний атрибут систем*. Ми будемо притримуватися пояснення, що представлено у філософському словнику [528], де наукова категорія структура (від лат. *structura* – побудова) трактується як побудова внутрішньої форми організації через єдність сталих взаємозв'язків між її елементами, а також законів цих взаємозв'язків.

Розглянемо деякі підходи до визнання *конкретного спектру складових системи*. До прикладу, Т. Левченко [244] до основних структурних складових системи відносить такі: стандарти освіти; цілі професійної освіти; завдання; зміст освіти; організаційна структура; об'єкти; суб'єкти; предмет навчання; об'єкт навчання; інтелектуальний потенціал навчального контингенту; науково-педагогічний потенціал; результати функціонування системи. У підручнику під редакцією С. Смірнова [407] зазначено, що дослідження, проведені у цьому напрямі та практичний досвід організації системи дозволяють зробити висновок, що вагомими її складовими повинні бути: науково-педагогічний потенціал; інтелектуальний потенціал навчального контингенту; організаційна структура; зміст освіти; цілі; завдання. Погоджуємося із такими підходами лише частково та не можемо прийняти їх за основу під час розробки системи формування КЗ МУФК в процесі неперервної професійної підготовки.

У практичному аспекті для вибору конкретних складових системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки за

основу було прийнято позицію Г. Щедровицького [563; 564] про те, що процес розробки системи є доволі тривалим у часі та передбачає, насамперед, виважений підхід щодо обрання конкретних складових. Автор радить, щоб у системі були схематично представлені такі складові, як:

- 1) набір діяльнісних засобів;
- 2) конкретні дії, процедури та операції;
- 3) норми і схеми практичної організації діяльності.

Тобто, система має охоплювати конкретну сукупність взаємопов'язаних складових елементів, які необхідні для цілеспрямованого педагогічного впливу на формування КЗ МУФК, який буде володіти ґрунтовними знаннями й практичними вміннями, матиме сформовані особистісні та професійні якості, які забезпечать виконання ціннісно-змістових, нормативних, технологічних і процесуально-результативних завдань по збереженню та зміцненню здоров'я.

У системі формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки будуть представлені конкретні підсистеми з елементами (складовими), що володіють реальними якостями. До основних структурних складових ми відносимо мету, загальнонаукові (науковості, професійної спрямованості, міжпредметних зв'язків, систематичності та послідовності, свідомості й активності, доступності) і спеціальні (оздоровчої спрямованості освітнього процесу; варіативності і різноманіття засобів здоров'язбереження; професійної спрямованості освітнього процесу; антропосенергізму в організації професійної підготовки; соціальної значущості формування культури здоров'я) принципи та підходи (системний, акмеологічний, діяльнісний, праксеологічний, синергетичний, особистісно орієнтований, гуманістичний, компетентнісний, культурологічний). Чільне місце посідає авторська концепція неперервності та наступності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ, конкретні форми, методи та засоби професійної підготовки МУФК, які мають бути спрямовані на формування усіх компонентів КЗ (мотиваційно-ціннісний, інформаційно-пізнавальний,

організаційно-діяльнісний, особистісно-емоційний, рефлексивно-оцінювальний). Виходячи з представленого теоретичного аналізу, плануємо розробити таку систему, яка передбачатиме упорядковану сукупність конкретних складових, між якими існує закономірна взаємодія. У цілому, прогнозуємо, що система буде спрямована на досягнення кожним студентом максимально можливого для нього рівня КЗ ще під час навчання.

Підсумовуючи наголосимо, що система виступає у якості головного орієнтира для вирішення методологічних, теоретичних і практичних проблем, пов'язаних із суттєвим вдосконаленням освітнього процесу у ЗВО, який зумовить загальне підвищення якості процесу формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. Зокрема, йдеться про такі *аспекти*, як:

1) уточнення завдань і способів управління процесом формування КЗ МУФК під час неперервної професійної підготовки;

2) виявлення істотних характеристик і позитивних сторін, які сприяють підвищенню якості управління професійною підготовкою у контексті формування належного рівня КЗ;

3) формування всередині цілісної системи конкретних підсистем, їх активний розвиток та стимулювання позитивного впливу на ефективність формування КЗ на основі виваженого підбору практичних форм, методів та засобів професійної підготовки у контексті вивчення дисциплін циклу професійно зорієнтованих;

4) виявлення найбільш ефективних і стійких зв'язків та відносин між складовими елементами системи, спрямованої на досягнення поставленої мети (здобуття переважною більшістю студентів належного (високого і достатнього) рівня КЗ під час неперервної професійної підготовки);

5) розробка графічної структурно-функціональної моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки та її впровадження в освітній процес ЗВО.

Проведений аналіз професійної підготовки засвідчує лише опосередковане використання системності, а також відсутність системи формування КЗ у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура). У контексті цих фактів вважаємо, що визначальним під час формування КЗ МУФК є використання системності та розробка цілісної системи. Під час розробки системи головний акцент зроблено на таких структурних складових як: меті, принципах, підходах, методах, формах та засобах навчання, компонентах, критеріях та результаті. Вважаємо, що практичне впровадження системи *дозволить*: 1) відшукати найбільш ефективні міжпредметні зв'язки між окремими навчальними дисциплінами професійного спрямування, які мають вплив на формування КЗ МУФК; 2) цілеспрямовано формувати знання, уміння, навички, професійні та особистісні якості, здатність до самоанлізу і рефлексію у МУФК у процесі професійної підготовки, які би мали суттєвий вплив на формвання КЗ.

Отже, МУФК мають бути в авангарді та задавати позитивний тон у формуванні КЗ як у себе, так і у своїх вихованців. З огляду на це, професійна підготовка МУФК у ЗВО має реалізовуватися на основі науковообґрунтованої та належним чином апробованої *системи*, яка враховує *неперервність професійної підготовки*. Передбачаємо, що розроблена система дасть можливість здійснити оптимізацію освітнього процесу та допоможе досягнути належний рівень КЗ переважній більшості МУФК у процесі неперервної професійної підготовки.

3.2 Принципи реалізації системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Професійна підготовка, як доводять педагоги [296; 479], неодмінно повинна базуватися на вихідних положеннях – принципах, якими необхідно керуватися під час її реалізації. Саме принципи трактуються в методології як

певні керівні ідеї, що обумовлюють основні правила організації освітнього процесу. У логічному сенсі принцип – центральне поняття, основа, що представляє собою узагальнення. У цьому контексті діяльність формування КЗ студентів факультетів фізичного виховання має ґрунтуватися на таких положеннях, тобто принципах. Принципи С. Гуменюк [106] розглядає у якості «початку, основи, підвалини діяльності». У статті І. Маріонди та Е. Сивохопа наведено таке бачення принципів як: «узагальнена система вимог, які охоплюють усі аспекти навчально-виховної роботи у конкретному напрямі» [264, с. 63]. Принципи є одними із найважливіших педагогічних категорій та основними нормативними положеннями, які характеризують стратегію вирішення педагогічних завдань (проблем), слугують системоутворюючим факторами розвитку педагогічної теорії та виступають критеріями безперервного вдосконалення педагогічної практики з метою підвищення її ефективності.

Принципи розуміємо як *стрижневі положення, яких необхідно дотримуватися під час формування КЗ МУФК, вони визначають методологічну спрямованість усієї діяльності та допомагають майбутнім фахівцям усвідомити цінність КЗ.* Тобто, на основі принципів (загальнонаукових та спеціальних) можна удосконалити освітній процес у напрямі формування у студентів належного рівня КЗ, а також чітко сформулювати вимоги до змісту, форм та методів організації системної діяльності у цьому напрямку.

Концептуальною визнано тезу, яка запропонована В. Козігон [199] про те, що формування КЗ є своєрідною інвестицією не лише в здоров'я, але й в освіту. Зокрема, авторка доводить, що формувати КЗ необхідно на основі теоретико-методологічних принципів системності, природовідповідності, культуровідповідності, ціннісного ставлення до здоров'я. Подібні позиції, у тій, чи іншій інтерпретації, декларують українські науковці О. Анастасова [10], К. Дроздова [132], Є. Жуковський [147], О. Завальнюк [149], Л. Іванова [173], Н. Свірщук [462], В. Тимошенко [508].

Проведений ретроспективний аналіз питань, які стосуються конкретизації *загальнонаукових принципів* у педагогічній літературі [63; 152; 171; 231; 282; 283; 397; 406; 503] та працях науковців з фізичного виховання [16; 65; 187; 429; 505; 506; 510; 527] дозволив виокремити чіткий спектр загальнонаукових принципів, які вважаємо за доцільне використовувати під час формування у МУФК КЗ. До цих принципів віднесено: науковості, рефлексивності, міжпредметних зв'язків, систематичності та послідовності, доступності, свідомості й активності, координації, гуманізації, безперервності та професійної спрямованості, конкретизації цілей та актуальності результатів (рис. 3.1).



Рис. 3.1 Сукупність загальнонаукових принципів реалізації системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

Отже, у якості провідних загальнонаукових принципів, що реалізуються в системі формування КЗ студентів факультетів фізичного виховання віднесена цілісна сукупність принципів. З нашої точки зору представлений на рис. 3.1 спектр принципів є достатнім для формування кваліфікованого фахівця-професіонала учителя фізичної культури, що володіє високим рівнем професійної культури у цілому та має сформовані усі компоненти КЗ у відповідності до сучасних вимог ринку праці педагогічних кадрів. Вважаємо,

що представлені принципи дозволять забезпечити високий ступінь стандартизації освіти в галузі ФВ, дозволить створення багаторівневих програм навчання на різних ступенях професійної підготовки МУФК в рамках освітнього середовища ЗВО. Представимо більш ґрунтовнішу характеристику потенціалу виокремлених загальнонаукових принципів.

Принцип науковості означає опору на науку як на джерело законів, закономірностей, понять, фактів про здоров'я та КЗ і проявляється, насамперед, у відборі конкретного навчального матеріалу. Він означає те, що прийняті рішення КЗ мають ґрунтуватися на результатах наукових досліджень, а не на приватних думках. На основі цього принципу, усі розроблені програми навчальних предметів, повинні охоплювати основи змісту освіти, відповідно до вимог Державних стандартів, а також переслідувати наступні завдання: показувати майбутнім фахівцям перспективи високого рівня КЗ у майбутній діяльності, здатність науки розкривати об'єктивну істину на основі пізнання сутності здоров'язбереження під час ФВ, глибоких внутрішніх зв'язків ФК, ФВ та КЗ і оволодіння теоріями формування КЗ в процесі неперервної професійної підготовки.

У практичному аспекті ми прагнули щоб принцип науковості знайшов своє відображення і в методах навчання. Найбільшою мірою він реалізується при раціональному поєднанні методів навчання із загальнонауковими методами (експеримент, спостереження, обґрунтування гіпотез, моделювання, синтез, аналіз, дедукція, індукція). У даний час методи науки міцно входять і в педагогічний процес, що підсилює дослідницьку діяльність в професійній підготовці МУФК та забезпечує розвиток творчих здібностей під час неперервного процесу формування КЗ.

Принцип рефлексивності важливий для організації професійної підготовки МУФК, оскільки він вимагає від студентів уміння використовувати власний досвід в процесі пізнання, і становить емпіричну основу формування професійної позиції щодо формування КЗ. Цей принцип проявляється через сформовану потребу усвідомлювати себе в професії,

виробляти здатність зіставляти свої дії та досягненні результати з тією метою, яка була поставлена та здійснювати об'єктивну оцінку і корекцію. Рефлексивна позиція є свідченням зрілості та засвідчує сформований механізм використання теоретичних знань щодо КЗ у майбутній діяльності вчителя фізичного виховання.

У процесі рефлексивного аналізу і самооцінки своєї діяльності студенти, звертаючись до власного життєвого досвіду, переносять його в сферу професійної діяльності. Таким чином відбувається пошук шляху саморозвитку, коригування поведінки, діяльності, відносин в процесі навчання. Визначення МУФК траєкторії власного розвитку і професійного зростання в процесі професійної діяльності, що є основним механізмом осмислення власних успіхів та усвідомлення невдач. Цей принцип дозволяє координувати самоорганізацію студентів факультетів фізичного виховання через осмислення своєї діяльності.

В основі принципу *міжпредметних зв'язків* під час формування КЗ студентів факультетів фізичного виховання лежить ідея виявлення інваріанту змісту для різних ступенів освіти (молодший спеціаліст, бакалавр, магістр) за рахунок інтеграції знань, що призводить до сутнісних змін в їх структурі на основі взаємодії різних професійно орієнтованих дисциплін. У дослідженні ми виходили з тих міркувань, що інтеграція знань можлива лише тоді, коли об'єкти є близькими, або тоді, коли використовуються однакові методи. Інтеграція здійснюється через змістовний, методичний і організаційний аспекти. Змістовний аспект інтеграції забезпечує підготовленість МУФК до цілісного бачення КЗ, стимулює вміння самостійно інтегрувати, синтезувати знання в різних практичних ситуаціях. Методичний аспект реалізується за рахунок інтеграції методів навчально-пізнавальної діяльності (проблемний виклад знань, оцінка та аналіз педагогічних ситуацій). Організаційний аспект здійснюється за рахунок інтеграції форм навчання (проблемна лекція, творчі групи, взаємонавчання, самостійна робота).

У контексті цього принципу доцільним є виділення трьох рівнів міжпредметної інтеграції: загальнонаукового, міждисциплінарного і внутрішньодисциплінарного. Загальнонауковий рівень передбачає єдність соціальних, економічних, логіко-пізнавальних, педагогічних, психологічних, фізіологічних, науково-технологічних, професійних факторів, втілених в професійно-кваліфікаційних характеристиках на певних рівнях професійної підготовки, які може здобути МУФК. При реалізації міждисциплінарного рівня акцент ставиться на якості системотвірних факторів в теорії побудови стандартів, функцій і принципів структурування змісту окремих дисциплін, розглядаючи їх в рамках професійної підготовки. Внутрішньодисциплінарний рівень передбачає доведення освітніх процесів від закономірностей загальних до часткових, що забезпечує зближення змісту навчальних дисциплін.

У найбільш загальному контексті цей принцип дає змогу налагодити взаємодію категорій, понять, явищ і процесів, що розглядаються різними науками, навчальними дисциплінами під час формування у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) належного рівня КЗ. Так на загальному методологічному рівні взаємодії забезпечується шляхом синтезу в навчальних предметах, в педагогічних процесах на основі міжпредметних зв'язків.

Принцип *систематичності та послідовності* забезпечує цілісність побудови і взаємозв'язок окремих підсистем (коледж – ЗВО). Він базується на послідовності та поєднанні теоретичного та практичного навчання, навчально-пізнавальної та навчально-практичної діяльності. Даний принцип передбачає взаємозв'язок в обґрунтуванні нових типів професійних освітніх установ, в створенні технологій професійного навчання МУФК з належним рівнем КЗ. Принцип систематичності та послідовності допомагає створити впорядкованість між мотиваційно-ціннісний, інформаційно-пізнавальний, організаційно-діяльнісний, особистісно-емоційний, рефлексивно-оцінювальний компоненти КЗ та забезпечує засвоєння знань і формування практичних умінь і навичок.

Даний принцип має безкомпромісне значення при обґрунтування змісту професійної освіти, розробці педагогічної системи формування КЗ МУФК. Системність та послідовність проявляється в окремих процесах, явищах загальної та диференційованої частин, інваріантних (що залишаються незмінними при певному перетворенні) і варіантних (видозмінюються, що відображають відмінності у виконанні завдання) складових.

Принцип доступності передбачає поділ навчального процесу на структурні елементи (операції) і забезпечує їх впровадження в практику. На основі цього принципу було здійснено поділ освітнього процесу на конкретні стадії, цикли, закінчені етапи навчання, що дають можливість після завершення навчання отримати документ про освіту та кваліфікацію для працевлаштування в разі потреби, а також продовжити освіту. Доступність виражається в єдності інтердисциплінарної взаємодії, логічному синтезі філософських, соціально-економічних, природничо-наукових, спеціальних знань про здоров'я та КЗ. Даний принцип доцільно реалізовувати в процесі теоретичного і практичного навчання МУФК в побудові освітнього процесу.

Принцип свідомості та активності спрямований на самостійний вибір вектору руху студентів факультетів фізичного виховання в освітньому просторі. У нашому баченні, шляхом підвищення свідомості навчання та стимулювання активності студентів є підготовка МУФК до самостійного проведення аналізу, контролю та корекції власної діяльності. Цей принцип дозволяє здійснювати усвідомлену участь МУФК у власному професійному вдосконаленні КЗ. Даний принцип передбачає, що для того щоб забезпечити студентів свідомий рух в освітньому просторі необхідно створити «технології стикування» професійних освітніх програм, різних ступенів, рівнів між собою.

Реалізація принципу свідомості та активності полягає в створенні належних умов для виховання і формування в студентів комплексу особистісних рис і якостей, які сприяють їх усвідомленій участі у формуванні КЗ. Зокрема, на основі конкретизації завдань і цілей освіти передбачається формування у студентів стійкого інтересу та усвідомленого ставлення до КЗ.

При цьому важливо сформувати внутрішнє усвідомлення сутності цілей і завдань щодо досягнення значущих для особистості найближчого і перспективного розвитку в професійній діяльності. Так, найближчі цілі та завдання спрямовані на оволодіння комплексом прикладних умінь і навичок, фізичних якостей; перспективні – більш висока кваліфікація, благополуччя та високий рівень КЗ, імідж в суспільстві.

Принцип координації в загальному сенсі означає впорядкування, узгодження практичних дій щодо формування КЗ. Сутність його полягає в забезпеченні цілісності процесу формування КЗ та обумовлює взаємозв'язок з практикою. Він передбачає узгодження діяльності всіх суб'єктів навчання і націлений на координацію роботи всіх складових ланок освітнього процесу. Принцип координації дозволяє чітко визначити мету діяльності викладача, послідовність і логічність її досягнення. Він передбачає зіставлення цілей, ресурсів, форм, методів і результатів діяльності з формування КЗ МУФК. У процесі професійної підготовки студентів факультетів фізичної культури координація веде до отримання універсальних знань, способів діяльності. Принцип координації розвиває свободу мислення, формує творчі здібності, позитивно впливає на формування особистісних якостей МУФК.

Виокремлення *принципу гуманізації* зумовлене двома чинниками. По-перше, гуманізм є фундаментом для розвитку взаємин між усіма суб'єктами освітнього процесу під час формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. По-друге, даний принцип передбачає гуманізацію всього освітнього процесу, його цілей, методів, засобів взаємодій на всіх етапах професійного становлення МУФК і призводить до створення максимально сприятливих умов для розкриття й розвитку здібностей фахівця.

Значення принципу гуманізації полягає в тому, що він розкриває філантропію професійної підготовки МУФК як процесу здобування знань і досвіду, в якому відповідальність за результати навчання розподіляється між учасниками цього процесу (викладачами та студентами). Причому студент

бере на себе зобов'язання активно використовувати всі наявні можливості засвоєння і застосування знань, перетворюючи їх в компетенції.

Принцип безперервності та професійної спрямованості професійної освіти розглядався нами як фундаментальний принцип стратегії розвитку, формування і виховання особистості протягом усього періоду навчання, досягнення особистістю відповідно до інтересів, потреб і здібностей вершин фахової майстерності в професійній діяльності як учителя фізичної культури. У найбільш загальному контексті професійна спрямованість передбачає взаємодію змісту, форм, методів, засобів, які використовуються в освітньому процесі з характером і змістом різних видів діяльності, що становить сутність професії МУФК, що володіє належним рівнем КЗ.

Безперервна професійна підготовки дасть можливість опанувати певним фахом (спеціальність) у структурі неперервної освіти, пройти всі стадії навчання: початкове (профіль) – середню професійну – підвищений рівень – вищу професійну освіту (отримати ОКР «бакалавр» та «магістр»). Принцип безперервності та професійної спрямованості націлений на забезпечення неперервності особистісного та професійного розвитку в процесі оволодіння професією. Це відбувається шляхом наповнення змісту освіти професійно спрямованими поняттями, категоріями, засобами і способами формування знань, умінь, навичок, цінностей і норм поведінки у сфері КЗ. У цілому цей принцип конкретизує об'єкти, предмети і явища з об'єктивними потребами і специфічними особливостями професійної підготовки МУФК.

Зважаючи на те, що процес формування КЗ МУФК розглядаємо у якості мети їх професійної підготовки, то серед значної кількості загальнонаукових принципів особливе значення для нашого дослідження має *принцип конкретизації цілей та актуальності результатів*. З урахуванням цього принципу, зміст фахових дисциплін має бути пов'язаним з системою теоретичних знань, що містяться в загальнонаукових і фахових дисциплінах. Цей принцип допомагає узгодити цілі навчання з професійними знаннями, які спонукають розвиток творчого мислення, формування ціннісних

орієнтацій на основі переконань про вагомість КЗ для реалізації усієї професійної діяльності МУФК.

Відзначимо, що цей принцип повинен забезпечувати таку організацію освітнього процесу, пов'язаного з реалізацією єдності змістовної та процесуальної сторін на основі відповідності цілей – методів – форм навчання і оцінювання результатів. З практичної точки зору, принцип конкретизації цілей та актуальності результатів зобов'язує викладачів цілеспрямовано структурувати зміст фахових дисциплін для формування КЗ. У нашому баченні цей принцип повинен збалансувати процес професійної підготовки МУФК при вивченні дисциплін професійної спрямованості та досягнення належного рівня сформованості усіх компонентів КЗ.

Підсумовуючи наголосимо, що названий перелік принципів (науковості, безперервності та професійної спрямованості, міжпредметних зв'язків, систематичності та послідовності, доступності, свідомості й активності, координації, гуманізації, рефлексивності, конкретизації цілей та актуальності результатів) відображає найбільш загальні закономірності формування КЗ і направляє освітній процес професійної підготовки МУФК у практичне русло. Їх максимальна реалізація дозволяють студентам активно брати участь у власному вдосконаленні під час формування КЗ. Реалізація загальнонаукових принципів покликана забезпечити єдність всіх сторін професійної підготовки.

Зупинимось на обґрунтуванні потреби у виокремленні *спеціальних принципів*, які необхідно покласти в основу формування КЗ студентів факультетів фізичного виховання. Насамперед відзначимо, що ми розглядали *спеціальні принципи у якості основи, з якої необхідно виходити в контексті діяльності, що забезпечує впорядкування та синтез знання в процесі формування КЗ МУФК*. З методологічної точки зору ми виходили з тих міркувань, що впровадження в освітній процес спеціальних принципів *відображає практичні аспекти фізкультурної освіти* (виховання, розвиток, навчання) та *обумовлює роль ФК у формуванні КЗ МУФК*. Тобто, ФК

радикально відрізняється від ряду інших засобів, створених для приведення в порядок свого фізичного стану, формування здорового способу життя, відновлення і зміцнення здоров'я та формування КЗ. Тому, у зазначеному контексті необхідні саме спеціальні принципи.

Відзначимо, що у цьому питанні існують різноманітні погляди та позиції науковців. Так, цікавим вважаємо позицію Л. Сливки [481] у тому, що доцільно «реалізувати в університетській підготовці майбутніх учителів низку принципів, як-от: відкритості (систематичне наповнення, оновлення, удосконалення знань про методику здоров'яорієнтованої освіти), плюралізму (уможливлює варіативність «авторського» підходу викладача до організації занять на основі інваріативного змісту програми дисциплін), принцип компаративізму (дозволяє порівнювати вітчизняну теорію та практику здоров'язбережувального виховання із зарубіжними надбаннями у цій сфері, що стає підґрунтям для об'єктивної оцінки досвіду українських теоретиків і практиків)» [481, с. 246].

Так, до переліку специфічних принципів формування валеологічного світогляду І. Маріонда та Е. Сивохоп віднесли такі: цілеспрямованість валеологічного виховання; поєднання керівництва з боку педагогів з ініціативою й валеологічною самодіяльністю студентів; повага до особистості, поєднана з розумною вимогливістю до неї; опора на позитивне в людині; систематичність і послідовність валеологічної освіти; єдність валеопедагогічних вимог різних соціальних інститутів; єдність валеологічної свідомості й поведінки; природовідповідність; культуровідповідність; народність; етнізація [264, с. 63]. Наведений перелік специфічних принципів вважаємо доволі цікавим, хоча й визнаємо, що поряд із специфічними принципами автори наводять й загальнонаукові принципи. Тому таку наукову позицію не можемо взяти за основу в дослідженні питань формування КЗ у МУФК.

У дослідженні ми прагнули, щоб обраний спектр специфічних принципів виступав у якості вихідного контенту для організації освітнього

процесу під час професійної підготовки майбутніх фахівців, що здобувають освіту на факультетах фізичного виховання на практичному рівні. Так, на основі проведеного семантичного аналізу напрацювань В. Волкова [65], Л. Матвєєва [272], В. Товта [510] та Л. Фенчак [526] і адаптації поглядів фахівців-практиків з організації неперервної освіти МУФК до переліку *специфічних принципів*, які вважаємо за доцільне покласти у основу реалізації системи формування КЗ було віднесено:

- 1) *Принцип оздоровчої спрямованості освітнього процесу;*
- 2) *Принцип варіативності і різноманіття засобів здоров'язбереження;*
- 3) *Принцип професійної спрямованості освітнього процесу;*
- 4) *Принцип антропосинергізму в організації професійної підготовки;*
- 5) *Принцип соціальної значущості формування культури здоров'я.*

Їх взаємозв'язок представлена на рис. 3.2.

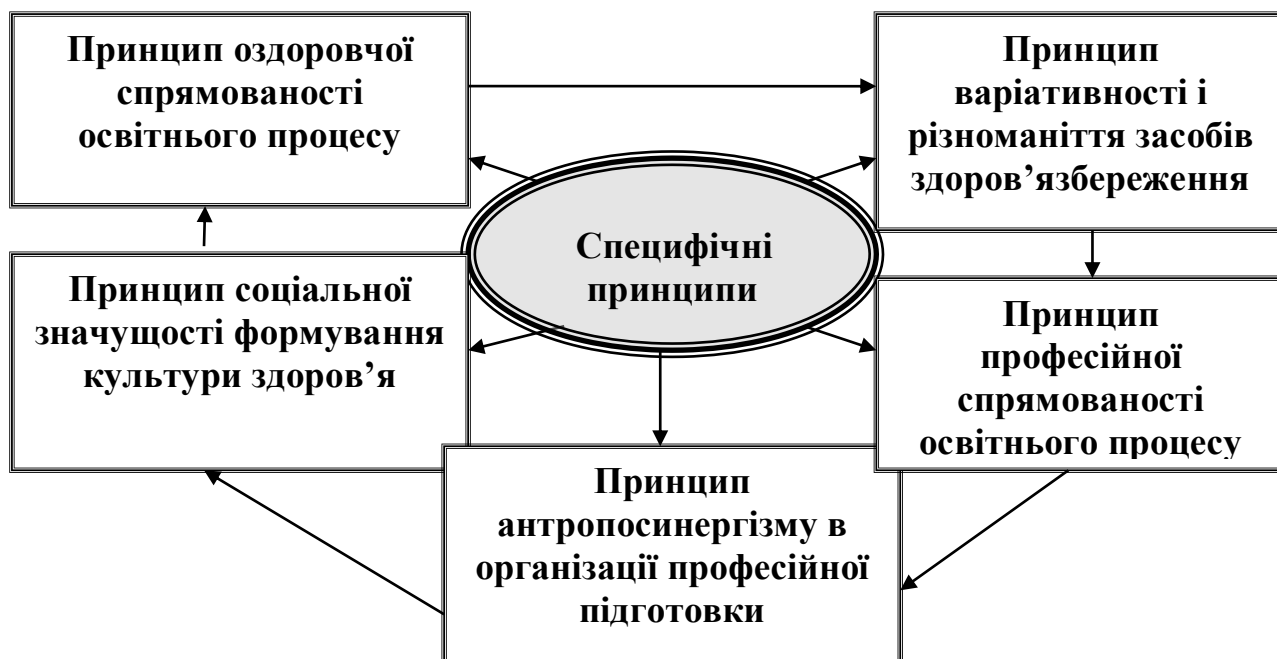


Рис. 3.2 Сукупність специфічних принципів реалізації системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Вважаємо, що усі перераховані принципи об'єктивні за своїм походженням, адже виокремленні на основі теоретичних закономірностей

професійної підготовки МУФК та освітньої практики. У цілому, ці принципи виступають сполучною ланкою між теорією і практикою і вказують, як потрібно діяти під час формування у студентів КЗ. Дамо характеристику виокремлених принципам.

Принцип оздоровчої спрямованості освітнього процесу обумовлений зацікавленістю суспільства в здорових людях – головній цінності будь-якої держави. Даний принцип визначає необхідність оптимізації фізичних навантажень під час організації педагогічних впливів, які збалансовані відповідно до індивідуальних здібностей. Реалізація даного принципу можлива на основі: оптимального фізичного навантаження в ході занять фізичними вправами; підбір і використання засобів, методів і організаційних форм, що несуть в тому числі і оздоровчий ефект; забезпечення регулярного контролю за динамікою здоров'я, фізичного розвитку і підготовленості; оволодіння системою цінностей ФК під час формування КЗ.

Цей принцип має три головних методичних положення, реалізація яких найбільш ефективна в процесі формування КЗ. А саме: забезпечення прикладної спрямованості підібраних засобів, методів, форм занять специфічним вимогам професії (навчальної та професійної діяльності) на основі загальної фізичної підготовки; оволодіння системою знань, необхідних для використання методів і засобів ФК в професійному вдосконаленні та самовдосконаленні усіх компонентів КЗ; забезпечення системного контролю (педагогічного, медико-біологічного) над динамікою формування КЗ, фізичного розвитку, функціональної та рухової підготовленості студентів.

Принцип варіативності й різноманіття засобів здоров'язбереження тісно пов'язаний з загальнонауковим принципом індивідуалізації та диференціації. Він передбачає створення належного освітнього середовища для прояву здібностей студентів в обраних формах фізкультурно-спортивної діяльності, яку необхідно організовувати з урахуванням стану здоров'я, ціннісних орієнтацій і фізкультурних інтересів. В його основу покладено

диференціацію навчальних завдань і способів їх виконання згідно індивідуальних особливостей студентів.

Реалізація даного принципу можлива у тому випадку, коли буде зреалізована відмова від зайвої уніфікації та стандартизації процесу професійної підготовки МУФК та будуть створенні альтернативні програми, які враховують потреби, інтереси і фізичні особливості студентів. Цей принцип можна активно впровадити на основі вибіркової складової навчальних планів професійної підготовки МУФК, які дозволяють студентам самостійно обрати ті навчальні дисципліни із вибірових, які в найбільше відповідають їхнім потребам щодо формування КЗ.

Даний принцип передбачає використання усієї сукупності адаптованих засобів і методів ФК відповідно до особистісних потреб, стану рухово-функціональних здібностей студентів. Він передбачає дотримання наступних педагогічних вимог:

- активна мотивація студентів до засвоєння цінностей КЗ;
- визначення основних типологічних особливостей студентів, що обумовлюють генетичну схильність до занять конкретними видами фізкультурно-освітньої діяльності;
- оцінка стану фізичної підготовленості, і, перш за все, рівня сформованості рухових умінь і навичок (технічна підготовленість) і стану фізичних (психомоторних) якостей (фізична підготовленість), врахування основних показників функціонального розвитку (антропометричні показники, показники функціональних систем організму, частота дихання, динамічні показники розвитку силових здібностей) та стану здоров'я;
- активізація самостійної діяльності студентів в напрямку поглибленого самовдосконалення КЗ засобами ФК.

Принцип професійної спрямованості освітнього процесу дозволяє підготувати МУФК до виконання соціального замовлення по збереженню і зміцненню як власного здоров'я, так і здоров'я своїх вихованців на основі необхідності оволодіння здоров'язберігаючими знаннями для їх подальшої

трансляції в свою професійну діяльність і формування КЗ. Принцип професійної спрямованості освітнього процесу обумовлений необхідністю інтегрування знань про КЗ, що отримали МУФК під час вивчення різних навчальних дисциплін, які об'єднані професійно орієнтованим целепокладанням і доповнені теоретичним та практичним змістом для повноцінного формування КЗ.

Ми виходили з тих міркувань, що, незважаючи на важливу роль психолого-педагогічних дисциплін у формуванні КЗ, доцільне ґрунтовне вивчення професійно орієнтованих дисциплін у контексті неперервної професійної підготовки. Тобто, для ефективного формування КЗ необхідне вивчення МУФК спеціальних навчальних дисциплін та авторських спецкурсів, що утворюють собою неперервний та цілісний цикл. До таких дисциплін відносимо:

– у бакалавраті: «Вступ до спеціальності» (3 кредити, 1 семестр), «Теорія і методика фізичного виховання школярів» (9 кредитів, 4,5 семестри), «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення» (6 кредитів, 6 семестр), «Загальна теорія здоров'я» (4 кредити, 7 семестр), «Основи здорового способу життя» (4 кредити, 8 семестр), «Методика викладання предмету «Основи здоров'я» (6 кредитів, 8 семестр);

– у магістратурі: «Професійна майстерність викладача фізичної культури» (4 кредити, 1 семестр), «Інноваційні технології у фізичній культурі» (3 кредити, 2 семестр), «Наукові засади здорового способу життя» (3 кредити, 3 семестр), «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні» (4 кредити, 3 семестр), «Основи оздоровчого харчування» (3 кредити, 3 семестр), «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи» (4 кредити, 3 семестр), авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я» (3 кредити, 3 семестр).

На основі практичного впровадження принципу професійної спрямованості освітнього процесу передбачаємо реальну можливість виділити систему теоретичних знань та виокремити спектр практичних

умінь, якими повинні опанувати МУФК щоб досягнути належний рівень КЗ. З практичної точки зору цей принцип дозволить визначити прогалини в знаннях, уміннях і навичках в галузі збереження і зміцнення здоров'я студентів факультетів фізичної виховання та допоможе у формуванні КЗ.

Виокремлення *принципу антропосинергізму* було здійснено відповідно до методологічних рекомендацій І. Коновалової [204, с. 48–50]. Цей принцип орієнтує професійну підготовку МУФК на системно-інтеграційну методологію. При організації освітнього процесу на основі цього принципу розвиток структурних компонентів КЗ майбутніх фахівців полягає в розгортанні потреби вдосконалення, починаючи від: елементарних форм до більш складних; одностороннього, слабого інтересу до самостійного усвідомлення внутрішньої потреби у самовдосконаленні усіх структурних компонентів культури здоров'я. У нашому розумінні, він базується на багаторівневій структурі мотивів, цінностей, особистісних і професійних якості, які є профілюючими під час формування КЗ.

У найбільш загальному контексті принцип антропосинергізму передбачає об'єднання діяльності усіх учасників процесу професійної підготовки, в результаті якого виникає активна взаємодія та партнерська співпраця в межах освітнього середовища, яке орієнтоване на формування культури здоров'я. Тобто в умовах ЗВО слід максимально повно задовольняти потребу вибору найбільш адекватних форм, методів, засобів та інноваційних педагогічних технологій формування культури здоров'я. Зокрема при конструюванні інноваційних технологій доцільно робити акцент на використання потенціалу фізичного виховання, а також має сенс вибудовування освітнього процесу безпосередньо на основі адаптації практикоорієнтованих форм, методів та засобів.

Реалізація даного принципу в процесі формування КЗ МУФК забезпечується на основі:

1. Визначення оптимального ступеня доступності матеріалу та забезпечення відповідності між передбачуваними труднощами і розвитком

потенційних можливостей студентів в їх активному подоланні. Важкі та недоступні завдання будуть спричиняти загальне пригнічення, знижувати пізнавальні мотиви у формуванні КЗ. Проте надто спрощені завдання не несимуть розвиваючого ефекту, не даватимуть почуття задоволення від подолання труднощів. При визначенні міри доступного завдання необхідно враховувати відповідність фізичної та психологічної підготовленості.

2. Створення належної організаційно-методичної бази на основі підбору адекватних засобів, методів і організаційних форм, які забезпечать спадкоємність у формуванні КЗ у процесі професійної підготовки під час вивчення професійно орієнтованих навчальних дисциплін.

3. Чітке встановлення зовнішніх і внутрішніх взаємозв'язків між усіма компонентами КЗ та виважене управління процесом її формування.

У контексті *принципу соціальної значущості формування культури здоров'я* вагомому роль відіграє розвиток у студентів індивідуального досвіду в питаннях зміцнення та збереження власного здоров'я. Соціальна значущість повинна у процесі професійної підготовки трансформуватися в індивідуальний досвід та набути суспільної значущості, оскільки МУФК, як носій програм зорового способу життя здатний дати нові ідеї про цінність КЗ, запропонувати практичні шляхи для впровадження здоров'язберігаючих зразків і норми поведінки. Цей принцип базується на суб'єктності та дозволяє розглядати майбутнього педагога як суб'єкта здоров'язміцнювальної діяльності, що володіє високим рівнем відповідальності за процес формування як власної КЗ, так і КЗ своїх вихованці на основі використання засобів ФВ.

Означений принцип передбачає, що під час формування КЗ освіти необхідно розглядати як процес формування майбутніми фахівцями образу власного «Я» і форми своєї життєдіяльності за допомогою отримання конструктивних форм збереження і зміцнення здоров'я; визнається самоцінність особистісного досвіду для усього суспільства і на його основі проектується зміст, форми і методи формування КЗ у цілому.

Застосування принципу соціальної значущості формування КЗ передбачає розвиток творчих здібностей у цій площині. Його практична реалізація обумовлена тим, що:

1) саме студентам належить провідна роль у процесі своєї професійної підготовки, тому необхідно стимулювати бажання МУФК до самореалізації, самостійності та отримання особистісного досвіду, який може бути використаний в якості важливого джерела формування КЗ;

2) студенти навчаються для вирішення важливої проблеми і досягнення конкретної мети, тому розраховують на практичне застосування отриманих в ході професійної підготовки знань, умінь, навичок і якостей;

3) навчальна діяльність студентів факультетів фізичного виховання, в основному, детермінується просторовими, професійними, соціальними факторами, які важливі у формуванні КЗ.

Отже, у процесі дослідження нами були виділені такі спеціальні принципи, які дозволяють відобразити залежність, що існує між об'єктивними закономірностями організації професійної підготовки та результатами високих рівнів сформованості компонентів КЗ МУФК.

Наголосимо, що усі задекларовані принципи (загальнонаукові та специфічні) відображають специфіку практичної діяльності щодо формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки. Порухення вимог принципів, або їх ігнорування не лише суттєво знизить ефективність освітнього процесу, а й руйнуватиме основи професійної підготовки. Принципи, покладені в основу реалізації системи формування КЗ МУФК визначають мету, спрямованість, зміст та безпосередню організацію цього процесу, яка охоплює теоретико-методологічні аспекти.

3.3 Методологічні підходи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Принципово нова суспільна ситуація, яка склалася в Україні, зумовила доцільність впровадження інновацій у вищій освіті в цілому й у професійній підготовці МУФК зокрема. Її оновлення продиктовано, з одного боку, загальними тенденціями модернізації сучасної вищої освіти України відповідно до європейських освітніх інтеграційних процесів, а з другого – потребою формування у майбутніх фахівців належного рівня КЗ під час неперервної професійної підготовки.

Модернізація професійної освіти майбутніх учителів, які здійснюватимуть фізичне виховання, спонукають викладачів до запровадження реформаційних освітніх процесів у контексті підготовки конкурентоздатних фахівців, які затребувані на ринку праці, здатні до самостійної професійної діяльності, гнучкої адаптації до мінливих умов професійного середовища, уміють будувати ефективну професійну кар'єру, зберігаючи при цьому міцне здоров'я. Таким чином, у зазначеному контексті чільне місце посідає КЗ як елемент загальної культури, що охоплює ставлення студентів самих до себе на основі сформованих знань та умінь щодо оптимального вибору інтелектуальних, емоційних, фізичних навантажень, детермінує ступінь залежності здоров'я особистості від стратегії вибудовування її відносин з оточуючим світом та з самою собою. Майбутній учитель має бути зразком сформованої КЗ і показувати лише позитивний приклад як для своїх колег-педагогів, так і для вихованців. У дослідженні ми повністю поділяємо думку О. Антоненка [14] у тому, що професійна підготовка МУФК доволі складний процес, що потребує виважених наукових підходів. У цьому контексті очевидним є доцільність впровадження *наукових підходів* під час формування КЗ МУФК.

Насамперед розглянемо сутність дефініції «підхід». Так, у педагогічних дослідженнях підхід розглядається не тільки як сукупність певних вихідних

положень, що «містять у собі певні способи діяльності» [460, с. 264]. У інтерпретації М. Кагана [181] «підхід» – це усвідомлена орієнтація фахівця на реалізацію у своїй діяльності певної сукупності взаємопов'язаних цінностей, відповідно до вимог освітньої парадигми [181, с. 34]. Як доводить Н. Островерхова, наукові підходи, які обираються повинні базуватися на певній науковій теорії [400, с. 40].

У процесі вивчення означеного питання було встановлено, що підхід є більш широким поняттям, ніж метод. У найбільш загальному контексті його доцільно розглядати як «ідеологію і методологію розв'язання проблеми, що розкриває основну ідею, соціально-економічні, філософські, психолого-педагогічні передумови, головні цілі, принципи, етапи, механізми досягнення цілей» [167, с. 361]. Тобто наукову дефініцію «підхід» розглядаємо у якості *визначальної методологічної бази, а також головного методологічного підґрунтя для професійної підготовки, покладеного в основу формування у МУФК належного рівня КЗ. До основних підходів, покладених в основу системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки віднесено: системний, праксеологічний, акмеологічний, діяльнісний, синергетичний, особистісно орієнтований, гуманістичний, компетентнісний та культурологічний. Обґрунтуємо своє бачення та представимо механізми практичного впровадження цих підходів.*

Системний підхід розглядаємо у якості визначального, який дозволяє розглядати освітній процес як сукупність взаємопов'язаних компонентів, що передбачає спосіб наукового пізнання і практичного оволодіння складно організованих об'єктів. Він об'єднує значущі для професійної підготовки МУФК ідеї: безперервності в отриманні знань; стратегічного планування освітнього середовища; застосування інноваційних технологій в освітньому процесі формування КЗ. Цей підхід, як констатує М. Громкова [101], функціонує на підставі системного характеру і передбачає: відкритість освітнього процесу; самоорганізацію і творчу самореалізацію студентів; взаємний обмін інформацією між усіма суб'єктами освітнього процесу;

пріоритет спрямовуючої ролі викладача в процесах стимулювання розвитку особистості студента. У підручнику під авторством Ю. Шабанової [552] наголошено, що системний підхід є методологічним засобом наукового пізнання, який дає змогу здійснити поділ складних явищ дійсності на частини або елементи, визначити способи організації окремих елементів системи в єдине ціле, підпорядковувати елементи системи та їх взаємодію. В основу нашого дослідження покладено висновок О. Мельника [275] стосовно вагомого потенціалу, яким володіє *системний* підхід у процесі формування КЗ учасників освітнього процесу. Думку про вагомість системного підходу у професійній підготовці МУФК декларує В. Товт, який наголошує, що «згідно положень теорії системного підходу доцільно на початку вивчити структуру професійної майстерності вчителя фізичної культури відповідно до сучасних вимог, що дасть можливість корекції її елементів» [512, с. 263].

Встановлено, що початок вивчення системного підходу в педагогіці було покладено ще в 1970 р. у статті Ф. Корольова «Системний підхід і можливості його застосування в педагогічних дослідженнях» [210]. Нам імпонує визначення, задеклароване Н. Кузьміною про те, що системний підхід можна розглядати у якості «гносеологічної призми чи особливого виміру реальності» [282, с. 8]. Поділяємо погляди І. Прангішвілі у тому, що «на порозі ХХІ ст. наука через недостатність традиційних підходів зростає доцільність формування нової методології наукових досліджень. Важливе місце в цій методології займають, перш за все, три фундаментальних і взаємодоповнювальних один до одного підходи до наукового пізнання: системний, синергетичний та інформаційний» [428, с. 21]. Сутність системного підходу, на думку А. Дахіна, базується на його потенціалі щодо пошуку додаткових чинників, які «враховують різноманітні фактори і напрямки в динаміці дослідження» [113, с. 100]. Отже, як бачимо, нині найбільш численні спроби створення спеціальних наукових системних концепцій в різних модифікаціях, що охоплюють біологію, фізіологію, психологію та педагогіку.

У контексті наведених аргументів, системний підхід надасть змогу сформувати у студентів внутрішню мотивацію та інтерес до діяльності, яка спрямована на формування КЗ. Головний сенс системного підходу полягає у тому, що будь-який системний чинник у контексті КЗ повинен бути задекларований та переведений в один із умовних механізмів внутрішньої архітектоніки освітнього процесу на факультетах фізичного виховання під час вивчення навчальних дисциплін: «Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я»», «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», а також узагальнюючого спецкурсу «Теорія і методика формування культури здоров'я» (магістратура). У своїй практичній діяльності ми виходили з того, що кожна тема, що вивчається студентами не може бути сформульована поза конкретною системою, яка стосується формування КЗ. До уваги ми брали міжпредметні зв'язки, а також цілеспрямовано проводили ранжування методів, форм і засобів та системно й цілісно застосовувати їх відповідно до поставленої мети – формування у переважної більшості МУФК належного (високого і достатнього) рівня КЗ під час навчання у ЗВО.

Будучи методологічною основою у формуванні КЗ, системний підхід має певні особливості. Зокрема, в його основі безпосередньо лежить принцип діалектики, який дає можливість конструювати і активно моделювати процес формування усіх компонентів КЗ МУФК у вигляді цілісної системи під час вивчення професійно орієнтованих дисциплін. Однією із найвагоміших особливостей використання системного підходу є створення для студентів емоційно-позитивного освітнього середовища у ЗВО. Системність

наповнюватиме освітній процес ґрунтовною інформацією про КЗ, допоможе активно використовувати проблемний виклад теоретичного матеріалу та застосовувати активні методи навчання (мозкові штурми, ділові ігри, кейс-стаді), методи заохочення й похвали, дискусії, встановлювати ефективне спілкування, здійснювати особистісно орієнтований підхід до кожного майбутнього фахівця, організувати самостійну роботу з урахуванням інтересів і потреб МУФК.

Обравши системний підхід, виходили з тих позицій, що організація професійної підготовки МУФК є складною системою і розглядається як сукупність підсистем, які мають за головну мету підвищення якості усього освітнього процесу у ЗВО. Враховуючи наведений факт, системний підхід з методологічної позиції передбачав:

- 1) розробку та впровадження нових тем у навчальні програми з дисциплін професійної підготовки, які відповідають стандартам підготовки фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура);
- 2) демократизацію та гуманізацію освітнього процесу;
- 3) максимальне наближення професійної підготовки студентів у ЗВО до майбутньої професійної діяльності;
- 4) впровадження у професійну підготовку сучасних інноваційних технологій навчання з метою формування КЗ.

Проведений аналіз загальних теоретичних та методичних аспектів формування КЗ МУФК засвідчує нагальну потребу використання системного підходу. У нашому баченні впровадження цього підходу дозволить виважено підійти до визначення змісту професійної підготовки, сприятиме визначенню головних її складових, дозволить, використовуючи педагогічне моделювання, розробити графічне зображення моделі такої системи.

Відзначимо, що нині існує зростаюча потреба щодо формування КЗ МУФК на основі тривимірності організації освітнього процесу, що має по-перше, будуватися на позитивній внутрішній мотивації; по-друге, охоплювати континуум навчання, самоосвіти та самовиховання; по-третє,

головним у цьому процесі має бути практична спрямованість знань та можливість їх постійного оновлення. Вважаємо, що саме *праксеологічний* підхід у цьому контексті володіє вагомим потенціалом. У загальному баченні праксеологічний підхід базується на позиціях філософії дії. В його основу покладено напрацювання А. Еспінаса, Т. Котарбінського, Л. фон Мізеса, Є. Слуцького та ін. Так, з'ясовано, що теорія праксеології відображає залежність результатів діяльності від ретельної підготовки до її виконання, ступеня підготовленості дій, що охоплює свідомий вибір засобів, методів аналізу і регулювання, а також практичного оцінювання результатів. Сутність праксеологічного підходу у формуванні КЗ МУФК, насамперед, полягає в організації найбільш раціональної практичної діяльності всіх учасників освітнього процесу, що забезпечує ефективне досягнення поставлених цілей. Практичне спрямований на оптимізацію і вдосконалення професійних дій МУФК у збереженні й зміцненні здоров'я.

Коротко зупинимося на аналізі трактування сутності праксеологічного підходу. Так, В. Чайка зазначає, що цей підхід є доволі цікавий у контексті професійної підготовки майбутніх учителів, адже він «забезпечує ефективне управління діяльністю через її всебічний самоаналіз, самооцінювання, цілеспрямоване моделювання умов і засобів удосконалення на основі синтезу теоретичних знань та емпіричного досвіду» [397, с. 56]. Поділяємо позицію В. Поліщук у тому, що «праксеологічний підхід ґрунтується на осмисленні й реалізації теоретичних концепцій, підходів, ідей, що уможлиблює концептуальні зміни практики відповідно з новими цінностями» [418, с. 149].

Визначено, що праксеологічний підхід новий та інноваційний для професійної підготовки студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура). Так, П. Зуєв [163] аргументовано доводить, що праксеологічний підхід допоможе ефективно дослідити принципи, норми, структуру, закономірності й практичні шляхи організації ефективної діяльності, яка впливатиме на розв'язання таких основних завдань, як:

1) встановлення факторів та умов, що дають змогу підвищити ефективність діяльності особистості;

2) зміни внутрішньої мотивації суб'єктів діяльності з метою актуалізації, саморегуляції та самовдосконалення;

3) органічне поєднання теорії й практичних дій суб'єктів [163, с. 9].

Загалом, процес формування КЗ МУФК на основі прагматичного підходу під час вивчення двох найбільш практично спрямованих навчальних дисциплін «Загальна теорія здоров'я» (4 кредити, 7 семестр), «Основи здорового способу життя» (4 кредити, 8 семестр) передбачає три етапи, які відрізняються один від одного своїми специфічними завданнями. Зокрема, перший етап передбачав загальне ознайомлення з основними поняттями та уявленнями про КЗ та здоровий спосіб життя. До найбільш перспективних завдань, які необхідно розв'язати відносимо: 1) мотивувати студентів до активного ведення здорового способу життя; 2) висвітлити потенціал КЗ у реалізації майбутньої професійної діяльності; 3) сформувати загальні теоретичні знання про головні правила збереження та зміцнення здоров'я. Встановлено, що другий етап базувався на ґрунтовному вивченні МУФК теоретико-методичних аспектів здорового способу життя та поглибленому дослідженні змісту КЗ. Основні завдання, які розв'язувалися на цьому етапі, передбачали: 1) формування у студентів цілісного розуміння КЗ та усвідомлення цінності здорового способу життя; 2) досягнення свідомого дотримання студентами загальних правил збереження та зміцнення здоров'я; 3) формування практичних умінь та навичок, необхідних для реалізації майбутньої професійної діяльності у контексті збереження та зміцнення здоров'я. Тоді як третій етап охоплював процес закріплення знань в галузі КЗ. Цей етап акцентований на подальше вдосконалення практичних умінь і навичок у збереженні та зміцненні здоров'я. Основні завдання на цьому етапі були спрямовані на: 1) досягнення автоматизму при використанні правил збереження здоров'я; 2) переведення сформованих умінь зберігати здоров'я в навички під час реалізації професійної діяльності; 3) системна реалізація

формування КЗ як у себе, так і у своїх вихованців в залежності від конкретних умов.

Отже, праксеологічний підхід спрямований на організацію такої підготовки, яка передбачає виважене планування й проектування освітнього процесу, що полягає в прогнозуванні позитивних результатів. Головна особливість цього підходу зводиться до співвідношення теорії й практики. У нашому баченні організація професійної підготовки МУФК на засадах праксеологічного підходу уможливорює ефективне оволодіння практичними методами і засобами самостійного пошуку нових знань з КЗ. Цей підхід володіє потенціалом для розвитку особистості студента, так і в пошуку нових способів збагачення змісту КЗ. Практична реалізація праксеологічного підходу сприяє створенню такого освітнього середовища у ЗВО, що є необхідним для вирішення поставлених завдань у контексті формування максимально можливого для кожного студента рівня КЗ та базується на організації ефективної освітньої діяльності.

Таким чином, праксеологічний підхід у професійній підготовці МУФК передбачає формування практичних умінь результативно планувати й виконувати фахову діяльність на основі сформованої КЗ. Цей підхід дозволяє реалізовувати нове бачення результатів КЗ, яке передбачає не лише сформованість теоретичних знань у сфері збереження та зміцнення здоров'я, але й розвиток готовності до практичної діяльності у контексті КЗ.

Не можемо ми обійти увагою дослідження загальної психолого-педагогічної характеристики здорової особистості у світлі *акмеологічного підходу*. Зокрема, встановлено, що ці питання доволі ґрунтовно висвітлені у дослідженні О. Хлівіної [539]. На вагомості акмеологічного підходу під час підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я акцентовано увагу в дисертаційному дослідженні Г. Мешко [284]. З огляду на мету нашого дослідження вагомою є позиція Н. Костіхіної [212], що присвячена дослідженню акмеологічних аспектів професійно-педагогічної підготовки МУФК.

Відзначимо, що в останні 2-3 роки почали з'являтися ґрунтовні наукові дослідження, які висвітлюють роль акмеології у професійній підготовці фахівців фізичного виховання. Зокрема, у дисертаційному дослідженні Т. Дереди [117] проаналізовано акмеологічні засади неперервної професійної підготовки фахівців фізичного виховання. Потенціал акмеологічного підходу щодо формування готовності МУФК до тренерської діяльності розкрито у роботі О. Сопотницької [492, с. 129], де авторка наголошує на тому, що акмеологічний підхід у процесі професійної підготовки МУФК допоможе забезпечити належні умови для творчого розвитку майбутнього фахівця.

Акмеологія як галузь наукового знання охоплює наукові дослідження прикладного характеру, які вивчають людину в контексті саморозвитку, самовдосконалення, самовизначення в різних життєвих сферах. Тобто, у найбільш загальному контексті акмеологія передбачає досягнення особистістю «акме» – вершини досконалості; вершини як фізичної, особистісної і суб'єктивної зрілості людини; вершини, як реалізації творчих здібностей; вершини досконалості. Зокрема, як доводить С. Пальчевський [404], акмеологію можна розглядати як науку, що виникла на стику природничих, суспільних і гуманітарних дисциплін, вивчає закономірності та механізми розвитку людини на ступені її зрілості, особливо при досягненні найбільш високого рівня розвитку. Саме на основі аналізу напрацювань С. Пальчевського було з'ясовано, що на сьогоднішній день серед невирішених завдань прикладної акмеології особливої уваги потребують такі, як: розробка психотехнік самовизначення особистості; дослідження проблем, пов'язаних із механізмами формування в особистості фахової мотивації, потреб в актуалізації фахово-особистісного потенціалу; розробка методичного інструментарію, за допомогою якого можна діагностувати досягнутий рівень професіоналізму як окремим фахівцем, так і всім колективом.

Вважаємо, що акмеологічний підхід відіграє вагомий роль у формуванні професіоналізму фахівців. Так, О. Дубасенюк [136] наголошує на тому, що

акмеологічний підхід синтезує дослідницькі стратегії з позицій «системного підходу до вивчення освітніх систем; цілісного підходу до вивчення особистості професіонала; теорії функціональних систем, системоутворюючим чинником у якій виступає кінцевий результат входження у нове середовище навчання» [136, с. 18]. Як доводять науковці [5; 95; 136; 404] цей підхід зосереджений на пошук результативних шляхів організації освітньої діяльності студентів для досягнення максимально можливого рівня («акме») теоретичної та практичної професійної підготовки. Авторами виокремлено основні ознаки професіонала, які охоплюють: «компетентність і ерудованість; знання фундаментальних праць у різних галузях; умілість у використанні зарубіжних джерел і досвіду; самоосвіту, високий рівень рефлексії у діяльності; самоорганізацію і самоконтроль [404, с. 300]. Відзначимо, що виокремлені ознаки, повною мірою, стосуються і МУФК, які ще під час навчання у ЗВО мають здобути належний рівень КЗ.

З практичної точки зору, у процесі формування КЗ вагому роль відіграє освітнє середовище. Психолого-педагогічний потенціал акмеологічного підходу щодо створення позитивного здоров'язберігаючого освітнього середовища висвітлений у публікаціях І. Головая [85] Т. Дерєги [116], та С. Сідорчик [471]. Вивчення напрацювань цих науковців дозволило нам практично підійти до впровадження акмеологічного підходу під час формування КЗ у майбутніх учителів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура). Отже, для адекватного розвитку здоров'язберігаючого освітнього середовища впровадження акмеологічного підходу передбачало:

– вивчення мікро-акме МУФК для стимулювання досягнення особистісних вершин у формуванні КЗ під час вивчення навчальних дисциплін «Загальна теорія здоров'я» (4 кредити, 7 семестр), «Основи здорового способу життя» (4 кредити, 8 семестр)) у бакалавраті та у магістратурі («Наукові засади здорового способу життя» (3 кредити, 2 семестр), «Основи оздоровчого харчування» (2 кредити, 3 семестр);

– оновлення змісту професійної підготовки МУФК на основі цілісності КЗ у професійній діяльності;

– стимулювання студентів на досягнення успіху в досягненні високого рівня КЗ.

Акмеологічний підхід, на думку В. Гладкової [77], максимально впливає на процес самореалізації студентів та стає головним рушієм, який стимулює їхній розвиток, допомагає у формуванні ціннісних орієнтацій особистісного і професійного вдосконалення. Вважаємо, що впровадження акмеологічного підходу у професійну підготовку МУФК забезпечить належні умови для творчого розвитку студентів та дозволить досягнути практичні результати у збереженні та зміцненні здоров'я. Саме акмеологічний підхід розглядаємо у якості педагогічного імперативу, що покладено в основу професійної підготовки майбутніх фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) під час формування у них КЗ.

Як доводять науковці [25; 58] *діяльнісний* підхід набув великого поширення в педагогічній практиці тому, що дає змогу ефективно розв'язувати велику кількість практичних завдань. Відзначимо, що нині діяльнісна теорія учіння домінує в сучасній дидактиці та професійній педагогіці. Діяльнісний підхід містить два взаємопов'язані аспекти, по-перше, активне перетворення світу суб'єктом (опредметнення), а по-друге, дозволяє здійснити зміни самого суб'єкту за рахунок можливості дедалі ширше вбирати в себе частини предметного світу. Ми виходили з тих практичних міркувань, що діяльність є первинною до суб'єкту і до самого предмету діяльності. У нашому випадку суб'єктами виступають МУФК, а предметом є формування у них КЗ. У процесі вивчення цієї проблематики було з'ясовано, що у дисертаційних роботах А. Свасьєва [461] і О. Тимошенка [508] акцентовано увагу на вагомості діяльнісного підходу у професійній підготовці МУФК у ЗВО.

Безумовним є той факт, що в професійній підготовці майбутніх фахівців має обов'язково прослідковуватися яскраво виражена діяльнісна

складова. У цьому контексті доволі обґрунтованою є наукова позиція З. Слєпкань [480], яка зумовлена тим, що основною ідеєю теорії діяльності є нерозривність розвитку особистості та різноманітних видів діяльності, тобто розвиток всіх якостей особистості, формування її психіки можливе лише в процесі діяльності та на підставі різних її видів. Отже, діяльнісний підхід до формування у МУФК КЗ у процесі неперервної професійної підготовки є правомірним та володіє високим ступенем результативності. У нашому баченні ефективність формування усіх компонентів КЗ є результатом складної системи соціальних відносин, яка реалізовуватиметься у процесі діяльності, в якій загальні аспекти конкретизуються через спілкування та безпосередні міжособистісні стосунки.

Запровадження діяльнісного підходу під час неперервної професійної підготовки сприятиме вдосконаленню прагнення студентів факультетів фізичного виховання до автономної діяльності щодо ведення здорового способу життя, збереження та зміцнення як свого власного здоров'я, так і здоров'я своїх вихованців. Цей підхід базується на тому, що до формування КЗ повинні бути долучені лише ті викладачі, які самі мають високий рівень та можуть надавати студентам особистий приклад відповідальної поведінки як особистісного, так і професійного характеру у сфері збереження здоров'я. З огляду на діяльнісний підхід, основним фактором професійного зростання МУФК є удосконалення професійної підготовки з головним акцентом на практичне використання отриманих знань, умінь та навичок у подальшій практичній діяльності.

На основі проведеного аналізу напрацювань О. Овчарук [389], було враховано той аспект, що логіка практичної діяльності з формування у МУФК належного рівня КЗ передбачає, проведення ґрунтовного аналізу загальної професійної підготовки студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура). Так, у контексті впровадження діяльнісного підходу, нами здійснено такі практичні дії:

1) проведено аналіз професійної підготовки МУФК ОКР «бакалавр» та «магістр»;

2) визначено основні навчальні дисципліни, на які необхідно зробити головний акцент під час формування КЗ;

3) розроблено банк практичних завдань і вправ, що формували КЗ та стимулювали студентів до збереження та зміцнення здоров'я.

Як показує практика вдосконалення навчальних планів і програм не завжди сприяє підвищенню ефективності освітнього процесу. Відрив навчання від вимог реальної практичної діяльності перешкоджають формуванню належного рівня КЗ МУФК. У цьому контексті доцільно посилити професійну спрямованість навчання МУФК, яка полягає у: створенні умов для усвідомлення студентами вагомості КЗ для професійної діяльності; визначенні рівня розвитку здоров'я; цілеспрямованій побудові індивідуальних освітніх траєкторій по його вдосконаленні.

Зважаючи на те, що КЗ є вагомим чинником під час реалізації МУФК своїх професійних обов'язків та ролей, діяльнісна освіта базуватиметься на таких складових: 1) цілепокладання; 2) смисловизначення; 3) побудова образу «Я» з належним рівнем КЗ; 4) прийняття осмисленого рішення щодо вдосконалення усіх компонентів та показників КЗ та відповідальність за їх виконання; 5) творча реалізація в обраній діяльності; 6) рефлексія; 7) забезпечення автономності студентів у якості суб'єктів діяльності щодо формування КЗ.

Підсумовуючи наголосимо на тому, що у нашому розумінні діяльнісний підхід спрямований на досягнення практичних результатах освіти. Наголосимо, що освітній процес розглядається не з точки зору обсягу тієї інформації, яку повинен засвоїти студент, а з позиції того, як у нього сформована здатність і готовність діяти у різних проблемних ситуаціях. Формування КЗ МУФК на основі цього підходу – це спроба доповнити професійну підготовку особистісним сенсом. Цей підхід допоможе студентам

реалізувати задуми по формуванню КЗ, дасть можливість ефективно зберігати своє здоров'я під час реалізації професійної діяльності.

Нині уже є очевидним те, що на основі синергетики можна досягнути максимальних результатів під час опанування когнітивною та конативною складовою КЗ МУФК. У контексті досягнення кожним студентом максимального для нього рівня культури здоров'я, ми розглядаємо синергетику як науку, що дозволяє здійснити практичні узагальнення на основі системно-інтеграційної методології та врахування провідних критеріїв якості професійної освіти. При організації освітнього процесу на основі *синергетичного* підходу основний акцент робиться на стимулюванні потреби переходу від елементарних форм до все більш складних; від однобічного, слабкого інтересу до КЗ до самостійного усвідомлення студентами більш глибокої, стійкої, складної внутрішньої потреби у самовдосконаленні діяльності з формування КЗ. Такий розвиток потреби обумовлює, на думку Л. Гапоненко [71], зміну особистісного змісту, а у кінцевому рахунку сприятиме підвищенню професійної спрямованості.

Вважаємо, що основними психологічними механізмами професійної спрямованості студентів у контексті формування КЗ повинні виступати складна багаторівнева структура мотивів, цінностей, особистісних змістів, здібностей, що визначають професійно важливі якості та риси. З практичної точки зору МУФК для формування КЗ необхідно володіти певними особистісними рисами, а саме: ентузіазмом, старанністю, дисциплінованістю, здатністю до критики і самокритики. Зокрема, майбутній учитель повинен з ентузіазмом ставитися до збереження і зміцнення власного здоров'я, на першому місці повинні стояти інтереси тієї справи по збереженню і зміцненню здоров'я, яку розпочато. Старанність передбачає вироблену здатність до тривалої і ретельної діяльності, адже ідеї культури здоров'я вимагають доскіпливої розробки, перш ніж їх реалізувати. Дисциплінованість передбачає розвинуту здатність розподіляти свій час, дотримуватися визначеного плану у вивченні теоретичних аспектів

збереження і зміцнення здоров'я, а також системно використовувати прийоми наукової організації праці. Здатність до критики і самокритики як особистісна риса зумовлена тим, що справжній прогрес у розв'язанні проблеми формування КЗ можливий тоді, коли кожен студент розпочне з ґрунтовного критичного вивчення результатів своєї роботи, а також навчиться критично відноситися до самого себе, усвідомить свої власні помилки і недоліки у роботі по збереженню і зміцненню здоров'я.

Одним з головних завдань у контексті синергетичного підходу є завдання досягнути найвищого рівня КЗ для максимальної кількості студентів. Наприклад, студент може досягнути високого рівня усіх компонентів сформованості КЗ, або залишитися на низькому (репродуктивному рівні), який описує мінімальний рівень компетентності у сфері збереження здоров'я, що не розглядається нами як достатній для вирішення задачі. Відповідно другий варіант ми не розглядаємо як перспективний, та прагнемо повністю реалізувати перший. Тобто, ефективно застосування синергетичного підходу для формування КЗ МУФК потребувало від викладачів застосування таких практичних дій:

- виокремлення усіх компонентів, що впливають на формування КЗ;
- встановлення зовнішніх і внутрішніх взаємозв'язків між усіма компонентами КЗ;
- проведення виваженого аналізу потенціалу основних принципів і підходів, визначених у якості провідних під час формування КЗ у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура);
- вивчення процесів управління освітнім процесом, що дозволить забезпечити стабільний характер у досягненні позитивних та статистично достовірних результатів у формуванні КЗ.

Таким чином, можемо констатувати, що цей підхід сприяє домінуванню в освітньому процесі творчих здібностей студентів як професіоналів у конкретній сфері. У нашому випадку не просто кваліфікованих та високопрофесійних учителів фізичної культури, а й фахівців з високим

рівнем КЗ. Отже, з метою максимального вдосконалення професійної підготовки МУФК, яким притаманний належний рівень КЗ, необхідне цілеспрямоване впровадження в освітній процес синергетичного підходу.

Під *особистісно орієнтованим* підходом розуміють такий підхід до освітнього процесу, «який орієнтований на людину, і шукає шляхи, як найкращим чином задовольнити пізнавальні потреби особистості, вирішити проблеми її розвитку і підтримки» [25, с. 10]. Вагому роль для обрання цього підходу слугувала позиція І. Зязюна, який довів, що функціонування освіти має спрямовуватись на педагогічну підтримку становлення і розвитку суб'єкта освіти як самостійності, автора і творця своєї долі, як особистості із багатьма значущими для суспільства і самої людини характеристиками. Особистісно орієнтований підхід, в загальному контексті, базується на суб'єктивному підході до організації освітньої діяльності та передбачає врахування соціального досвіду, коли домінуючим є цілісна особистість МУФК. Цей підхід передбачає необхідність врахування ознак, характерних, на які спрямована діяльність з формування КЗ: вік, стать, стан здоров'я, традиції, інформованість, потреби.

На основі максимального повного впровадження особистісно орієнтованого підходу студенти стають: 1) суб'єктами контактів у професійному аспекті; 2) суб'єктами предметної діяльності у контексті збереження та зміцнення здоров'я; 3) суб'єктами активного спілкування у напрямку збереження та зміцнення здоров'я та формування КЗ; 4) суб'єктами самопізнання та самовдосконалення на основі суттєвого вдосконалення усіх компонентів КЗ.

У нашому баченні особистісно орієнтований підхід безпосередньо стосується розвитку особистості студента й може бути реалізованим і перевіреном тільки в процесі виконання комплексу практичних дій. Зокрема, він потребує трансформації змісту професійної підготовки МУФК, насичення практично орієнтованим змістом, який дозволяє суттєво розширити кругозір студентів щодо КЗ. На основі впровадження цього підходу під час

формування КЗ МУФК можна ініціювати серйозні зрушення загальних цілей мотиваційної діяльності, а також вдосконалити зміст освітніх послуг у ЗВО.

У своєму дослідженні ми виходили з тих міркувань, що одна із найбільш вагомих вимог сучасності щодо професійної підготовки конкурентоздатних фахівців у ЗВО робить питання формування КЗ МУФК особливо актуальною. Майбутні учителі, що навчаються на факультетах фізичного виховання, повинні ще під час навчання в ЗВО здобути високий рівень усіх компонентів КЗ на основі ціннісного ставлення до нього та забезпечення гуманних умов для його збереження. Отже, у цьому контексті вагомим потенціалом володіє *гуманістичний* підхід, що передбачає розгляд особистості студента як найвищої цінності, опору на його духовний світ, здібності до творчості й самовдосконалення під час формування КЗ. Головним чинником щодо обрання цього підходу послужила теза С. Вітвицької [63] про те, що вітчизняна система вищої освіти зробила суттєвий крок щодо перетворення студента з об'єкта в суб'єкт, установила гуманістичні суб'єкт-суб'єктні відносини в освітньому процесі. Однак ще й нині студенти залишаються суб'єктами учіння, а не суб'єктами майбутньої професійної діяльності. Цей факт, на думку авторки, означає, що сучасна система стала більш демократичнішою, однак її все ще не вистачає гуманності, а тому вона не виводить студентів на рівень професійної зрілості.

Вважаємо, що використання провідних ідей гуманістичного підходу в освітньому процесі ЗВО сприяє підвищенню ефективності усієї професійної підготовки МУФК та повною мірою відповідає вимогам нової освітньої парадигми. У нашому баченні з метою організації ефективної професійної підготовки МУФК доцільно використовувати цей підхід, який допоможе виявити найефективніші шляхи для підвищення ефективності професійних дій у контексті формування у студентів високого рівня КЗ. Він впливатиме також і на формування у студентів вміння «бути успішними», що передбачає:

– по-перше, оволодіння прийомами самопізнання, що дають змогу виявити можливості вдосконалення власного рівня КЗ;

– по-друге, дослідження «сильних» і «слабких» сторін власного здоров'я;

– по-третє, формування вміння ефективно будувати та при потребі корегувати свої життєві плани і стратегії щодо збереження та зміцнення здоров'я, базуючись на самопізнанні власних можливостей;

– по-четверте, практичне використання найбільш перспективних стратегій професійної діяльності в сфері формування КЗ.

Тобто максимальна реалізації ідей гуманістичного підходу в освітньому процесі факультетів фізичного виховання дасть можливість виважено підійти до формування у студентів сукупності професійно зумовлених знань, практичних умінь у формуванні КЗ. Усе це за умови впровадження гуманістичного підходу буде основою успішної діяльності за рахунок свідомого вибору методів, прийомів і засобів роботи, які забезпечать результативність їх професійної діяльності, активізують творчість, спонукатимуть до активної діяльності щодо збереження і зміцнення як власного здоров'я так і здоров'я своїх вихованців під час проведення уроків фізичної культури. Саме гуманістичний підхід відіграє роль практичного регулятора, який стимулює викладацький склад до виваженої й толерантної діяльності по відбору практико зорієнтованих завдань.

Для успішного формування у МУФК КЗ необхідно цілеспрямовано впроваджувати *компетентнісний* підхід. На користь доцільності компетентнісного підходу свідчать міжнародні проекти щодо визначення компетентностей. За результатами діяльності робочої групи з питань запровадження компетентнісного підходу в рамках проекту ПРООН «Освітня політика та освіта «рівний – рівному»», запропоновано «перелік ключових компетентностей: навчальна; громадянська; загальнокультурна; компетентність з інформаційних та комунікаційних технологій; соціальна; підприємницька; здоров'язберігаюча» [203, с. 90–91]. Зокрема, під поняттям здоров'язберігаючої компетентності розуміють характеристики, спрямовані на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я як

свого, так і оточення. У процесі професійної підготовки МУФК повинні опанувати навичками, що сприяють фізичному, соціальному, духовному та психічному здоров'ю. Тобто, компетентність у сфері збереження та зміцнення здоров'я є однією із ключових компетентностей, які, в першу чергу, повинні бути сформовані у майбутніх фахівців, спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура).

Основною категорією компетентнісного підходу є «компетентність». Поняття «компетентність» (від лат. *competo* – «домагаюся», «відповідаю», «підходжу») у тлумачному словнику сучасної української мови розглядається як поінформованість, обізнаність людини [60, с. 560]. У педагогічному словнику цей термін трактується як «сукупність знань і вмінь, необхідних для ефективної професійної діяльності: вміння аналізувати, передбачати наслідки професійної діяльності, використовувати інформацію» [87, с. 149]. Подібне трактування представлено у словнику з професійної освіти, де термін компетентність визначається як «сукупність знань і вмінь, необхідних для професійної діяльності: вміння аналізувати, передбачати наслідки професійної діяльності, використовувати інформацію» [434, с. 149]. З'ясовано, що компетентнісний підхід, у баченні О. Овчарук [389] та Г. Селевко [465] сприяє підвищенню конкурентоздатності майбутніх фахівців та допомагає у досягненні професійного зростання. Подібна позиція щодо потенціалу компетентнісного підходу у досягненні професійного зростання фахівців задекларована Дж. Равеном [438].

Встановлено, що головна ідея компетентнісного підходу полягає в тому, що результат освіти – це не окремі знання, вміння та навички, а комплексне засвоєння знань і способів практичної діяльності, які забезпечать можливість успішно реалізувати себе в різних галузях життєдіяльності [247]. На думку Н. Ничкало [118, с. 97], саме компетентнісний підхід спрямований на активне формування у студентів здатності відповідально виконувати свої професійні обов'язки та знаходити ефективні шляхи розв'язання проблем. А тому компетентнісний підхід визначаємо у якості провідної методологічної

основи під час формування у МУФК КЗ, який спрямований на реалізацію взаємопов'язаних освітніх цілей. Методологічна роль компетентнісного підходу нині суттєво зростає завдяки тому, що він має міждисциплінарний характер. Обираючи цей підхід для формування КЗ, ми врахували, що компетентність виступає головним чинником професіоналізму МУФК. Професійний розвиток студентів на основі компетентнісного підходу має базуватися на ефективному формуванні професійних позицій щодо збереження та зміцнення здоров'я та чіткому плануванні професійної діяльності у зазначеному аспекті ще під час навчання у ЗВО.

Запровадження компетентнісного підходу вимагає формування змісту КЗ з огляду на кінцевий результат (набуття ґрунтовних теоретичних знань, розширення спектру практичних умінь у здоров'язберігаючій компетентності), а після цього слід відбирати й структурувати навчальний матеріал, який може забезпечити досягнення цього результату. Таким чином, необхідно врахувати вимоги модернізації змісту освіти, які пов'язані з перспективою переходу освітнього процесу ЗВО до компетентнісної парадигми. Окрім цього необхідно цілеспрямовано розробляти та впроваджувати інноваційні освітні технології, вдосконалювати освітнє середовище на основі впровадження системи контролю якості освітнього процесу. Тобто компетентнісний підхід акцентує увагу на практичних результатах освіти, коли освітній процес розглядається не з точки зору обсягу тієї інформації, якою повинні оволодіти МУФК, а з позиції того, як сформована готовність діяти у різних проблемних ситуаціях, що пов'язані із збереженням та зміцненням здоров'я. Саме компетентнісний підхід дасть можливість виважено підійти до інтеграції навчальних, розвивальних та виховних завдань у професійній підготовці МУФК та розробити практичні завдання, які спрямовані на формування у них КЗ.

У якості узагальненої основи при вирішенні досліджуваної проблеми, ми пропонуємо використовувати *культурологічний* підхід. На нашу думку, саме цей підхід в дослідженні проблеми формування КЗ МУФК є вагомим

чинником, що об'єднує всі підходи в методологічному контексті. Провідною була теза І. Ісаєва про те, що «культурологічний підхід повинен розглядатися перш за все в контексті загального розуміння культури. Педагогічні факти і явища при такому підході аналізуються з урахуванням соціальних і культурних процесів в минулому, сьогоденні і майбутньому» [171, с. 6]. Культурологічний підхід розглядається як сукупність теоретико-методологічних положень і організаційно-педагогічних заходів, які спрямовані на створення належних умов щодо оволодіння і трансляції цінностей здоров'я і КЗ як особистісних та професійних.

Культурологічний підхід, у баченні І. Коновалової, визначається «знанням культури як «творчої діяльності» в оновленні суспільства і вдосконаленні духовного розвитку людини» [204, с. 24]. Науковець аргументовано доводить, що фізкультурну освіту при цьому доцільно розглядати як форму, спосіб і засіб саморозвитку КЗ, ставлячи особистість студента в центр освітнього процесу у вузі та вдосконалюючи професійну підготовку. У нашому розумінні, цей підхід посідає особливо важливе значення в зв'язку з професійними завданнями МУФК щодо відродження і відтворення духовних, загальнокультурних цінностей КЗ, а також цінностей здоров'я і здорового способу життя. Отже, будучи однією з загальнолюдських цінностей, ФК розглядається як вагома передумова не тільки розвитку фізичних якостей особистості, але і виступає в ролі культурного чинника для організації здорового способу життя людини. Обираючи цей підхід, ми враховували, що при належних умовах організації фізкультурно-спортивної діяльності саме ФК є основою для становлення світоглядної та гуманістичної культури студентів у цілому і КЗ, зокрема.

Таким чином, культурологічний підхід є пріоритетним в розумінні індивідуального здоров'я людини як інтегрального стану її цілісного організму, що відображає рівень культури відносин до себе і навколишнього світу у всьому різноманітті його проявів. З практичної точки зору

культурологічний підхід дасть можливість під час формування КЗ зробити головний акцент на такі культурологічні складові:

- розвиток уявлення про здоров'я як про культурологічну цінність;
- формування навичок здорового способу життя як здатності примножити, зміцнити здоров'я, захистити себе від несприятливих впливів навколишнього середовища;
- вдосконалення валеологічних знань, розвиток умінь практично використовувати засоби ФК для оздоровлення;
- досягнення самореалізації і саморозвитку через формування КЗ.

Отже, культурологічний підхід дозволяє розглядати загальну культуру як передумову та підставу для вибору змісту і шляхів формування КЗ студентів, виявити її сутнісні характеристики та структуру. Цей підхід забезпечує розгляд досліджуваного феномена «культура здоров'я» у широкій загальнокультурній площині освітнього соціуму, обумовлюючи взаємозв'язок усіх компонентів, забезпечуючи повноцінний процес розвитку інтелектуальної, моральної, психічної, фізичної, естетичної та інших сторін розвитку особистості, шляхом оволодіння цінностями КЗ.

Професійна підготовка МУФК, що володіють належним рівнем КЗ, передбачає максимально повне впровадження усіх виокремлених підходів, які виступають у якості методологічної основи. Підходи (системний, праксеологічний, акмеологічний, діяльнісний, синергетичний особистісно орієнтований, гуманістичний, компетентнісний, культурологічний) виконують чотири функції: *методологічного регулятора* в галузі формування КЗ; *теоретичної основи* побудови компетентісно-орієнтованого змісту професійної підготовки МУФК; *когнітивного* фундаменту для впровадження інноваційних технологій, що забезпечують формування КЗ; *критеріальної бази* для оцінки ефективності та управління якістю професійної підготовки МУФК під час формування належного (високого і достатнього) рівня КЗ.

3.4 Структурно-функціональна модель системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки

Отже, як було доведено у попередніх параграфах, сутність розробки системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної базується на визнанні об'єктивності системної природи речей і процесів, що оточують МУФК під час професійної підготовки. Погоджуємося із І. Малафіїк [260] у тому, що системність виступає результатом оволодіння фахівцем науковим мисленням як аналітичним інструментом майбутньої професійної діяльності; формою адекватного відображення в його свідомості таких властивостей речей і процесів, які зумовлюють органічну цілісність функціонування їх складових елементів як системи.

Нині все більшу перспективність в наукових дослідженнях набуває моделювання як одна з форм наукового пізнання і практичного перетворення дійсності. У загальному контексті під моделюванням розуміється метод дослідження об'єктів за допомогою моделей. Наукові дослідження [13; 34; 453; 459; 538] показують, що моделювання відображає сутнісні ознаки досліджуваного об'єкта в єдності та взаємодії всіх основних елементів, передбачає і прогнозує результати подальшого розвитку та виступає засобом отримання нових знань про об'єкт, який досліджується.

Вважаємо, що для того, щоб система формування КЗ МУФК була науково обґрунтованою доцільно використовувати педагогічне моделювання. У філософії та соціології [37; 180; 181], психолого-педагогічних дослідження [113; 133; 282; 563; 564] та фізичному вихованні [14; 237; 453; 468] *моделювання* визначається як:

- 1) метод обстеження об'єктів на моделях-аналогах певного фрагмента реальності;
- 2) теоретичний метод дослідження процесів і станів за допомогою реальних або ідеальних моделей;

3) метод опосередкованого практичного і теоретичного оперування, при якому досліджується допоміжна природна або штучна система (квазіоб'єкт), що знаходиться в певному взаємозв'язку з об'єктом, здатним заміщати його на певних етапах пізнання і давати реалістичну інформацію;

4) заміщення досліджуваного об'єкта іншим, спеціально створеним;

5) відтворення об'єктів і процесів в експериментальних формах на основі штучно створених умов.

Як було з'ясовано, у більшості наведених визначень вказується, що поняття «моделювання» відображає спосіб вивчення реальних об'єктів на основі моделі. У такому випадку, моделювання розглядаємо як ефективний спосіб вивчення процесу формування КЗ, що у практичній площині передбачає розробку графічної моделі. Отже, *моделювання системи формування КЗ МУФК розуміється нами як опосередковане теоретичне і практичне дослідження, при якому всебічно вивчається процес формування КЗ студентів факультетів фізичного виховання на основі ґрунтовної характеристики структурних та функціональних зв'язків, що дають інформацію про способи, форми організації процесу і кінцевий результат (досягнення позитивної динаміки у формуванні КЗ МУФК).*

У процесі вивчення означеного кола проблематики було встановлено, що моделювання широко застосовується в дослідженнях, пов'язаних з модернізацією системи вищої освіти та її змісту, що забезпечує його практико-орієнтований характер. Науковці доволі широко використовують ідеалізовані моделі, побудова яких пов'язана з процесом абстрагування та ідеалізації, завдяки чому відбувається виділення та відображення визначених сторін об'єктів моделювання. Ми виходили з тих міркувань, що на основі побудови моделі можна конкретизувати своє уявлення про різноманітні зміни в освітньому процесі, які позитивно впливатимуть на формування у МУФК належного (високого і достатнього) рівня КЗ.

Причини зростаючої популярності педагогічного моделювання дослідники пов'язують зі специфікою сучасного наукового світогляду. Варто

наголосити на тому, що особливість професійної педагогіки як науки полягає нині в підвищенні теоретичних знань щодо формування професіоналізму майбутніх фахівців. Важливим, з нашої точки зору, є той факт, що педагогічну науку цікавлять надзвичайно глибокі зв'язки і відносини професійної підготовки, пізнання яких неможливе без абстракцій високого рівня, що передбачають використання педагогічного моделювання. Досліджуючи функції процесу моделювання, пропонуємо розглядати в єдності пізнавальну та інформаційну функції. Така наша позиція пов'язана, насамперед, з тим, що моделювання виступає не тільки інструментом пізнання, а й розкриває загальну інформацію про реальний стан об'єкта, що моделюється.

Тобто з педагогічної точки зору моделювання *потребує*:

- а) інформаційної обґрунтованості;
- б) застосування творчих та інноваційних підходів;
- в) реалізації комплексного підходу;
- г) пріоритетності самоаналізу, самооцінки, корекції та саморегулювання під час використання процедури моделювання.

При використанні процедури моделювання ми виходили з системного розуміння педагогічної дійсності. Завдяки моделюванню процес професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ стає технологічним, послідовним і безперервним. У цьому контексті, з нашої точки зору моделювання виконує три головні *функції*:

- теоретичну (інформаційну), як специфічного способу (моделі) дійсності;
- практичну, як знаряддя, або інструмент наукового експерименту;
- методологічну (евристичну), яка дозволяє розробити таку модель, що є прообразом ідеального стану КЗ МУФК.

Використання процедури педагогічного моделювання передбачає необхідність дотримання таких *вимог*: по-перше, чітко визначити мету, заради якої обрано потребу використання моделювання; по-друге, врахувати

той факт, що структура моделювання формування КЗ МУФК повинна містити конкретні структурні блоки та має бути адаптованою до реальних умов освітнього середовища.

У процесі використання педагогічного моделювання визначалися властивості, взаємозв'язки, структурні та функціональні характеристики, які є істотними з точки зору практичної реалізації процесу формування КЗ МУФК. З методологічної площини моделювання здійснювалося шляхом реалізація наступного *алгоритму*:

1) постановка цілей і завдань та забезпечення функціональної взаємодії між усіма структурними елементами моделі;

2) теоретико-емпіричне прогнозування основних складових моделі та визначення їх впливу на усі компоненти КЗ у МУФК;

3) дослідження потенціалу освітнього середовища у якому здійснюється професійна підготовка МУФК та формуються компоненти КЗ.

Вважаємо, що головним завданням є пошук об'єктивних площин, які забезпечать реалізацію на основі використання педагогічного моделювання абстрактного продукту – графічної *моделі*.

Зауважимо, що ідея та методологія розробки моделі системи прийшли в теорію і практику людської діяльності на заміну однобічному і механістичному розумінню зв'язків природи і світу людини, через відображення результатів і наслідків їх взаємодії й співіснування у свідомості людини. Так ще на початку 90-х рр. ХХ ст. Л. фон Берталанфі [37] наголошував, що системи оточують людину з усіх боків, а тому необхідно навчитися використовувати моделювання для цілісного аналізу систем.

У практичному аспекті саме системний підхід зумовлює теоретичні та прикладні дослідження, які безпосередньо пов'язані із розробкою моделі й передбачає використання процедури педагогічного моделювання. Ієрархію системного знання, що лежить в основі моделювання можна представити через вивчення загальної теорії систем і організацію ґрунтового аналізу усього процесу формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної

підготовки у ЗВО. На основі використання процедури педагогічного моделювання, основним результатом професійної підготовки МУФК, з одного боку, має стати передача і оволодіння інноваційними технологіями в галузі формування КЗ та розробка власних проектів і програм, які базуються на моделюванні. Тоді як головним результатом розробки системи має стати максимально можливий для кожного студента рівень сформованості КЗ та своєрідний запит на складання плану професійного саморозвитку і самовдосконалення у зазначеному контексті. Таким чином констатуємо, що не викликає жодних сумнівів той факт, що найбільш дієвим є використання педагогічного моделювання і розробка на його основі *моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки*.

У дослідженні було взято до уваги те, що вирішення будь-якої проблеми передбачає потребу розробки *моделі*. Не є виключенням і проблема формування КЗ у МУФК. З'ясовано, що наукова дефініція «модель» має латинське походження, яке в оригіналі означає міру, образ, спосіб. Майже у всіх європейських мовах воно вживається для позначення зразка, або прообразу, чи речі, подібної з річчю-оригіналом. У методології [67; 422; 544] існує декілька підходів до визначення цього поняття. По-перше, розкриваючи зміст поняття «модель», вчені розглядають її як зразок, в якому дається узагальнена характеристика об'єкта. Тобто, в теорії пізнання будь-який вид моделі будується з врахуванням загальних характеристик і ознак. По-друге, сутність цієї наукової дефініції пов'язують з виділенням специфічної властивості, яка передбачає, що на основі моделі можливо ефективно та евристично здійснити заміну оригіналу. По-третє, модель розглядають як певний зразок, що передбачає систематизацію та спрощення конкретного педагогічного явища (у нашому випадку формування КЗ у МУФК). Ці три підходи, на наш погляд, не суперечать один одному, а взаємодоповнюють науковий зміст поняття «модель», та, з методологічної точки зору, дозволяють провести якісне уточнення педагогічного явища, або процесу, що підлягає вивченню на основі моделювання.

У нашому розумінні система може бути найбільш точно матеріально зреалізована через графічну модель, яка реально відображає та максимально точно відтворює об'єкт дослідження – професійну підготовку МУФК та здатна заміщати його так, що її вивчення дало нам нову інформацію про вдосконалення формування КЗ. У процесі наукового пізнання було встановлено, що модель здатна ефективно замінити оригінал, а тому вивчення моделі подає інформацію про оригінал, тобто модель дає змогу відтворити структуру оригіналу, спрощує її, відволікає від несуттєвого. Вона, як зазначено у довіднику з освіти і педагогіки «служить узагальненим відображенням явища, але не тотожна йому» [420, с. 117].

Поняття моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки *розглядаємо як наочно-логічне представлення процесу формування КЗ з метою чіткого визначення усіх складових, що входять до його складу, та мають суттєвий вплив на нього, встановлення зв'язків між ними, а також дослідження особливостей функціонування й розвитку.* Таке трактування моделі дозволяє нам зосередити головну увагу на істотних, найбільш значущих властивостях професійної підготовки МУФК в контексті формування КЗ.

Модель розглядаємо як найважливіший стратегічний орієнтир життєдіяльності навчального закладу, що базується на сукупності ідеальних уявлень про необхідний характер і рівень якості професійної підготовки, що спрямована на формування КЗ. Важливим моментом, з точки нашої точки зору, є те, що *педагогічний зміст моделі* полягає у виявленні актуальних і перспективних завдань професійної підготовки МУФК, вивчення та наукове обґрунтування площин можливого зближення між ймовірними, очікуваними і бажаними змінами у формуванні КЗ.

У дослідженні ми виходили з тих міркувань, що педагогічне моделювання є засобом організації практичної діяльності та способом представлення зразково правильних дій у контексті формування КЗ. Використання моделювання полягає в тому, щоб при виявленні розбіжності

між моделлю і реальністю спрямувати усі зусилля на зміну реальності таким чином, щоб наблизити реальність до моделі. У контексті наведених вище аргументів, ми прагнули щоб розроблена нами модель носила нормативний характер, відігравала роль стандарту, зразка під час формування у переважної більшості МУФК належного (високого і достатнього) рівня КЗ у процесі неперервної професійної підготовки.

Відзначимо, що за своїм змістом існують різні види моделей: описові, пояснювальні, логіко-семантичні, структурно-функціональні, причинно-наслідкові. Нами обрано *структурно-функціональну модель*. У методологічній площині виходили з тих міркувань, що структурно-функціональна модель системи будується на основі виділення в ній структурних складових і визначення їх ролі (функцій) один відносно одного. Отже, насамперед, структурно-функціональна модель системи формування КЗ МУФК передбачає розгляд компонентного аспекту (структури). Тобто, структурність означає певну сукупність стійких зв'язків у системі, що забезпечують цілісність процесу формування КЗ МУФК в процесі неперервної професійної підготовки. Зроблено головний акцент на збереженні основних властивостей-функцій і якостей при можливих зовнішніх і внутрішніх змінах. Крім того, структурність розглядалася нами як така організація моделі системи, яка полегшує опис її функцій; в даному випадку структура визначає функції кожного елементу розробленої структурно-функціональної моделі системи, і в той же час функції сприяли удосконаленню системи на основі встановлення характерних зв'язків між елементами в цілісній системі.

У нашому баченні під час структурно-функціонального моделювання важливу роль відіграє компонентний аспект, суть якого полягає в правильному визначенні вихідних елементів моделі системи та цілісне дослідження їх властивостей. Саме компонентний склад обумовлює можливість побудови моделі системи, забезпечує її стійкість, дозволяє піддати аналізу усі компоненти та вивчити їх взаємодію між собою.

На основі використання методологічних можливостей структурно-функціонального моделювання плануємо досягнути системне бачення об'єкта, яка допоможе визначити головні механізми пізнання процесу формування КЗ МУФК в процесі неперервної професійної підготовки.

У нашому баченні реалізація засад структурно-функціонального моделювання по-перше, забезпечить єдність абстрактного і конкретного, аналізу і синтезу; по-друге, дозволить виявити різнохарактерні зв'язки, під час формування у МУФК належного (високого та достатнього) рівня КЗ; по-третє, дасть можливість здійснити синтез структурно-функціональних уявлень про освіту МУФК в процесі неперервної професійної підготовки.

Таким чином, моделювання здійснене на основі структурно-функціонального підходу, дозволяє виявити безліч різнохарактерних зв'язків і функцій під час формування КЗ та звести їх в цілісну єдність зовнішнього прояву, що виключить односторонність в пізнанні і оцінці такого складного і соціально необхідного явища, як КЗ. Структурно-функціональна модель має чітку спрямованість – реалізація неперервності професійної підготовки МУФК у контексті формування КЗ, зумовленою соціальною потребою. Наголосимо, що необхідність всебічної та якісної професійної підготовки студентів факультетів фізичної культури послужила основою для розробки структурно-функціональної моделі формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки.

У результаті графічної побудови моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки ми спрямували свої зусилля на отримання такої конструкції, яка б була представлена структурними і функціональними складовими – тобто будували графічну *структурно-функціональну модель*. Зокрема такі поради декларує у своєму дисертаційному дослідженні Б. Максимчук, наголошуючи на тому, що проводчи фундаментальні дослідження науковець повинен «розробити структурно-ступеневу та організаційно-педагогічну модель» [259, с. 202].

У найбільш загальному розумінні побудова структурно-функціональної моделі необхідна, щоб зрозуміти, якою є структура, зміст, основні функції, принципи, їх взаємозв'язки та умови реалізації системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. Отже, з практичної точки зору, на основі структурно-функціональної моделі матимемо можливість ефективно управляти стратегією професійної підготовки майбутніх фахівців та здійснювати вдосконалення якості формування КЗ.

В основу розробки структурно-функціональної моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки було покладено такі *основоположні ідеї*, як:

1) Урахування конкретної нормативно-правової бази: Законів України («Про вищу освіту» (2014 р.), «Про фізичну культуру і спорт» (2011 р.)), наказів МОН щодо організації освітнього процесу та рівня професійної підготовки студентів і директив, які регламентують професійну діяльність фахівців фізичної культури й визначають вимоги до їх професіоналізму та компетентності (Концепція розвитку професійно-технічної (професійної) освіти в Україні (2004), Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки, Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту (2005 , Загальнодержавна програма «Здоров'я 2020: український вимір» на 2012–2020 роки (2011 р.)), потреб самих студентів.

2) Психолого-педагогічні підходи до сутності та змісту КЗ, основи педагогіки здоров'я здоров'язбережувальної педагогіки та валеології.

3) Наукові погляди щодо потенціалу ФК та ФВ як основоположних площин формування КЗ МУФК.

4) Педагогічні засади неперервності та наступності під час формування КЗ МУФК у процесі професійної підготовки.

Модель спрямована на конкретну *мету* – забезпечення можливостей для ефективного формування належного (високого та достатнього) рівня КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. Поставлена мета

забезпечена єдністю нормативного, організаційного та методичного забезпечення.

Цілісність структурно-функціональної моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки підтверджується тим, що всі її блоки пов'язані між собою, мають конкретне змістовне навантаження, вирішують свою частину завдань у процесі професійної підготовки, однак усі вони спрямовані на єдиний кінцевий результат – позитивну динаміку у формуванні КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки, й тільки в єдності вони можуть зробити цей процес результативним й ефективним. *Особливість* запропонованої нами структурно-функціональної моделі полягає у наявності реальних можливостей, які дозволяють виявляти динаміку формування усіх компонентів КЗ, завдяки чому забезпечується ефективність управління професійною підготовкою МУФК, прогнозування подальшого розвитку та вдосконалення. *Відкритість* структурно-функціональної моделі підтверджується її зв'язком із зовнішнім середовищем. Модель за своєю будовою є *складною* та має мати системний характер.

На основі теоретичного аналізу були сформульовані *психолого-педагогічні засади*, які послужили основою для розробки структурно-функціональної моделі системи формування КЗ МУФК. До них віднесено:

1) обумовленість реальної необхідності у збереженні здоров'я та забезпеченні активного особистісного та професійного розвитку МУФК на основі сформованої на належному рівні КЗ у процесі неперервної професійної підготовки.

2) будується на основі аналізу реального стану щодо потреби визнання провідної ролі КЗ у формуванні особистості МУФК як професіонала;

3) опирається на орієнтацію професійної підготовки на побудову здоров'язберігаючого освітнього середовища в навчальних закладах усіх рівнів.

З'ясовано, що *методологічними засадами* розробки структурно-функціональної моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки є:

- формування усіх компонентів КЗ як невід'ємного елементу професійної підготовки МУФК;
- забезпечення чіткої інтеграції структурних блоків у моделі, що забезпечують формування мотиваційної, особистісної та рефлексивної сфери, професійних знань, умінь і навичок у галузі КЗ в їх цільовій взаємодії;
- створення у ЗВО цілісного здоров'язберезувального освітнього середовища, яке б позитивно впливало на формування КЗ;
- визначення складу практичних засобів формування КЗ МУФК на основі інформації про зміст та особливості їхньої майбутньої діяльності.

До основних завдань під час розробки структурно-функціональної моделі системи формування КЗ МУФК віднесено: засвоєння принципів, засобів і методології збереження і зміцнення здоров'я та формування належного рівня КЗ; вивчення закономірностей життєдіяльності організму, біологічних і психолого-педагогічних основ здоров'я, факторів, що детермінують розвиток здоров'я під час організації ФВ, педагогічних способів формування позитивно спрямованої ідеології формування КЗ.

До уваги були взяті поради І. Сорокіної [493], і при розробці авторської структурно-функціональної моделі системи формування КЗ виходили з тих міркувань, що вона повинна містити основні структурні компоненти здоров'язберігаючого педагогічного процесу (мета, зміст, засоби, форми, методи, умови, принципи, етапи).

На основі аналізу наукової літератури [75; 204; 387; 567] виділено три основних *етапи проектування* структурно-функціональної моделі системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. Зокрема, перший етап – аналіз, охоплював дії, що спрямовані на вивчення обґрунтованості системи і закінчуються отриманням когнітивної інформації про її функції та структурні елементи, а також взаємозв'язки між ними.

Основним змістом таких дій було виокремлення системи з середовища, її представлення у вигляді сукупності елементів (декомпозиції), та обстеження зв'язків між ними (інформація представлена у параграфі 3.1).

Другий етап – синтез – полягає у виборі методологічних положень, завдяки яким процес проектування структурно-функціональної моделі набирає цілісності та дозволяє провести формалізацію зв'язків і забезпечить послідовний перехід від окремих елементів до цілісної моделі. Завершується цей етап тоді, коли в розпорядженні дослідника буде готова змістовна модель у вигляді графічної схеми.

Третій етап був спрямований на перевірку адекватності спроектованої структурно-функціональної моделі. Цей етап полягав у забезпеченні адекватності моделі в сенсі досягнення точності опису процесів, що представляють інтерес (у нашому випадку – це результат).

При побудові графічної моделі ми виходили з того, що організаційно-педагогічні умови повинні відображати зв'язок між процесом і принципами (загально дидактичними і спеціальними) організації навчальної діяльності, з визначенням підходів, мети, завдань, методів, компонентів та рівнів оцінки формування КЗ МУФК. Таке бачення дозволить визначити практичний зміст та конкретні форми організації професійної підготовки МУФК і дасть можливість досягнути позитивного результату під час формування належного рівня КЗ. Висуваємо робочу гіпотезу про те, що професійна підготовка в рамках запропонованої структурно-функціональної моделі відрізняється гнучкістю, мобільністю і санкціонує швидке реагування на індивідуальні зміни та потреби під час формування КЗ у МУФК.

Зокрема у структурному аспекті у моделі представлено **цільовий, методологічний, змістовий, організаційний, результативний** блоки. Тобто модель охоплює відносно самостійні підсистеми (структурні блоки), які виокремленні за принципом рівневої ієрархії. Причому усі структурні блоки тісно пов'язаними між собою. Графічне зображення структурно-функціональної моделі представлено на рис. 3.3.



Рис. 3.3 Структурно-функціональна модель системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки

До структури *цільового* блоку віднесено 1) мету – забезпечення можливостей для ефективного формування належного рівня КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки; 2) соціальне замовлення. *Методологічний* блок охоплює 1) принципи (загальнонаукові, спеціальні); 2) підходи (системний, праксеологічний, акмеологічний, діяльнісний, синергетичний, особистісно орієнтований, гуманістичний, компетентнісний, культурологічний); 3) концепція неперервності та наступності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ (мета, завдання, орієнтири, структурні елементи, основоположні засади, теоретико-методологічні аспекти, засадничі площини, істотні особливості, принципи діяльності навчальних закладів, практичний зміст, пріоритетні напрями). До *змістового* блоку увійшли: 1) організаційно-педагогічні умови (забезпечення мотивації ціннісного ставлення до КЗ; використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування КЗ; збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу; створення та розвиток здоров'язберігаючого середовища у навчальному закладі; стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку КЗ); 2) навчальні дисципліни професійної і практичної підготовки («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я»», «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», Спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я»). До *організаційного* блоку увійшли педагогічні технології, форми, методи, прийоми та засоби, які використовуються під час формування КЗ у МУФК. *Результативний* блок утворили компоненти КЗ,

рівні її сформованості та результат – позитивна динаміка у формуванні КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки.

Підсумовуючи, відзначимо, що моделювання, як особливий вид знакової ідеалізації в професійній педагогіці, дозволив нам графічно відобразити провідні характеристики системи формування КЗ МУФК в процесі неперервної професійної підготовки (оригіналу) в спеціально сконструйований об'єкт-аналог (структурно-функціональну модель). Причому було враховано, що модель є дещо простішою від оригіналу і дозволяла нам виявити те, що в оригіналі системі приховано в силу її складності. Розроблена структурно-функціональна модель має схожість з оригіналом, заміщає систему в певних відносинах і відкриває нові властивості через інноваційні можливості вдосконалення процесу формування КЗ МУФК. Запропонована нами структурно-функціональна модель відображає процес формування КЗ МУФК, де поняття «процес» вживається в значенні проходження, просування, вдосконалення і відображає закономірну, послідовну, безперервну зміну мотиваційно-ціннісного, інформаційно-пізнавального, організаційно-діяльнісного, особистісно-емоційного, рефлексивно-оцінювального компонентів КЗ.

Таким чином, розроблену структурно-функціональну модель, що має графічне ототожнення, розглядаємо у якості бази (підґрунтя) для розробки навчально-методичного забезпечення процесу формування КЗ МУФК, яка містить головні напрямки для практичної діяльності викладачів та акцентована на становлення професійно компетентного МУФК з належним рівнем КЗ. Тобто, у нашому баченні, теоретико-методологічні положення даного розділу вказують на основні площини формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки, однак вони лише в загальному окреслюють конкретні практичні дії щодо формування КЗ. З огляду на це, практичні питання будуть уточнюватися і конкретизуватися в наступному розділі дисертаційного дослідження.

Висновки до третього розділу

1. Проведений аналіз освітнього процесу показав необхідність розробки системи формування у МУФК належного КЗ. Систему, як наукову дефініцію, трактуємо у якості інтегративного об'єкту, який дозволяє здійснити педагогічну оптимізацію професійної підготовки майбутніх фахівців. Вона являє собою цілісну сукупність конкретних елементів, які спрямовані на досягнення загальної мети – забезпечення можливостей для ефективного формування КЗ МУФК. У методологічному розумінні вона є гносеологічною призмою та головним орієнтиром для вирішення методологічних, теоретичних і практичних проблем, пов'язаних із суттєвим вдосконаленням освітнього процесу. Систему формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки розглядаємо як чітко упорядковану множину взаємопов'язаних елементів освітнього процесу, які мають власну структуру та організацію. Працюючи над її розробкою досліджено властивості (відмежованість і цілісність), функції (мотиваційна, інформаційна, організаційна, контролююча) та з'ясовано, що структура системи має відображати упорядкованість внутрішніх і зовнішніх зв'язків між усіма елементами, які забезпечують її стабільність та дієвість.

2. Принципи розуміємо як стрижневі положення, яких необхідно дотримуватися у формуванні КЗ МУФК, які визначають методологічну спрямованість усієї діяльності та допомагають усвідомити цінність здоров'я та зрозуміти вагомість КЗ. До загальнонаукових принципів віднесено: науковості, рефлексивності, міжпредметних зв'язків, систематичності та послідовності, доступності, свідомості й активності, координації, гуманізації, безперервності та професійної спрямованості, конкретизації цілей та актуальності результатів. На їх основі відбувається удосконалення освітнього процесу та чітко формулюються вимоги до змісту, форм та методів формування КЗ МУФК. Спеціальні принципи забезпечують впорядкування процесу формування КЗ МУФК. До цих принципів віднесено: оздоровчої

спрямованості освітнього процесу; варіативності і різноманіття засобів здоров'язбереження; професійної спрямованості освітнього процесу; антропосенергізму в організації професійної підготовки; соціальної значущості формування культури здоров'я. Їх реалізація відображає практичні аспекти фізкультурної освіти (виховання, розвиток, навчання) та обумовлює роль ФК у формуванні КЗ у МУФК. Усі задекларовані принципи (загальнонаукові та спеціальні) відображають специфіку практичної з формування КЗ МУФК. Порушення вимог принципів, або їх ігнорування знизить ефективність освітнього процесу. Виокремлені принципи визначають мету, спрямованість, зміст та безпосередню організацію цього процесу, яка охоплює теоретико-методологічні аспекти.

3. Наукову дефініцію «підхід» розглядаємо у якості визначальної методологічної бази, що покладена в основу формування у МУФК належного рівня КЗ. До основних підходів віднесено: системний, праксеологічний, акмеологічний, діяльнісний, синергетичний, особистісно орієнтований, гуманістичний, компетентнісний та культурологічний. Окреслений спектр підходів виконує чотири функції: методологічного регулятора в галузі зміцнення здоров'я; теоретичної основи побудови компетентісно-орієнтованого змісту освіти; когнітивного фундаменту для використання інноваційних технологій, що забезпечують формування фахових компетенцій, які відповідають вимогам освітнього стандарту в контексті формування КЗ; критеріальної бази для оцінки ефективності та управління якістю професійної підготовки.

4. Використання моделювання, як особливого виду знакової ідеалізації в професійній педагогіці, дозволило графічно відобразити систему формування КЗ МУФК в процесі неперервної професійної підготовки (оригінал) в спеціально сконструйований об'єкт-аналог (модель). Головним завданням педагогічного моделювання є пошук об'єктивних площин, що забезпечать розробку абстрактного продукту – моделі. Модель системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки

розглядаємо як наочно-логічне представлення досліджуваного об'єкта з метою чіткого визначення усіх складових, що входять до його складу, зв'язків між ними, а також особливостей функціонування й розвитку. Педагогічний зміст моделі полягає у виявленні актуальних і перспективних завдань професійної підготовки МУФК, вивчення та наукове обґрунтування площин зближення між ймовірними і бажаними змінами у формуванні КЗ.

Побудова структурно-функціональної моделі необхідна щоб зрозуміти якою є структура, зміст, основні функції, принципи, взаємозв'язки та умови реалізації системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної. Авторська модель є складною за своєю будовою та має системний характер, вона спрямована на конкретну мету – забезпечення можливостей для ефективного формування належного рівня КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. На основі теоретичного аналізу сформульовані психолого-педагогічні та методологічні засади, які послужили основою для її розробки, з'ясовано завдання та визначено етапи її розробки. У структурному аспекті модель включає відносно самостійні підсистеми – структурні блоки, пов'язані з принципом рівневої ієрархії. До цільового блоку віднесено мету та соціальне замовлення. Методологічний блок охоплює принципи, підходи, концепція неперервності та наступності професійної підготовки МУФК з належним рівнем КЗ. До змістового блоку віднесені організаційно-педагогічні умови та навчальні дисципліни професійної і практичної підготовки. До організаційного блоку увійшли педагогічні технології, форми, методи та прийоми формування КЗ. Результативний блок утворили компоненти КЗ, рівні її сформованості та результат. Розроблена модель має схожість з оригіналом, відкриває нові властивості оригіналу через інноваційні можливості вдосконалення процесу формування КЗ МУФК.

Основні результати розділу відображено в наукових працях автора: [301; 302; 303; 305; 316; 317; 322; 331; 332; 333; 335; 336; 345; 346; 347; 350; 357].

РОЗДІЛ 4

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ СУПРОВІД ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

4.1 Обґрунтування та характеристика організаційно-педагогічних умов дієвості системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури та практичні механізми їх впровадження

З методологічної точки зору формування КЗ майбутнього педагога, який здійснюватиме фізичне виховання, насамперед, передбачає активне стимулювання ґрунтового та всеосяжного пізнання накопичених попередніми усіма поколіннями учителів фізичної культури цінностей, знань, ідеалів, норм КЗ. Головний акцент необхідно зробити на доцільності всебічної актуалізації та глибокого розуміння вагомості КЗ для ефективної реалізації професійних обов'язків та функцій МУФК з урахуванням соціально-культурних і професійних традицій здоров'язбереження, рефлексивне осмислення власного досвіду в питаннях здоров'ятворчості під час організації ФВ. Включаючись в професійну роботу по організації ФВ, майбутній педагог в складі інваріанта КЗ повинен виявляти, інтерпретувати і переводити в контекст індивідуально-професійних сенсів ті цінності, ідеали, досвід, відносини та способи діяльності, що носять універсальний характер стосовно формування КЗ.

У контексті сучасних інноваційних підходів до організації освітнього процесу під час неперервної професійної підготовки необхідно, насамперед, навчити студентів факультетів фізичного виховання активно реалізовувати новаторські рішення щодо формування усіх компонентів КЗ. Така діяльність має бути спрямована на самопізнання, самозміну, самовдосконалення, самоорганізацію майбутнього педагога. У практичному аспекті ми виходили

з тих міркувань, що формування КЗ МУФК залежить від конкретного наповнення *навчально-методичного забезпечення*, яке буде використане у процесі неперервної професійної підготовки під час навчання у бакалавраті та магістратурі. Вважаємо, що таке навчально-методичне забезпечення повинно бути спрямоване на усунення недоліків і подолання труднощів під час формування у студентів КЗ. Насамперед необхідно:

- розробити практико орієнтоване навчально-методичне забезпечення, що дозволить здійснити змістове наповнення системи формування КЗ МУФК на засадах неперервності та наступності професійної підготовки;

- змінити цільові орієнтири викладання навчальних дисциплін професійного спрямування та активізувати спрямованість їх вивчення у площину формування КЗ;

- цілеспрямовано удосконалювати мотиваційну, когнітивну, конативну та особистісну складову професійної підготовки студентів у контексті формування КЗ.

З огляду на задекларовані аспекти, нині необхідне впровадження нових освітніх стандартів в систему вищої освіти, потрібне обґрунтування нових підходів до формування активних, відповідальних, творчо мислячих та висококультурних МУФК, які б володіли належним рівнем КЗ. Вважаємо, що одним із важливих аспектів вивчення означеного кола проблематики, яка стосується підвищення якості професійної підготовки МУФК є інтенсивний пошук найефективніших *організаційно-педагогічних умов*, що сприяють формуванню КЗ як вагомій складовій його професійної та особистісної культури. Підтвердженням такої позиції слугують основні напрями розвитку освіти, що визначені «Національною стратегією розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки» [379], Проектом Концепції розвитку освіти до 2025 року (2014 р.) [520], Законом України «Про вищу освіту» (2014 р.) [155]. Так, у численних напрацюваннях науковців також декларується потреба впровадження різноманітних додаткових чинників, які б позитивно впливали на формування КЗ студентів, а саме пропонуються:

- педагогічні умови розвитку КЗ студентів в освітньому середовищі ЗВО (І. Авдеєнко, 2016 р. [1]);
- педагогічні умови формування КЗ студентів на заняттях з фізичного виховання (В. Лобода, 2016 р. [250]);
- педагогічні умови формування КЗ студентів спеціальної медичної групи (Н. Грибок, 2013 р. [97]);
- педагогічні умови підготовки МУФК до оздоровчої роботи (О. Болотіна, 2011 р. [41]);
- організаційні умови становлення культури здоров'я студентів фізкультурно-спортивного профілю (І. Коновалова, 2011 р. [204]);
- педагогічні умови формування потреби ведення здорового способу життя майбутніх учителів у процесі організації фізичного виховання (Л. Дудорова, 2009 р. [139]);
- педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання (О. Гладошук, 2008 р. [78]);
- організаційно-педагогічні умови формування КЗ студентів у ЗВО (І. Яковлева, 2008 р. [566]).

Як видно із представленої вище інформації, не виникає сумніву факт доцільності впровадження педагогічних умов, однак йдуть тривалі обговорення конкретного змісту самих умов та визначення їхнього спектру практичної дії. Ці питання стали вагомими й у нашій роботі, що спонукало до проведення методологічних розвідок та ґрунтовного аналізу.

Насамперед зупинимося на розгляді сутності наукової дефініції «організаційно-педагогічні умови». Констатуємо, що вихідним терміном є «умови», який у тлумачному словнику української мови розуміється як «необхідні обставини, які роблять можливим здійснення, створення, утворення чого-небудь або сприяє чомусь; обставини, особливості реальної дійсності, за яких відбувається або здійснюється що-небудь; правила, які існують або встановлені в тій чи іншій галузі життя, діяльності, які забезпечують нормальну роботу чого-небудь; правила, вимоги, виконання

яких забезпечує що-небудь; сукупність даних, положення, що лежать в основі чого-небудь» [384; Т. 3, с. 617]. У філософському контексті [528], умови – це обставини середовища, поза якими досліджуваний предмет (явище) не може існувати; умови об'єктивно зумовлюють його виникнення й подальший розвиток. Тобто на основі проведеного узагальнення, можемо трактувати термін «умови» як наукову дефініцію, що *охоплює наявність певної сукупності правил, які забезпечують ефективну реалізацію мети авторського педагогічного впливу.*

З'ясовано, що науковці не виробили єдиного загально визнаного тлумачення науковій категорії «педагогічні умови», тому практично кожен фахівець представляє своє розуміння. У табл. 4.1 ми представили бачення науковців у хронологічному порядку.

Таблиця 4.1

Розуміння сутності наукової дефініції «педагогічні умови» у дослідженнях фахівців

	Автор	Вид умов	Загальна характеристика
1	С. Кириленко (2004 р.) [193, с. 51]	педагогічні умови	сукупність <i>внутрішніх настанов і зовнішніх обставин</i> , які сприяють максимально повному розкриттю професійно-педагогічного потенціалу вчителя та формуванню професіоналізму й педагогічної майстерності
2	О. Соколенко (2008 р.) [487, с. 79]	педагогічні умови	комплекс взаємозалежних і взаємообумовлених <i>заходів</i> , що забезпечують досягнення конкретної мети
3	І. Яковлева (2008 р.) [567, с. 63]	організаційно-педагогічні умови	сукупність <i>обставин</i> , необхідних для формування КЗ, які передбачають інтеграцію наукових знань про КЗ, усвідомлення і прийняття КЗ як професійно-особистісної цінності, оволодіння вміннями та навичками здоров'язберігаючої діяльності, включення в культурно-оздоровчу діяльність

Продовження табл. 4.1

4	Н. Малярчук (2009 р.) [261, с. 240]	педагогічні умови	зовнішні обставини та ресурси, від яких залежить становлення і розвиток культури здоров'я педагога
5	О. Болотіна (2011 р.) [41, с. 147]	педагогічні умови	реалізація сучасних принципів організації навчально-виховного процесу у вищій школі на основі співвідношення змісту професійного навчання з основними особливостями професійної діяльності
6	Н. Козак (2016 р.) [197, с. 84]	педагогічні умови	сукупність обставин, вимог, забезпечення яких зумовлює досягнення мети
7	О. Сопотницька (2016 р.) [491, с. 98]	педагогічні умови	сукупність різнопланових педагогічних чинників і змістових характеристик, що спеціально вводяться у процес професійної підготовки, які є необхідними та достатніми
8	Авдеєнко І. М. (2016 р.) [2, с.]	педагогічні умови	взаємопов'язаний і взаємодіючий комплекс заходів навчально-виховного процесу, який забезпечує розвиток особистісних мотивів навчання студента, наближення характеру його навчально-пізнавальної діяльності до характеру майбутньої професійної діяльності, перехід студента на більш високий рівень здійснення здоров'язбережувальної діяльності
9	Б. Максимчук (2017 р.) [570, с. 233]	педагогічні умови	широкий спектр факторів, що можуть бути організованими, відібраними або передбаченими суб'єктами освітнього процесу

Отже, більшість науковців схильні виокремлювати педагогічні умови та вважати, що це певні додаткові зовнішні обставини, чинники, або фактори, які необхідно ввести в освітній процес з метою впливу на формування, розвиток та вдосконалення культури здоров'я. З'ясовано, що умови, в першу чергу, мають бути спрямовані на модернізацію освітнього середовища в якому буде відбуватися формування КЗ майбутніх фахівців.

Серед усього спектру педагогічних умов нами було обрано саме організаційно-педагогічні умови, які з методологічної точки зору розуміємо як додаткові чинники, що впливають на освітній процес, удосконалюючи

методи, форми та засоби професійної підготовки, поліпшують характер взаємин між усіма суб'єктами та мають позитивний вплив на процес формування КЗ МУФК. У практичному сенсі, організаційно-педагогічні умови це спеціальні обставини та фактори освітнього процесу, що забезпечать МУФК ефективну реалізацію потреби у вдосконаленні усіх компонентів КЗ, й спрямовані на покращання конкретного порядку практичних дій щодо вирішення педагогічних завдань по формуванню належного рівня КЗ у процесі неперервної професійної підготовки.

Проаналізуємо бачення науковців щодо кількісного та змістового спектру організаційно-педагогічних умов, які доцільно впроваджувати в професійну підготовку студентів, які здобувають фах учителя фізичної культури. У цьому аспекті з'ясовано, що нині існує чимало різноманітних поглядів на структуру, зміст та бачення практичних механізмів їх впровадження в освітній процес вишів. Наведемо та проаналізуємо уявлення науковців у зазначеному контексті.

Так, у розумінні В. Лободи [250] процес формування КЗ студентів на заняттях з фізичного виховання буде значно ефективнішим, коли в освітній процес буде внесено перелік з восьми умов, як: гуманізацію й індивідуалізацію процесу фізичного виховання; поглиблення валеологічних знань, формування вмінь і навичок застосування їх у практиці організації здорового способу життя; навчання культурі рухів; оволодіння технологією складання індивідуальної програми оздоровлення, планування режиму дня для використання в майбутній професійній діяльності та повсякденному житті; опанування студентами вміннями й навичками самоконтролю за станом здоров'я, самовиховання і самовдосконалення власного здоров'я; використання нових технологій здоров'язбереження у процесі навчальних занять і позааудиторній оздоровчо-масовій діяльності; створення культурного середовища вишу з метою підсилення мотивації студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності; запровадження в педагогічний процес фізичного виховання інтерактивних методів навчання [250, с. 32].

У дослідженні Б. Максимчука [259, с. 232–298] основний акцент зроблено на потенціалі шести організаційно-педагогічних умов (активізація мотивації майбутніх учителів до формування валеологічної компетентності; створення освітнього простору щодо формування валеологічної компетентності; проектування змісту валеологічної компетентності на засадах міждисциплінарності; інтеграція когнітивної та рефлексивної функції в процесі розв'язування педагогічних задач; організація позааудиторної діяльності студентів; валеологічний саморозвиток). Вважаємо, що такий значний перелік умов, що запропоновано у напрацюваннях В. Лободи [250] та Б. Максимчука [259] є доволі цікавим, однак дещо перенасичений. У такій значній кількості умов вбачаємо складність щодо визначення реального ефекту від їхнього впровадження в освітній процес та висвітлення механізму перевірки їх валідності.

Зупинимось на аналізі наукових поглядів у яких декларується невелика кількість умов. Так, Л. Фенчак та В. Боршош називають такі три умови, які впливають на формування у студентів орієнтованості на цінності здоров'я, які стимулюють здоров'язберезувальну компетентність: 1) формування здоров'язберезувальної компетентності із застосуванням інноваційних освітніх технологій; 2) використання міжпредметних зв'язків, впровадження навчальних предметів (спецкурсів, спецсемінарів тощо), орієнтованих на виховання культури здоров'я особистості; 3) налагодження тісного зв'язку між теоретичною підготовкою та практичною реалізацією набутих професійних знань та умінь у сфері здоров'язбереження [526, с. 177]. Подібну думку позиціонує Н. Козак [197], яка обґрунтовує три педагогічні умови (забезпечення орієнтації змістової складової навчально-виховного процесу на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я; застосування інформаційно-комунікаційних технологій у процесі здоров'язберігаючого виховання підлітків; готовність педагогічних кадрів до реалізації педагогічних умов здоров'язберігаючого виховання) [197, с. 85]. На наш погляд спектр, що утворений лише трьома умовами можна вважати

надто узагальненим. Як видно із представленого переліку, практично кожна з авторських умов є складною та передбачає сукупність певних додаткових «підумов».

Оптимізація інформаційного супроводу формування КЗ студентів, на думку О. Лоцакова [251], може бути здійснена при реалізації акмеологічних умов, серед яких виділено такі: організація педагогічного процесу з урахуванням виявлених інформаційних потреб студентів в питаннях здоров'я, компетентності професорсько-викладацького складу в сфері пошуку, відбору та експертизи медичної інформації і надання інформаційних послуг в галузі здоров'я, впровадження моделі інформаційного супроводу формування культури здоров'я майбутнього педагога, заснованої на акмеологічних принципах (здоров'язберігаючих, дотримання інформаційної безпеки інформації, формування інформаційного випередження, забезпечення інформаційної доступності знань і базової інформаційної грамотності, розвиток культури споживання інформації).

Значної ваги педагогічним умовам у формуванні КЗ надає О. Кубович, яка, виділяючи поряд із суб'єктивним показником, який відображає особистісні характеристики окремої людини, конкретні умови організації навчально-виховного процесу, а саме: зміни в змісті освіти, конкретизація завдань, оптимальний вибір форм і методів навчання, формування різних методик занять із фізичного виховання [225, с. 220].

У методологічному аспекті ми дослухалися порад, які декларує П. Джуринський [123]. Так, автор до спектру педагогічних умов підготовки студентів, що навчаються на факультетах фізичного виховання відніс такі чотири умови: 1) усвідомленість майбутніми вчителями фізичної культури на рівні переконань вагомості здорового способу життя і здоров'язберезувальної професійної діяльності; 2) актуалізація міждисциплінарної інтеграції та її програмно-методичний супровід у процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної професійної діяльності; 3) забезпечення інтерактивної

здоров'язбережувальної навчально-професійної діяльності студентів і засобів її ініціювання; 4) оптимізація пізнавальної самостійності студентів в опануванні здоров'язбережувальної навчально-професійної діяльності.

Стосовно доцільності впровадження чотирьох педагогічних умов (здоров'язбережувальне спрямування професійної підготовки студентів; формування в студентів системи здоров'язбережувальних знань; оволодіння студентами здоров'язбережувальними технологіями і вміннями розробляти індивідуальну оздоровчу програму; упровадження комплексної програми розвитку культури здоров'я студентів у процесі професійної підготовки), що мають вплив на виховання КЗ студентів як невід'ємного складника їхньої фахової підготовки акцентовано увагу у дослідженнях І. Авдеєнко [1; 623]. З метою формування КЗ студентів ЗВО у дослідженні Н. Рибачук [453] запропоновано впровадити в освітній процес комплекс педагогічних умов, до яких віднесено такі чотири: навчання культурі рухів; використання нових технологій здоров'язбереження; використання педагогічних аспектів гуманізації фізичного виховання студентів; використання педагогічних ігор, проблемних ситуацій для моделювання власних програм фізичного розвитку.

Таким чином, різноманітність спектру умов (педагогічних, організаційно-педагогічних, психолого-педагогічних, акмеологічних), багато в чому, пояснюється відмінністю в постановці цілей і завдань конкретних наукових досліджень, а також практичних вимог, які позиціонувалися науковцями. У процесі системного вивчення представленої інформації, ми прийшли до усвідомлення того, що жоден із проаналізованих спектрів умов не можна без змін у монолітній цілісності та повному складі покласти в основу процесу формування КЗ МУФК. З огляду на це, ми прагнули обрати конкретний спектр організаційно-педагогічних умов, який би представляв собою цілісний педагогічний комплекс вагомих практично орієнтованих впливів на процес формування КЗ МУФК під час неперервної професійної підготовки у ЗВО.

До уваги було взято той чинник, що розрізнені умови не здатні ефективно впливати на освітній процес та суттєво змінити рівень КЗ студентів. Отже, організаційно-педагогічні умови ми обирали таким чином, щоб вони: по-перше, відповідали сучасним тенденціям організації неперервної професійної підготовки МУФК у ЗВО; по-друге, легко імплементувалися у систему інноваційних педагогічних технологій; по-третє, мали суттєвий вплив на формування компонентів (мотиваційно-ціннісний, інформаційно-пізнавальний, організаційно-діяльнісний, особистісно-емоційний, рефлексивно-оцінювальний) КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО.

У результаті аналізу загальнонаукової психолого-педагогічної літератури [67; 225; 251; 259; 413; 591; 593], законодавчих та нормативних актів в галузі організації професійної підготовки учительських кадрів для організації ФВ та ФК, положень про оптимізацію та підвищення ефективності професійної освіти, проведеного опитування та включеного спостереження було визначено п'ять організаційно-педагогічних умов, що впливатимуть на формування КЗ: 1) забезпечення мотивації ціннісного ставлення до КЗ; 2) використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування КЗ; 3) збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу; 4) створення та розвиток здоров'язберігаючого середовища у навчальному закладі; 5) стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку КЗ.

Висуваємо робочу гіпотезу про те, що виокремлений спектр організаційно-педагогічних умов у своєму цілісному контексті позитивно впливатиме на формування усіх компонентів КЗ. З огляду на це, усі п'ять організаційно-педагогічних умов покладено в основу дієвості системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. Дано їм педагогічне обґрунтування та коротку характеристику, а також проаналізуємо практичні шляхи їх впровадження в освітній процес факультетів фізичного виховання.

В основу обрання першої організаційно-педагогічної умови – *забезпечення мотивації ціннісного ставлення до КЗ* – покладено поради О. Мальцевої про те, що «для повної самореалізації й виконання професійних завдань, насамперед, учитель повинен мати надійний фундамент здоров'я, позитивну енергію, високий потенціал і спроможність реалізації багатьох творчих планів» [262, с. 5]. Поділяємо позицію Н. Василенко стосовно того, що важливим чинником формування КЗ, з методологічної точки зору, є те, що «молодь потрібно спонукати до дослідження їхніх особистих позицій і переконань, до з'ясування цінностей і аналізу різних кроків у процесі прийняття того, чи іншого рішення» [52, с. 20]. Усе це потребує вагомої внутрішньої мотивації ціннісного ставлення педагога до здоров'я та культури її формування для реалізації своїх професійних обов'язків. У центрі уваги нині має бути виховання відповідальності та досягнення розуміння того, як правильно обрати свій особистісний життєвий і професійний шлях, зберігаючи при цьому міцне здоров'я.

Ціннісне ставлення характеризується сформованістю знань про здоров'я як про найвищу цінність, яка вагома для особистісного і професійного розвитку. На наш погляд ціннісне відношення до КЗ окреслює ставлення до здоров'я як до найбільшої життєвої цінності, що детермінована як зовнішніми вимогами суспільства, так і внутрішнім бажанням. У дослідженні враховано, що зовнішня детермінація якісно поступається внутрішній. Було враховано, що ціннісне ставлення передбачає усвідомлену поведінку стосовно внутрішньомотивованого розпорядження своїм здоров'ям у контексті його збереження та вдосконалення. Тобто, сприйняття свого здоров'я як вагомої цінності є фактором, що спонукає до активного виконання усіх професійних обов'язків. Розвиток ціннісного відношення, в першу чергу, передбачає зміну існуючого ставлення на основі цілеспрямованої мотивації стосовно формування КЗ (рис. 4.1).



Рис. 4.1 Взаємозв'язок між мотивацією та ціннісним ставленням студентів до культури здоров'я.

Як видно із схематичного зображення рис. 4.1, вихідне (початкове) ставлення особистості до КЗ, визначається сформованою системою потреб, індивідуальними характеристиками, а також засвоєними нормами, цінностями і способами поведінки в галузі збереження та зміцнення здоров'я. Під дією цілеспрямованих впливів на мотивацію відбувається зміна ставлення до власного здоров'я, що призводить до змін у свідомості, розширення когнітивної та конативної складової КЗ через поглиблення теоретичних знань та якісні зміни поведінки. У такому випадку студенти починають гостро відчувати дискомфорт, а тому прагнуть суттєво вдосконалити індивідуальні характеристики, формувати нову систему потреб, норм, цінностей та способів поведінки. У підсумку можемо

констатувати, що для зміни усвідомленого ціннісного відношення МУФК до КЗ, насамперед потрібна цілеспрямована мотивація.

Отже, мотиви виступають важливими характеристиками людської діяльності та розглядаються нами як цілісна система факторів, що детермінують поведінку студентів у контексті формування КЗ. У методологічному контексті основний акцент зроблено на внутрішню мотивацію, коли джерелом спонукання виступає сам суб'єкт діяльності. Лише у цьому випадку мотивація визначає особистісні диспозиції МУФК щодо формування мотиваційно-ціннісного компоненту культури здоров'я. З практичної точки зору до уваги було взято й те, що мотивація пояснює «цілеспрямованість дії, організованість і стійкість цілісної діяльності, спрямованої на досягнення певної мети» [380, с. 392].

На основі проведеного узагальнення напрацювань фахівців [97; 431; 439] та власних спостережень під час організації дослідної діяльності протягом 2012–2018 н.р. за 782 студентами факультетів фізичного виховання Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника та Херсонського державного університету встановлено наступні *аспекти* вагомості мотивації ціннісного ставлення до КЗ упродовж неперервної професійної підготовки МУФК:

– по-перше, формування КЗ та навчання азів здорового способу життя у загальноосвітніх школах не приносять бажаного результату в основному через те, що організоване у вигляді традиційної освіти та повчальних способів донесення інформації, без належного акценту на активізацію внутрішньої мотиваційної сфери; як наслідок – рівень КЗ абітурієнтів, які вступили на перший курс ЗВО низький, у них не сформована стійка

внутрішня мотиваційна сфера та не вироблена установка щодо потреби формування високого рівня КЗ;

– по-друге, перший рік навчання студентів у ЗВО супроводжується певними порушеннями, які пов'язані зі зміною попереднього стереотипу компенсаторно-приспосувальних механізмів організму, що призводить до деякого погіршення у них стану здоров'я, виникнення та навіть розвитку схильності до шкідливих й адиктивних звичок, як наслідок – можливе навіть зниження цінності КЗ та пасивність щодо її формування;

– по-третє, протягом другого року навчання в бакалавраті елементи психологічної дезадаптації у студентів поступово зникають, проте, спостерігається погіршення стану здоров'я, послаблюється зацікавленість у засвоєнні навчального матеріалу; як наслідок – доволі часто виникають випадки хронічної втоми та слабкий інтерес до формування КЗ;

– по-четверте, лише під час навчання на третьому і четвертому курсах відчутні прояви самостійної діяльності МУФК у сфері формування власної КЗ на основі внутрішніх переконань та мотивів;

– по-п'яте, в магістратурі відбувається вдосконалення мотиваційно ціннісної сфери формування КЗ.

В сучасних умовах без додаткових зовнішніх впливів на стимулювання внутрішньої мотиваційної сфери лише невелика частина кращих магістрантів зможе самостійно досягнути ціннісного ставлення до КЗ. Мова не може йти про такий пасивний підхід, тому необхідно навчити студентів дотримуватися норм здорового способу життя, формувати особисту КЗ, шляхом вдосконалення мотиваційної сфери ще з самого початку навчання у ЗВО. У нашому розумінні, цілеспрямована діяльність щодо створення позитивної навчальної мотивації щодо ціннісного відношення до КЗ є однією з головних задач сучасної неперервної освітньої парадигми для викладацького корпусу факультетів фізичного виховання, які готують майбутніх фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура). Таким чином, нині не виникає сумнівів той факт, що для

підвищення ефективності процесу формування КЗ у МУФК обов'язково зважати на вдосконалення мотиваційної сфери.

З практичної точки зору під час мотивації ціннісного ставлення студентів до формування КЗ викладачі повинні намагатися досягти наступних цілей:

1) створити позитивну мотивацію у тих студентів, у яких відсутній, або низький інтерес до навчання та до діяльності з формування КЗ;

2) працювати над зміною зовнішньої мотивації щодо формування КЗ на внутрішню, тобто переорієнтувати мотивацію уникнення покарання, або формальну мотивацію на змістовну, бажану для особистості;

3) підвищити рівень внутрішньої мотивації ціннісного відношення до КЗ до рівня творчості та ентузіазму.

Акцентуємо увагу на тому, що усі три цілі знаходяться у тісному взаємозв'язку. Причому під час досягнення першої цілі, МУФК, які приділяють формування КЗ недостатню увагу, змінюють своє відношення та починають більш серйозно й старанно відноситися до вивчення тих навчальних дисциплін і практичних дій, які впливають на формування КЗ. Констатуємо, що у даному разі у більшості студентів, можемо спостерігати поступовий розвиток зовнішньої мотивації. Тобто, вони долучаються до групи, яка підлягає другій цілі. Наш власний досвід та досвід 43 викладачів, які залучені до проведення нашого експериментального дослідження, дає можливість констатувати, що ті студенти ЗВО, які діяли лише під тиском зовнішніх мотивів, поволі з семестру в семестр проявляють все більшу зацікавленість навчальними дисциплінами, та поступово прагнуть досягнути реальних позитивних результатів щодо вдосконалення власного рівня КЗ.

Таким чином, можемо прослідкувати поступове зміщення переваги від зовнішніх мотивів до внутрішніх, що й підводить до виконання третьої цілі. Відзначимо, що досягнення третьої цілі є реальним не для всієї групи, а для певної частини найбільш активних та свідомих студентів. У цих МУФК сформована сильна внутрішня мотивація, яка спонукає їх до самостійного

навчання, тренування, постановки складних та творчих завдань, від розв'язання яких ці студенти отримують задоволення та реальний результат – сформованість високого рівня КЗ. Саме таких студентів розглядаємо у якості майбутніх професіоналів з високим рівнем КЗ, що отримали ґрунтовні теоретичні знання та набули практичних умінь й навичок у сфері збереження здоров'я та мають стійкий інтерес, внутрішню мотивацію до формування КЗ та практично діють у зазначеному контексті.

З методологічної точки зору, зроблено акцент на етапність процедури мотивації ціннісного відношення до КЗ:

- 1 етап – сприйняття змісту мотиву та визначення цілей мотивації;
- 2 етап – оцінка особистісного значення мотиву;
- 3 етап – усвідомлення змісту мотивації;
- 4 етап – переконання в силі та доцільності мотивації.

У дослідженні ми виходили з тих міркувань, що зміст мотивації ціннісного відношення до КЗ у МУФК у залежить від його виду. До уваги, насамперед, брали внутрішню мотивацію, яка має об'єктивну та суб'єктивну основу. До об'єктивної належить інформація про значення того теоретичного матеріалу, що викладається у процесі вивчення навчальних дисциплін під час навчання у бакалавраті («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я»») та у магістратурі («Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я») для світогляду МУФК та ефективності його майбутньої професійної діяльності. Суб'єктивна основа мотиву – це значення теоретичного матеріалу для особистості відносно її власних індивідуальних

особливостей та прагнень. Отже, внутрішня мотивація ефективно формується на основі активного зіставлення об'єктивного значення КЗ з суб'єктивною системою цінностей майбутніх фахівців, які організовуватимуть фізичне виховання. Велику роль відіграє позитивне ставлення студентів до викладача, його глибоке внутрішнє переконання у значущості та необхідності ціннісного відношення до КЗ та те, який у нього самого сформований рівень КЗ.

У додатку Г представлено програму розвитку ціннісного ставлення до КЗ у МУФК. В її основу покладено авторське уявлення про механізм впливу мотивації на процес її формування. Таким чином, майбутній педагог, що займатиметься організацією ФВ має бути майстром своєї справи, людиною з високим рівнем КЗ, здібним фахівцем, який досконало володіє сучасними освітніми технологіями, методами ефективною та творчою роботи під час організації фізичного виховання. Він не повинен зупинятися на досягнутому рівні, а завжди шукати щось нове, працювати над собою, щоб творчо використовувати набуті знання та вміння у практичній діяльності по удосконаленню усіх компонентів КЗ. Досягнути цього без внутрішньої мотиваційної та ціннісного розуміння до КЗ – неможливо.

Зупинимось на обґрунтуванні доцільності та якісній характеристиці шляхів впровадження другої організаційно-педагогічної умови – *використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування КЗ*. Насамперед відзначимо, що з практичної позиції процес формування КЗ постійно удосконалюється, проте у відношенні технологізації даного процесу і специфіки можливостей міждисциплінарної інтеграції та впровадження на її основі інноваційних організаційно-структурних структур, що функціонують в умовах здоров'язберігаючої освіти, ця проблема повністю не вирішена. Саме це протиріччя покладені в основу обґрунтування вибору міждисциплінарної інтеграція теоретичної інформації у якості організаційно-педагогічної умови для якісного формування інформаційно-пізнавального компоненту КЗ у МУФК.

Як аргументовано доводять А. Сулима та Т. Кравчук [499] однією з найважливіших задач професійної підготовки майбутніх фахівців в умовах ЗВО є формування і закріплення орієнтації студентів на збереження здоров'я й прищеплення навичок щодо розширення теоретичних знань під час формування КЗ у студентському віці. Для підтвердження вагомості цієї організаційно-педагогічної умови наведемо ще деякі конкретні аргументи. До прикладу, як доводить Р. Узянбаева [519], з першого дня навчання студенти поставлені в доволі складну ситуацію: з одного боку, вони стикаються з інтенсивним освітнім процесом, до якого ні психологічно, ні фізично неготові, з іншого – випускники школи, нинішні студенти не мають необхідного спектру теоретичних знань. Інтенсифікація навчального процесу, зростаючі темпи освітнього процесу, нераціональний режим праці та відпочинку, перевантаження в процесі пізнавальної діяльності призводять до нервово-психічних зривів та спричиняють виникнення соматичних захворювань. Наведені факти переконливо доводять вагомість міждисциплінарної інтеграції усіх теоретичних знань про КЗ та обґрунтовують необхідність розробки практичних шляхів її формування, які отримують студенти в єдину цілісну систему, яка вплине на формування когнітивної складової та безпосередньо вдосконалисть показники інформаційно-пізнавального компоненту КЗ.

З нашої точки зору цінність інтеграції, як шляху об'єднання знань в умовах багатопредметності змісту освіти, на факультетах фізичного виховання, полягає в тому, що вона дозволяє:

- забезпечити цілісність професійної підготовки МУФК;
- системно викладати навчальний матеріал, а студентам системно й цілісно його засвоювати;
- встановлювати взаємозв'язки між теоретичними знаннями з різних дисциплін, що викладаються у процесі неперервної професійної підготовки МУФК у бакалавраті та магістратурі;

– сформувати основи теоретичних знань про КЗ для послідовного переходу від навчально-пізнавальної та навчально-практичної діяльності до професійної діяльності;

– усунути дублювання та уникнути повторювання теоретичної інформації в процесі викладання навчального матеріалу різних дисциплін, що спрямовані на формування КЗ;

– подолати у свідомості студентів смислову розрізненість різнопредметних знань, що забезпечить формування у них широкого наукового світогляду щодо формування КЗ;

– розвивати вміння переносити знання з однієї предметної галузі в іншу, що стане базою підвищення компетентності МУФК та їхньої успішної професійної діяльності.

У авторському розумінні саме міждисциплінарна інтеграція забезпечить глибоке проникнення студентів у змістові основи КЗ. У методологічному контексті ми виходили з того, що міждисциплінарна інтеграція знань під час професійної підготовки МУФК розглядається нами як активний та системний процес взаємодії усіх структурних елементів тих навчальних дисциплін, які забезпечують системність знань під час формування КЗ. Тобто, висуваємо робочу гіпотезу про те, що інтеграція зможе забезпечити ефективну систематизацію теоретичних знань та дозволить здійснити логічні вдосконалення змісту освітнього процесу на основі цілеспрямованості та узгодженості формування КЗ у процесі неперервної професійної підготовки МУФК.

Вважаємо, що для міждисциплінарної інтеграції найбільш вагомим є постулат про досягнення загальної гармонії та узгодженості між теоретичною інформацією усіх навчальних дисциплін, які прямо та опосередковано впливають на формування КЗ. З'ясовано, що інтеграція має вагомий вплив на реалізацію методологічної, розвиваючої й технологічної функцій професійної підготовки МУФК. Зокрема, методологічна функція спрямована на реальне узгодження теоретичної інформації під час

формування КЗ, що передбачає використання знань без дублювання. Розвиваюча функція спрямовується на всебічний розвиток теоретичних знань МУФК у галузі КЗ. Тоді як технологічна функція під час міждисциплінарної інтеграції базується на досягненні наступності в розвитку теоретичних знань та передбачає ущільнення інформації та чітку систематизацію усіх наукових понять і термінів.

З практичної точки зору міждисциплінарна інтеграція знань у контексті формування КЗ у МУФК передбачала конкретні механізми:

- по-перше, розширення теоретичних знань про здоров'я, його збереження і зміцнення та структурні складові КЗ;

- по-друге, виважену і системну діяльність щодо уникнення дублювання навчального матеріалу про КЗ;

- по-третє, педагогічно виважену роботу щодо адекватного розподілу аудиторних годин та годин на індивідуальну і самостійну роботу під час вивчення навчальних дисциплін професійного спрямування, що суттєво впливають на формування когнітивної складової КЗ;

- по-четверте, використання об'єктивних можливостей для активізації пізнавальної діяльності, що спрямована на формування КЗ;

- по-п'яте, діяльнісне та активне стимулювання процесу вдосконалення інформаційно-пізнавального компоненту КЗ.

У процесі вивчення означеного кола проблематики було встановлено, що зміст багатьох психолого-педагогічних дисциплін, навчальних дисциплін із циклу гуманітарної та соціально-економічної підготовки, а також природничо-наукової підготовки вносять свій посильний внесок у процес формування у студентів когнітивних знань та розширюють світоглядні перспективи з КЗ. Вважаємо, що використання міжпредметних зв'язків та міждисциплінарна інтеграція між різними навчальними дисциплінами є вагомим та перспективним способом вирішення різноманітних навчально-виховних завдань щодо формування КЗ. Зокрема, передбачаємо, що цілеспрямоване посилення міждисциплінарної інтеграції підвищить

інформативну ємність змісту освіти, а також відіграватиме вагому роль для отримання нових та закріплення наявних знань, виявлення в знаннях прогалин, розширення сфери практичного їх застосування. На основі цілеспрямованого використання міждисциплінарної інтеграції можна суттєво підвищити навчально-пізнавальну активність під час опанування знаннями про КЗ. Насамперед потрібна змістовна інтеграція знань про: здоровий спосіб і гігієну, про людину як істоту біосоціальну і соціокультурну; використання інноваційних технологій навчання під час формування КЗ у студентів; орієнтацію на цінності здоров'я.

Міждисциплінарна інтеграція передбачала налагодження чіткого взаємозв'язку між практичним змістом дисциплін. До прикладу, як засвідчують навчальні плани Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (див. додаток Д) до *обов'язкових* навчальних дисциплін належать чимало екзаменаційних та залікових курсів, які безпосередньо та опосередковано впливають на формування КЗ студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура).

Насамперед коротко проаналізуємо потенціал найбільш вагомих екзаменаційних курсів у хронологічному порядку, дотримуючись неперервності професійної підготовки під час навчання в бакалавраті. Так, навчальна дисципліна «Анатомія людини» (5 кредитів, 1 семестр) містить матеріали про закономірності будови і розвитку організму людини, які необхідні для здоров'язберігаючої побудови освітнього процесу. Навчальна дисципліна «Гігієна» (3 кредити, 1 семестр) формує гігієнічну культуру на основі всебічного вивчення взаємозв'язку людини і природи, допомагає усвідомити місце гігієни. Цей предмет вносить вклад у становлення КЗ студентів тим, що розширює і поглиблює знання про особливості догляду за своїм тілом та стимулює враховувати гігієнічні особливості в повсякденному житті та під час реалізації професійної діяльності. Навчальна дисципліна «Психологія» (4 кредити, 2 семестр) дає знання з ключових проблем розвитку особистості в онтогенезі, по закономірностям психічного розвитку

особистості на різних вікових етапах. Цей курс розкриває складність психічного життя людини; формує у майбутніх педагогів інтерес до розуміння, пізнання себе та інших людей; дає знання про загальні закони міжособистісного спілкування і взаємодії, про особливості вербальної і невербальної комунікації. Предмет «Фізіологія людини» (4 кредити, 3 семестр) передбачає вивчення анатоμο-фізіологічних особливостей організму людини, гігієнічних і профілактичних заходів, що забезпечують повноцінне виховання і навчання людини, якій притаманний високий рівень КЗ. Курс «Педагогіка з основами педмайстерності» (5 кредитів, 3 семестр) вносить вклад в формування мотивів педагогічної діяльності і способів саморозвитку людини. Він допоможе МУФК побудувати грамотне міжособистісне спілкування з учнями під час організації ФВ, ознайомить студентів зі стилем педагогічного спілкування, з правилами поведінки в конфліктних ситуаціях.

Зупинимось на аналізі потенціалу залікових навчальних дисциплін у формуванні КЗ МУФК. Зокрема, предмет «Етика спілкування у педагогічному процесі» (3 кредити, 5 семестр) дозволяє підготувати майбутнього вчителя до організації виваженого педагогічного спілкування, яке у цілому допоможе йому налагодити тісну співпрацю з учнями та підвищити рівень психічного здоров'я. При вивченні навчальної дисципліни «Основи медичних знань» (3 кредити, 6 семестр) студенти мають змогу оцінити тип нервової системи, увагу та інші медичні показники, що передбачають здоров'я. Акцентується увага на тому, що КЗ охоплює знання свого біоритмічного типу, володіння арсеналом методик його визначення, а також уміння оптимізації своєї життєдіяльності в відповідно до індивідуальних особливостей. Курс «Соціологія» (3 кредити, 7 семестр) формує у студентів уявлення про сучасну картину світу, закладає основи природничо-наукового світогляду, що покладено в основу виваженого підходу до формування КЗ.

У перерахованих дисциплінах простежується зв'язок між змістом матеріалу і можливістю використання отриманих знань у майбутній професійній діяльності з метою збереження і зміцнення здоров'я усіх суб'єктів освітнього процесу. Вважаємо, що дисципліни медико-біологічного і психолого-педагогічного циклів створюють базу для формування КЗ. Отже, представлений взаємозв'язок сприяє розширенню і поглибленню теоретичних знань з питань збереження і зміцнення здоров'я, збагачує загальний світогляд, сприяє кращому усвідомленню цінностей культури здоров'я, розвиває творчу активність, розумову самостійність. Усе це в комплексі має вагомий позитивний вплив на формування інформаційно-пізнавального компоненту КЗ на основі міждисциплінарної інтеграції знань.

Найбільший вплив можна отримати при цілеспрямованому формуванні КЗ в рамках спеціально орієнтованих дисциплін професійної та практичної підготовки у бакалавраті («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я») та магістратурі («Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я»). Усі ці навчальні дисципліни вносять свій вагомий внесок у формування КЗ МУФК тим, що суттєво розширюють світогляд та безпосередньо забезпечують передачу культурно-історичного досвіду про збереження і зміцнення здоров'я на основі використання засобів ФВ. Ці навчальні дисципліни дозволяють проводити заняття на основі здоров'язбережувальних технологій та знайомлять з сучасними методами, способами, прийомами і засобами організації ФВ у навчальних закладах

різного типу. При їх вивченні ми робили вагомий акцент на уникнення дублювання навчальної інформації.

З практичної точки зору під час професійної підготовки МУФК з належним (високим та достатнім) рівнем КЗ на засадах міждисциплінарної інтеграції знань ми поставили собі основне завдання узгодити програми викладання цих дисциплін з метою уникнення повторів та суттєво удосконалити навчально-методичне забезпечення. У додатку Е представлено програми навчальних дисциплін «Загальна теорія здоров'я» та «Основи здорового способу життя», які належить до циклу професійної та практичної підготовки та мають найбільший вплив на процес формування КЗ МУФК. Відзначимо, що їх розроблено безпосередньо з урахуванням міждисциплінарної інтеграції знань.

Зупинимося на обґрунтуванні третьої організаційно-педагогічної умови – *збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу*. Обираючи її, ми виходили з міркувань задекларованих у глосарії термінів з питань зміцнення здоров'я [80] про те, що саме тренінг нині є незамінним елементом освітнього процесу, який опирається на досвід, а також допускає, що присутні на тренінгу студенти, крім отримання нової інформації, отримують реальну можливість використовувати її на практиці, виробляючи нові практичні уміння й навички.

На основі аналізу дисертаційного дослідження Г. Мешко [284] було з'ясовано, що під час тренінгу відбувається розкриття особистісної проблематики членів групи та її психокорекція на основі міжособистісної взаємодії. Авторка доводить, що тренінг володіє значним потенціалом тому, що «орієнтує не тільки на розв'язання особистісних психологічних проблем, розвиток професійно-важливих якостей, а й на розкриття внутрішнього потенціалу особистості, формування властивостей та якостей, які сприяють збереженню і зміцненню професійного здоров'я, досягненню високого рівня професіоналізму» [284 с. 331].

Підтримуємо позицію Д. Давиденка [111], у тому, що рівень КЗ МУФК визначається сформованістю практичних умінь і навичок, пов'язаних з оволодінням КЗ та використання прийомів і методів ФК для поліпшення адаптаційних резервів організму, працездатності та зміцнення здоров'я.

З огляду на наведені аргументи, було обрано потребу у збагаченні практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу. У нашому дослідженні за основу взято розуміння тренінгу, що запропоноване у роботі Я. Дермотта як «технології дій на основі певної концепції реальності в інтерактивній формі, метою якого є розвиток міжособистісної та професійної поведінки» [120, с. 422]. Найбільш характерною рисою тренінгу є інтеграція різних видів групового навчання з метою формування базових понять та розвитку практичних умінь. Тренінгова форма організації освітнього процесу базується на методиці участі [377], що дозволяє усім учасникам активно ділитися і обмінюватися між собою знаннями та разом шукати найбільш оптимальне рішення поставлених завдань і розв'язання проблемних ситуацій. Вивчаючи практичні аспекти формування КЗ засобами тренінгових технологій, Н. Зимівець доводить, що тренінг – це «сучасна і дуже цікава справа, яку здійснюють учасники, працюючи спільно, у групі. На відміну від традиційного заняття під час тренінгового заняття нові знання здобуваються в процесі активної та безпосередньої взаємодії учасників у неформальній і довірчій обстановці, коли одночасно з отриманням нової інформації можна обговорити незрозуміле, перевірити правильність власної думки або змінити її» [376, с. 128].

Тобто *тренінг* розуміємо як *практично орієнтоване навчання, що опирається на досвід студентів та передбачає можливість суттєвого вдосконалення умінь і навичок формування КЗ*. Його було організовано з метою практичного відпрацювання і закріплення конкретних моделей поведінки та забезпечення досвіду групової взаємодії МУФК. Доволі вагомим є той чинник, що тренінг дозволив активно працювати із мотивацією учасників на надав можливість вдосконалити у студентів

потребу розвитку КЗ, стимулювати у них інтерес та внутрішнє бажання зробити почуте під час тренінгу частиною свого особистого досвіду.

У методологічному аспекті ми прагнули, розробляючи тренінгові заняття, дати змогу МУФК не лише одержати нові теоретичні знання про КЗ, а й розширити діапазон практичних умінь та навичок щодо збереження та зміцнення здоров'я. Тренінгові вправи слугували також вагомим чинником для отримання конкретних відповідей на запитання щодо потенціалу ФВ у процесі формування організаційно-діяльнісного компоненту КЗ МУФК.

До найбільш позитивних *рис* тренінгу відносимо гуманістичну спрямованість, яка передбачає «суттєве розширення поведінкового репертуару через усвідомлення особистістю неефективності деяких звичних способів поведінки та вироблення нових» [190, с. 187]. У процесі узагальнення праць А. Кеннея [191], встановлено, що для того, щоб тренінг був ефективним необхідно, щоб він володів такими *особливостями*:

- впливав на створення ситуації успіху з метою активізації саморозвитку та самовдосконалення студентів;
- давав можливість свободи вибору дій для особистісного розвитку та дозволяв нести самотійну відповідальність за їх здійснення;
- активізував внутрішню готовність до змін на основі набуття практичних умінь й навичок з формування КЗ.

До основних *переваг* тренінгів, на яких ми будемо робити акцент під час формування КЗ, віднесено:

- стимулювання позитивної внутрішньої мотивації, посилення інтересу до різних аспектів міжособистісної взаємодії, зниження тривожності під час формування КЗ у МУФК;
- створення стійкої зацікавленості у розкритті сутності КЗ та чітке обґрунтування практичних шляхів її формування;
- пропаганда здоров'язберігаючих технологій під час організації ФВ;
- цілеспрямована допомога у розкритті змісту здорового способу життя, а також впровадження здоров'язберігаючих технологій й формування

позитивних установок на ведення здорового способу життя у професійну діяльність МУФК;

– апробація інноваційних поведінкових стилів та норм організації ФВ, які носять здоров'язберігаючу спрямованість;

– пошук оптимальних способів розв'язання найважливіших проблем, які можуть виникати під час професійної діяльності МУФК.

Однак, найсуттєвішою перевагою тренінгової методики визнаємо те, що вона має унікальну можливість емоційно значимі та неоднозначні питання вирішувати в безпечній ситуації тренінгу, а не в реальному житті. Тобто, тренінг дозволяє студентам спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) навчитися приймати найефективніші рішення без переживання про неприємні наслідки.

З практичної точки зору психолого-педагогічний тренінг передбачає чітко сплановану інтерактивну взаємодію з метою формування теоретичних знань, удосконалення практичних умінь, навичок, розширення спектру практичної поведінки, певна видозміна ціннісних установок та особистісних якостей студентів в умовах ігрових тренінгових ситуацій. Отже, саме участь МУФК у тренінгових програмах дозволить суттєво вдосконалити практичні уміння та навички, а також дозволить отримати особистий соціально-професійний досвід щодо сутності КЗ, змісту здоров'язберігаючих технологій під час організації ФВ.

Розробляючи тренінгову програму, ми брали до уваги рекомендації, які опубліковані у наукових роботах Т. Мірошніченка [285], А. Міт'яєва [288] щодо того, які саме *практичні уміння та навички* необхідно сформувати у МУФК, а саме в основу покладено:

– дотримання етичних норм та гуманістичних цінностей при формуванні КЗ у МУФК;

– розуміння специфіки здоров'язберігаючих технологій під час організації ФВ;

– впровадження інноваційних технологій під час формування позитивного відношення до збереження здоров'я та негативного ставлення до адиктивних звичок;

– розвиток готовності до самозмін, саморозвитку, самореалізації у сфері професійної діяльності на основі належного рівня КЗ.

При розробці тренінгу було використано рекомендації П. Гусака [109] стосовно того, що конкретні практичні ситуації, які мають невирішені проблеми, максимально наближують студентів до вирішення поставлених завдань щодо збереження здоров'я та використання здоров'язберігаючих технологій як у повсякденному житті, так і у майбутній професійній діяльності. У додатку Ж представлений фрагмент тренінгу «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова діяльності учителя фізичної культури» і додаткова інформація про психолого-педагогічні підходи до його організації та проведення.

Передбачаємо, що участь у тренінговому занятті допоможе МУФК навчитися адекватно керувати своєю поведінкою, акцентує увагу на потребі практичних умінь моделювати майбутню професійну діяльність та посприє у розвитку свідомого ставлення до КЗ, а також вдосконалив практичні уміння щодо відповідального ставлення збереження здоров'я.

Обґрунтуємо вагомість четвертої організаційно-педагогічної умови – *створення та розвиток здоров'язберігаючого середовища у навчальному закладі у контексті формування КЗ у МУФК*. Обираючи цю умову, ми виходили з того, що аксіологічні засади побудови цілісного педагогічного процесу в сучасних ЗВО повинні базуватися на розвитку багаторівневої взаємодії особистості та освітнього середовища в аспекті налагодження особистісної комунікації. В основу було покладено тезу Л. Мацевко-Бекерської про те, що розвиток студента, головним чином, базується на прагненні молодої людини стати частиною освітнього середовища та для цього максимально повно оволодіти інтелектуальним, дослідницьким, особистісним ціннісним змістом освітнього простору вишу [273, с. 204–206].

Нині надзвичайно цінним для формування КЗ майбутнього фахівця є середовище у якому організовується освітній процес, яке спрямоване на здоров'язбереження та передбачає єдність ціннісних орієнтацій на формування КЗ та виступає передумовою ефективної сумісної діяльності. У методичному контексті було враховано, що розвиток студентів відбувається в середовищі, яке може позитивно, або негативно впливати на нього. Освітня система, як доводить С. Молчанов, існує в певному специфічному середовищі, що носить назву «освітнє середовище» – це «спеціальним чином організована сукупність освітніх систем, форм здійснення освіти» [297, с. 49].

Обґрунтовуючи доцільність четвертої організаційно-педагогічної умови, ми дослухалися до порад В. Козігон [199], яка пропонує нову парадигму – «парадигму здоров'яформівної освіти», головним ресурсом якої виступає *здоров'язберігаюче середовище навчального закладу*. Повністю поділяємо позицію В. Маринич та І. Когут [263] у тому, що нові реалії передбачають створення соціокультурного середовища для підтримки діяльності з формування КЗ. Таке середовище, як доводять науковці, повинно створюватися на основі багатогалузевого превентивного підходу. Підтримуємо І. Авдеєнко [1, с. 119] у тому, що в освітньому середовищі ЗВО містяться суттєві резерви, які важливо ефективно використовувати з метою розвитку КЗ студентів. Авторка радить у процесі професійної підготовки студентів ефективно використовувати інформаційно-змістові можливості освітнього середовища для розвитку КЗ, а також застосовувати спрямований вплив педагогічних дій на розвиток структурних компонентів КЗ.

У дослідженні були прийняті до уваги висновки, зроблені у публікації О. Мелікова, А. Афоніна та Л. Шумлянського [431]. Так, висвітлюючи проблеми КЗ та здорового способу життя у студентів педагогічного університету, науковці наголошують, що «основні напрямки розвитку системи формування КЗ потребують посилення оздоровчого, культурологічного підходів та вдосконалення теоретико-методологічних

засад у навчально-виховному процесі шляхом формування здоров'язберігаючого середовища у навчальному закладі» [431, с. 36]. Як свідчать публікації О. Ващенко [58], Д. Вороніна [67], Н. Козак [197], О. Мелікова [431], Т. Мірошніченко [289], Ю. Науменка [377], Р. Раєвського [439] саме здоров'язберігаюче середовище має вагомий вплив на розвиток особистості майбутнього фахівця в контексті вдосконалення його прагнення до збереження та зміцнення власного здоров'я, воно стимулює цілеспрямовану діяльність щодо формування КЗ і надихає студентів на активне використання здоров'язміцнювальних технологій у майбутній професійній діяльності.

Ураховуючи наведені аргументи, можна зробити висновок, що цінності КЗ є основою освітнього середовища як соціально-педагогічної системи. Зазначимо, що освіта та освіченість в аспектах КЗ виступає безсумнівною складовою ціннісних орієнтацій сучасної людини, а тому нині необхідно виважено підійти до створення відповідного освітнього середовища (здоров'язберігаючого), яке стимулює студентів на самовдосконалення.

У нашому розумінні освітнє середовище виступає підсистемою соціального середовища, тобто тим функціональним і просторовим об'єднанням суб'єктів освітньої діяльності, що дозволяє встановлювати між ними тісні різнопланові групові взаємозв'язки. У контексті наведених аргументів, освітнє середовище розглядається як упорядкована модель соціокультурного простору, у якій відбувається формування особистісно-емоційного компонента КЗ у МУФК. Освітнє середовище покликане формувати загальну спрямованість та ціннісні орієнтації майбутнього педагога, що будуть основою його життєдіяльності та поведінки під час реалізації ФВ.

У методологічному контексті освітнє середовище створюється для самопізнання, вдосконалення особистісно-емоційної сфери студентів,

забезпечує розвиток творчого мислення, надає студенту можливість засвоїти норми поведінки особистості з високим рівнем КЗ.

Значущість здоров'язберігаючого освітнього середовища ЗВО з точки зору наявності в ньому можливостей для задоволення особистісно-емоційних потреб МУФК щодо формування КЗ полягає в наступному:

- відтворенні та трансляції здоров'язбереження під час ФВ;
- розвитку та саморозвитку особистісних здібностей щодо підвищення рівня КЗ;
- виявленні та впровадженні практичної поведінки, яка спрямована на зміцнення та збереження здоров'я під час організації ФВ;
- емоційному забарвленні соціально значимих подій, які виникають під час формування КЗ;
- цілеспрямованому використанні знань, умінь і навичок під час формування КЗ засобами ФВ.

Одним із головних принципів формування здоров'язберігаючого освітнього середовища визнано *принцип ціннісної орієнтації* студентів, який припускає виявлення та розкриття ціннісного змісту ФВ для збереження і зміцнення здоров'я та формування КЗ. Реалізація зазначеного принципу залежить від умінь викладачів висвітлити приховану в об'єктах, навіть найпростіших, цінність КЗ. Так, чиста, провітрена, підготовлена до заняття аудиторія є необхідною умовою для плідної навчальної праці; дошка, олівець, підручник, комп'ютер – інструменти пізнання. Зазначимо, що вплив здоров'язберігаючого освітнього середовища ЗВО орієнтує увагу МУФК на цінність КЗ. У контексті цього принципу студент, як суб'єкт, має можливість самостійно робити власне сходження до ціннісного вибору (або не робить його) за умови цілісного (системного) впливу на нього середовища ЗВО, яке орієнтоване на формування належного рівня КЗ. Відзначимо, що соціально-особистісним полем впливу на особистість є духовний простір, в якому розгортається взаємодія викладача та студентів. Викладач створює цей здоров'язберігаючий простір через емоційне насичення, захоплюючу форму

чи цікаву презентацію об'єкта вивчення. Створюючи для МУФК ситуацію вибору, викладач має пам'ятати про необхідність дотримання ненасильницького педагогічного принципу свободи вибору.

У цілому, таке освітнє середовище повинно бути орієнтоване на становлення суб'єктної позиції студентів, які компетентні щодо теоретичних та практичних питань формування КЗ на основі використання засобів ФВ. У цьому контексті зміст навчальних курсів має бути проблемно орієнтованим з урахуванням професійної спрямованості та враховувати актуальні пізнавальні потреби студентів факультетів фізичного виховання.

Отже, виважений підхід до формування здоров'язберігаючого освітнього середовища передбачає орієнтацію на особистісні цінності особистості, розвиток її емоційної сфери, що відповідають її запитам, а також визначеним суспільством нормам щодо формування культури здоров'я. У контексті дослідження освітнє середовище ЗВО, де проходить професійна підготовка майбутніх фахівців спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) доречно розглядати як цілеспрямовану організовану систему педагогічних впливів і можливостей для задоволення ієрархічного комплексу потреб особистості щодо формування КЗ та трансформації цих потреб у найвагоміші життєві цінності.

Обґрунтуємо доцільність та висвітлимо основні перспективи, які очікуємо від впровадження п'ятої організаційно-педагогічної умови – *стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку КЗ*. За основу під час її обрання було прийнято розуміння рефлексії як «джерела внутрішньої інформації, способу внутрішнього вільного контакту з екзистенцією людини, її сенсом, і який не може не бути представлений в освітньому процесі в його зовнішньому просторі, що прагне до прийняття, розуміння, тотожності з внутрішнім, що сприяють цьому» [159, с. 107]. У дисертаційному дослідженні І. Коновалової [204] наголошено, що рефлексія передбачає переосмислення особистістю відносин з навколишнім її світом; факторами актуалізації рефлексії особистості є взаємодія і

спілкування людини з іншими людьми; результатом рефлексії є створення нового образу власної особистості і нового образу світу, що виступає основою вироблення власної життєвої стратегії, реалізації певних дій і поведінки в цілому [204, с. 76]. Виходячи з такого трактування, стимулювання рефлексивної діяльності визначає функціональне значення її для розвитку і саморозвитку цілісної особистості майбутнього фахівця.

Досліджуючи процес стимулювання рефлексії, ми базувалися на положенні Ю. Кулюткіна [230], який аргументовано довів, що головним моментом рефлексивного управління є постановка студента в позицію активного суб'єкта власної діяльності та розвитку у нього здатності до самоврядування. Тобто, викладач не просто ставить перед собою деякі педагогічні цілі, але і прагне до того, щоб ці цілі були внутрішньо прийняті студентами, не тільки розробляє підходи до досягнення цих цілей, а й створює умови для того, щоб ці підходи були засвоєні, не просто оцінює результати діяльності, а й формує у них здатність до самооцінки [230, с. 12]. Все вищесказане можна віднести і до взаємодії викладачів факультетів фізичного виховання і студентів, які отримують фах учителя фізичної культури. Отже, стимулювання рефлексивної діяльності МУФК здійснюється з метою пошуку шляхів і засобів для їхнього безперервного самовдосконалення та саморозвитку в процесі фізкультурної освіти.

Інтеріоризація цінностей здоров'я, здорового способу життя активізують рефлексію студентів в процесі навчання на факультетах фізичного виховання, відбувається розширення їх особистісного сенсу через стимулювання рефлексивної діяльності. Очевидним є той факт, що створення передумов для формування КЗ у МУФК передбачає активізацію рефлексії з метою становлення у них ціннісних пріоритетів і самооцінки на різних етапах організації фізичного виховання. Наголосимо на тому, що у студентів, що володіють розвиненою рефлексією, відсутнє жорстке цілепокладання, оскільки сама мета є предметом рефлексії.

З методологічної точки зору рефлексивна діяльність охоплює як теоретичну, так і практичну сторону, тому необхідно враховувати наступне:

1. Людина знаходиться в різноманітних зв'язках і взаємодіях з навколишнім середовищем, вона здійснює рефлексію відповідно до власних потреб та на основі тих сторін реальності в якій живе та з якими взаємодіє.

2. Пізнаючи навколишній світ та впливаючи на нього, людина розширює можливості реалізації своїх інтересів. Паралельно пізнає і самого себе (вдосконалюється за допомогою розвитку фізичних і духовних сил).

Оскільки рефлексія кожного учасника освітнього процесу може бути спрямована на різні об'єкти та відображати індивідуальні сприйняття й переживання – то, сутність стимулювання рефлексивної діяльності в контексті формування КЗ полягала тому, щоб дати відчуття МУФК необхідність та вагомість їх суджень. Ми розглядаємо розвиток рефлексивної діяльності як універсальний механізм саморозвитку особистості в освітньому процесі, тому послідовність практичних кроків буде пов'язана з послідовністю роботи над судженням і спрямована на розвиток таких функціональних позицій як самомотивація, самоактуалізація, самоаналіз, самоорганізація, самооцінка в процесі формування належного рівня КЗ.

Для ефективної побудови процесу формування КЗ студентів, які навчаються на факультетах фізичного виховання, викладачі повинні бути готовими до управління їхньою рефлексивною діяльністю. Причому педагогічний вплив передбачає орієнтацію на позитивне ставлення до цінностей ФК і здорового способу життя, стимулювання внутрішньої духовної роботи, педагогічну підтримку в момент здійснення вибору, постійну готовність надати психологічну допомогу. Це вимагає від викладачів, наявності власного позитивного ставлення до цінностей КЗ, що дозволило б надавати опосередкований вплив на формування ціннісної позиції студентів в напрямку формування КЗ.

У технологічному плані завдання викладача полягає у виборі такого способу впливу, який забезпечує комфортний стан студента і максимально

сприяє розкриттю його індивідуальності. Гуманістична орієнтація процесу залучення студента до норм здорового способу життя вимагає від викладача активізації його власних рефлексивних процесів, сформованості здатності до емпатії, прояву толерантності під час практичної діяльності з формування КЗ.

Відзначимо, що з метою цілеспрямованого формування рефлексивно-оцінювального компоненту КЗ основний акцент було зроблено на стимулювання рефлексії, яка сприяє осмисленню студентами особистісних детермінант тих знань та індивідуального досвіду, які вони отримують під час навчання. Саме рефлексія забезпечує формування у студентів можливостей бути активними суб'єктами свого розвитку; надихає МУФК до реального становлення його суб'єктної позиції, забезпечує процес трансформації потреб у виборі цінностей збереження та зміцнення здоров'я; ініціює процес творчого саморозвитку в контексті формування КЗ.

Формування рефлексивно-оцінювального компоненту КЗ МУФК передбачає, на наш погляд, прояв рефлексії в наступних ситуаціях:

а) в ситуації практичної взаємодії викладача та студента в процесі організації ФВ;

б) під час самопроекування діяльності студента з фізичного самовдосконалення з урахуванням вже зробленої ним діяльності;

в) під час самоаналізу і самооцінки студентом власної діяльності та самого себе як суб'єкта, що самостійно здатний формувати КЗ.

У практичному аспекті ми порадили викладачам пропонувати спільну діяльність, яка б дозволила студентам усвідомити, знайти свій сенс як першу можливість утвердитися в освітньому процесі під час вивчення навчальних дисциплін, які спрямовані на формування КЗ. Така діяльність буде ефективною, коли буде розпочинатися з усвідомлення себе, свого стану, самопочуття, спільної діяльності з усіма учасниками освітнього процесу. Викладач має ознайомити студентів із сутністю рефлексивної діяльності щодо формування КЗ, а також охарактеризувати її функції і значення для організації самостійної діяльності.

Вагомим позитивним ефектом для впровадження цієї організаційно-педагогічної умови володіють практичні приклади, що розкривають наявність рефлексивних здібностей у кожної особистості. Сподіваємося що такі приклади спонукатимуть МУФК до висловлення власних суджень щодо рефлексії під час формування КЗ.

Підсумовуючи представлену у параграфі інформацію, наголосимо, що обґрунтовані організаційно-педагогічні умови відображають компонентно-структурний склад КЗ МУФК, а також мають вагомий вплив на очікуваний результат, в якості якого виступає особистість майбутнього фахівця, що досягла позитивної динаміки щодо формування усіх компонентів КЗ. Передбачаємо, що системне впровадження в освітній процес ЗВО комплексу організаційно-педагогічних умов сприятиме ефективній організації неперервності процесу формування КЗ у та матиме позитивний вплив на якісні та кількісні показники формування:

1) мотиваційно-ціннісного компоненту (перша організаційно-педагогічна – умова мотивація ціннісного ставлення до КЗ);

2) інформаційно-пізнавального компоненту (друга організаційно-педагогічна умова – міждисциплінарна інтеграція знань про формування КЗ);

3) організаційно-діяльнісного компоненту (третя організаційно-педагогічна умова – збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу);

4) особистісно-емоційного компоненту (четверта організаційно-педагогічна умова – розвиток здоров'язберігаючого середовища у навчальному закладі);

5) рефлексивно-оцінювального компоненту (п'ята організаційно-педагогічна умова – стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку КЗ).

У контексті практичної діяльності необхідно розглянути потенціал інноваційних педагогічних технологій, які покладені в основу впровадження

організаційно-педагогічних умов. Ці питання висвітлені у наступному параграфі.

4.2 Інноваційні педагогічні технології формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Національна система вищої освіти в Україні, насамперед, передбачає ініціювання новітніх підходів, що базуються на впровадженні інноваційних технологій у професійну підготовку майбутніх фахівців, які володіють високою загальною і професійною культурою. Зважаючи на те, що КЗ посідає належне місце у професійній культурі та відіграє вагомий роль у професійній компетентності педагогів, необхідно розглянути ці аспекти більш ґрунтовніше. Констатуємо, що професійна підготовка нової генерації МУФК вимагає інноваційних змін, які би стосувалися організації усього освітнього процесу та допомогли сформувати ще під час навчання у ЗВО компетентних фахівців, що здатні позитивно впливати на суспільний розвиток. Усе це потребує не тільки зростання якості знань студентів, але й впровадження інноваційних технологій у процес формування КЗ.

У сучасних умовах глобальних трансформацій освітнього середовища ЗВО особливої значущості набуває удосконалення фахової підготовки майбутніх фахівців на основі впровадження інноваційних педагогічних технологій. У цій площині, насамперед, проведемо аналіз наукових термінів «інновація» та «інноваційний» у фізичному вихованні та їх ролі у професійній підготовці майбутніх фахівців на факультетах фізичного виховання. Так, у баченні Т. Івчатової [175] та Н. Москаленко [371] інновації означають певне нововведення, що стосується того чи іншого аспекту освітнього процесу у ЗВО. Інноваційні педагогічні технології у ФВ, на думку Н. Довганя, мають ґрунтуватися «на розвитку різноманітних форм мислення, творчих здібностей, високих соціально-адаптаційних можливостей

особистості. Специфічними особливостями інноваційного навчання є його відкритість майбутньому, здатність до передбачення на основі постійної переоцінки цінностей, налаштованість на конструктивні дії в оновлюваних ситуаціях [126, с. 17].

Погоджуємося із С. Гуменюком [106] у тому, що інноваційні технології навчання все ще не набули масового застосування у фаховій підготовці МУФК. Автор наголошує, що «у сфері фізичної культури і спорту досі переважає пасивна форма організації навчання студентів» [106, с. 68]. У цьому контексті назріла необхідність, зберігаючи наявні академічні традиції, принести й адаптувати нове, інноваційне у професійну підготовку МУФК, які б володіли належним рівнем КЗ. Як доводить Л. Джигун у тому, що «в рамках інноваційних технологій проведення лекційних та семінарських занять вступає, насамперед, як інструмент вирішення конкретних прикладних завдань та спрямовує студентів на процеси самоактуалізації, пошуку власних індивідуальних рішень тих чи інших проблем» [121, с. 79].

У своїй публікації, І. Гринченко [100] акцентує увагу на тому, що фахова підготовка МУФК має враховувати нові умови, які з'являються завдяки сучасним міжнародним та національним вимогам до підготовки фахівців даної галузі. Тому, майбутніх педагогів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) автор розглядає як особистостей, які вмотивовано здобувають кваліфікацію відповідно до певного освітньо-кваліфікаційного рівня в процесі спеціально організованої освітньої діяльності в умовах впровадження інноваційних технологій для забезпечення в подальшій професійній діяльності здорового способу життя для своїх вихованців. З огляду на таке твердження, можемо констатувати, що фахову підготовку МУФК доцільно розглядати як цілеспрямований процес, що відображає науково-методичні, виважені та педагогічно обґрунтовані заходи, що безпосередньо спрямовані на формування протягом всього періоду

навчання у ЗВО готовності студентів до професійної діяльності з організації процесу ФК школярів враховуючи сучасні вимоги щодо КЗ.

Доволі слушною і цілком аргументованою вважаємо позицію О. Болотіної [41], Т. Круцевич [220] та Д. Мельничука [276], які у якості головного підтвердження щодо доцільності використання інноваційних педагогічних технологій у професійній підготовці МУФК, доводять, що необхідно системно та цілеспрямовано планувати, організовувати і проводити заняття з використанням інновацій, застосовуючи на лекційних і практичних заняттях сучасні засоби й методи ФК, які би були адекватними змісту інноваційних педагогічних технологій. Автори наголошують і на тому, що викладачам факультетів фізичного виховання доцільно педагогічно грамотно оцінювати ефективність використання інновацій і контролювати якість освітнього процесу.

З'ясовано, що сутність інноваційних педагогічних технологій полягає у створенні нових підходів та технологій на основі переосмислення попереднього досвіду і запровадження новітніх досягнень і їх комплексне використання в освітньому процесі, який спрямований на формування належного рівня КЗ МУФК. У нашому розумінні, головним показником інновацій є прогресивний елемент, що вдосконалює навчально-пізнавальну діяльність студентів. З методологічної позиції інновації мають базуватися на внесенні якісних змін у мету, зміст, методи, технології й форми організації освітнього процесу, який спрямований на формування у студентів КЗ. Вважаємо, що *інноваційні педагогічні технології*, доцільно розглядати у якості *ефективного засобу формування вчителя-новатора, який володіє належним рівнем КЗ, має ґрунтовну теоретичну та практичну підготовку у цій сфері*. Ці технології передбачають організацію під час освітнього процесу діалогу особистостей – «викладача» та «студента», які виступають в ролі основних суб'єктів педагогічної дії. На основі такого підходу освітній процес з формування КЗ у МУФК буде організовано на основі діалогу, який допоможе у формуванні інноваційного типу мислення.

Результатом творчого пошуку викладацького складу факультетів фізичного виховання з впровадження інновацій є розробка нових технологій, оригінальних авторських ідей, форм та методів, нестандартних підходів до організації освітнього процесу у ЗВО. При цьому, у нашому розумінні, *інноваційні педагогічні технології у формуванні КЗ – це не лише авторські ідеї, підходи, технологічні методи, які досі не використовувались, а й комплекс елементів, або окремі елементи з прогресивними засадами, що дають змогу ефективно забезпечувати розвиток і саморозвиток особистості майбутнього фахівця з належним рівнем КЗ.*

Отже, як аксіому сприймаємо тезу про те, що для формування у МУФК належного рівня КЗ необхідний вдалий вибір та активне впровадження інноваційних педагогічних технологій. Саме таку позицію декларує у своїй статті Л. Калінкіна [184], яка наголошує, що «педагогічну технологію можна назвати інноваційною, якщо вона характеризується цілеспрямованим, систематичним і послідовним упровадженням у практику оригінальних, новаторських способів, прийомів, дій і засобів, що охоплюють цілісний навчально-виховний процес від визначення його мети до очікуваних результатів» [184, с. 127]. Педагогічна технологія, на думку І. Підласого [415] виступає як проект певної педагогічної системи, що реалізується на практиці під час організації та проведення навчального процесу.

Підсумовуючи наголосимо на тому, що сучасні інноваційні педагогічні технології володіють широкими можливостями та створюють належне підґрунтя не тільки для розуміння змісту КЗ, а й допомагатимуть у формуванні у МУФК практичних умінь використання методів пізнання, прийомів побудови нового знання. Інноваційні педагогічні технології сприяють засвоєнню способів обміну інформацією, поглибленню та перетворенню її, а також дають можливість студентам проявити власні сили на основі вільного вибору свого власного темпу щодо опанування навчальною інформацією в галузі формування КЗ.

Погоджуємося із висновком українських науковців С. Гуменюка [104], О. Куц [237], О. Пехоти [396], Л. Сергієнка [467] у тому, що одним із напрямів модернізації сучасного освітнього процесу у ЗВО є теоретико-методичне обґрунтування запровадження інноваційних педагогічних технологій у практику професійної підготовки МУФК. Інноваційні технології розглядаються нами у якості вагомого чинника, що позитивно впливає на розвиток професійних здібностей студентів та дозволяють перетворювати знання у практичні уміння щодо збереження та зміцнення здоров'я.

До основних *переваг* інноваційних педагогічних технологій, які плануємо використовувати для формування у МУФК належного рівня КЗ віднесено:

- отримання досвіду ведення професійних дискусії та обстоювання власної позиції щодо потреби сформованого високого рівня КЗ для реалізації професійної діяльності МУФК;

- вироблення вміння приймати спільні рішення щодо вибору найоптимальніших шляхів формування КЗ у своїх майбутніх вихованців;

- вдосконалення практичних умінь та навичок з формування КЗ.

Встановлено, що педагогічні інновації позитивно впливають на швидкість включення студентів у навчальну діяльність, розвивають наполегливість у вирішенні навчальних задач, які спрямовані на збереження КЗ, підвищують стійкість інтересу до пізнавальної діяльності, формують у МУФК здатність до самостійної роботи у сфері збереження та зміцнення здоров'я. І саме головне, що інноваційні педагогічні технології безпосередньо впливають на переведення зовнішньої мотивації щодо вагомості пізнавальної діяльності в контексті формування КЗ у внутрішню.

Інноваційні педагогічні технології, які плануємо використовувати під час формування у студентів факультетів фізичного виховання належного рівня КЗ, повинні гарантувати досягнення найвищого стандарту навчання, бути ефективними за результатами і оптимальними стосовно матеріальних і технічних затрат. Інноваційні педагогічні технології мають бути спрямовані

на забезпечення успіху у засвоєнні навчального матеріалу за рахунок індивідуального підходу, а також мають дозволити досягнути високої якості у формуванні мотиваційної, когнітивної, конативної та рефлексивної складової КЗ. Вважаємо, що комплексний підхід до використання інноваційних педагогічних технологій дозволить системно підійти до організації освітнього процесу та суттєво підвищить якість формування КЗ су МУФК у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО.

У процесі вивчення означеного кола проблематики, встановлено, що інноваційні педагогічні технології спрямовані на те, щоб майбутні учителі змогли самостійно усвідомлювати значущість тієї професії, яку вони здобувають у ЗВО та змогли проаналізувати свої потенційні можливості щодо збереження та зміцнення здоров'я. Ці технології мають вагомий потенціал у формуванні КЗ, адже «спрямовані на формування мотивів, які спонукають до розвитку ключових компетенцій, що дозволяють зробити вмотивованою будь-яку навчальну діяльність» [160, с. 75].

Інноваційні педагогічні технології у порівнянні з традиційними формують не лише базові професійні компетенції для майбутніх фахівців, а й забезпечать надійний «фундамент», з якого розпочнеться оволодіння новим освітнім простором в галузі формування КЗ. Отже, серед значної кількості інноваційних педагогічних технологій, які є ефективні та активно використовуються в освітньому процесі ЗВО для формування високого рівня КЗ вибрано *проектну, інтерактивну, інформаційно-комунікаційну і тренінгову*. Вважаємо, що саме ці інноваційні технології будуть активно впроваджуватися під час вивчення МУФК таких навчальних дисциплін, як: «Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я»» – у бакалавраті та «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні

фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я» – у магістратурі.

Зупинимося на характеристиці та представимо потенціал виокремлених технологій у формуванні КЗ у МУФК.

Проектна технологія (метод проектів) – це педагогічна інновація, яка спрямована на самореалізацію особистості шляхом розвитку професійних, інтелектуальних можливостей і творчих здібностей. Цінність даної технології, у баченні В. Безрукава [30] полягає у використанні самостійної проектувальної діяльності студентів як основного засобу їх професійного розвитку. Під час впровадження проектної технології в освітній процес відбуваються активні зміни щодо спрямування практичної діяльності у дослідницький та пошуковий напрямок. Ефективність цієї технології під час формування КЗ обумовлена тим, що вона по-перше, особистісно-орієнтована, по-друге, носить розвиваючий характер, по-третє, підвищує зацікавленість навчально-пізнавальною діяльністю.

Погоджуємося з позицією М. Романовською [450], що під час використання проектів формуються професійні та особистісні компетенції (відбувається встановлення контакту та налагоджується робота в команді, формується старанність, відповідальність, впевненість у собі, гнучкість мислення, аналітичні здібності, далекоглядність). У практичному аспекті, як доводить Є. Полат проектна технологія «передбачає сукупність творчих, дослідницьких, пошукових і проблемних методів» [385, с. 57]. В її основі лежить ідея, спрямована на отримання результату, що орієнтований на самостійну діяльність студентів – індивідуальну, парну, або групову.

Тобто освітня проектувальна діяльність – це процес отримання освітнього продукту, що вимагає висококваліфікованих знань і вмінь професійної самореалізації під час планування, безпосереднього виконання педагогічних дій на творчому рівні, організації співпраці й партнерських

стосунків. Метод проектів виступає активним засобом професійної самореалізації учителів старшої школи. Роль проектів у формуванні КЗ полягає в тому, що виникає реальна можливість постійно вдосконалювати власний професійний потенціал. Використання проектної технології дозволяє організувати співпрацю й продуктивне спілкування, спільно розв'язувати проблемні ситуації. Участь у освітній проектній діяльності активізує до цілеспрямованого поповнення наукового багажу, оновлення методичних знань і практичних умінь та навичок, виявлення творчих здібностей, вдосконалення важливих позитивних якостей особистості – критичного мислення, гуманізму й наполегливості.

Як доводить О. Жерновникова [146], майбутні вчителі в процесі фахової підготовки мають опанувати: основи педагогічного проектування; способи використання проектів; методику проектного навчання з використанням його технології; технологію оцінювання дидактичних і методичних можливостей проектування як видів професійної діяльності вчителя; механізми рефлексії власної проектувальної діяльності.

В основу проектної технології покладено розвиток пізнавальних інтересів студентів, умінь самотійно конструювати свої знання, розвивати практичні уміння щодо формування КЗ. Проектування орієнтоване на активізацію самотійної діяльності студентів. Основними *вимогами* до використання методу проектів під час формування КЗ були:

- наявність значущої у дослідницькому й творчому плані проблеми в галузі формування КЗ, яка вимагає інтегрованих знань, дослідницького пошуку для її вирішення;
- практична, теоретична та пізнавальна значущість передбачуваних результатів;
- стимулювання самотійної (індивідуальна, парна, групова) діяльності студентів;
- структурування змістової частини проекту (із зазначенням поетапних результатів);

– використання дослідницьких методів (визначення проблеми, що впливають із неї завдань дослідження, висування гіпотези їх рішення; обговорення методів дослідження; оформлення кінцевих результатів; аналіз отриманих даних; підбиття підсумків, коректування, висновки).

Відзначимо, що вибір тематики проектів визначається викладачем з урахуванням навчальної ситуації, або самими студентами відповідно до тих завдань, які перед ними поставлені щодо формування КЗ.

У методологічному контексті робота над проектом складалася з чотирьох етапів:

– пошуковий етап (визначення цілей проекту, проведення організаційної роботи; формулювання проблеми; висування гіпотези);

– конструкторський етап (визначення напрямків роботи, формулювання практичних завдань; визначення способів пошуку основних джерел інформації для розробки проекту; визначення методів, які будуть використані; організація групи студентів (3 і більше МУФК), яка буде працювати над реалізацією проекту; розподіл завдань між усіма учасниками групи);

– технологічний етап (самостійна робота в групах, обмін інформацією; виконання запланованих технологічних операцій для практичної розробки проекту; поточний контроль якості; аналіз зібраної групами інформації, складання сценарію захисту проекту, який будується наступним чином: розробка проекту; захист своєї гіпотези; висновки, пояснення у вигляді таблиць, схем, малюнків і т. д.; відповіді на запитання);

– заключний етап (колективне обговорення, експертиза проекту, аналіз результатів виконання проекту; висновки).

У практичному аспекті виходили з тих міркувань, що проблемно-орієнтований проект, що базується «на міждисциплінарному підході та являє собою сумісну роботу студентів в групі по темі, яка була обрана групою згідно з інтересами її учасників і виконується самою групою під керівництвом викладача» [424, с. 118]. Тобто, в навчальному процесі

функціонують не два, а три суб'єкта: викладач/лектор, студент і викладач/керівник проекту. Основна ідея полягає у тому, що студент краще та наполегливіше оволодіє навчальним матеріалом тоді, коли розпочне з пошуку та постановки проблеми щодо КЗ, яка його дійсно цікавить. Під час роботи над проектом немає однозначних відповідей: «вірно», «не вірно»; студенти вирішують проблему, розглядаючи та обговорюючи різні варіанти, підходи, точки зору, і саме в сумісному науковому пошуку полягає основна ідея методу проектів під час формування КЗ у МУФК.

Відзначимо, що в результаті проектної діяльності студенти зможуть самостійно на основі власних спільних зусиль вирішити поставлену перед ними проблему, застосувати необхідні знання з різних галузей здоров'язбережувальних технологій та одержати реальний результат, який буде вагомим для підвищення рівня КЗ. Таким чином, в основі використання в освітньому процесі ЗВО проектної технології лежить розвиток пізнавальних навичок та умінь самостійно конструювати свої знання, які безпосередньо стосуються КЗ.

Науковий термін «інтерактивний» («inter» – це взаємний, «act» – діяти) – означає взаємодіяти, перебувати в режимі бесіди, діалогу з будь-ким. Вважаємо, що саме *інтерактивна технологія* активно формує у МУФК здатність мислити неординарно, бачити проблемну ситуацію, виходити з неї, обґрунтовувати свої позиції, узгоджувати свої життєві цінності. Ми підтримуємо думку Р. Гуревича [108, с. 31] стосовно того, що інтерактивне навчання дозволяє значно урізноманітнити досить однотипну форму пізнання навколишньої дійсності у ЗВО. Упровадження в неперервну професійну підготовку МУФК інтерактивних технологій розглядаємо у якості важливого чинника для підвищення якості формування КЗ. Її цілеспрямоване впровадження, насамперед, сприятиме приведенню професійної підготовки МУФК ОКР «бакалавр» та «магістр» у відповідність до сучасних правил і норм світового рівня. Як доводить О. Гомонюк, О. Онишко та В. Райко, «інтерактивне навчання – це спеціальна форма організації пізнавальної

активності, що має на меті створення комфортних умов навчання, за яких кожен студент має відчувати свою успішність та інтелектуальну спроможність» [86, с. 76].

Науковці Т. Вахрушева [54], Т. Дуткевич [140], С. Кашлев [189], М. Кларін [194], І. Мельничук [277], Н. Наволокова [143], Г. П'ятакова [402] одноставні у тому, що інтерактивне навчання служить вагомим джерелом навчально-пізнавальної діяльності, адже викладач під час його застосування не дає готових знань, а спонукає МУФК як учасників педагогічного процесу до самостійного пошуку інформації для самостійного вирішення поставлених проблеми. Як констатує В. Мельник, у діловій та освітній сфері нині фахівці використовують понад 2000 видів різноманітних інтеракцій [274, с. 16].

У найбільш загальному контексті, суть організації освітнього процесу на основі використання інтерактивних технологій полягає у тому, що професійна підготовка студентів відбувається, в основному, шляхом постійної, активної взаємодії всіх учасників. Вагомою особливістю під час інтерактивної технології є те, що педагог виконує функцію помічника у спілкуванні з студентами.

Інтерактивне навчання, як доводить О. Пометун [421, с. 7–9], передбачає організацію викладачем такого освітнього процесу, що базується на використанні певної системи інтерактивних засобів, передбачає паритетні міжособистісні стосунки викладача і студентів на основі багатосторонньої комунікації. Вважаємо, що під час застосування інтерактивних технологій цінним є те, що під час організації освітнього процесу відбуватиметься самостійне конструювання навчальної інформації, яку необхідно опанувати самими студентами відповідно до їхніх уявлень про процес формування КЗ.

Встановлено, що інтерактивні технології позитивно впливають на розвиток вміння співпрацювати, вступати в партнерське спілкування, створювати ситуацію успіху та творчої співпраці. Однією з основних умов інтеракції є робота в групах (парах, трійках). Інтерактивні технології, які доцільно використовувати у підготовці МУФК, охоплюють окремі

інтерактивні методи і прийоми, які стимулюють процес пізнання, а також умови й процедури, за допомогою яких можна досягнути запланованих результатів у процесі формування КЗ.

Нами було на практиці доведено, що за умови організації навчального заняття на основі інтерактивного навчання можна отримати якісні зміни в рівні сприйняття МУФК навчального матеріалу. Тобто, на основі використання інтерактивних технологій навчальний матеріал про КЗ студенти починають сприймати через особистісну призму власних переживань та емоцій. Як наслідок – уся теоретична інформація набуває особистісного сенсу, замість «вивчити» та «запам'ятати» студенти отримують реальну можливість «обдумати» та «застосувати». Як позитивний момент розцінюємо й той факт, що у переважній більшості МУФК спостерігається якісна зміна рівня оволодіння головними мисленнєвими операціями такими як: аналіз, синтез, узагальнення, абстрагування.

Використання в професійній підготовці МУФК інтерактивних технологій дозволяє компетентно відстоювати свою позицію щодо потенціалу КЗ у майбутній професійній діяльності та доцільності збереження та зміцнення власного здоров'я. На основі цих знань студенти зможуть аргументовано довести вагому роль у формуванні КЗ фізичного виховання.

На основі аналізу напрацювань В. Загвязінського [153] було виокремлено основні завданнями інтерактивної технології. До найбільш перспективних віднесено:

- ефективно засвоєння навчального матеріалу про КЗ;
- спонукання до вивчення когнітивної складової КЗ та активізація в студентів інтересу до освітньої діяльності;
- налагодження партнерської взаємодії між студентами, формування навичок роботи в команді, формування поваги до іншої точки зору, та розуміння права кожного на власну думку;
- стимулювання самостійного пошуку студентами шляхів і варіантів вирішення поставленого навчального завдання щодо вивчення теоретичних

та практичних аспектів формування КЗ (вибір одного із запропонованих варіантів, або знаходження власного варіанту рішення);

– формування життєвих і професійних навичок у формуванні здорового способу життя;

– вихід на рівень усвідомленої компетентності студента стосовно формування КЗ.

В основу класифікації інтерактивних технологій покладено напрацювання В. Мельника [274]. Так, автор пропонує класифікувати їх на три групи: 1) превентивні інтеракції (створення груп, розподіл ролей, консультація, репетиція); 2) імітаційні інтеракції (психодрама, соціодрама, інсценування, ділові та операційні ігри, диспут, «мозковий штурм», дебати, метапредметні, міжпредметні, внутрішньопредметні, тематичні обговорення тощо); 3) неімітаційні інтеракції (проблемна лекція, семінар, практикум, круглий стіл, конференція, вправління) [274, с. 17–18]. Серед усього спектру інтерактивних технологій найбільшою перспективою щодо формування КЗ МУФК, у нашому баченні, володіють інтерактивні ігри. Така наша позиція зумовлена тим, що саме інтерактивні ігри сприяють становленню творчої особистості студентів, формують уміння бачити проблеми, ухвалювати рішення, розвивають пізнавальний інтерес, мають сильний емоційний вплив, формують особистісні риси характеру, сприяють засвоєнню предметних знань та допомагають у формуванні умінь, навичок. З практичної точки зору найбільша цінність інтерактивних ігор полягає у тому, що вони формують різні сфери індивідуальності, а також створюють позитивне емоційне забарвлення для процесу формування належного рівня усіх компонентів КЗ.

При використанні інтерактивних технологій роль викладача змінюється, він перестає бути центральною особою, а починає регулювати освітній процес з формування КЗ. У практичному аспекті викладач займається загальною організацією, заздалегідь готує необхідні завдання і формулює теми для обговорення в групах, дає консультації, контролює час і порядок виконання завдань. Справжня інтерактивність на занятті вимагає від

викладача відійти від центрального місця на семінарському занятті та передати його студентів. Тобто застосування ігрових інтерактивних технологій перетворює студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) з об'єктів навчання в активних суб'єктів професійно спрямованої діяльності з формування КЗ. Такий стан речей спонукає МУФК до цілеспрямованої діяльності.

Вагомий акцент під час формування КЗ у МУФК було зроблено на *інформаційно-комунікаційну технологію*, яка безпосередньо пов'язана із створенням мультимедійних продуктів, у яких об'єднуються текстова, графічна, аудіо- та відеоінформація, анімація. У практичному сенсі ми виходили з тих міркувань, що найперспективнішим шляхом підвищення якості професійної підготовки МУФК в контексті формування КЗ є упровадження інформаційно-комунікаційних технологій. Саме ці технології нині стали одним із пріоритетних напрямів розвитку європейської освіти, що підтверджується нормативними й установчими документами, прийнятими країнами-учасниками Євросоюзу, як наприклад, Europe 2010 Strategy, The Lisbon Strategy and the Information Society, Education and Training 2020.

Поділяємо позицію І. Ратинської [442] у тому, що в умовах модернізації освіти у ЗВО знайшли широке застосування мультимедійні засоби навчання. «Мультимедіа – це ефективна інтерактивна технологія, що забезпечує роботу з нерухомими зображеннями, відео зображеннями, анімацією, текстом і звуковим рядом» [442, с. 118]. «Мультимедійні технології дозволяють зробити заняття більш простими для розуміння, оскільки на них можна демонструвати зміст навчальних дисциплін з різних сторін, показуючи їх в русі; можна використовувати додаткові інформаційні канали та ресурси; можна додати смислове, барвисте зображення, використовуючи відео, одночасно розповідаючи і показуючи, а у викладача з'являється можливість розширити обсяг інформації, що подається, урізноманітнити її [554, с. 225].

Нині, на думку науковців [399; 458; 525], саме мультимедіа-технології перетворили комп'ютер на повноцінного співрозмовника, що дозволило студентам не виходячи з навчальної аудиторії бути активними учасниками лекцій, брати участь у конференціях, діалогах. Як доводить О. Романишина мультимедіа «сприяє появі не тільки нового насиченого поля спілкування, передавання інформації, але й поля зародження нових розумінь, точок перетину, проблем і розв'язків, які отримали нове місце в сучасній культурі порівняно з традиційними та відомими засобами передавання інформації та засобами навчання» [449, с. 99]. Повністю поділяємо позицію А. Яновського у тому, що на даному етапі розвитку освітньої галузі надзвичайно важко навіть уявити «демонстрацію чогось чи навчання без мультимедійного супроводу – презентації» [570, с. 32]. Отже, необхідність використання інформаційних технологій на практиці найефективніше можна реалізувати за допомогою мультимедіа, що передбачають поєднання аудіо- і відео компонентів тексту, звуку й графіки. Відзначимо, що візуалізація елементів техніки й тактики, їхнє моделювання на основі використання мультимедійних засобів навчання суттєво полегшує розуміння та прискорює засвоєння навчального матеріалу, який безпосередньо стосується КЗ.

Можливість наочно продемонструвати складні для розуміння технічні елементи про КЗ, що успішно реалізуються з допомогою сучасних комп'ютерних технологій, дозволяє ширше використовувати такий ресурс індивідуалізації, як розвиток якісних інтуїтивних образних уявлень за допомогою реалізації «наочно-комп'ютерних» підходів. Тобто, у найбільш загальному розумінні, використання презентацій, які безпосередньо стосуються теоретичних аспектів формування КЗ, економить час і насичує освітній процес необхідною інформацією. У цьому контексті мультимедійні презентації розглядаються як зручний спосіб представлення інформації за допомогою комп'ютерних програм, що поєднує у собі динаміку, звук і зображення.

Розробляючи слайди до презентації до уваги брали поради Т. Гудсона-Еспі (Т. Goodson-Espy) [584], який наголошував, що вони мають відповідати конкретним дидактичним вимогам, а саме: бути науковими, відповідати принципу наочності й доступності, а також безпосередньо налагоджувати зв'язок з практикою. З практичної точки зору одним із засобів реалізації мультимедійних технологій є пакет підготовки презентацій PowerPoint, який призначений для наочного представлення демонстраційних матеріалів у вигляді конкретного набору практично орієнтованих слайдів.

У методологічному контексті організація презентацій передбачала використання техніки скрайбінгу («ефект паралельного проходження», коли одночасно можна і чути і бачити на екрані однакову інформацію, яка фіксується через аудіоряд). Під час розробки презентацій звертали увагу на два чинники. По перше, візуалізацію, яка передбачала використання малюнків, аудіо- та відеоряду; по-друге, застосування таймінгу, що базувалося на дотриманні хронометражу через уникнення суттєвого перевантаження презентації невагомими допоміжними графічними образами, які не стосувалися безпосередньо формуванню КЗ.

Зокрема, вважаємо за доцільне зробити акцент на використанні під час формування у МУФК належного рівня КЗ на системному використанні декількох видів скрайбінгів: 1) скрайбінг-фасилітацію (дублювання інформації та переробка інформації у презентації з вербальної у візуальну); 2) скрайбінг-презентацію (чіткий та системний супровід інформації конкретними схемами, таблицями та малюнками); 3) відеоскрайбінг (використання малюнків, схем, ілюстрацій у вигляді динамічного відеоряду). Причому зазначимо, що найбільшим ефектом у формуванні КЗ володіють саме скрайбінг-презентації.

У методологічній площині під час організації мультимедійного супроводу викладачеві доцільно враховувати особливості сприйняття інформації з екрану комп'ютера (освітлення екрану, рівень звуку та ін.), а також підтримувати єдиний стиль представлення інформації (одна кольорова

гама, техніки та ефекти). Отже, з практичної точки зору, ми прагнули, щоб кожна розроблена презентація, яка стосувалася КЗ, містила не менше, ніж 25 мультимедійних слайдів, які безпосередньо охоплювали текст, малюнки, картинки, діаграми, гіперпосилання. Вагомим було й те, що до кожного об'єкта ми задавали (за потреби) конкретні ефекти анімації.

Доволі інформативним був і той момент, що на основі використання безкоштовного сайту GoAnimate викладачі, що залучені до експериментального дослідження, а також МУФК мали змогу самостійно перетворювати розроблені презентації та фільм. Презентації дали змогу викладачам більш ґрунтовно пояснити зміст теми на лекційному занятті, дозволили поглибити теоретичний рівень знань та суттєво розширити кругозір студентів щодо вагомості формування КЗ для реалізації професійної діяльності.

На основі порад фахівців [373; 592; 594], ми залучали студентів до створення власних цифрових оповідей, які дозволяли узагальнювати теоретичний матеріал заняття чи теми, а також давали можливість студентам ілюструвати власне розуміння того, наскільки теоретична інформація про КЗ є придатною до застосування у професійній діяльності МУФК. Таким чином, на основі мультимедійних презентацій студенти отримували реальну можливість творчо представити свої ідеї на основі привабливого способу.

Отже, активне використання мультимедійних презентацій у формуванні КЗ МУФК дають можливість суттєво вдосконалити сприймання студентами теоретичної інформації про потенціал КЗ та роблять її більш простою для розуміння, оскільки можна демонструвати зміст з різних сторін, показуючи їх в русі, є реальна можливість використання додаткових інформаційних каналів. Вважаємо, що на основі мультимедійної презентації можна суттєво посилити смислове розуміння, використовуючи відео, та при цьому одночасно і розповідати і показувати слайди. Саме під час систематичного використання мультимедійних презентацій виникає реальна

можливість суттєво розширити кругозір студентів та при цьому креативно урізноманітнити інформацію про КЗ.

У нашому баченні мультимедійні технології під час лекцій санкціонують перетворення комп'ютерів на повноцінних помічників, а також дозволять МУФК, не виходячи з навчальної аудиторії, бути реально присутніми на лекціях видатних вчених, брати участь у конференціях. Вважаємо, що за умови незначної кількості аудиторного часу, який використовується під час мультимедійного супроводу презентацій можна суттєво розширити діапазон знань МУФК про КЗ, а також зробити інформацію цікавою.

З'ясовано, що вагомим потенціалом у формуванні КЗ володіє *тренінгова технологія*, яка представляє собою особливим чином організовану взаємодію усіх членів малої групи, у якій здійснюється вплив, спрямований на розвиток компетентності у певному виді діяльності (у нашому випадку формування КЗ). Було встановлено, що під час проведення тренінгу відбувається поєднання декількох інноваційних методик (дискусія, ділова гра, рольові й творчі ігри), які сприяють розвитку в учасників тренінгу професійної компетентності в галузі КЗ. На основі аналізу дослідження І. Вачкова [55] встановлено, що доволі широко у практиці тренінгової роботи застосовуються такі методи як мозковий штурм, методи синектики, асоціацій, ключових питань та ін.

Систематичне використання тренінгів під час професійної підготовки МУФК нині є не досить популярним, хоча й володіє суттєвим позитивом. Так тренінгові технології дозволяють поглибити такі поведінкові реакції, як усвідомлення своїх власних мотивів, поглиблення відповідальності за самого себе, прийняття себе таким яким є на даний момент та здійснити реальну спробу перевести зовнішню мотивацію щодо вдосконалення когнітивної та конативної складової КЗ у внутрішню.

Зокрема, включаючи інтерактивний тренінг в освітній процес професійної підготовки МУФК викладачі отримують змогу кардинально

змінити свою професійну роль, тобто – вони стають фасилітаторами, помічниками студентів і активно супроводжують студентів на шляху особистісного зростання та допомагають їм поглибити отримані теоретичні знання і вдосконалити практичні уміння і навички з КЗ.

У практичному аспекті брали до уваги поради Л. Галіциної [176, с. 14] про те, що перед викладачем постає завдання так організувати діяльність студентів, щоб було досягнуто найважливіші цілі особистісного зростання під час проведення тренінгу. Адже саме в ігровій ситуації студенти можуть повною мірою проявити свої творчі та інтелектуальні здібності, поглянути на себе з іншого боку, відчуті колективний дух та навчитися вирішувати різноманітні завдання, які безпосередньо пов'язані із потенціалом КЗ, разом із командою своїх одногрупників. Тобто, найбільша цінність тренінгу полягає у тому, що студенти отримали змогу виконувати тренінгові вправи, «адаптовані до майбутньої професійної діяльності, під керівництвом викладача-тренера на основі спеціально підготовлених інструктивно-методичних матеріалів відповідно до сучасними вимогами професійної діяльності» [43, с. 15].

Як доводить у дисертаційному дослідженні О. Сопотницька тренінгові технології у професійній підготовці МУФК володіють вагомим потенціалом «для розвитку умінь і навичок групової роботи, розвитку компетентності в спілкуванні, вдосконалення якостей, властивостей, навичок, здібностей та установок, які виявляються у спілкуванні» [491, с. 109]. На вагомості тренінгових технологій у розвитку КЗ студентів в освітньому середовищі ЗВО наголошує І. Авдєєнко [2]. Зокрема, науковець аргументовано доводить, що у «вирішенні завдання оволодіння студентами способами організації здоров'язберезувальної діяльності тренінгові технології зробити цей процес цікавим, зберегли зосередженість уваги учасників і домогтися засвоєння нової інформації» [2, с. 156]. Таку ж позицію відстоює С. Нікіфорова [382], яка переконана у тому, що тренінг спрямований на моделювання і обґрунтування професійних ситуацій, а також тренінг передбачає

формування навичок здоров'язбережувальної поведінки студентів у нестандартних ситуаціях, які можуть виникати під час реалізації професійних функцій МУФК.

Майбутня професійна діяльність учителя фізичної культури, яка змодельована у процесі тренінгу дає студентам максимальні потенційні можливості одночасного і найбільш повного задоволення базових потреб щодо формування КЗ. А саме, у безпечній ігровій ситуації, учасники тренінгу мають змогу впевнитися у власних переконаннях щодо вибору власної траєкторії формування КЗ, визначилися у власних моральних принципах і переконаннях щодо доцільності ведення здорового способу життя та перевірити потенціал здоров'язберігаючих технологій під час організації ФВ. Усі це допомагає МУФК змінити свою життєву позицію та суттєво вдосконалити власний рівень КЗ. Робота викладачів під час організації та проведення тренінгів, має бути організованою таким чином, щоб допомогти студентам у формуванні бажання навчитися глибоко рефлексувати над власною діяльністю щодо формування КЗ, кардинально, або лише частково змінити своє ставлення до потреби зміцнення та збереження здоров'я, навчитися аналізувати свої уявлення про сутність і зміст своєї майбутньої професійної діяльності у зазначеному контексті.

У підсумку наголосимо, що сучасний стан розвитку вищої освіти в Україні вимагає від викладацького складу творчого підходу до організації освітнього процесу, а також потребує внесення певної новизни, яка спричиняє формування креативної особистості, здатної до активної діяльності в сфері збереження та зміцнення здоров'я. У формуванні конкурентоспроможного фахівця, здатного втілювати інноваційні складники КЗ у свою майбутню професійну діяльність під час організації ФВ, вагому роль посідають упровадження інноваційних педагогічних технологій. Під час організації педагогічного процесу, спрямованого на формування належного рівня КЗ у МУФК, необхідно переосмислити зміст професійної підготовки. У цьому контексті необхідно суттєво вдосконалити конкретні форми та методи

організації освітнього процесу та створити відповідну навчально-матеріальну базу для впровадження інноваційних педагогічних технологій.

Отже, можемо з відповідальністю констатувати той факт, що нині, як ніколи раніше, МУФК повинні бути орієнтовані на забезпечення здоров'я та формування належного рівня КЗ. Формування вчителя-новатора, що уміє належним чином організовувати ФВ, повинно відбуватись із впровадженням педагогічних інновацій, які впливатимуть на розвиток професійного ставлення до теоретичних та практичних проблем, пов'язаних із формуванням КЗ. У контексті неперервної професійної підготовки студентів на факультетах фізичного виховання, притримуємося позиції про те, що впровадження інноваційних педагогічних технологій дасть змогу суттєво вдосконалити рівень КЗ МУФК.

Зауважимо, що в процесі формування КЗ слід надавати перевагу методам та формам, що мають творчий та дослідницький характер та спрямовані на вдосконалення теоретичної, методичної й особистісно-професійної підготовки студентів. Актуальним вважаємо запровадження *проектної, інтерактивної, інформаційно-комунікаційної та тренінгової технологій*, що дозволяють ефективно реалізувати поставлені завдання на основі суб'єкт-суб'єктної взаємодії студентів та викладачів під час формування КЗ.

4.3 Практичні методи і прийоми формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Майбутній учитель, що буде займатися організацією ФВ дітей та молоді повинен ще зі студентської лави знати як зберегти та зміцнити власне здоров'я, сформувати у себе належний рівень КЗ та навчати цьому своїх вихованців. На сучасному етапі, за словами Н. Степчук та Л. Ляховець, «основним завданням ФВ є збереження і розвиток інтелектуального та

фізичного потенціалу нації, що вимагає виховання повноцінної, гармонійно розвиненої, фізично і психічно здорової особистості» [497, с. 184]. Наведемо деякі аргументи фахівців. Зокрема, як доводить О. Міхеєнко саме здоров'я та висока культура його сформованості є «критерієм і запорукою благополуччя суспільства» [290, с. 6]. За баченням О. Горбенка [90] здоровий спосіб життя можна розглядати у якості основи гармонійного розвитку студентської молоді. У контексті наведених вище аргументів зазначимо, що у майбутніх фахівців, які здобувають фах учителя фізичної культури, повинен бути сформований високий рівень КЗ. Вагому роль у цьому процесі відіграє системна діяльність, яка безпосередньо базується на продуманому організаційному блоці, основою якого є конкретні методи та прийоми, які доцільно використовувати викладачам під час формування КЗ.

Проте необхідно констатувати, що ще й нині доводиться зустрічатися із використанням застарілих методів під час організації професійної підготовки студентів, які, в основному, орієнтовані лише на розвиток фізичних та рухових умінь і навичок, а освітній процес, доволі часто, зосереджений на використанні централізованого контролю над освітніми ресурсами. Наслідком є те, що формуванню КЗ у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) на основі інноваційних методів та прийомів приділяється незначна увага. З огляду на це, викладацький корпус має докладати зусилля для того, щоб суттєво змінити даний стан речей. Отже, доцільно зосередити більш ґрунтовнішу увагу на аналізі найперспективніших методів у формуванні КЗ у МУФК.

У навчальному підручнику з фізичної культури під авторством Б. Шияна [561], *методи* декларуються як форми взаємної практичної діяльності студентів та викладачів, що спрямовані на вирішення оздоровчих, освітніх та навчально-виховних завдань, з використанням засобів фізичної культури і спорту. Метод, як наголошує Ю. Васьков [53], – це багатоаспектне явище, що визначає: оптимальний шлях досягнення поставленої педагогічної мети; реальний спосіб сумісної діяльності, за допомогою якого досягається

виконання поставлених завдань; певний спосіб застосування будь-яких засобів із відомою, заздалегідь визначеною метою; сукупність прийомів і правил діяльності педагога, що застосовується для вирішення певного кола завдань; активну форму засвоєння навчального матеріалу; певним чином упорядковану та структуровану діяльність, що охоплює систему цілеспрямованих дій, що приводять до результату, відповідного визначеній меті [53, с. 40–42].

Прийоми розуміємо як практичні шляхи реалізації методів у конкретно обумовлених ситуаціях організації освітнього процесу у ЗВО. Під час професійної підготовки МУФК у контексті формування КЗ використовують різні групи методів, як традиційні, так і інноваційні (рис. 4.2).



Рис. 4.2 Класифікація методів, що використовуються під час формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури

У нашому баченні існуюча система професійної підготовки студентів потребує більш виваженого підходу до запровадження інновацій, які б були зосереджені на інтенсифікацію процесу формування у МУФК належного рівня КЗ. У цьому контексті сповна підтримуємо думку Т. Андріанова [11] стосовно того, що діяльність, яка стосується формування КЗ повинна бути системною та педагогічно виваженою та має бути спрямована на використання педагогічних інновацій.

Позицію щодо доцільності впровадження інновацій у професійну підготовку МУФК декларують Н. Москаленко [371], В. Сініговець [473], Л. Цюпак [546] та ін. Науковці переконані у тому, що нині вкрай необхідно

є цілеспрямована система практично спрямованої діяльності, яка реалізується під час професійної підготовки у ЗВО та спрямована на досягнення успіхів у вигляді конкретних результатів освітньої діяльності у ЗВО.

Під *інноваційними методами* розуміємо усі види діяльності, які вимагають творчого підходу до організації професійної підготовки МУФК й забезпечують належний рівень розкриття кожного студента та спрямовані на формування максимального для кожного рівня КЗ. Важливою методичною площиною оновлення процесу формування КЗ МУФК є активне використання в освітньому процесі ЗВО поряд із традиційними методами, інноваційних *методів*. Інноваційні методи дозволять повною мірою забезпечити підвищення внутрішньої мотивації, сприятимуть побудові нових відносин між викладачами і студентами, а також базуватимуться на застосуванні інноваційних технологій (*проектній, інтерактивній, інформаційній, тренінговій*). У нашому випадку до таких інноваційних методів, у першу чергу, відносимо метод проектів, презентації, дидактичні ігри, тренінгові методи творчі завдання, дискусії, проблемні ситуації, імітаційне моделювання.

У практичному аспекті ми розробили алгоритм поєднання традиційних та інноваційних методів, які доцільно використовувати під час формування КЗ у МУФК. Зокрема такий алгоритм охоплював такі етапи:

1) перед початком вивчення кожного нового навчального предмета необхідно ознайомлювати студентів із системою організації навчально-пізнавальної діяльності, на основі якої буде організовуватися освітній процес, варто обов'язково вказати особливості, якими володіє кожна конкретна дисципліна;

2) чітко розподілити тему, що пропонується для вивчення на окремі логічно завершені блоки (модулі);

3) виділяти головні елементи, що будуть пропонуватися для вивчення (виділити основні поняття, теоретичні знання, практичні навички з кожного блоку (модуля));

4) конкретизувати та стандартизувати вимоги до знань студентів, сформулювали вимоги до практичних вмінь, якими опанувати студенти;

5) визначали перелік теоретичних та практичних завдань, що їх повинні виконати студенти, відповідно до кожного рівня засвоєння знань; окреслити вимоги до практичної спрямованості завдань для організації самостійної роботи;

б) повідомляли студентів про форми та періодичність контролю, який буде використовуватися в процесі навчання;

7) після вивчення теми аналізували роботу студентів, рівень виконання контрольних завдань (використовуючи принцип індивідуальності), оцінювати якість роботи, робити логічні підсумки та узагальнювати досягнення і аналізувати ті прогалини, які необхідно усунути під час самостійної роботи.

На рис. 4.3 зображено узагальнене авторське бачення практичних шляхів впровадження інноваційних методів у професійну підготовку майбутніх учительських кадрів під час формування КЗ.

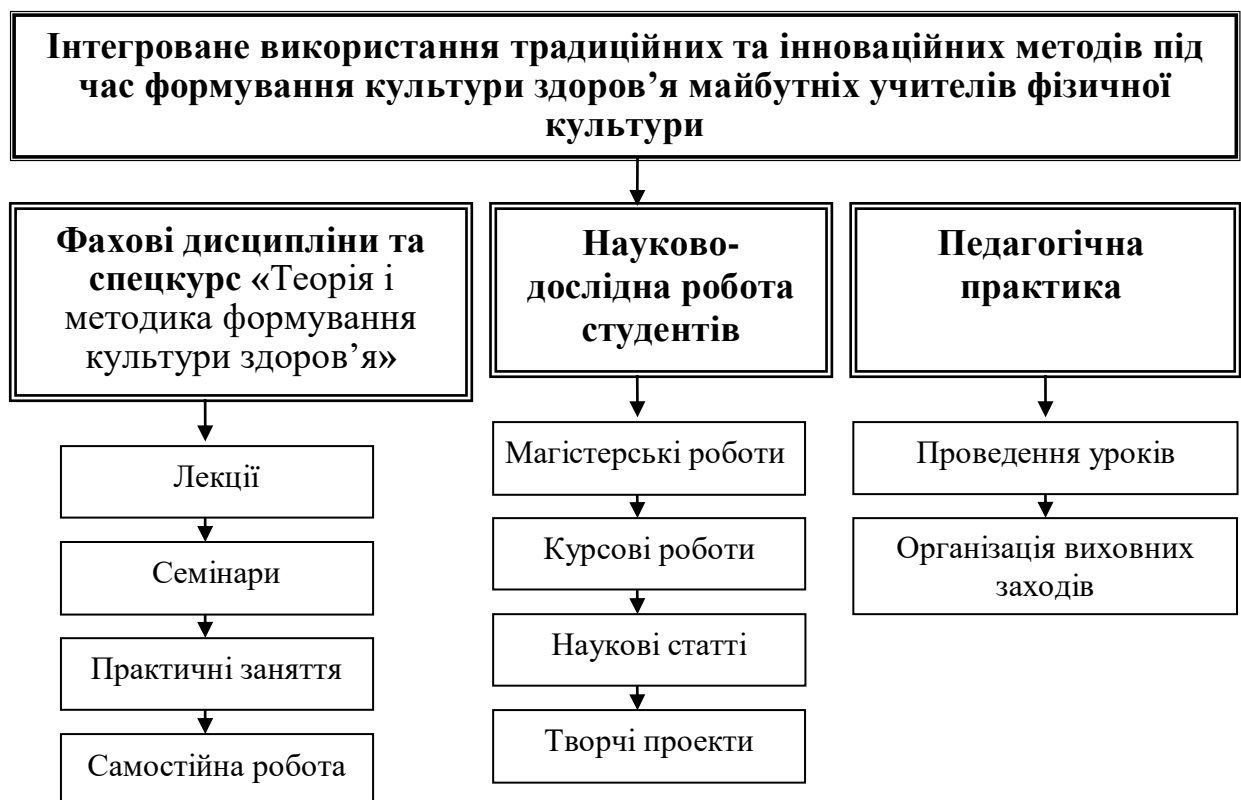


Рис. 4.3 Практичні шляхи впровадження інноваційних методів у формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Отже, як видно із рис. 4.3 інтегроване впровадження інноваційних методів у процесі формування КЗ у МУФК, насамперед, базується внесенні змін під час вивчення фахових дисциплін та організації науково-дослідної роботи. У дослідженні було проведено системне вивчення навчальних планів з напрямку підготовки 014.11 «Середня освіта (фізичне виховання)» у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича, яке дало змогу виокремити конкретний спектр профілюючих фахових дисциплін, які безпосередньо охоплювали інформацію у сфері формування КЗ.

У практичному аспекті виокремлено дисципліни, у яких представлено тематичний матеріал, що стосується КЗ (табл. 4.2).

Таблиця 4.2

Навчальні дисципліни, що містять тематичний блок з культури здоров'я

ОКР	Дисципліна	Перелік основних навчальних тем
Бакалаврат	<i>Вступ до спеціальності</i> (1 семестр, 3 кредити)	Фізична культура і спорт як суспільне явище; Фізична культура як фундаментальна складова загальної культури; Оздоровче і прикладне значення занять фізичною культурою і спортом; Нетрадиційні системи зміцнення здоров'я і фізичного удосконалення Основні термінологічні поняття галузі фізична культура Особливості професійної діяльності вчителя фізичної культури. Сфера професійної діяльності тренера-викладача та фахівця з оздоровчої фізичної культури
	<i>Теорія методика фізичного виховання школярів</i> (4, 5 семестри, 9 кредитів)	Здоровий спосіб життя школярів Вчитель фізичної культури організатор розумного способу життя Педагогічні функції уміння та техніки вчителя фізичної культури Педагогічна майстерність та техніка вчителя Просвітницька діяльність у системі фізичного виховання школярів Фізичне виховання за місцем проживання Організація фізичної культури в таборах відпочинку Роль педагогічного колективу у розв'язанні завдань фізичного виховання учнів Позакласні заняття фізичними вправами

<p><i>Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення</i> (6 семестр, 6 кредитів)</p>	<p>Теоретико-методичні основи фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку Основи фізичного виховання учнів середнього шкільного віку Теоретичні основи фізичного виховання учнів старшого шкільного віку Організаційні форми занять фізичного виховання серед студентів ВНЗ Організація масової фізичної культури за місцем проживанням Організація фізичного виховання у виробничій сфері Виховання особистісних якостей в процесі фізичного виховання</p>
<p><i>Загальна теорія здоров'я</i> (7 семестр, 4 кредити)</p>	<p>Історія розвитку вчення про здоров'я; Функціональна діагностика рівня фізичного стану здоров'я у валеології; Вплив харчування на здоров'я людини; Здоров'язберігаючі технології навчання; Вплив рухової активності на здоров'я дитини; Психічне здоров'я індивіда як складова досконалого здоров'я; Духовні основи здоров'я</p>
<p><i>Основи здорового способу життя</i> (8 семестр, 4 кредити)</p>	<p>Поняття про здоровий спосіб життя; Здоровий спосіб життя та його компоненти; Використання засобів оздоровлення та формування здорового способу життя дітей та підлітків; Показники здорового способу життя, можливості його реалізації та засобів впливу на його формування; Здоров'я та довголіття; Законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя</p>
<p><i>Методика викладання предмету Основи здоров'я</i> (8 семестр, 6 кредитів)</p>	<p>Методологічні засади методики навчання основ здоров'я Умови ефективної реалізації валеологічної освіти Організація та проведення позакласних заходів спрямованих на формування навичок здорового способу життя Інноваційні та акмеологічні технології в освіті та здоров'я Методи та технології організації навчання основам здоров'я</p>

Магістратура	<i>Професійна майстерність викладача фізичної культури</i> (1 семестр, 4 кредити,)	Професійний розвиток та професійне становлення майбутнього вчителя фізичної культури як психолого-педагогічна проблема Мета та зміст системи професійного розвитку майбутнього вчителя фізичної культури в умовах інформаційно-освітнього процесу Технології навчання як компонент системи професійного розвитку майбутнього вчителя фізичної культури Роль самовиховання в підвищенні професійної майстерності вчителя фізичної культури
	<i>Інноваційні технології у фізичній культурі</i> (2 семестр, 3 кредити)	Організація оздоровчої фізичної культури у різних сферах суспільства Оздоровчі технології фізичного розвитку особистості Особливості методики використання східних та нетрадиційних систем оздоровлення Новітні технології в фізкультурно-оздоровчій роботі зі школярами та студентами Особливості професійної діяльності фахівця з оздоровчої фізичної культури
	<i>Наукові засади здорового способу життя</i> (3 семестр, 3 кредити)	Формування здорового способу життя Рухова активність та здоров'я Законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя Основи здорового способу життя дітей та підлітків Основи здорового способу життя студентської молоді та дорослого населення Поняття про моніторинг здоров'я та його методи
	<i>Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні</i> (3 семестр, 4 кредити)	Історія виникнення спортивно-масової і фізкультурно-оздоровчої роботи; Заняття у групах здоров'я; Фізкультурно-оздоровча робота у спортивно-оздоровчих таборах; Сутність фізкультурно-оздоровчої роботи за місцем проживання та в місцях відпочинку населення; Діяльність культурно-спортивних комплексів (КСК)
	<i>Основи оздоровчого харчування</i> (3 семестр, 3 кредити,)	Роль харчування у збереженні здоров'я людини Особливості харчування для забезпечення фізичного та психічного здоров'я людини Особливості харчування школярів в режимі навчального дня Значення лікувально-дієтичного харчування у відновленні здоров'я

	<p><i>Методика фізкультурно-оздоровчої роботи</i> (3 семестр; 4 кредити)</p>	<p>Оздоровче та практичне значення занять фізичними вправами на формування фізичної культури молоді Фізкультурно-оздоровчої роботи в навчальних закладах освіти Організація оздоровчо-рекреаційної рухової активності школярів Роль оздоровчо-рекреаційної рухової активності у збереженні і зміцненні здоров'я людини</p>
	<p><i>Спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я»</i> (3 семестр, 3 кредити)</p>	<p>Феномен культури здоров'я особистості Поняття «здоров'я» та його види Внутрішні та зовнішні чинники визначення рівня здоров'я людини Валеологічний моніторинг здоров'я людини Компоненти культури здоров'я та процес її формування Технологія формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури Особливості ведення здорового способу життя Практичні аспекти формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури</p>

З методичної точки зору під час формування у МУФК належного рівня КЗ вважаємо за доцільне зробити головний акцент на зміни у наукових підходах до організації *лекцій* – як найважливіших форм організації освітнього процесу під час вивчення фахових дисциплін, що представлені у табл. 4.2. Ми виходили з тих міркувань, що лекційні заняття сприяють активізації пізнавальної діяльності студентів, розширюють їх кругозір та в основному формують показники мотиваційно-ціннісного і інформаційно-пізнавального компоненту КЗ. Визначальний акцент під час читання лекційного матеріалу необхідно зробити на використанні *інтерактивних та проблемних методів*, а також на впровадженні таких інноваційних *прийомів* як «мозкового штурму», імітаційного моделювання, «створення ситуації успіху», «заздалегідь запланованих помилок» та ін.

Констатуємо, що в сучасному освітньому просторі ЗВО вагомим потенціалом у формуванні як рефлексивно-оцінювального, так і організаційно-діяльнісного та особистісно-емоційного компонентів КЗ

володіють *семінари* та *практичні* заняття, які доцільно організовувати, використовуючи *дискусії* та *ігри*.

У практичному аспекті під час організації дискусій слід підтримувати вільний обмін думками, що спонукатиме МУФК до активної пізнавальної діяльності та особистісного розвитку. Під час організації ігрової діяльності МУФК було визначено певні *правила*. По-перше, вибір інтерактивної гри для конкретного заняття здійснювався відповідно до навчальних та розвивальних цілей кожного конкретного заняття. По-друге, проектування ігрових моментів спрямовувалося на посилення професійної мотивації в сфері КЗ. По-третє, здійснювалося активне використання таких форми впливу на студентів, які базувалися на порадах та проханнях. По-четверте, результати ігрових дій чітко фіксувалися, а оцінювання проводилося з урахуванням досягнення поставленої мети та реалізації конкретних завдань.

Як показав наш власний досвід, використання мультимедійних проєкторів, комп'ютерів, ноутбуків, інтерактивних дощок, мультимедійних екранів дозволяє зробити семінар чи практичне заняття яскравим, цікавим і дієвим, тому що не тільки викладач, а й студенти можуть використовувати електронні носії, завантажувати і роздруковувати тексти, які допомагають в опануванні теоретичного матеріалу. Розробка спеціальних *мультимедійних презентацій* спортивної тематики, які демонструвалися як під час лекцій, так і під час семінарів дозволили МУФК візуально сприйняти вагомість інформації та сформуванню адекватний підхід до дотримання здорового способу життя та підвищити рівень КЗ. Зокрема під час проведення лекцій, семінарів та практичних занять студентам доцільно запропонувати переглянути відеоінформацію, яка б містила елементи анімації та демонструвала основні змістові складники КЗ, аргументувала потенціал здоров'я у професійній діяльності учителів фізично культури, висвітлювала основні підходи до проблеми його збереження та зміцнення, зосереджувала увагу на методах та засобах активізації творчого мислення.

Констатуємо, що практичні заняття варто доповнювати елементами *тренінгових* методик. Так, на основі опрацювання тренінгових методик, які пропонують науковці-педагоги [55; 278; 279; 470; 590], а також фахівці з фізичного виховання [28; 382; 492] було обрано комплекс практичних вправ та завдань, які максимально повно впливали на формування у студентів КЗ.

Для забезпечення ефективності освітнього процесу професійної підготовки студентів, як стверджує О. Гулай [103], крім тематики рефератів та ІНДЗ, навчально-методичний комплекс дисципліни має містити методичні рекомендації для *самостійної* роботи студентів, які мають охоплювати теоретичні пояснення, приклади розв'язання практичних завдань, завдання для самоперевірки (тести, питання, задачі), довідкові матеріали для самостійної роботи [103, с. 7].

Під час організації *науково-дослідної роботи* (виконання магістерських і курсових робіт, а також написання статей і тез у студентські наукові вісники) МУФК пропонувалися теми, які безпосередньо стосуються КЗ та теоретико-практичних механізмів її формування на основі засобів ФВ. У ході організації науково-дослідної роботи вважаємо за необхідне використовували інноваційні *проектні* методи, які передбачають розробку дослідницьких, творчих, інформаційних та практико-зорієнтованих видів проектів. Зокрема, студенти розподіляються на групи по 2-8 осіб. Викладачі виступають перед студентами з презентаціями запропонованих тем в сфері КЗ. Група консолідує обирає тему (проблему), яка є актуальною в контексті формування КЗ та представляє цінність для професійної діяльності МУФК, може зацікавити студентів під час подальшої професійної кар'єри. У процесі практичної діяльності може виникати потреба у деякій видозміні теми проекту. Термін виконання одного проекту – один семестр. На основі порад Н. Мітіної [287] до основних критеріїв оцінки проекту ми відносили: по-перше, значущість і актуальність висунутих проблем для формування КЗ; по-друге, глибина проникнення в проблему, залучення для її вирішення знань з різних галузей (використання між предметної інтеграції); по-третє, повнота,

змістовність проекту; актуальність та перспективність проекту для реалізації МУФК у майбутній професійній діяльності.

Добір методів та прийомів, які будемо використовувати під час професійної підготовки МУФК у ЗВО у контексті формування у них належного рівня КЗ залежить, насамперед, від рівня засвоєння теоретичної бази знань. Так, В. Биков [34] стверджує, що мета початково-понятійного рівня засвоєння елементів бази знань – вміти назвати, вибрати, виявити, визначити терміни, поняття, факти, символи. Реалізація означеної мети здійснюється через лекції, пояснення педагога з використанням пояснювального та ілюстративного методів та проблемного викладу, методи контролю передбачають тести I та II рівнів складності. Тоді як мета творчого рівня передбачає складніші завдання (запропонувати, класифікувати, змодельовати, реорганізувати, захистити, обґрунтувати, скомбінувати, спланувати), що базуються на проведенні дискусій, конференцій, семінарів, практичних занять, управлінських ігор, аналіз конкретних ситуацій. Щодо форм та методів контролю, то автор пропонує тести III рівня, науково-практичні письмові роботи дослідницького характеру та публічний захист проектів [34, с. 222].

Погоджуємося із Г. Фалик [524] у тому, що ефективність формування КЗ студентської молоді безпосередньо залежить від активного впровадження конкретних організаційно-педагогічних *прийомів*. У нашому баченні рівень КЗ у МУФК можна підвищити на основі проведення круглих столів і диспутів з фахівцями медиками; організації студентських та викладацьких спортивних чемпіонатів; організації інформування студентів про сучасні проблеми здорового способу життя, запобігання адиктивним звичкам; друкування університетських газет, розробку Інтернет-порталів; систематичне проведення науково-практичних конференцій, тематичних презентацій, конкурсів; організації тренінгів для студентів, які стосуються проблематики формування КЗ.

Таким чином, під час вивчення навчальних дисциплін, які мають безпосереднє спрямування на формування у МУФК належного рівня КЗ необхідно використовувати як традиційні, так і інноваційні методи та прийоми, які суттєво розширяють кругозір майбутніх фахівців та сформують усі компоненти КЗ.

Висновки до четвертого розділу

1. Встановлено, що серед усього спектру педагогічних умов доцільно віддати перевагу організаційно-педагогічним умовам, які розуміємо як додаткові чинники, що впливають на освітній процес, удосконалюючи методи, форми та засоби професійної підготовки, поліпшують характер взаємин між усіма суб'єктами та мають позитивний вплив на формування КЗ МУФК. У практичному сенсі, організаційно-педагогічні умови забезпечать ефективну реалізацію потреби у вдосконаленні усіх компонентів КЗ та спрямовані на покращання практичних дій у процесі неперервної професійної підготовки. Визначено такі умови: 1) забезпечення мотивації ціннісного ставлення до КЗ; 2) використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування КЗ; 3) збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу; 4) створення та розвиток здоров'язберігаючого середовища у навчальному закладі; 5) стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку КЗ.

2. Розроблено практичні механізми впровадження організаційно-педагогічних умов в освітній процес ЗВО, які готують МУФК. Так, для підвищення мотивації ціннісного ставлення до КЗ здійснено розробку програми розвитку ціннісного ставлення до КЗ у МУФК, що складалася з діагностичного, змістового та практичного етапів, включала чітко сформульовані цілі практичної роботи і творчі мотиваційні завдання.

З метою міждисциплінарної інтеграції знань про КЗ проведено зближення суміжних дисциплін, за рахунок їх конвергентності, проведено інтеграцію загальнообов'язкових екзаменаційних і залікових дисциплін у бакалавраті та дисциплін професійної та практичної підготовки у бакалавраті та магістратурі. На засадах міждисциплінарної інтеграції узгоджено програми викладання дисциплін з метою уникнення повторів та удосконалено методичне забезпечення.

Збагачення практичного досвіду формування КЗ відбувалося шляхом розробки тренінгу (10 занять) на тему: «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова діяльності учителя фізичної культури». Головна мета тренінгу – розширення теоретичної бази знань та надання студентам достовірної інформації про здоров'я, КЗ, здоровий спосіб життя та потребу у здоров'язберігаючих технологіях у професійній діяльності. Під час тренінгу впроваджено ідеї проблемності, колективної діяльності та діалогічності.

Головними пріоритетами у формуванні здоров'язберігаючого освітнього середовища вважаємо організацію умов для самореалізації студентів у різних видах освітньої та професійної діяльності під час формування КЗ, засвоєння способів використання знань на практиці, для розв'язання проблем,. Розкрито та враховано чотири стадії (початкова, терпимості, акомодатції, асиміляції) впливу середовища на студентів.

Стимулювання рефлексивної діяльності в контексті формування КЗ пропонуємо на основі використання активних форм і методів навчання, реалізації проблемно-творчих та дослідницьких проєктів, що забезпечують студентам самореалізацію в пізнавальній діяльності, свідоме включення в пізнавальний процес, стимулювання, прагнення до творчого саморозвитку і самовираження, реалізацію суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

3. Вважаємо, що інноваційні технології у формуванні КЗ – це не лише авторські ідеї, підходи, технологічні методи, які досі не використовувались, а й комплекс елементів, або окремі елементи з прогресивними засадами, що дають змогу ефективно забезпечувати розвиток і саморозвиток МУФК з

належним рівнем КЗ. Ці технології забезпечують надійний «фундамент», з якого розпочнеться оволодіння новим освітнім простором в галузі формування КЗ. Серед значної кількості інноваційних педагогічних технологій виокремлено проектну, інтерактивну, інформаційно-комунікаційну, тренінгову, які активно впроваджувалися під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: «Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я»» – у бакалавраті та «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я» – у магістратурі.

4. Під інноваційними методами розуміємо усі види діяльності, які вимагають творчого підходу й забезпечують належний рівень розкриття кожного студента та спрямовані на формування максимального для кожного рівня КЗ. З'ясовано, що інноваційні методи забезпечують підвищення мотивації, сприяють побудові нових відносин між викладачами і студентами та базуються на застосуванні інноваційних технологій (проективній, інтерактивній, інформаційній, тренінговій). Серед прийомів, що позитивно впливають на формування КЗ у МУФК виокремлено: мозковий штурм, імітаційне моделювання, створення ситуації успіху, розв'язування заздалегідь запланованих помилок, дискусії, ігри, проблемні ситуації, мультимедійні презентації, проектування, тренінгові впрви.

Основні результати розділу відображено в наукових працях автора: [300; 306; 309; 320; 321; 324; 334; 340; 349; 362; 367].

РОЗДІЛ 5

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ СИСТЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

5.1 Стан сформованості культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

З метою вивчення стану сформованості КЗ у МУФК на констатувальному етапі експериментального дослідження було прийняте рішення про доцільність проведення комплексного моніторингу, який би дозволив встановити стан сформованості усіх показників. Насамперед, ми виходили з тих міркувань, що моніторинг виступає засобом, що дозволяє комплексно з'ясувати реальність професійної підготовки студентів у конкретному напрямку. Моніторинг є, на думку В. Приходько [430], інтегральним джерелом реалізації прогностичної, інформаційної, аналітичної, колекційної та управлінської функцій, а також виступає ефективним інструментом управління якістю освітнього процесу у ЗВО. Погоджуємося із висновком Л. Ярощук у тому, що завдяки «спеціальному інструментарію, що передбачає моніторингове дослідження можна виміряти та оцінити якісні характеристики, притаманні людині» [571, с. 14]. Грамотно організований моніторинг розглядається як «система збору, зберігання, обробки та поширення інформації про діяльність освітньої системи, яка забезпечує систематичне відстеження її стану, прогнозування розвитку й проектування заходів щодо її вдосконалення виступає» [141, с. 12].

Як доводить В. Мозальов «освітній моніторинг – це система збору, обробки, збереження та розповсюдження інформації про стан освітньої системи чи окремих її елементів з метою інформаційного забезпечення управління та прийняття оптимальних управлінських рішень щодо

коригування та розвитку визначеного об'єкта освітньої системи. Об'єктом моніторингу на рівні вишу є освітній процес, від якості організації та функціонування якого безпосередньо залежить якість підготовки майбутніх фахівців» [294, с. 85]. Тобто, діагностичний інструментарій моніторингу здатний повною мірою оцінити ефективність неперервної професійної підготовки, передбачити її результати та спрогнозувати адекватні кроки по вдосконаленню КЗ у МУФК.

Погоджуємося з думкою О. Майорова [255], що інформація, яку планує зібрати дослідник під час моніторингового дослідження має володіти певними якісними показниками. Враховуючи погляди дослідників [255; 294; 430; 570; 606], вважаємо, що якість одержаної інформації про стан сформованості КЗ у МУФК повинна задовольняти вимоги *надійності, повноти, точності, об'єктивності, адекватності, систематичності, релевантності, своєчасності та доступності*.

– Надійність інформації визначалася сталістю результатів після повторної перевірки.

– Повнота є якісною характеристикою, що перебуває у прямій залежності від обсягу інформації. У тому випадку, коли на підставі отриманої інформації матимемо можливість скласти цілісне уявлення про стан сформованості усіх компонентів КЗ – можемо говорити про повноту моніторингового дослідження. Тобто, інформація буде повною, якщо джерела інформації охоплюють все, що можливо, та коректно висвітлюють її.

– Точність отриманої інформації під час моніторингу визначає як оцінено сформованість окремих компонентів КЗ. Іншими словами точність розглядаємо кількісною характеристикою якості інформації, що виражає ступінь відображення окремих деталей, елементів КЗ МУФК. Вона істотно залежить від обсягу інформації, тому велика кількість елементів дозволяє уточнити основний зміст об'єкту дослідження. У практичному аспекті точність забезпечується мінімальними похибками вимірів, однозначним сприйняттям результатів. У дослідженні ми брали до уваги й той факт, що

надмірна кількість інформації та врахування незначних характеристик КЗ, навпаки, ускладнюють аналіз.

– Об'єктивність інформації, яка зібрана на основі моніторингу, відображає реальну картину щодо професійної підготовки МУФК в контексті формування у них КЗ, а не особисту думку дослідників, які проводили моніторинг та характеризує незалежність отриманих результатів.

– Адекватність моніторингового дослідження виражає рівень відповідності отриманого результату – стану підготовки, створеного за допомогою інформації, яка адекватна до її стану. Саме адекватність отриманої інформації розглядаємо у якості вагомого підґрунтя для прийняття обґрунтованих рішень щодо вдосконалення формування КЗ на формувальному етапі експериментального дослідження. З методологічної точки зору ми виходили з того, що існує три ступені адекватності: синтаксичний (передбачає вимірювання обсягу); семантичний (охоплює вимірювання значущості змісту інформації); прагматичний (визначається корисністю отриманої інформації для подальшої діяльності).

– Систематичність інформації, яка отримана шляхом моніторингу, полягає у відповідній послідовності її надходження.

– Релевантність інформації – це ступінь її змістовної відповідності тому запиту, який дослідник поставив перед собою.

– Своєчасність та доступність інформації виражається у тому, що вона повинна надходити в ті терміни та строки, коли вона є актуальною. Вважаємо, що доступність й своєчасність інформації гарантує отримання її у такій формі, яка дозволяє виявити дійсні проблеми у формуванні КЗ у МУФК та вчасно усунути усі прогалини.

Впровадження розглянутих вимог до якості отриманої інформації є важливим критерієм ефективності моніторингу професійної підготовки МУФК контексті дослідження стану сформованості КЗ у процесі неперервного навчання в ЗВО. У нашому баченні *моніторинг* розглядаємо у якості *реального інструменту збору та обробки інформації, яку доцільно*

використовувати з метою отримання реальної картини про стан сформованості КЗ у МУФК в процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО.

Для більш ґрунтовнішого дослідження КЗ у МУФК на основі організації та проведення моніторингу доцільно визначити стан сформованості конкретних *критеріїв* та *показників*. У словнику іншомовних слів О. Мельничука критерій трактується як «мірило для визначення, оцінки предмета, явища; ознака, взята за основу класифікації» [280, с. 305]. У тлумачному словнику сучасної української мови визначено, що критерій – це підстава для оцінки, визначення або класифікації чогось [384, с. 588]. Як зазначає В. Фрицюк «критерій – це ознака, на основі якої оцінюються явища педагогічної діяльності» [532, с. 55]. Поділяємо позицію Г. Селевко [465] у тому, що критерії визначаються для класифікації різноманітних явищ або предметів, а також для прийняття рішень про: правдоподібність гіпотези; ступінь досягнення поставлених цілей і вирішення поставлених завдань. Зокрема, у дисертаційному дослідженні Г. Пономарьової критерієм вважається «ознака, на підставі якої здійснюється оцінювання, визначення або класифікація будь-якого явища, процесу, діяльності» [422, с. 214]. Ми погоджуємося з думкою О. Отравенко [401] про те, що критерії виступають відповідним індикатором, на підставі яких проводиться оцінка динаміки та результативності експериментальних досліджень.

Критерії розглядаємо як конкретні властивості, якими володіє КЗ за допомогою яких отримуємо достовірну інформацію про рівень сформованості її у МУФК під час неперервної професійної підготовки у ЗВО. Саме на основі критеріїв можна одержати достовірну інформацію про стан сформованості усіх компонентів КЗ у студентів, що навчаються на факультетах фізичної культури в ЗВО.

Погоджуємося із науковцями у тому, що критерії повинні відповідати певним вимогам. Відзначимо, що стосовно того, який саме має бути перелік вимог існують різні міркування. Так, у баченні І. Ісаєва [171, с. 65–70]

критерії повинні відповідати таким вимогам: об'єктивність; відображення того, що вимірює дослідник; відображення суттєвих ознак явища, охоплення його типових сторін конкретного явища; мають розкриватися через низку показників, на основі яких можна встановити ступінь вираженості критерію; повинні відображати динаміку якості, що вимірюється у часі та просторі.

Як довели І. Грибовська, М. Данилевич та О. Жданова [385] за допомогою критеріїв можна налагодити зв'язки між усіма компонентами досліджуваної проблеми. На їхню думку для оцінки сформованості культури здоров'я студентів факультетів фізичного виховання потрібно використовувати декілька критеріїв. Науковці наголошують на тому, що головними з-поміж обраних критеріїв має бути фізичний розвиток, стан функціонування основних систем організму, рівень фізичної працездатності. Дослідники професійної фізкультурної освіти О. Ахвердова та В. Магін [17] у якості критеріїв виділяють мотиваційний, когнітивний, емоційний, комунікативно-діяльнісний, вольовий. На основі узагальнення дисертаційних досліджень [2; 97; 204; 261; 295; 486] та власного бачення до переліку критеріїв віднесено: *мотиваційний, когнітивний, конативний, особистісний, аналітичний.*

Зупинимося на аналізі сутності наукової категорії «показник». Зокрема, як доводить Є. Кочерга, показник – «це конкретний вимірник критерію, що робить його доступним для спостереження, обліку й фіксування» [216, с. 48]. У нашому дослідженні за основу взято визначення задеклароване О. Шестоपालюк, а саме «показник є конкретним вимірювачем критерію; він робить його доступним для спостереження і вимірювання» [559, с. 80]. Тобто, у запропонованому контексті *показник* розуміємо як *операційну характеристику критерію, що відображає його властивості, зв'язки, відносини, і виступає реальним інструментом для виміру стану сформованості КЗ.* Отже, показник – це певне судження, що дозволить реально та об'єктивно оцінити наявність чи відсутність, а також інтенсивність сформованості КЗ у МУФК, що вимірюється емпірично.

У публікації О. Ахвердова та В. Магіна [17] визначено показники КЗ особистості, зміст яких зумовлено тим, наскільки особистість усвідомлює здоров'я і культуру як загальнолюдські цінності; наскільки проявляється універсальність зв'язків особистості з навколишнім світом і людьми; наскільки проявляються її вольові якості. Такий підхід є дещо спрощений, тому не був взятий нами за основу. У нашому дослідженні у спектр кожного критерію сформованості КЗ МУФК включено по два показника.

Узагальнений взаємозв'язок між компонентами, критеріями та показниками КЗ у МУФК зображено на рис. 5.1.



Рис. 5.1 Взаємозв'язок між компонентами, критеріями та показниками сформованості культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Для визначення стану сформованості усіх визначених показників КЗ розроблено діагностичний інструментарій, який представлено у табл. 5.1.

Таблиця 5.1

Діагностичний інструментарій для моніторингового дослідження стану сформованості культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Компоненти та критерії	Показники	Використаний інструментарій
Мотиваційно-ціннісний Мотиваційний	вміння позитивно мотивувати себе сформованість ціннісних орієнтацій	Анкета для з'ясування розуміння майбутніми учителями фізичної культури важливості культури здоров'я для професійної діяльності; Тест «Ціннісні орієнтації» (М. Рокіча); Анкетування «Діагностика навчальної мотивації студентів»
Інформаційно-пізнавальний Когнітивний	повнота знань про культуру здоров'я загальний світогляд	Комплексне опитування для визначення теоретичних знань про культуру здоров'я та її складові; Методика незакінчених речень для визначення ступеня обізнаності студентів щодо сутності культури здоров'я; Письмова робота для оцінювання загального світогляду з теорії фізичного виховання
Організаційно-діяльнісний Конативний	сформованість власних практичних умінь і навичок уміння організувати здоров'язбережувальну діяльність з учнями	Опитувальник «Оцінювання умінь формувати культуру здоров'я»; Діагностика сформованості проєктувальних умінь; Програма спостереження за вмінням студентів формувати культуру здоров'я учнів під час педагогічної практики
Особистісно-емоційний Особистісний	спрямованість на вдосконалення фізичного стану сформованість професійних якостей фахівця	Методика визначення рівня фізичного стану; Опитувальник оцінки рівня психологічної, фізіологічної і професійної дезадаптації О.Н. Родіної; Методика визначення структури професійної спрямованості педагога (В.Семиченко); «Самооцінка професійних якостей педагога»

Рефлексивно-оцінювальний	здатність до рефлексії	Експертне самооцінювання педагогічних умінь учителя; Тест на визначення рівня рефлексії (за Є. Роговим в авторській модифікації); Методика діагностики спрямованості на успіх Т. Елерса
	уміння успішно розвиватися та здійснювати аналіз	
Аналітичний		

(Розгорнута інформація про діагностичний інструментарій, що використовувався для встановлення стану сформованості КЗ у МУФК представлено у додатку З).

Зазначимо, що з технічної точки зору кожен із показників ми оцінювали методом експертної оцінки (у складі експертної групи з досвідчених викладачі) за чотирьохбальною системою:

5 балів – високий рівень сформованості – показник виражений яскраво, виявляється систематично у всіх діях студентів і за різних обставин;

4 бали – достатній рівень сформованості – показник виражений посередньо, помітні незначні відхилення;

3 бали – середній рівень сформованості – показник можна зафіксувати, але його важко виявити в усіх діях студентів, спостерігаються значні відхилення, хоча студент і знає сутність вимог;

2 бали – низький рівень сформованості – показник виявляється дуже слабо, спостерігається негативна спрямованість, незважаючи на те, що студент розуміє вимоги, які висувуються до нього (Карту оцінювання рівня сформованості КЗ у МУФК подано у додатку И).

На констатувальному етапі експерименту головна увага була зосереджена на визначенні стану сформованості КЗ у МУФК. Тобто було поставлено *мету*: чітко з'ясувати стан мотиваційної сфери, дослідити що самекладають студенти в КЗ як наукову дефініцію, проаналізувати потребу у теоретичних знаннях, виявити чинники, що впливають на процес формування процесуальної й особистісної сфери, продіагностувати рівень рефлексії. На цьому етапі *завдання* стосувалися визначення розуміння

студентами необхідності формування КЗ; встановлення рівня теоретичної обізнаності щодо сутності КЗ у майбутній професійній діяльності; дослідження стану оволодіння практичними методами, формами і засобами формування КЗ; розгляду стану сформованості умінь і навичок; аналізу змісту робочих програм і навчально-методичного забезпечення, що впливають на формування КЗ; вивчення чинників, що позитивно впливають на процес формування КЗ у МУФК.

У методологічній площині відправною точкою для початку організації та проведення констатувального етапу експерименту послужило дослідження, проведене у 2011 р. Ю. Мусхаріною [375, с. 218–223]. Так, у ході опитування було з'ясовано, що більшість респондентів (98,4 %) вважають за необхідне вести здоровий спосіб життя для збереження та зміцнення здоров'я. Однак, регулярно дотримуються режиму праці та відпочинку лише 21,3 % МУФК, режиму харчування дотримуються взагалі 23,6 % студентів, 9,4 % досліджуваних курять, не байдужими до алкогольних напоїв виявилось 15 %. Методи загартування використовують лише 38,6 % студентів. Крім того, лише 24,4 % респондентів володіють методикою саморегуляції та психофізичного тренування. В ієрархії загальнолюдських цінностей вчителів – здоров'я, кохання, освіта, родина, робота, культура здоров'я – перше місце посідає здоров'я (94,5 %) [375, с. 221]. Отримані дослідницею результати засвідчили високу оцінку значущості здоров'я, тоді як КЗ – 45,7 % студентів відвели відповідно п'яте і шосте місця. Тобто, КЗ не розглядалася майбутніми фахівцями як важлива категорія, що пов'язана з освітою та професійною підготовкою. Така життєва позиція МУФК йшла всупереч сучасній концепції здоров'язбереження та формування КЗ у цілому.

Ми поставили собі за мету також провести подібне моніторингове дослідження та з'ясувати сучасний стан справ у зазначеному контексті. Отже, констатувальний етап педагогічного експерименту було організовано у травні-червні 2012 р. на базі таких ЗВО: Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Тернопільського національного

педагогічного університету ім. В. Гнатюка, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, Херсонського державного університету. До дослідження були залучені студенти 4-го курсу та магістранти, що здобувають спеціальність 014.11 Середня освіта (фізична культура). Усього в констатувальному етапі експериментальну було задіяно 106 магістрантів та 596 бакалаврів стаціонарної та заочної форми навчання та 43 викладачі.

Дослідження проводилося шляхом використання анкетування, опитування, співбесід, прямих спостережень, стандартизованих психологічних тестів, виконання письмових теоретичних та практичних завдань (табл. 5.1 та додатки З та И). Усі отримані під час моніторингу результати були проаналізовані у кількісному та якісному відношенні.

Зупинимось більш докладніше на висвітлені та аналізі отриманих результатів констатувального етапу експерименту. Отже, з метою визначення сформованості у МУФК показників *мотиваційно-ціннісного компоненту* було використано метод анкетування. В анкеті містилися запитання щодо того, як розуміють студенти значення КЗ для своєї професійної діяльності (див. додаток З). Результати анкетування засвідчили, що переважна більшість респондентів (691 (98,43 %)) вважають КЗ необхідною умовою для успішного виконання своїх професійних обов'язків. На думку 305 (43,45 %) опитаних, КЗ допоможе учителю ефективніше виконувати свої обов'язки.

На запитання «Чому, на Вашу думку, майбутній учитель фізичної культури повинен мати високий рівень культури здоров'я» 243 (34,62 %) зауважили, що в майбутньому їм доведеться організовувати і здійснювати фізичне виховання своїх вихованців у різних ситуаціях, 168 (23,93 %) – зазначили про те, що маючи низький рівень КЗ важко працювати учителем, тоді як 291 (41,45 %) респондент акцентував увагу на сучасних вимогах до

професіоналізму учителя, які базуються на здоров'язберігаючій компетентності, яка передбачає високий рівень КЗ.

П'яте запитання уточнювало, чи працюють МУФК над формуванням у себе КЗ. У цьому контексті з'ясовано, що 338 (48,15 %) студентів вважають, що практичні навички вони опанують під час безпосередньої роботи, 173 (24,64 %) відповіли, що час від часу приділяють увагу посиленню теоретичних знань, тоді як 191 (27,21 %) майбутніх учителів не працюють над самовдосконаленням взагалі. Шосте запитання показало, що у МУФК не вироблено чіткого алгоритму дій для підвищення рівня КЗ.

На основі сьомого запитання ми змогли з'ясувати, як сам оцінюють студенти свій рівень теоретичної і практичної підготовленості щодо формування КЗ під час навчання у ЗВО. Так, було встановлено, що високо оцінюють свій рівень КЗ лише третина респондентів (248 (35,33 %)), причому більшість з них це магістранти. Тоді як 308 (43,87 %) МУФК вважають, що їхній рівень КЗ потребує суттєвого вдосконалення. Не змогли дати відповідь щодо рівня сформованості КЗ 146 (20,79 %) опитаних.

Восьме запитання стосувалося причин недостатнього рівня сформованості у студентів КЗ. Так, 242 (34,47 %) опитаних зауважили, що головною причиною є низький рівень практичних навичок, 158 (22,51 %) звернули увагу на зайнятість; 108 (15,38 %) назвали поверхневність знань про алгоритм дій під час формування КЗ; 79 (11,325 %) наголосили на низькому рівні теоретичної підготовки; 115 (16,38 %) опитаних вважають головною причиною невміння здійснювати належний самоконтроль своєї діяльності.

Дев'яте запитання анкетування дало можливість з'ясувати, що, на думку студентів, потрібно зробити у ЗВО для підвищення рівня КЗ. Зокрема, МУФК зазначили, що необхідно звернути більшу увагу на практичних аспектах формування КЗ (про це заявили 288 (41,05 % респондентів), на потребі поглиблення теоретичного спектру знань під час навчання в ЗВО наголосило 249 (35,47 %) опитаних, тоді як 165 (23,48 %) опитаних

наголосили на потребі тренінгових технологій та інноваційних нововведень під час формування КЗ.

Отже, відповіді студентів на запропоновану анкету дозволили констатувати, що МУФК мають певне уявлення про значущість КЗ для виконання професійних завдань, а також про необхідність її формування під час навчання в ЗВО. Підсумовуючи результати анкетування, було з'ясовано, що студенти усвідомлюють той факт, що їхня майбутня професійна діяльність пов'язана з необхідністю мати високий рівень КЗ. Проте, студенти ще не цілком засвоїли сутність КЗ та уміють визначати її зміст, не завжди можуть визначити пріоритети у формуванні КЗ. Студенти усвідомлюють залежність результатів виконання професійної діяльності від сформованості у них КЗ. Саме тому більшість респондентів визнали КЗ важливою складовою частиною їхньої професійної підготовки у ЗВО. Отримані результати засвідчили, що, на думку МУФК, для виконання професійних завдань необхідний високий рівень КЗ.

Шляхом аналізу результатів тестування «Ціннісні орієнтації» (М. Рокича) було встановлено, що в ієрархії загальнолюдських цінностей – здоров'я посідає лише для 67 (9,54 %) респондентів, які переконані у тому, що необхідно мати ґрунтовні знання та володіти практичними вміннями і навичками для її формування. Студенти визнають необхідність і потребу в формуванні КЗ під час професійної підготовки у ЗВО, однак немотивовані у цьому аспекті.

Для повноти дослідження ми також вивчали стан навчальної мотивації студентів. У цьому контексті було встановлено, що комунікативні мотиви, мотив уникнення та мотиви престижу – переважають у МУФК, тоді як професійні мотиви, мотиви творчої реалізації та навчально-пізнавальні мотиви не користуються великою перевагою у студентів.

Таким чином, констатувальний етап експерименту показав, що в мотиваційній сфері потрібні вагомі зміни, адже у підсумку, лише 79 (11,25 %) методом експертної оцінки виставлено «5» балів, що відповідає

високому рівню, тоді як переважна більшість (368 (52,42 %)) оцінені оцінкою «3», що збігається з середнім рівнем сформованості показників мотиваційно-ціннісного компоненту. Відрадіним вважаємо той факт, що рівень мотиваційної сфери лише у 58 (8,26 %) майбутніх педагогів було оцінено оцінкою у «2» бали (низький рівень). Результати 197 (28,06 %) студентів оцінено як достатній рівень.

На основі комплексного опитування, методики незакінчених речень та письмової роботи було проведено оцінювання повноти знань про КЗ та рівень загального світогляду (див. додаток 3). Ці показники засвідчили стан сформованості *інформаційно-пізнавального компоненту* КЗ у МУФК. Рівень сформованості повноти знань про КЗ перевірявся на основі двох методик – комплексного опитування та методики «Незакінчені речення». За першою методикою з'ясовано, що 220 (31,34 %) МУФК вважають КЗ важливим чинником професіоналізму, уміють збільшувати свою рухову активність, коригувати власну масу тіла, знають способи формування КЗ, уміють правильно харчуватися, адекватно реагують на стрес; 176 (25,07 %) опитаних трактують культуру здоров'я як високий рівень підготовленості з питань організації фізичної культури – вони мають достатній рівень знань; для 172 (24,50 %) її сутність пов'язана лише з умінням зберегти здоров'я – у них знання на середньому рівні; 134 (19,09 %) опитаних стверджують, що КЗ потрібна для того, щоб відповідати вимогам професії – низький рівень.

На основі другої методики студентам було запропоновано продовжити такі речення: «Культура здоров'я – це ...», «Сформована культура здоров'я потрібна для того, щоб ...», «Для того, щоб ефективно формувати у своїх вихованців високий рівень культури здоров'я, майбутній учитель фізичної культури повинен знати...», «Про сформованість культури здоров'я свідчить...», «Основні складові культури здоров'я охоплюють...» (див. додаток 3). Для оцінки відповідей було використано 4-бальну шкалу: 2 бал – лише загальні фрази, 3 бали – неповна відповідь, 4 бали – правильна та недостатньо обґрунтована відповідь, 5 балів – повна обґрунтована

відповідь. Студенти мали змогу набрати від 10 до 25 балів. У тому разі, коли МУФК набирали від 10 до 14 балів, їх зараховували до групи з низьким рівнем, якщо від 15 до 18 – до середнього рівня, якщо від 19 до 22 – до достатнього, а якщо від 23 до 25 – то до високого. Повнота відповідей представлена у табл. 5.2.

Таблиця 5.2

Оцінка рівня обізнаності студентів про культуру здоров'я на основі методики незакінчений речень

№	Запитання й якість відповідей	Кількісні результати
1	<i>Дали визначення поняття «Культура здоров'я»:</i> – повна обґрунтована відповідь – правильна та недостатньо обґрунтована відповідь – неповна, часткова відповідь – лише загальні фрази та допустили серйозні помилки	79 (11,25 %) 274 (39,03 %) 322 (45,87 %) 27 (3,85 %)
2	<i>Пояснили для чого потрібна культура здоров'я учителю:</i> – повна обґрунтована відповідь – правильна та недостатньо обґрунтована відповідь – неповна, часткова відповідь – лише загальні фрази та допустили серйозні помилки	84 (11,97 %) 203 (28,92 %) 352 (50,14 %) 63 (8,97 %)
3	<i>Пояснили що повинен знати учитель для того, щоб формувати у вихованців культуру здоров'я:</i> – повна обґрунтована відповідь – правильна та недостатньо обґрунтована відповідь – неповна, часткова відповідь – лише загальні фрази та допустили серйозні помилки	92 (13,1 %) 221 (31,48 %) 354 (50,43 %) 35 (4,99 %)
4	<i>Пояснили які чинники свідчать про сформованість культури здоров'я:</i> – повна обґрунтована відповідь – правильна та недостатньо обґрунтована відповідь – неповна, часткова відповідь – лише загальні фрази та допустили серйозні помилки	83 (11,83 %) 220 (31,34 %) 361 (51,42 %) 38 (5,41 %)
5	<i>Назвали основні складники культури здоров'я:</i> – повна обґрунтована відповідь – правильна та недостатньо обґрунтована відповідь – неповна, часткова відповідь – лише загальні фрази та допустили серйозні помилки	90 (12,82 %) 241 (34,33 %) 340 (48,43 %) 31 (4,42 %)
ЗАГАЛЬНІ РЕЗУЛЬТАТИ – повна обґрунтована відповідь – правильна та недостатньо обґрунтована відповідь – неповна, часткова відповідь – лише загальні фрази та допустили серйозні помилки		85 (12,11 %) 232 (33,05 %) 346 (49,29 %) 39 (5,55 %)

Узагальнені результати аналізу відповідей за методикою «Незакінчені речення» дозволили з'ясувати, що лише 85 (12,11 %) опитаних МУФК дали повні та обґрунтовані відповіді; 232 (33,05 %) відповіли правильно, однак не повною мірою обґрунтували свою позицію, відповіді 346 (49,29 %) були неповними, а 39 (5,55 %) написали лише загальні фрази, або допустили серйозні помилки та грубі неточності.

Письмова робота передбачала виконання комплексу кваліфікаційних завдань і розглядалася нами як найбільш адекватна форма для об'єктивного визначення рівня якості освітньої та професійної підготовки випускників та дозволяла встановити загальний світогляд. Засобами оцінювання рівня здобутих професійних знань та ступеня сформованості професійних компетентностей бакалавра середньої освіти (фізична культура) були теоретичні питання та практичні ситуативні комплексні завдання з таких профільюючих дисциплін, як: «Теорія і методика фізичного виховання»; «Методика викладання предмета «Основи здоров'я»; «Медико-біологічні основи фізичної культури»; «Педагогіка». Письмове опитування було спрямоване на вирішення таких завдань, як: комплексно перевірити якість засвоєння навчальних курсів; виявити здібності до педагогічного мислення, творчого підходу до питань, які вивчають дані дисципліни; перевірити рівень оволодіння педагогічною технологією та професійною майстерністю щодо використання вивчених дисциплін; встановити професійну компетентність. Письмова робота дала можливість охопити всі напрямки діяльності МУФК. Об'єктом оцінювання була сукупність здобутих знань, сформованої системи професійних компетентностей. Оцінювання відповідей здійснювалося на основі принципів об'єктивності, індивідуальності, комплексності, етичності та компетентнісного підходу щодо оцінки когнітивної складової. Зокрема, було з'ясовано, що 82 (11,68 %) студенти міцно засвоїли теоретичний матеріал, глибоко і всебічно знають зміст навчальних дисциплін, володіють широким світоглядом, логічно мислять і будують відповіді, вільно використовують набуті теоретичні знання, висловлюють своє ставлення до

тих чи інших проблем. Більшій частині МУФК (349 (49,72 %)) отримала оцінки в діапазоні від 74 до 69 балів, що відповідає середньому рівні. Тоді як 213 (30,34 %) студентів оцінені оцінками від 89 до 75 балів, що відповідає достатньому рівню сформованого світогляду по своїй спеціальності. Серед перевірених відповідей було 58 респондентів, які отримали оцінки в діапазоні від 68 до 50 балів, що відповідає низькому рівню.

Отже, запропонований діагностичний інструментарій (див. додаток 3) дозволив констатувати, що узагальнені показники інформаційно-пізнавального компоненту сформовані у МУФК на достатньому рівні (207 (29,49 %)) та середньому рівні (289 (41,17 %)), хоча були встановлені високий (129 (18,38 %)) і низький рівні (77 (10,97 %)).

Зупинимося на аналізі стану сформованості показників *організаційно-діяльнісного компоненту*. Так, на основі опитувальника «Оцінювання умінь формувати культуру здоров'я» було з'ясовано, що серед 702 респондентів лише 87 (12,39 %) повністю задоволені тими вміннями та навичками щодо формування КЗ, які вони розвинули під час навчання у ЗВО. Тобто, ці студенти методом самооцінювання встановили у себе високий рівень сформованості практичних умінь і навичок. 201 (28,63 %) МУФК оцінили свої практичні вміння як часткові та такі, що потребують удосконалення (достатній рівень), 326 (46,44 %) вважають що у них на даному етапі середній рівень, а 88 (12,54 %) – не задоволенні станом практичних умінь в сфері КЗ повністю. Як наслідок було встановлено, що переважна більшість опитаних має сумніви щодо правильності своїх практичних дій. Опитування показало, що лише 95 (13,53 %) не сумнівається у своїх діях ніколи. Під час опитування було встановлено, що переважна частина МУФК вказала на необхідність підвищення своїх практичних знань.

На основі аналізу бланку опитувальника було з'ясовано рівень проєктувальних умінь МУФК у контексті формування КЗ. Зокрема, серед 11 запитань найменшою кількістю балів студенти оцінили такі два запитання як: «Уміння застосовувати нові інформаційні технології» та «Уміння

моделювати власну активну діяльність». У загальному низький рівень (22 – 28 балів) було встановлено 91 (12,96 %) студенту; середній рівень (29 – 37 балів) – 309 (44,02 %) студентам; достатній рівень (38 – 46 балів) – 215 (30,63 %) студентам; високий рівень (47 – 55 балів) – 87 (12,39 %) студентам.

Спостереження за станом сформованості практичних умінь студентів формувати культуру здоров'я учнів під час педагогічної практики показали, що переважна більшість МУФК не займаються під час педагогічної практики роботою по формуванню КЗ у своїх вихованців. Отримані результати дають підстави стверджувати, що лише 89 (12,68 %) студентів повністю опанували вміннями щодо формування КЗ у школярів, вони уміють підбирати раціональні види робіт для сильних і слабких учнів, використовують різні форми заохочення, проводять диференційовану роботу, спонукають учнів до формулювання пізнавальних запитань, насичують урок цікавим матеріалом. Тоді як 103 (14,67 %) цим аспектам не приділяють ніякої уваги – тому отримали низький рівень. У 233 МУФК (31,19 %) – достатній, а у 279 (39,74 %) – середній рівень.

Узагальнені результати щодо сформованості показників організаційно-діяльнісного компоненту КЗ мають такий вигляд: високий рівень у 88 (12,53 %) студентів; достатній у 216 (30,77 %) майбутніх фахівців; середній рівень встановлено для 304 (43,30 %) МУФК, а у 94 (13,39 %) студентів виявлено низький рівень.

Коротко проаналізуємо результати діагностики стану сформованості показників *особистісно-емоційного компоненту*. Так, для діагностики спрямованості на вдосконалення фізичного стану обрано стандартизовану методику, яка дозволяє визначити рівень фізичного стану. Методика базується на сукупності результатів щодо тестування фізичної підготовленості, визначення ризику серцево-судинних захворювань, оцінки рівня фізичного стану (пульсовий режим, фізична працездатність за пробою Руф'є). Можемо констатувати, що за цим показником переважна більшість

студентів знаходиться на достатньому рівні (379 (53,99 %)) та високому (287 (40,88 %)) рівні. Лише 36 (5,13 %) МУФК мають середній рівень. Методика дала можливість встановити відсутність студентів із низьким рівнем спрямованості на вдосконалення фізичного стану.

На основі опитувальника О. Родіної було оцінено рівень психологічної, фізіологічної та професійної дезадаптації студентів. Нами були виявлені МУФК у яких діагностовано суттєве погіршення самопочуття, а також виявлено соматовегетативні порушення, порушення циклу «сон – активність», змінена соціальна взаємодія та відбулося зниження мотивації до діяльності. У підсумку високий рівень адаптованості встановлено у 116 (16,52 %) МУФК, достатній у 286 (40,74 %) студентів, середній у 249 (35,47 %) майбутніх фахівців, а у 51 (7,26 %) низький рівень, що включав емоційні порушення, зниження загальної активності, відчуття втоми та інші порушення.

За допомогою методики визначення структури професійної спрямованості педагога (В. Семиченко) було з'ясовано, що серед МУФК присутні усі спрямованості. А саме, у 209 (29,77 %) МУФК встановлено прагматичну спрямованість на виконання професійної діяльності, гуманістично налаштовані 201 (28,63 %) респондент, егоцентрична спрямованість спостерігається у 178 (25,36 %) студентів, а ідеалістична спрямованість притаманна 114 (16,24 %) майбутнім фахівцям.

Використовуючи тестування «Самооцінка професійних якостей педагога» основна увага була спрямована до визначення стану сформованості таких якостей як самостійність, імпровізація, самовладання, творча спрямованість. Відзначимо, що не у всіх МУФК ці якості, які ми вважаємо головними під час формування КЗ сформовані на високому рівні.

Підсумовуючи наголосимо, що стан сформованості показників особистісно-емоційного компоненту є таким: у 201 (28,63 %) студента встановлено високий рівень; у 332 (47,29 %) діагностовано достатній рівень;

у 143 (20,38 %) студентів є середній рівень, тоді як у 26 (3,7 %) ми встановили низький рівень.

Як засвідчила практика, на основі самооцінювання педагогічних умінь учителя, тесту на визначення рівня рефлексії (за Є. Роговим в авторській модифікації) та методики діагностики спрямованості на успіх Т. Елерса, ми отримали змогу встановити рівень сформованості показників (здатність до рефлексії, та уміння адекватно здійснити аналіз) *рефлексивно-оцінювального компоненту* КЗ у МУФК.

Зокрема тест на визначення рівня рефлексії (за Є. Роговим в авторській модифікації) показав, що активний саморозвиток респондента та здатність до рефлексивної діяльності притаманний для 74 (10,55 %) студентів. З'ясовано, що у 193 (27,49 %) студентів вироблена певна система рефлексивної діяльності, що відповідає достатньому рівні. Для 328 (46,72 %) МУФК встановлено середній рівень сформованості рефлексії, що зумовлений зовнішніми умовами. Тоді як у 107 (15,24 %) респондентів здатність до самостійної рефлексії у респондента відсутня, що відповідає низькому рівні.

Як показали результати, отримані від проведення методики для визначення спрямованості особи на успіх Т. Елерса, чим вища мотивація студентів до успіху, тим нижчий показник готовності до ризику. Так у 91 (12,96 %) респондента мотивація до успіху низька, ці студенти не схильні докладати вагомих сил до навчання, вони апатичні, пасивно ставиться до діяльності по формуванню КЗ, не мають віри в те, що вони доб'ються бажаного результату. Для 319 (45,44 %) респондентів було встановлено середній рівень мотивації до успіху, а тому вони не бояться ризикувати, бо можлива невдача не надто хвилює цих студентів. Для 164 (23,37 %) МУФК ми діагностували достатній рівень мотивації до успіху. Тоді як у 128 (18,23 %) студентів високий рівень мотивації на успішну діяльність, а тому вони здатні йти на ризик для досягнення бажаного, схильні орієнтуватися на власні сили, гнучко і наполегливо добиватися поставленої мети по формуванню КЗ.

Отже, використовуючи карту узагальненого оцінювання експертною комісією (Додаток И) рівня сформованості показників рефлексивно-оцінювального компоненту КЗ МУФК було встановлено, що для 101 (14,39 %) майбутнього фахівця, що організовуватиме фізичне виховання, притаманний високий рівень. У 179 (25,50 %) діагностовано достатній рівень, тоді як у 323 (46,01 %) респондентів встановлено середній рівень, а у 99 (14,10 %) – низький.

Таким чином, проведене моніторингове дослідження довело, що студенти випускних курсів факультетів фізичного виховання не заперечують вагомості КЗ, респонденти переконані, що високий рівень її сформованості суттєво впливає на професійне становлення та допомагає ефективно виконувати професійні завдання. Узагальнені результати сформованості компонентів КЗ у МУФК на констатувальному етапі експериментального дослідження представлено у табл. 5.3.

Таблиця 5.3

Узагальнені результати сформованості культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури на констатувальному етапі експерименту

Компоненти	Рівні сформованості культури здоров'я							
	Високий		Достатній		Середній		Низький	
	аб. од.	у %	аб. од.	у %	аб. од.	у %	аб. од.	у %
Мотиваційно-ціннісний	79	11,25	197	28,06	368	52,42	58	8,26
Інформаційно-пізнавальний	129	18,38	207	29,49	289	41,17	77	13,39
Організаційно-діяльнісний	88	12,53	216	30,77	304	43,30	94	13,39
Особистісно-емоційний	201	28,63	332	47,29	143	20,38	26	3,70
Рефлексивно-оцінювальний	101	14,39	179	25,50	323	46,01	99	14,10
Загальні результати	120	17,09	226	32,20	285	40,60	71	10,11

Отримані результати констатувального етапу експериментального дослідження, що представлені у табл. 5.3, дозволяють констатувати, що формування КЗ у МУФК відбувається стихійно, а тому лише п'ята частина респондентів має високий (творчий) рівень за усіма показниками, тоді як 2/3 опитаних володіють середнім (базовим) рівнем. На підставі таких результатів можна з упевненістю стверджувати, що потреби студентів щодо формування КЗ задоволені лише частково. Такий стан речей негативно впливає на виконання МУФК своїх професійних обов'язків.

Беручи до уваги результати, які нами одержані було ухвалено рішення про потребу проведення формувального етапу експерименту, що передбачає організацію системної та цілеспрямованої діяльності щодо оптимізації процесу формування КЗ у МУФК на основі впровадження авторської системи.

5.2 Загальна методика організації формувального етапу експериментального дослідження

Методика експериментального дослідження передбачає загальний опис сукупності методів, форм, прийомів і засобів, які будуть використовуватися під час формування КЗ у МУФК. Насамперед ми виходили з тих міркувань, що наукове дослідження – це особлива форма пізнання, що спрямована на цілісне та системне вивчення об'єктів, а для повноти і достовірності необхідно використовувати найбільш адекватні засоби і методи науки, що має призвести до позитивного результату – формування розширеного знання про досліджуваний об'єкт. Тобто, у нашому конкретному випадку, повинна бути використана система логічно-послідовних, методичних, методологічних і організаційно-технічних засобів, метою яких є одержання реальної інформації про процес формування КЗ у МУФК.

Таким чином, з урахуванням сучасних напрацювань, які стосуються методики організації педагогічного експерименту О. Крушельницької [223], П. Лузана [252], Ю. Сурміна [500], Н. Тверезовської [504], В. Шейко [558], Н. Якси [569], практична діяльність з формування у МУФК належного (високого та достатнього) рівня КЗ повинна охоплювати:

- методологію дослідження (мета, принципи, етапи, методи проведення дослідження);
- характеристику головних засад дослідження (чинники, що визначають об'єм, глибину і широту експериментального дослідження);
- місце та умови проведення дослідження;
- методи вимірювання;
- процедуру проведення дослідження.

Отже, головною *метою* нашого експериментального дослідження було вивчення та перевірка ефективності авторської системи формування КЗ у МУФК в процесі неперервної професійної підготовки в ЗВО.

До основних *принципів*, на які ми опиралися, організовуючи дослідження з формування КЗ у МУФК, були віднесені принципи об'єктивності, системності, єдності теоретичних узагальнень та емпіричних досліджень, розвитку, детермінізму, які носять всезагальний характер. Причому принцип об'єктивності дозволив нам при організації наукового дослідження використовувати лише ті методи і прийоми, які дають можливість отримати найбільш достовірні дані під час формування КЗ у МУФК. Принцип системності допоміг розглядати КЗ як цілісне, складне органічне поєднання всіх складових (компонентів, критеріїв, показників та рівнів), а також узагальнив процедуру її формування у студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура). На основі принципу єдності теоретичних узагальнень та емпіричних досліджень ми змогли не зводити вивчення процесу формування КЗ до аналізу думок лише окремих науковців, а звернутися до вивчення реальних механізмів на основі розробки авторської системи. Принцип розвитку допоміг усвідомити що

процес формування КЗ у МУФК має тенденцію до неперервних змін, перетворень і розвитку, що передбачає перехід із одного рівня на інший. Принцип детермінізму дозволив усвідомити причинно-наслідкові зв'язки під час формування КЗ та спрямував нас до виявлення об'єктивних і суб'єктивних чинників та конкретного навчально-методичного супроводу, в наслідок впровадження якого цей процес буде більш ефективним.

Дослідження передбачало такі *етапи*:

– *теоретико-пошуковий етап* (2009 р.) який був спрямований на теоретичне вивчення філософської, психолого-педагогічної, спеціальної літератури з проблем формування КЗ у МУФК. На цьому етапі здійснено аналіз; проведено узагальнення вітчизняного та зарубіжного досвіду формування КЗ; розроблено науковий апарат дослідження, встановлено його категоріальну основу, сформульовано його робочу гіпотезу; визначено основні напрями експериментально-дослідної роботи;

– *діагностично-апробаційний етап* (2010–2013 рр.) передбачав проведення аналізу особистісного та професійного розвитку МУФК в контексті формування КЗ; аналіз компоненти КЗ, визначення критеріїв і показників. На цьому етапі підготовлено діагностичний інструментарій; обґрунтовано вибір основних засобів дослідної роботи; обґрунтовано систему формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки та розроблено її структурно-функціональну модель; визначено експериментальну базу дослідження та здійснено моніторинг стану сформованості КЗ у МУФК (Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, Херсонський державний університет). Цей етап дав можливість чітко з'ясувати усталені підходи до організації професійної підготовки МУФК та до формування у них КЗ. За результатами цієї роботи було обґрунтовано

авторську систему формування КЗ у МУФК на засадах неперервності професійної підготовки, розроблено навчально-методичний супровід, який базувався на впровадженні організаційно-педагогічних умов, інноваційних технологій, конкретних практичних методів і прийомів;

– *експериментально-дослідний етап* (2014–2017 рр.) дав можливість зреалізувати програму дослідження, шляхом експериментальної перевірки робочих гіпотез, концептуальних положень, системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. На цьому етапі упроваджено в освітній процес організаційно-педагогічні умови та навчально-методичний супровід; здійснено аналіз проміжних результатів; проведено корегування авторських методик;

– *підсумково-аналітичний етап* (2018 р.) дав можливість систематизувати та узагальнити результати. На цьому етапі сформульовано висновки та визначено перспективи подальшого дослідження формування КЗ у МУФК; оформлено матеріали дисертаційного дослідження.

Для дослідження теоретико-методологічних та практичних аспектів формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки нами використовувалися цілісний комплекс *методів* дослідження. Ми виходили з того, що наукова дефініція метод (грецького походження – шлях до чого-небудь) – у найбільш загальному розумінні означає спосіб досягнення мети, певним чином впорядковану діяльність. Метод у баченні В. Ягупова «це засіб досягнення будь-якої мети, вирішення конкретного завдання; сукупність прийомів або операцій практичного чи теоретичного засвоєння (пізнання) дійсності» [566, с. 103]; на думку Н. Тверезовської метод «означає спосіб досягнення мети, певним чином впорядковану діяльність. Найчастіше під методом розуміють сукупність прийомів чи операцій практичного або теоретичного оволодіння дійсності, підпорядкованих вирішенню конкретної задачі» [504, с. 102].

Для дослідження формування КЗ у МУФК використано емпіричні (спостереження, анкетування, порівняння, вимірювання, співбесіда,

експеримент, які дозволили здійснити накопичення фактичного матеріалу з досліджуваної проблеми) і теоретичні (ідеалізація, формалізація, логічні й історичні методи) методи, а також сукупність методів, що можуть бути застосовані на емпіричному і теоретичному рівнях (абстрагування, аналіз і синтез, індукція і дедукція, логічні методи узагальнень, встановлення і формулювання закономірностей явищ моделювання) рис. 5.2.

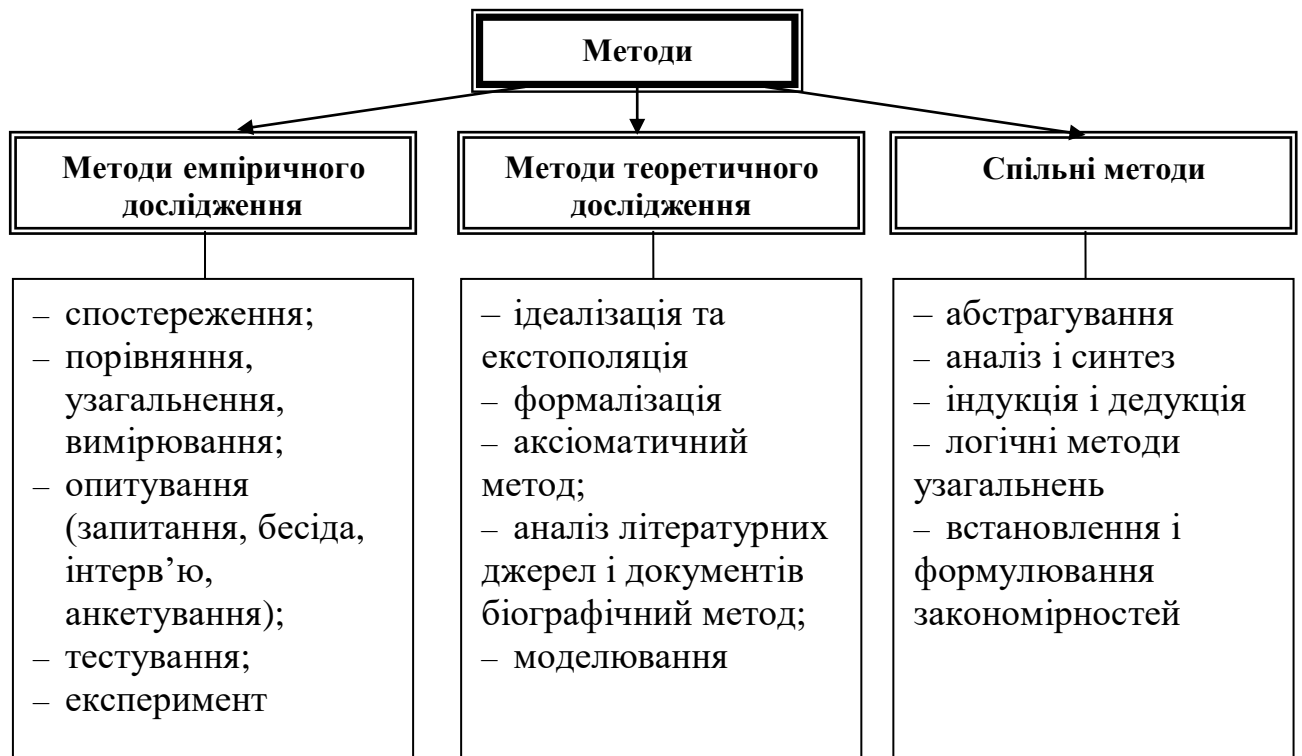


Рис. 5.2 Узагальнена класифікація наукових методів, що використовувалися для аналізу стану сформованості культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури (авторська)

Спостереження, як метод наукового пізнання, дав можливість одержувати первинну інформацію у вигляді сукупності емпіричних тверджень про КЗ та процес її формування у МУФК на основі системного підходу. Головна позитивна характеристика спостереження передбачала природність вияву педагогічних явищ та визначення проблемних аспектів. Під час його підготовки використовувалися така етапність: 1) чітка постановка мети і завдань; 2) складання плану спостереження; 3) збір даних (записи, протоколи, таблиці); 4) оформлення результатів; 5) аналіз

результатів; б) теоретичні та практичні висновки за результатами проведеного спостереження [504, с. 137–140].

На основі *порівняння* встановлено загальні та відмінні риси під час формування КЗ у МУФК у КГ та ЕГ. *Узагальнення* як продукт розумової діяльності, використовувалося для відображення загальних ознак і якостей КЗ. Здійснювалося узагальнення шляхом виявлених загальних ознак (властивостей, відношень), притаманних процесу формування КЗ у ЗВО для студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура). *Вимірювання* розглядали як пізнавальну процедуру, яка дала можливість визначити числове значення стану сформованості показників КЗ за допомогою конкретних діагностичних методик.

Опитування дозволило забезпечити зручну та лаконічно форму фіксації відповідей МУФК на поставлені запитання, які стосувалися того чи іншого компоненту КЗ та провести чітку і швидку обробку отриманих відповідей. Організуючи опитування для визначення теоретичних знань про КЗ та її складові, а також використовуючи, опитувальник «Оцінювання сформованості умінь щодо формування КЗ» (Додаток 3), ми старалися не спричиняти тиску на респондентів для того, щоб їх відповіді були об'єктивними та не залежали від зовнішніх впливів. У технічному сенсі усне опитування тривало до 30 хв. Опитування організувалося у формі *бесіди* (ставили прямі та опосередковані запитання), або *інтерв'ю* (формалізоване, сфокусоване, стандартизоване), чи у вигляді письмової роботи (письмова робота для оцінювання загального світогляду з теорії фізичного виховання).

Анкетування базувалося на цілеспрямованому використанні анкет. Зокрема, розробляючи авторські анкети («Анкета для з'ясування розуміння МУФК важливості КЗ для професійної діяльності», Анкетування «Діагностика навчальної мотивації студентів», анкетування на основі методики незакінчених речень для діагностики стану сформованості компонентів КЗ (див. додаток 3)), ми виходили з того, що анкета є «впорядкований за змістом та формою набір запитань, підготовлених у

вигляді опитувального листа» [566, с. 136]. Цей метод обрано з огляду на такі переваги, як: оперативність проведення (за короткий час здійснювали опитування значної кількості респондентів); можливість отримати письмові відповіді респондентів на чіткі запитання, що поставлені в анкеті [164].

Суттєвим позитивним ефектом для дослідження формування КЗ у МУФК володіло *тестування*, що передбачало використання стандартизованих методик, які мали визначену шкалу значень. Нами використані такі тестові методики, як: тест на визначення рівня рефлексії (за Є. Роговим в авторській модифікації); тестова методика діагностики спрямованості на успіх Т. Елерса; тест «Ціннісні орієнтації» (М. Рокича) т ін. (див. додаток 3). Проведені нами тестування дали змогу визначити дійсний рівень розвитку конкретного показника КЗ, на які вони були спрямовані та на основі шкали що є у тестовій методиці чітко проранжувати відповіді. Відзначимо, що у технологічному аспекті процес тестування складався із трьох *етапів*:

- 1) вибір конкретної тестової методики;
- 2) процедура безпосереднього проведення тестування на основі чіткого дотримання інструкції;
- 3) інтерпретація отриманих під час тестування результатів

Зупинимось на характеристиці методів *теоретичного* дослідження, які були використанні у нашій практичній діяльності. У цьому контексті відзначимо, що на основі процедури *ідеалізації* нами було відображено ідеальний образ МУФК, який володіє високим рівнем КЗ за усіма показниками. Такий метод відповідав меті – позбавив негативних рис та якостей, та окреслив площину для реалізації у неперервній професійній підготовці авторської системи, що спрямована на забезпечення максимальній кількості МУФК високого рівня сформованості КЗ за усіма показниками. На основі використання методу *екстраполяції* ми змогли розповсюдити закономірності та тенденцій, які спостерігаються на певному часовому інтервалі (навчання в магістратурі), на інший часовий інтервал (навчання в

бакалавраті). Суть методу екстраполяції на якісному рівні полягала у можливості вивчення історії формування КЗ та перенесення закономірностей цього процесу в минулому і теперішньому на майбутнє.

Позитивний ефект від *формалізації* полягав у тому, що вона дала нам можливість перебудувати структуру теоретичної інформації про КЗ у методологічну площину та закріпила практичні шляхи, внаслідок чого теорія набула практичного сенсу, де кожна наступна дія логічно впливала з попередньої. Саме формалізація забезпечила узагальнення практичної діяльності щодо розв'язання пізнавальних питань, які пов'язані із формуванням КЗ, а також надала чіткої однозначності розумінню структури (компонентів, критеріїв, показників) КЗ.

Аксиоматичний метод, ми розглядали як метод побудови наукової теорії, яка стосується формування КЗ коли певні твердження сприймалися без доведення (тобто як аксіоми), а усі інші знання виводяться з них відповідно до певних логічних правил. Так, як аксіому ми розглядали твердження «Високий рівень КЗ – сприяє вдосконаленню професійної діяльності МУФК», а тому, відповідно до цього твердження, ми розробляли практичні шляхи, які б були спрямовані на вдосконалення КЗ під час неперервної професійної підготовки студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) у ЗВО.

Наше педагогічне дослідження починалося із *вивчення літературних джерел* з проблем, які стосувалися КЗ та професійної підготовки МУФК у ЗВО. До найважливіших джерел, на які було зроблено головний акцент, відносимо: праці видатних представників педагогіки, дисертації, монографії, наукові звіти, статті, навчальні, навчально-методичні посібники і підручники. Причому ми прагнули вивчати наукові доробки за останні 10 років, беручи до уваги те, що в сучасному світі інформація має тенденцію до швидких та кардинальних змін. Зокрема, у практичній діяльності було використано такі види бібліографічного пошуку, як: хронологічний, зворотно-хронологічний, порівняльно-хронологічний. Так, хронологічний використовували для того,

щоб з'ясувати як саме розвивалося вивчення наукових дефініцій «здоров'я», «культура здоров'я», коли з'явилися перші дослідження з цих питань, і що накопичено до нинішнього часу. Під час вивчення компонентно-структурного аналізу КЗ МУФК нами було використано зворотно-хронологічний пошук, який забезпечив чіткий аналіз новітніх досліджень, щоб потім проаналізувати більш ранні. Порівняльно-хронологічний спосіб ми застосовували для вивчення основних детермінантів професійної підготовки МУФК. Він дав можливість простежити розвиток декількох точок зору та концепцій щодо цінності КЗ у професійній діяльності МУФК. У технологічному аспекті, опрацьовуючи літературні джерела, ми робили виписки, анотації та застосовували конспектування.

Суттєвий позитивний ефект для нашого наукового дослідження мав такий метод як *моделювання*, який ґрунтувався на застосуванні моделі як засобу наукового пошуку. Як наслідок такої нашої діяльності розроблено структурно-функціональну модель системи формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки, а також змодельовано практичні шляхи, які є найефективніші під час формування КЗ у МУФК.

Доволі вагомими були методи, що застосовувалися як на емпіричному і теоретичному рівнях. До цих методів, насамперед, належить *абстрагування, аналіз, синтез, індукція, дедукція*. Так, абстрагування це одна із сторін пізнання, коли відбувається перехід від почуттєвого сприймання до уявного образу. Нами використовувалися такі види абстрагування як ототожнення (утворення понять, шляхом об'єднання предметів, пов'язаних відношеннями типу рівності в особливий клас) та ізолювання (виділення властивостей і відношень, нерозривно пов'язаних з предметами, і позначення їх певними назвами, що надає абстракціям статус самостійних предметів). У практичній площині абстрагування у нашому дослідженні передбачало такі два етапи:

– виділення найбільш важливого в процесі формування КЗ у МУФК в процесі неперервної професійної підготовки в ЗВО і встановлення залежності досліджуваних явищ від різних зовнішніх та внутрішніх факторів;

– реалізацію можливостей абстрагування на основі того, що один об'єкт замінюється іншим, більш простим, котрий виступає «моделлю» першого.

Аналіз, як метод пізнання, дозволив нам, певним чином, розкласти предмети дослідження на конкретні складові частини. Застосування аналізу було спричинене метою дослідження – теоретико-методологічному обґрунтуванні та експериментальній перевірці дієвості системи формування КЗ у МУФК на засадах неперервності та наступності. Як результат аналіз дозволив здійснити більш ґрунтовніше пізнання складових частин як елементів складного цілого. Зокрема, на основі аналізу ми змогли розкласти КЗ на конкретні компоненти (мотиваційно-ціннісний, інформаційно-пізнавальний, організаційно-діяльнісний, особистісно-емоційний, рефлексивно-оцінювальний); виокремити у кожному компоненті критерії, а також ще визначити по два конкретних показники.

Синтез дав нам можливість чітко поєднати окремі частини чи сторони об'єкта в єдине ціле. Тобто, у практичному аспекті ми виходили з тих міркувань, що синтез об'єднує ціле. Зокрема, на основі синтезу ми змогли вибудувати цілісну структурно-функціональну модель системи формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки на основі поєднання та взаємоузгодження конкретних блоків (цільовий, методологічний, змістовий, організаційний, результативний) та складових частин у цих блоках у єдине ціле.

Індукція (у перекладі з латинської мови означає наведення) базується на умовиводах від часткового до загального, від окремих фактів до цілих узагальнень, коли на основі знань про частини предметів класу робиться висновок про клас у цілому. На основі індуктивного аналізу нами здійснювався перехід від окремих фактів до загальних положень. Зокрема, проектування концепції професійної підготовки МУФК з високим рівнем КЗ на засадах неперервності та наступності відбувалося на основі цілеспрямованого використання індукції, що дозволило узагальнити в єдине

ціле такі складові, як: мета, основні завдання, конкретні орієнтири, структурні елементи, основоположні засади, теоретико-методологічні аспекти, засадничі площини, конкретні принципи діяльності, практичний зміст та пріоритетні напрями. Також на основі індуктивного аналізу було підібрано спектр організаційно-педагогічних умов формування КЗ у МУФК.

Дедукція (у перекладі з латинської мови означає виведення) розглядалася нам як умовивід, у якому висновок робиться на основі знання про загальні властивості усієї множини. Змістом дедукції як методу пізнання є застосування загальних наукових положень при дослідженні конкретних явищ. Дедуктивним є умовивід, що передбачає доведення твердження з одного, або кількох тверджень на основі законів логіки, що мають достовірний характер. Використовуючи дедуктивні умовиводи ми змогли обрати спектр наукових принципів та концептуальних підходів реалізації системи формування КЗ студентів факультетів фізичного виховання.

Особливе значення для нашого дослідження мав *метод педагогічного експерименту*, що передбачав створення специфічних умов та організацію цілеспрямованої роботи щодо формування КЗ у МУФК. При проведенні педагогічного експерименту ми цілеспрямовано спостерігали за кількісними та якісними змінами стану сформованості КЗ у студентів у процесі експериментальних заходів. У методологічному контексті була врахована думка Н. Тверезовської [504] про те, що експеримент означає науково поставлений дослід, що передбачає цілеспрямоване спостереження досліджуваного явища у певних умовах, які дозволяють спостерігати за ним і багаторазово відтворювати його при повторенні цих умов. Тобто, саме експеримент науковці [223; 240; 252; 500; 566; 569] одноголосно розглядають у якості основи для наукового дослідження, що дає можливість отримати нові наукові знання. Вважаємо, що правильно та науково виважено організований педагогічний експеримент дасть можливість стежити за ходом професійної підготовки МУФК у ЗВО та системно керувати ним.

До головних переваг експерименту під час формування КЗ у МУФК ми віднесли наступні:

- по-перше, чітко встановити стан сформованості усіх показників КЗ як на початку, так і в кінці дослідження;
- по-друге, дав можливість досліджувати вплив КЗ на формування професіоналізму МУФК;
- по-третє, дозволив різносторонньо підійти до вивчення практичних шляхів формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки в ЗВО, усунувши побічні фактори;

Педагогічний експеримент охоплював констатувальний та формувальний етапи. У нашому випадку і констатувальний і формувальний експеримент базувався на такій етапності практичних дій:

1. Ідентифікації проблеми, яку необхідно системно вивчити.
2. Формулювання гіпотез та постановка мети експерименту.
3. Конструювання загального плану організації експерименту.
4. Безпосереднє проведення експерименту.
5. Збір та обробка отриманих експериментальних даних.
6. Проведення кількісного і якісного аналізу результатів експерименту, їх наукова інтерпретація, узагальнення, аналіз та розробка подальших практичних дій.

На констатувальному етапі педагогічного експерименту було визначено стан сформованості КЗ у МУФК на основі комплексного моніторингового дослідження. Його результати та аналіз представлено у параграфі 5.1. Зокрема, констатувальний етап допоміг нам з'ясувати основні прогалини у діяльності щодо формування КЗ майбутніх фахівців, що навчаються в ЗВО за спеціальністю 014.11 Середня освіта (фізична культура), а також дозволив уточнити складові системи формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки і удосконалити навчально-методичний супровід.

Формувальний етап експерименту передбачав впровадження авторської системи формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. Під час його проведення здійснено порівняння рівнів сформованості КЗ у МУФК контрольної (далі – КГ) та експериментальної (далі – ЕГ) груп на початку та в кінці формувального етапу експерименту. Дослідження дало нам можливість з'ясувати ефективність проведеної роботи зі студентами, що здобувають фах учителя фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО на основі впровадження авторської системи.

Методика формувального етапу дослідження охоплювала вибір суб'єктів (формування КГ та ЕГ) і предмета (формування КЗ), розробку плану експериментальної роботи, експериментальну перевірку авторського бачення на підставі впровадження системи формування КЗ у МУФК в процесі неперервної професійної підготовки, а також аналіз, узагальнення та інтерпретацію отриманих результатів, їх перевірку на основі використання методів математичної статистики.

З технічної сторони, формувальний етап експериментального дослідження проведено на базі кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Зважаючи на той факт, що провідною ідеєю нашого дослідження є неперервна підготовка МУФК у ЗВО з першого по четвертий курс та вдосконалення КЗ під час навчання в магістратурі, то експериментальне дослідження тривало 5,5 років. До експерименту залучалися лише МУФКякі навчалися на стаціонарній формі навчання. Кількісно учасники КГ та ЕГ представлено у табл. 5.4

Розподіл студентів у контрольні та експериментальні групи

ОКР «БАКАЛАВР»			
час вступу 2012 р./ назва групи/ к-ть		час вступу 2013р./назва групи/к-ть	
101 (Фізичне виховання)	25 студенти	101 (Фізичне виховання)	24 студентів
102 (Фізичне виховання)	23 студенти	102 (Фізичне виховання)	24 студентів
103 (Фізичне виховання)	23 студенти	103 (Фізичне виховання)	23 студентів
<i>Контрольні групи</i>		<i>Експериментальні групи</i>	
ОКР «МАГІСТР»			
час вступу 2015 р.		час вступу 2016 р.	
502 м (Фізичне виховання)	12 студентів	506 м (Середня освіта (Фізична культура)	10 студентів
<i>Контрольна група</i>		<i>Експериментальна група</i>	

Чисельно у КГ об'єднано 71 бакалаврів та 12 магістрантів, а у ЕГ 71 бакалаврів та 10 магістрантів. Відзначимо, що часові рамки для проведення експерименту у КГ були встановлені з вересня 2012 р. по грудень 2016 р., а студенти з ЕГ були задіяні в дослідженні з вересня 2013 р. по грудень 2017 р. Загальна кількість респондентів у КГ становить 83 особи, а у ЕГ було 81 особа з числа студентів та 21 викладач кафедри фізичної культури та основ здоров'я. Під час проведення педагогічного експерименту ми, насамперед, прагнули об'єктивно з'ясувати на основі першого діагностичного зрізу (вхідний контроль) початковий стан сформованості КЗ у МУФК відповідно до розроблених критеріїв і показників. Для цього було використано ті ж діагностичні методики, що й етапі констатувального експерименту (табл. 5.1, додаток 3). Для забезпечення об'єктивності в усіх групах було застосовано одні й ті ж завдання. Усі студенти були приблизно в однакових умовах (вікові та гендерні показники), дослідження проводили за однією методикою. У табл. 5.5 представлено результати вхідного контролю.

**Результати розподілу студентів за рівнями сформованості культури
здоров'я (вхідний контроль), n = 164 (КГ – 83, ЕГ – 81)**

Компоненти	Групи	Високий		Достатній		Середній		Низький	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
Мотиваційно-ціннісний	КГ	3	3,61	14	16,87	22	26,51	44	53,01
	ЕГ	3	3,70	13	16,05	24	29,63	41	50,62
Інформаційно-пізнавальний	КГ	3	3,61	14	16,87	25	30,12	41	49,40
	ЕГ	2	2,47	12	14,81	23	28,40	44	54,32
Організаційно-діяльнісний	КГ	2	2,41	14	16,87	21	25,30	46	55,42
	ЕГ	2	2,47	13	16,05	22	27,16	44	54,32
Особистісно-емоційний	КГ	3	3,61	11	13,26	25	30,12	44	53,01
	ЕГ	3	3,70	10	12,35	26	32,10	42	51,85
Рефлексивно-оцінювальний	КГ	2	2,41	15	18,07	20	24,10	46	55,42
	ЕГ	2	2,47	13	16,05	19	23,46	47	58,02
Загальні результати	КГ	3	3,61	14	16,87	22	26,51	44	53,01
	ЕГ	2	2,47	12	14,81	23	28,40	44	54,32

Узагальнені результати, які представлені у табл. 5.5, засвідчили декілька фактів, по-перше, на першому курсі МУФК мають доволі низькі результати сформованості усіх компонентів КЗ; по-друге, відсоток студентів з високим рівнем сформованості КЗ незначний (від 2,47 % до 3,61 %); по-третє, сформованість показників у студентів КГ та ЕГ практично ідентичні.

У додатковому аспекті для підтвердження однакового якісного складу ЕГ і КГ було використано *критерій Колмогорова-Смірнова* [240; 252; 444]. Його було обрано з огляду на те, що обсяги розглянутих вибірок були значними $n_1 \geq 50$, $n_2 \geq 50$ (у нашому дослідженні $n_1=83$, тоді як $n_2=81$). Цей коефіцієнт дозволив зіставити два емпіричних розподіли. Запропонований критерій визначив точку, в якій сума накопичених розходжень між двома розподілами є найбільшою (d_{\max}), а також дозволив оцінити достовірність такого розходження. Математичні обрахунки значення d_{\max} для узагальнених результатів, які отримано на початку формувального експерименту (вступний контроль) представлено у табл. 5.6.

Розрахунок значення d_{\max} для загальних результатів сформованості культури здоров'я у студентів на початку формувального експерименту

Рівні сформованості культури здоров'я на початку експерименту	Емпірична частота КГ	Емпірична частота ЕГ	Емпірична частість КГ f_1	Емпірична частість ЕГ f_2	накоп. част. за модулем (d_j)
Низький	44	44	0,530	0,543	0,013
Середній	22	23	0,265	0,284	0,019
Достатній	14	12	0,169	0,148	0,021
Високий	3	2	0,036	0,025	0,011
Сума	$n_1 = 83$	$n_2 = 81$	1	1	–

Отже, $d_{\max} = 0,021$. Для розрахунку емпіричного значення критерію λ використовували формулу:

$$\lambda_{\text{емп}} = d_{\max} \cdot \sqrt{\frac{n_1 \cdot n_2}{n_1 + n_2}}, \quad (5.1)$$

де n_1 та n_2 – кількість студентів в КГ та ЕГ відповідно.

У нашому дослідженні обрахунки були такими:

$$\lambda_{\text{емп}} = 0,021 \cdot \sqrt{\frac{83 \cdot 81}{83 + 81}} = 0,134$$

Отже, для того, щоб зробити висновок про схожість даного критерію між двома групами (КГ та ЕГ), було проведено порівняння експериментального значення критерію з його критичним значенням, що визначається за спеціальною таблицею, виходячи з рівня значущості. Як нульову гіпотезу приймемо твердження про те, що порівнювані групи відрізняються несуттєво одна від одної. При цьому нульову гіпотезу слід прийняти в тому випадку, якщо значення критерію не перевищує його критичного значення. Табличне значення $\lambda_{\text{кр}} = 1,36$ ($p \leq 0,05$). Можемо констатувати, що на підставі правила прийняття рішення для критерію Колмогорова-Смірнова відмінності у розподілах студентів КГ та ЕГ за рівнями сформованості КЗ не є статистично значущими, оскільки

$\lambda_{емт} < \lambda_{кр}$ ($0,134 < 1,36$) на рівні значущості $p \leq 0,05$. Тобто, студенти груп КГ та ЕГ не мають суттєвих відмінностей, які би були статистично достовірними.

Використання методів математичної статистики під час обробки отриманих результатів (*критерій Колмогорова-Смірнова*) дозволило з'ясувати, що у КГ та ЕГ на початку формувального етапу педагогічного експерименту (вхідний контроль) якісні та кількісні характеристики щодо сформованості КЗ у МУФК не мають достовірних статистично значимих розходжень, а тому зазначені групи є практично ідентичні стосовно стану сформованості КЗ. Саме ці аргументи було покладено в основу, того, що ці групи доцільно обрати часниками формувального етапу експериментального дослідження.

Зупинимося на висвітленні практичної діяльності, яка здійснювалася в ЕГ по впровадженню авторської системи формування КЗ у МУФК.

5.3 Формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури на формувальному етапі експерименту

З метою якісної діяльності по реалізації системи формування КЗ у МУФК, які навчаються у ЕГ на початку формувального експерименту нами було розроблено попередній план та визначено завдання науково-педагогічному складу кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Так, перед початком експериментальної роботи ми провели консультації із викладачами щодо практичної діяльності з формування КЗ та впровадження авторської системи. Головний акцент було зроблено на вдосконалення викладання студентам ЕГ у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО дисциплін циклу професійної підготовки («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я»,

«Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я»») – у бакалавраті; «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я» – у магістратурі). Зокрема було внесено необхідні зміни в зміст, організацію і методику навчальних занять відповідно мети та завдань формування КЗ у МУФК. Ми роз'яснили студентам ЕГ мету та завдання педагогічного експерименту, провели індивідуальні бесіди та інтерв'ювання.

Під час формувального експерименту в ЕГ планомірно впроваджено авторську систему, орієнтовану на формування у МУФК належного рівня КЗ. Відзначимо, що у КГ навчання було організовано за традиційними методиками, викладачі не звертали підвищеної уваги на формування КЗ, а вели традиційну підготовку.

Так, перед тим, як розпочинати пояснення нового матеріалу, ми обов'язково проводили процедуру мотивації у три етапи: початковий, поточний, заключний. Причому початкова мотивація проходила на початку розгляду нової дисципліни, яка була спрямована на формування КЗ. Наприклад, студентам пояснювали важливість та необхідність даного предмету для формування КЗ. У даному разі викликала зовнішня та внутрішня мотивації. Під час викладання тем постійно зверталася увага студентів ЕГ на можливості використання отриманих знань у професійній діяльності. Такі елементи посилювали внутрішню мотивацію на основі поступового усвідомлення практичної значущості отримуваних знань, умінь та навичок. По завершенні вивчення навчальної дисципліни ще раз звертали увагу на практичне використання із залученням до обговорення студентів. При такому підході студенти змогли самостійно переконатися у теоретичних та практичних можливостях питань, які вивчалися для формування КЗ, а

також продемонстрували розуміння та значущість отриманої інформації для реалізації професійної діяльності МУФК. Під час проведення практичних занять викладачі наводили реальні приклади та давали завдання професійно спрямованого характеру, що безпосередньо впливали на мотивацію потреби у формуванні належного (високого і достатнього) рівня КЗ МУФК.

Такі практичні шляхи мотивації ціннісного відношення до КЗ по-перше, вплинули на підвищення рівня фізичного розвитку студентів; по-друге, стимулювали зацікавленість в систематичній навчально-пізнавальній діяльності з метою формування КЗ; по-третє, спонукали студентів до самостійних дій щодо збереження власного здоров'я. У додатку Г представлено *програму розвитку ціннісного ставлення до КЗ у МУФК з ЕГ*. В її основу покладено авторське уявлення про механізм впливу мотивації на процес вдосконалення мотиваційно-ціннісного компоненту КЗ.

З огляду на різноманіття уявлень про феномен КЗ в рамках запропонованої програми МУФК студентам пропонувалося прийняти КЗ не тільки як особистісну цінність, але і як сферу майбутньої професійної діяльності; зрозуміти, що собою представляє здоровий спосіб життя, проаналізувати власний досвід у формуванні КЗ, визначити власний ідеал і розробити власний план, що охоплює практичні дії по формуванню КЗ. Така практична діяльність у ЕГ дозволила всебічно дослідити аксіологічний потенціал КЗ та перевести ціннісні позиції в практичну площину. В рамках програми відбувалося звернення до КЗ як цінності у діяльності учителя, який організовує ФВ. Студентам пропонувалося для збагачення процесу формування КЗ виділити сутнісні характеристики мотиваційної сфери КЗ, визначити основні шляхи вдосконалення мотивації, проаналізувати особливості деонтологічної тактики під час практичної діяльності у зазначеній площині, виділити основні правила ефективного формування КЗ та проаналізувати фактори, які мають негативний вплив на формування КЗ.

Отже, для студентів ЕГ перший етап – діагностичний передбачав вивчення особливостей вихідного (початкового) стану розуміння студентами

КЗ як ціннісної характеристики. У цьому контексті були проведено опитування, анкетування, які дозволили встановити початкове відношення до КЗ як цінності у МУФК. Організація та проведення другого *етапу (змістового)* дала можливість проаналізувати систему індивідуальних характеристик, що впливають на ефективність процесу розвитку ціннісного ставлення студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура) до КЗ на різних етапах професійної підготовки у ЗВО (бакалавр, магістр). Нами здійснено вибір найбільш ефективних індивідуальних характеристик, що мають вплив на розвиток ціннісного ставлення до КЗ і методик для їх вивчення. Значна увага приділялася вибору центральної детермінанти ставлення до КЗ, а також розробці узагальнених підходів до змісту індивідуальних характеристик майбутніх фахівців щодо їхнього ціннісного ставлення до КЗ. *Третій етап (практичний)* носив практичне спрямування на формування ціннісного ставлення до КЗ в ході неперервної професійної підготовки МУФК. Нами були сформульовані цілі практичної роботи, розроблено творчі мотиваційні завдання із навчальних дисциплін («Вступ до спеціальності», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя») та у магістратурі («Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні, авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я»), а також здійснено розробку тематичного планування розвитку ціннісного ставлення до КЗ.

Для системної діяльності з формування КЗ у ЕГ ми здійснили міждисциплінарну інтеграцію, яку розглядаємо як вагому методологічну основу для вдосконалення теоретичної складової професійної підготовки МУФК, що впливає на вдосконалення показників інформаційно-пізнавального компоненту КЗ. Формування інтеграційного знання у студентів ЕГ здійснювалося в умовах спеціальним чином організованого освітнього процесу, що передбачав зближення суміжних дисциплін, за рахунок їх конвергентності, яка базувалася на виокремленні спільного в

структурі, функціях і підборі навчальних елементів під час формування КЗ. Зокрема, під нашим керівництвом було проведено інтеграцію загальнообов'язкових екзаменаційних дисциплін у бакалавраті («Анатомія людини» (5 кредитів, 1 семестр); «Гігієна» (3 кредити, 1 семестр); «Психологія» (4 кредити, 2 семестр); «Фізіологія людини» (4 кредити, 3 семестр); «Педагогіка з основами педмайстерності» (5 кредитів, 3 семестр)), та залікових («Етика спілкування у педагогічному процесі» (3 кредити, 5 семестр); «Основи медичних знань» (3 кредити, 6 семестр); «Соціологія» (3 кредити, 7 семестр)), які мали суттєвий вплив на формування когнітивної бази КЗ, дали можливість визначити актуальність впровадження сучасних засобів, форм, методів навчання, розробки освітніх технологій і нових методичних підходів до організації освітнього процесу. При цьому важлива роль у формуванні інтегративних знань відводилася міждисциплінарним зв'язкам, що дозволило забезпечити міждисциплінарну інтеграцію навчального матеріалу, завдяки якій було створено можливість узагальнення знань з кожної дисципліни.

Окреслений вище спектр дисциплін створив міцний фундамент для формування КЗ у МУФК з ЕГ, усі вони сприяли розширенню і поглибленню теоретичних знань у питаннях КЗ, збагатили загальний світогляд, сприяли кращому усвідомленню цінностей КЗ. Усе це в комплексі мало вагомий позитивний вплив на формування інформаційно-пізнавального компоненту КЗ студентів ЕГ. Так, найбільший вплив отримано при цілеспрямованому формуванні КЗ в рамках дисциплін професійної та практичної підготовки у бакалавраті («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я») та магістратурі («Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні»,

«Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я»). З практичної точки зору під час неперервної професійної підготовки МУФК в ЕГ на засадах міждисциплінарної інтеграції знань було узгоджено програми викладання цих дисциплін з метою уникнення повторів та удосконалено методичне забезпечення. Дисципліни професійної та практичної підготовки суттєво розширили світогляд МУФК, забезпечили передачу культурно-історичного досвіду про збереження і зміцнення здоров'я на основі використання засобів ФВ, дозволили проводити заняття на основі здоров'язберезувальних технологій та ознайомили з сучасними методами, способами, прийомами і засобами організації фізичного виховання у навчальних закладах різного типу.

Для практичної реалізації системи вагома роль відведена тренінгам. Приймаючи участь у тренінгах, студенти ЕГ мали змогу активно стимулювати розумову, емоційну, соціальну, фізичну активність на основі невимушеного обміну інформацією, досвідом між усіма учасниками та тренером. Так, МУФК мали реальну змогу здобути нові та позитивні враження, розширити інноваційний життєвий досвід щодо практичних шляхів формування конативної складової, що відповідає за стан сформованості показників організаційно-діяльнісного компоненту КЗ.

У практичному контексті, під час розробки та проведення тренінгу головний акцент було зроблено на підвищення значущості одержуваної теоретичної інформації про здоров'я у цілому та формування практичних умінь і навичок КЗ, зокрема. Тренінгові заняття були спрямовані на самопізнання, розширення уявлень про обрану професію учителя фізичної культури та потребу у високому рівні КЗ під час реалізації професійної діяльності щодо організації фізичного виховання та розвиток індивідуальної творчості під час формування як власної КЗ, так і КЗ своїх вихованців на основі використання інтерактивних методів.

В основу тренінгового заняття покладено такі *принципи*, як активність, творчість, об'єктивація, партнерське спілкування [191]. Насамперед відзначимо, що викладач-тренер на початку чітко обумовив правила поведінки студентів у тренінговій групі. До найбільш поширених правил віднесено:

- єдина форма звертання (рівні права кожного учасника);
- персоніфікація висловлювань (лише власна позиція);
- повага до кожного (кожен має можливість вільно висловитися);
- толерантність (відсутність необґрунтованої критики та образ).

У практичному контексті було впроваджено ідеї проблемності, колективної діяльності та діалогічності під час тренінгу, що сприяв формуванню у МУФК показників організаційно-діяльнісного компоненту КЗ. Для отримання максимального позитивного результату під час проведення тренінгу ми брали до уваги такі *аспекти*: вироблення практичних умінь на основі імітації реальних подій, які можуть виникати у професійній діяльності МУФК; активна взаємодія усіх студентів між собою на основі активного групового спілкування.

Зокрема з практичної точки зору для того, щоб сформувати у студентів ЕГ практичні уміння та навички формування КЗ, пропаганда здорового способу життя та використання здоров'язберігаючих технологій у майбутній професійній діяльності нами було розроблено та проведено цикл *тренінгових занять* (10 занять) на тему: «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова діяльності учителя фізичної культури» (Додаток Ж). Головна *мета* тренінгу – розширення теоретичної бази знань та надання учасникам тренінгу достовірної та валідної інформації про здоров'я, КЗ, здоровий спосіб життя та потребу у здоров'язберігаючих технологій у професійній діяльності МУФК. За порадою Г. Мешко [284, с. 333], діяльність студентів під час тренінгу спрямовувалася на реалізацію чотирьох «ес»:

1)самопізнання→2)самоприйняття→3)саморозкриття→4)саморозвиток

До основних завдань віднесено:

1) Створити комфортну психологічну атмосферу, яка мотивує МУФК до розвитку практичних умінь і навичок.

2) Актуалізувати відчуття важливості КЗ та потребу у її формуванні ще під час неперервної професійної підготовки МУФК у ЗВО.

3) Поглибити теоретичні знання студентів про КЗ, здоровий спосіб життя та здоров'язберігаючі технології у професійній діяльності МУФК.

4) Розкрити роль основних факторів, що позитивно та негативно впливають на процес формування КЗ.

Основними елементами кожного тренінгового заняття були вступна, основна та заключна частини. Тренінг створював належні умови для розвитку у МУФК комунікативності та рефлексивності як вагомих особистісних та професійних якостей. Участь студентів ЕГ у тренінгу сприяла формуванню практичних умінь відкрито висловлювати свою позицію, розповідати про свої труднощі, допомогла налагодити прийоми активного слухання. Так позитивно МУФК відгукувалися про такі вправи як «Для мене бути здоровим означає...», «Мікрофон», «Квітка-порада», «Модель здоров'я», а також про мозковий штурм «Що таке культура здоров'я?» та ін. МУФК наголошували під час усних бесід, що такі практичні вправи спонукали їх до оволодіння практичними навичками збереження, зміцнення та збереження здоров'я та дозволили створити оптимістичну перспективу щодо можливості формування високого рівня КЗ.

У системній діяльності щодо формування КЗ вагому роль відіграє здоров'язберігаюче середовище навчального закладу. Саме таке середовище дозволило студентам ЕГ самостійно визначати і формувати свої ціннісні орієнтації та переконання, бажання і потреби, цілі та засоби їх досягнення під час формування КЗ. Домінанта такого середовища під час неперервної професійної підготовки МУФК передбачала його спрямованість на саморозвиток КЗ як особистісної цінності та важливість творчого підходу у цій площині. Головним пріоритетом у формуванні здоров'язберігаючого освітнього середовища була організація належних умов для самореалізації

МУФК у різних видах освітньої діяльності, засвоєння способів використання набутих знань на практиці для розв'язання проблем, що виникають під час формування показників особистісно-емоційного компоненту КЗ.

Процес засвоєння МУФК цінностей здоров'язберігаючого освітнього середовища відбувається поетапно. На основі аналізу напрацювань І. Добрянського та І. Кузнєцової [124, с. 53–55] були виокремлені чотири стадії (початкова, терпимості, акомодациї, асиміляції) впливу середовища на студентів. Як свідчить практика, на початковій стадії студенти з ЕГ усвідомили, як вони мають діяти, однак ще не були повністю готові визнати та прийняти систему цінностей нового середовища, а тому час-від-часу дотримувалися колишньої системи цінностей. Ця стадія спостерігалася під час навчання на 1-2 курсах. Наступна стадія – стадія терпимості (3 рік навчання), коли студенти та нове середовище виявляли взаємну терпимість до систем цінностей та зразків поведінки один одного. На стадії акомодациї (4 курс навчання) відбувалося визнання та прийняття студентами тих цінностей, що транслуються здоров'язберігаючим освітнім середовищем. Зазначимо, що кожен МУФК виступав на цій стадії у якості активного носія цінностей культурного простору, що допомогло адаптуватися в суспільстві та створити власні, автономні форми активності під час формування КЗ. На стадії асиміляції (навчання в магістратурі) ми мали змогу спостерігати повний збіг систем цінностей практично усіх магістрантів ЕГ із вимогами здоров'язбережувального середовища. На цій стадії було створено умови для трансляції цінностей зміцнення і збереження здоров'я МУФК.

З'ясовано, що особистісні та професійні цінності МУФК щодо формування КЗ вибудовано у вигляді ієрархічної структури:

- 1) цінності-цілі фізичного, особистісного, професійного розвитку;
- 2) цінності-компетенції соціальної взаємодії та професійної діяльності;
- 3) цінності-норми щодо відповідності професійним вимогам.

З практичної точки зору здоров'язберігаюче середовище в контексті формування КЗ у МУФК з ЕГ було спрямоване на:

– засвоєння групових норм та ідеалів щодо зміцнення і збереження здоров'я та формування КЗ;

– задоволення потреби в збереженні та підвищенні самооцінки кожним студентом (ми цілеспрямовано публічно підкреслювали персональні динамічні успіхи кожного студента у формуванні КЗ);

– розвиток потреби в самопізнанні власної КЗ, шляхом використання анкет, тестів, діагностичних карт, ведення особистих щоденників;

– стимулювання пізнавальної потреби щодо збагачення особистісно-емоційної складової КЗ;

– зняття бар'єрів страху бути незрозумілим, формування впевненості в собі на основі захисту МУФК творчих проектів, дослідницької діяльності та практичних завдань, які висвітлювали бачення КЗ;

– розробка практичних завдань для саморозвитку кожного студента.

У авторській системі вагому роль відведено рефлексії як засобу формування КЗ, а тому під час організації освітнього процесу у студентів ЕГ основний акцент було зроблено на:

1) використання активних форм і методів навчання, реалізацію проблемно-творчих та дослідницьких проектів, що забезпечують самореалізацію МУФК в пізнавальній діяльності;

2) свідоме включення студентів в пізнавальний процес;

3) стимулювання активності, творчого саморозвитку і самовираження;

4) реалізацію в освітньому процесі суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

У дослідженні ми виходили з тих міркувань, що досягнення студентами належного рівня КЗ немислиме без усвідомлення себе як унікальності, неповторності, без процесу саморозвитку та самовдосконалення в процесі вирішення освітніх завдань. У цьому, власне, і полягав гуманістичний сенс нашої діяльності. Наголосимо, що для самореалізації МУФК необхідна наявність рефлексивних здібностей, що дозволяє вирішити три головних педагогічних завдання:

– по-перше, «Пізнати себе» (самопізнання допомагає вибрати здоровий спосіб для розвитку КЗ засобами ФВ);

– по-друге, «Прийняти себе» (прийняття себе, любов і повагу до себе з урахуванням усіх своїх недоліків, віра у власні можливості є запорукою міцного духовного і психічного здоров'я; прийняття себе дасть сили для позитивних змін, дозволить розвинути свою індивідуальну неповторність, допоможе впоратися зі своїми слабостями та дасть можливість досягти самоповаги та сформуванню високого рівня КЗ);

– по-третє, «Управляти собою» (жити, не шкодячи своєму організму передбачає вивчити себе і прагнути до вдосконалення засобами ФВ в межах можливого; управляючи собою треба вдосконалювати себе на основі усвідомлення власної індивідуальності, визначити себе творцем власного здоров'я та усвідомити потенція ФВ у формуванні КЗ.

Отже, на основі трьох механізмів рефлексії: «Пізнання себе», «Прийняття себе» та «Управління собою» відбувався вихід студентів ЕГ на оптимальний для кожного рівень сформованості КЗ.

З методологічної точки зору лекції, що читаються викладачами в рамках дисциплін професійної і практичної підготовки дозволили студентам по-перше, осмислити різні підходи до сутності поняття «культура здоров'я» з точки зору представників різних наук, по-друге, дали можливість задуматися над суперечливістю суджень в розумінні шляхів формування КЗ на основі використання засобів ФК, по-третє, порівняти різні підходи до здоров'язберігаючих технологій під час організації фізичного виховання. Поділяємо позицію Р. Раєвського [439] стосовно того, що під час вирішення завдань щодо формування КЗ необхідно враховувати збільшення темпу і обсягу навчальних навантажень у процесі неперервної професійної підготовки. Усе це опосередковано стимулювало рефлексію.

З метою реалізації авторської системи у неперервну професійну підготовку МУФК ЕГ впроваджувалися інноваційні педагогічні технології. Зокрема, визначальний акцент було зроблено на використанні *інтерактивних*

та проблемних методів. Зокрема, зміст проблемних лекцій будувався, головним чином, на спонуканні студентів до репрезентації креативних ідей, що стимулюють пошук нестандартного вирішення проблеми збереження та зміцнення здоров'я та перспективні шляхи формування КЗ. Так, під час читання проблемних лекцій викладачі звертали увагу на повноту реалізації мотиваційної (розвиток мотиваційної сфери); інформаційної (формування системи знань про КЗ); розвивальної (вдосконалення творчого мислення у контексті формування КЗ) функцій. Проблемні та інтерактивні лекції, як методичні орієнтири під час формування КЗ у студентів ЕГ дали можливість викладачам розглядати їх як активних суб'єктів, які здатні до самовдосконалення з урахуванням особистих мотивів, інтересів, ціннісних установок на формування КЗ. Як показали опитування викладачів та самих студентів ЕГ, використання інтерактивних та проблемних методів підвищило аналітичну діяльність та дали можливість для творчості. Адаптація та синтенція лекцій як основи формування теоретичної бази КЗ у МУФК здійснювалася через впровадження таких інноваційних прийомів як «мозкового штурму», імітаційного моделювання, «створення ситуації успіху», «заздалегідь запланованих помилок» та ін. Усі вони були націлені на стимулювання студентів до продукування креативних ідей. У додатку К наведено приклад лекції на тему «Поняття «здоров'я» та його види», що носить проблемний характер та читалася магістрантам під час вивчення спецкурсу. Зокрема пропонувалося розв'язати декілька проблем та дослідити певні проблемні ситуації та дати відповіді на проблемні запитання, а саме:

1. Проблемна ситуація: Данило сказав Сергію, що той занадто повільно росте і що йому слід звернути на це увагу. Сергій розхвилювався, оскільки не знав, як визначити, відповідає його фізичний розвиток віку чи ні. Що б ви порадили Сергієві?

2. Проблемне завдання: «Чи погоджуєтеся ви з твердженнями, що психічне здоров'я – основа щасливого життя і довголіття людини?»

3. Проблемне завдання: «Доведіть, що саме в духовній сфері визначаються світогляд людини, її ставлення до наукових ідей, моральних, естетичних та релігійних поглядів, формуються духовні цінності».

4. Проблемне запитання: «Чому соціально хвора, неуспішна в соціумі людина починає втрачати і своє фізичне здоров'я?».

Семінари та практичні заняття для студентів ЕГ ми організовували на основі методу дискусії, що передбачало обговорення суперечливих питань на основі вільного обміну думками, якими б несподіваними у контексті формування КЗ вони не були. Під час таких дискусій ми отримали можливість активно спрямовувати колективну думку та при потребі виправляти помилкові судження студентів. Відзначимо, що семінари та практичні заняття дискусійного характеру передбачали серйозну попередню підготовку. Наприклад, під час обговорення теми «Оздоровче і прикладне значення занять фізичною культурою і спортом» (навчальна дисципліна «Вступ до спеціальності») пропонувалося таке дискусійне питання: «Чи можна вважати ФК абсолютною панацеєю для зміцнення здоров'я?».

Як засвідчили студенти ЕГ доволі змістовною була дискусія під час обговорення теми «Поняття про здоровий спосіб життя» (навчальна дисципліна «Основи здорового способу життя»). До уваги МУФК з ЕГ було запропоновано дискусію на тему «Великий спорт та міцне здоров'я: «За» і «Проти»». Зауважимо що під час дискусії усі студенти, мали змогу проявити себе, аргументувати свою позицію та відстоювати власну точку зору.

З метою максимально повної реалізації авторської системи у професійну підготовку МУФК з ЕГ ми організовували семінарські заняття у формі *ігор*, під час яких використовували предметні (роздатковий матеріал, маркери, кольорова крейда, фліпчарти, таблиці, технічні засоби навчання) та методичні (методичні розробки і сценарії ігор) засоби. На практиці інтерактивні ігри ми організовували для студентів ЕГ у формі турнірів, вікторин, змагань. Головний елемент при цьому – організація змагання між командами. Оскільки однією з умов перемоги є швидкість і точність

відповіді, то участь у таких іграх сприяла розвитку уваги, кмітливості, уміння знаходити відповідь у нестандартній ситуації. Під час навчальних занять у формі змагання студенти ЕГ навчилися керувати своїми емоціями, активно сприймали навчальну інформацію. Під час гри відбувалося коригування самооцінки, підвищення віри у власні сили, що призвела до розвитку у МУФК з ЕГ теоретичної обізнаності щодо ролі КЗ у професійній діяльності.

Найбільше схвальних відгуків від МУФК з ЕГ отримано від впровадження інтерактивних ігор, які передбачали розігрування ролей та розв'язування *проблемних ситуацій*. Практична реалізація ігрової ролі вимагала від студентів додаткових знань у сфері КЗ, які здобувалися самостійно. Така самостійна робота позитивно вплинула на удосконалення умінь аналізувати та робити висновки. Виконання студентами ЕГ певної ролі під час участі у симулятивних віртуально-професійних інтерактивних іграх сприяло набуттю впевненості у собі та допомогло вдосконаленню професіоналізму, а також позитивно вплинуло на формування КЗ.

Позитивний ефект отримано від використання змістовно наповнених *мультимедійних* презентацій як під час лекцій так і під час семінарів та практичних занять у ЕГ. Зокрема, під час вивчення магістрантами такої навчальної дисципліни як «Основи здорового харчування» (3 кредити) нами розроблено цілий комплекс мультимедійних презентацій, а саме:

Тема 1: «Вода – джерело життя»;

Тема 2: «Здорове білкове харчування»;

Тема 3: «Здорове вуглеводневе харчування»;

Тема 4: «Користь та шкода від жирів»;

Тема 5 «Збалансований сніданок»;

Тема 6: «Клітинний голод та механізми його подолання»;

Тема 7: «Кислотно-лужний баланс»;

Тема 8: «Антиїжа та її шкода для організму»;

Тема 9: «Розрахунок харчової цінності продуктів харчування»;

Тема 10: «Метаболізм та очистка організму».

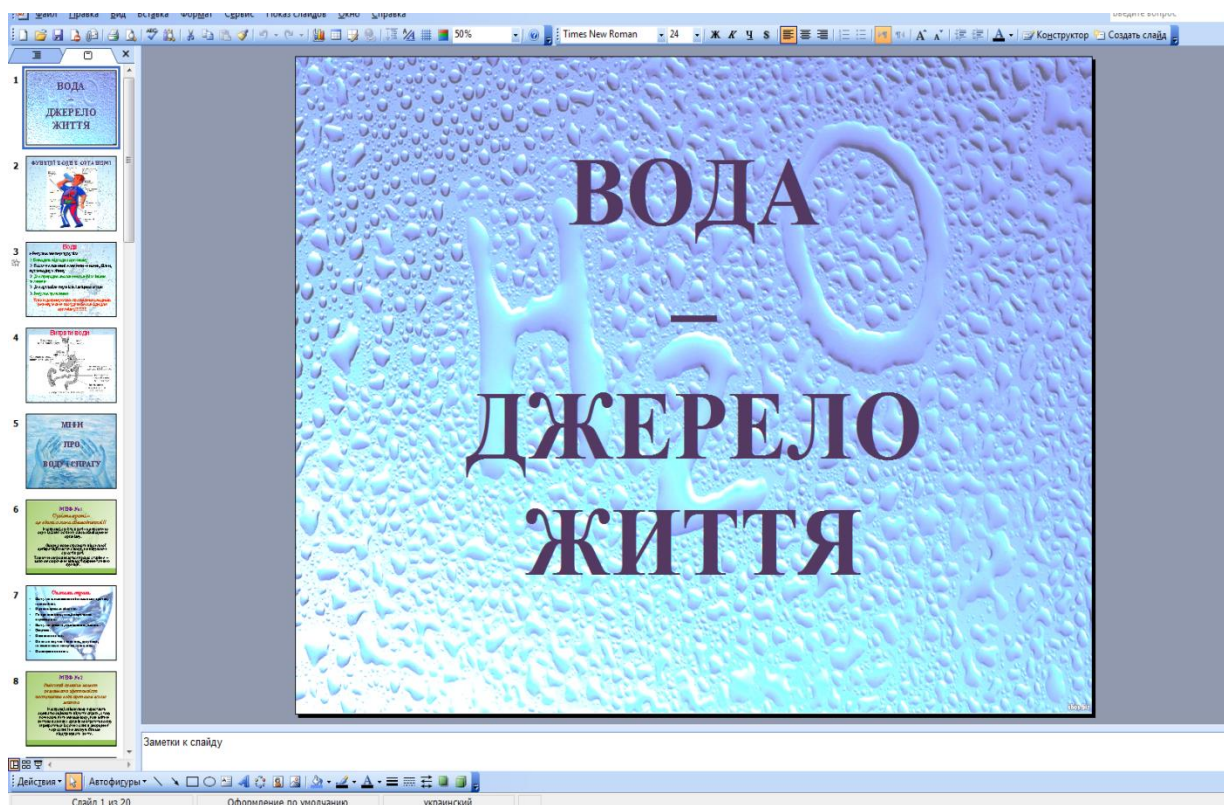


Рис. 5.3 Інтерфейс презентації на тему «Вода – джерело життя»

Як засвідчили опитування студентів з ЕГ, використання *мультимедійних* презентацій на лекційних, семінарських та практичних заняттях зробило процес засвоєння теоретичної інформації цікавим та практично орієнтованим, що суттєво допомогло зосередити увагу на методах та засобах активізації творчого мислення під час формування КЗ.

З практичної точки зору вагому роль під час формування КЗ у студентів, що навчались в ЕГ, відіграли такі *тренінгові* вправи, як: Мозковий штурм «Що таке культура здоров'я?», «Складаємо раціон», «Простір життя», «Перспективи ідеальної харчової піраміди», «Ключі до здорового способу життя» (спрямовані на пошук і розширення перспектив у формуванні КЗ); Вправа «Для мене бути здоровим означає...», «Професійний портрет», «Цінності професійної діяльності», «Притча: банка життя», «Життєве кредо» (впливали на формування позитивного образу професійної діяльності та стимулювали цілеспрямовану роботу над вдосконаленням цього образу); Міні-лекція: «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова учителя фізичної культури», вправи «Карта моїх цілей», «Модель здоров'я»,

«Професіограма», «Плюс і мінус», «Моя мета» (формування професійно вагомих якостей). У додатку Ж ми навели як приклад одного тренігового заняття з цілого комплексу, яке нами розроблено для студентів ЕГ з метою реалізації системи формування КЗ.

Під час організації практичної діяльності зі студентами ЕГ ми звертали вагому увагу на організацію самостійної роботи. Саме на основі самостійного опрацювання теоретичної інформації МУФК мали змогу суттєво розширити власні теоретичні знання та вдосконалити усі компоненти КЗ. Найбільшу вагу самостійна робота мала у професійній підготовці магістрантів, які уже за час навчання змогли опанувати найбільш ефективні форми та методи самостійної діяльності. У табл. 5.7 представлено перелік самостійної роботи, яку ми пропонували під час вивчення спецкурсу «Теорія і методика формування культури здоров'я», а у додатку Л відображена додаткова інформація щодо організації самостійної роботи у ЕГ.

Таблиця 5.7

Зміст самостійної роботи студентів під час вивчення спецкурсу «Теорія і методика формування культури здоров'я»

Номер та тема	Зміст самостійної роботи	К-ть год.
		СРС
Тема 1 Феномен культури здоров'я особистості	1. Розробити методичні рекомендації майбутнім учителям фізичної культури та основ здоров'я щодо загальних підходів до розуміння проблем формування КЗ; 2. Написати глосарій з теми	13/17
Тема 2 Поняття «здоров'я» та його види	1. Опрацювати лекційний матеріал; 2. Оформити глосарій до теми; 3. Написати у глосарій визначення науковцями (медиками, фізіологами, педагогами психологами) поняття «культура здоров'я» (не менше 20)	12/16

<p>Тема 3 Компоненти культури здоров'я та процес її формування</p>	<p>1. Опрацювати лекційний матеріал; 2. Виписати в таблицю компоненти культури здоров'я та авторів, зробити порівняльний аналіз; 3. Розробити методичні рекомендації майбутнім вихователям щодо методики формування культури здоров'я у дошкільному закладі</p>	<p>14/17</p>
<p>Тема 4 Технологія формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури та основ здоров'я</p>	<p>1. Опрацювати лекційний матеріал; 2. Розробити власну технологію формування культури здоров'я на основі використання засобів ФВ</p>	<p>12/17</p>
<p>Тема 5 Особливості ведення здорового способу життя</p>	<p>1. Опрацювати лекційний матеріал з теми; 2. Розробити методичні рекомендації студентам щодо ведення здорового способу життя; 3. Розрахувати ккал продуктів харчування за один день на основі дотримання усіх принципів здорового харчування</p>	<p>14/17</p>
Всього годин:		65/84

Як видно із табл. 5.7. навчальні матеріали для самостійної роботи у ЕГ містили елементи знакової наочності та мали різний характер (пояснювальний, предметний, інструктивний). Зокрема, матеріали предметного та пояснювального змісту виконували функцію джерела необхідних теоретичних знань про КЗ та передбачали практичні вказівки й пояснення щодо виконання складних завдань, матеріали методологічного характеру містили опис самостійних дій студентів.

Так, студенти ЕГ запропонували власні методичні рекомендації щодо практичних підходів до розуміння проблем формування КЗ, а також неординарними та креативними було визнано самостійне написання

гловарію, який безпосередньо висвітлює теоретичну та практичну площину КЗ, а також методичні рекомендації щодо ведення здорового способу життя.

Відзначимо, що значну роль у реалізації авторської системи формування КЗ у МУФК відіграла *науково-дослідна робота*. Так, під час її організації (виконання магістерських і курсових робіт, а також написання статей і тез) студентам, що навчалися в ЕГ, пропонувалася тематика, що безпосередньо стосувалася КЗ та практичних механізмів її формування на основі засобів фізичного виховання (Додаток М). Зокрема, одна із найцікавіших та найзмістовніших курсових робіт була виконана на тему «Формування культури здоров'я дітей старшого шкільного віку», а серед магістерських робіт найвищою оцінкою екзаменаційна комісія оцінила роботу, що розкривала теоретичні та практичні аспекти такої теми, як: «Оптимізація рухової активності та мотивація до здорового способу життя студентської молоді».

Зокрема у ході організації науково-дослідної роботи у ЕГ викладачі системно та цілеспрямовано використовували метод *проектів*. Так, в процесі професійної підготовки МУФК застосовувалися різні види проектів (дослідницькі, творчі, інформаційні, практико-зорієнтовані). Студенти самостійно розподілялися на групи по 5-6 осіб, пізніше група самостійно обирала тему (проблему), яка була актуальною та представляла цінність для професійної діяльності МУФК та була вагома для формування КЗ. Під час вивчення навчальних дисциплін «Загальна теорія здоров'я» (4 кредити, 7 семестр) та «Методика викладання предмету «Основи здоров'я» (6 кредитів, 8 семестр) в якості індивідуального навчально-дослідного завдання (ІНДЗ) студентам було запропоновано долучитися до розробки комплексного проекту «Культура здоров'я у професійній діяльності майбутнього учителя фізичної культури». Для виконання проекту давався конкретний термін – один семестр. Як наслідок, студенти ЕГ розробили такі практико орієнтовані проекти: «Ти є тим, що ти їси», «На Олімпійській хвилі», «Як підвищити імунітет», «Харчуйся правильно», «Здоров'я

школяра», «Раціональне харчування – запорука здоров'я», «Здорова молодь – здорове суспільство» (рис. 5.4). Як засвідчили студенти ЕГ, розробка таких проектів суттєво підвищила їх кругозір щодо ролі КЗ у професійній діяльності МУФК.

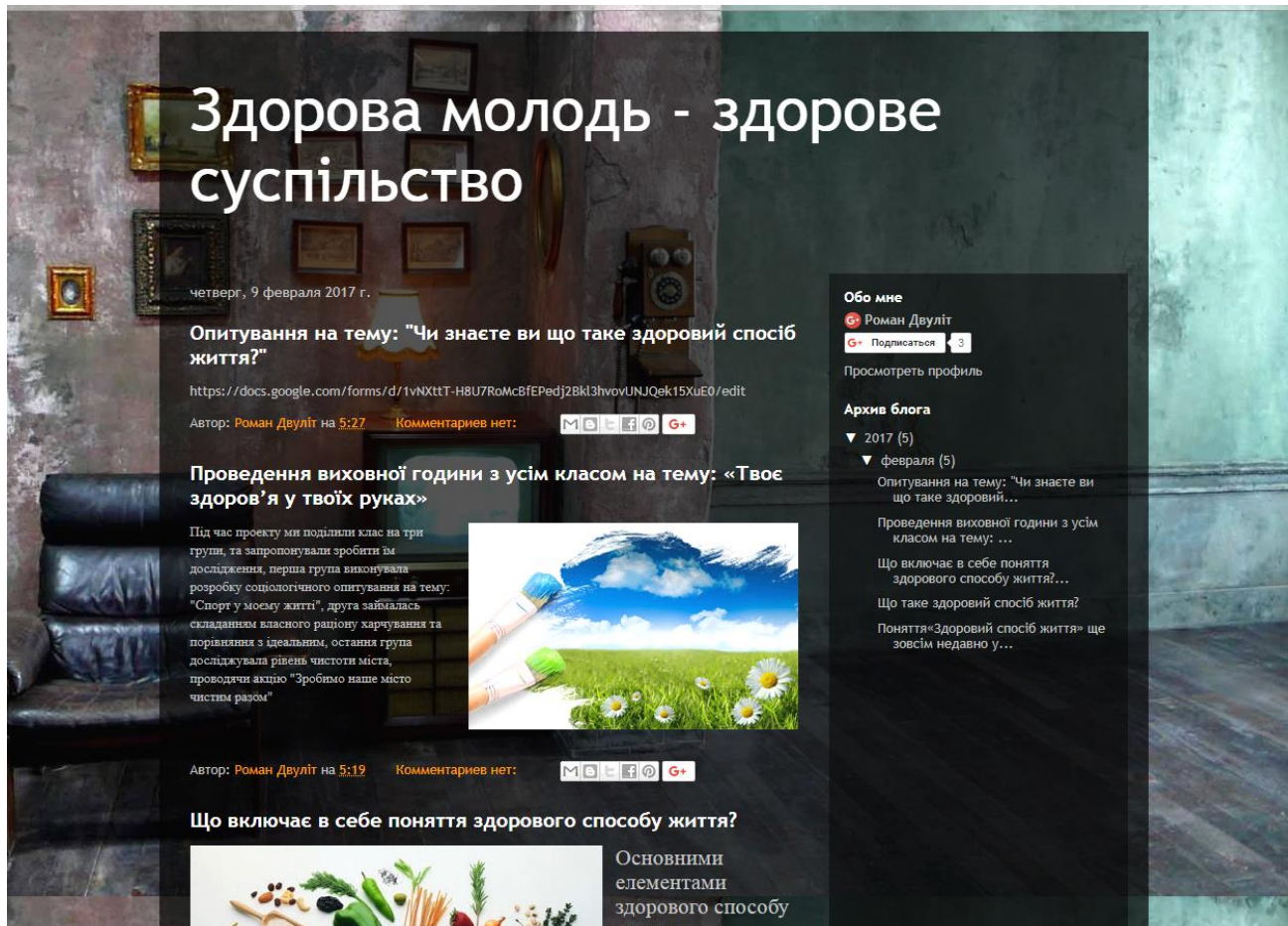


Рис. 5.4 Приклад проектної діяльності студентів з ЕГ

На основі порад Н. Мітіної [287] до основних критеріїв оцінки проекту віднесено: значущість і актуальність висунутих проблем; необхідна і достатня глибина проникнення в проблему; повнота, змістовність проекту; актуальність та перспективність проекту. Ці критерії завчасно були доведені до відома студентів та оцінені у межах оцінки за ІНДЗ. Розробка проектів студентами з ЕГ допомогла створити належні умови для прийняття та усвідомлення цілей і змісту діяльності з формування КЗ, вибору самостійної освітньої траєкторії. Проекти забезпечували набуття практичного досвіду, стимулювали самоорганізацію, вдосконалювали практичний досвід

формування КЗ, активізували вироблення власної індивідуальної системи навчання, допомагали узагальнювати та систематизувати знання про КЗ. Загалом, розробляючи такі проекти МУФК навчилися самостійно виконувати складні завдання на основі інформаційних технологій.

Таким чином, проведена робота з формування КЗ у МУФК з ЕГ носила комплексний характер та була спрямована на максимальну реалізацію в процесі неперервної підготовки авторської системи. Зокрема, у підсумку наголосимо, що при вивченні навчальних дисциплін професійної підготовки («Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання школярів», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я») та магістратурі («Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я») для формування КЗ у МУФК було впроваджено систему формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки, яка охоплювала: педагогічну концепцію, організаційно-педагогічні педагогічні умови; використання інноваційних педагогічних технологій (проектної, інтерактивної, інформаційної, тренінгової), конкретних форм, методів, прийомів та засобів; організацію самоосвітньої діяльності та науково-дослідну. Надалі плануємо дослідити який вплив мали авторські підходи на формування КЗ студентів.

5.4 Узагальнення та інтерпретація результатів дослідження

Після експериментального навчання для студентів КГ та ЕГ відповідно до завдань нашого дослідження доцільно провести визначення результативності цієї діяльності, яка стосувалася авторського бачення по реалізації системи формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки та порівняти ці результати із традиційними підходами, що застосовувалися в КГ. Тобто, ми прагнули продіагностувати чи змінилися показники мотиваційної сфери, встановити як саме вдосконалилися теоретичні знання, проаналізувати чи підвищився рівень практичних умінь та навичок, а також чи відбулися позитивні зміни у особистісно-емоційній сфері та самооцінюванні й рефлексії стосовно формування КЗ.

Отже, основними завданнями були:

- 1) здійснення оцінки рівня сформованості компонентів КЗ у МУФК на підсумковому етапі (підсумковий контроль) за результатами експериментального і традиційного навчання;
- 2) провести порівняння результатів сформованості компонентів КЗ у студентів, які навчалися в КГ та ЕГ;
- 3) визначити результативність запропонованих авторських впливів на формування КЗ у МУФК під час неперервної професійної підготовки на основі використання методів математичної статистики (застосування критерію Колмогорова-Смірнова).

Наголосимо, що на етапі підсумкового зрізу ми використали такий же діагностичний інструментарій (див. додаток З та додаток И) що і на етапі першого (вхідного контролю). Так, у технічному аспекті підсумковий контроль було проведено у КГ у грудні 2016 р., а у ЕГ у грудні 2017 р.

Для визначення стану сформованості у МУФК показників *мотиваційно-ціннісного компоненту* КЗ використано авторську анкету для з'ясування розуміння студентами важливості КЗ для професійної діяльності,

стандартизований тест «Ціннісні орієнтації» (М. Рокича) та анкетування «Діагностика навчальної мотивації студентів». У роботі ми виходили з тих міркувань, що від ступеня розвитку внутрішньої мотивації залежить готовність до діяльності по формуванню КЗ, так і її ефективність. Перша анкета містила 9 запитань про значення та сутність КЗ, про її потенціал для належного здійснення професійної діяльності (див. додаток 3). Зокрема, відповідаючи на запитання «Як би Ви оцінили свій рівень теоретичної та практичної підготовки у питаннях, які стосуються практичного формування культури здоров'я?» студенти КГ та ЕГ груп дали доволі високі якісні оцінки. У цілому усі опитані відзначили вагомість КЗ для своєї майбутньої професійної діяльності. Відповіді студентів дозволили зробити висновок, що великих відмінностей на основі самооцінювання між КГ та ЕГ встановити важко, адже усі респонденти у кінці навчання вважають КЗ важливою складовою та усвідомлюють залежність рівня виконання професійної діяльності від її сформованості.

Однак на основі двох інших методик було визначено певні відмінності між студентами КГ та ЕГ. Так на основі аналізу результатів тестування «Ціннісні орієнтації» (М. Рокича) з'ясовано, що в ієрархії загальнолюдських цінностей – здоров'я посідає перші позиції для 79 (95,18%) респондентів з ЕГ та для 47 (58,02%) з КГ. За допомогою анкетування «Діагностика навчальної мотивації студентів» встановлено, що комунікативні мотиви, мотив уникнення та мотиви престижу – переважають у МУФК з КГ, а у студентів з ЕГ переважаючими були професійні мотиви, мотиви творчої реалізації та навчально-пізнавальні.

За результатами оцінки виявлено, що у студентів з ЕГ відбулися більш помітні зміни в сформованості їхніх мотиваційних показників (вміння позитивно мотивувати себе; сформованість ціннісних орієнтацій), необхідних для формування КЗ. Зокрема було з'ясовано, що в ЕГ на 25,93 % зросла кількість МУФК, у яких високий рівень, на 15,22 % – достатній. У КГ кількість студентів, які мають високий рівень, зросла на 4,82 %, достатній –

на 3,61 %. Особливо помітні відмінності між студентами ЕГ і КГ, які стосуються низького рівня. Так у МУФК з ЕГ зменшення відчутні – 41,98%, а у КГ значено менші (18,07%). Результати оцінки стану сформованості КЗ за мотиваційно-ціннісним компонентом у МУФК у кінці формувального етапу експериментального відображені у табл. 5.8.

Таблиця 5.8

Порівняльний аналіз рівнів сформованості культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури за мотиваційно-ціннісним компонентом (у %), n = 164 (КГ – 83, ЕГ – 81)

Рівні	Контрольна група		Експериментальна група	
	Початок експерименту	Кінець експерименту	Початок експерименту	Кінець експерименту
Низький	44 (53,01 %)	29 (34,94%)	41 (50,62%)	7 (8,64%)
Середній	22 (26,51%)	30 (36,15%)	24 (29,63%)	19 (23,46%)
Достатній	14 (16,87%)	17 (20,48%)	13 (16,05%)	31 (38,27%)
Високий	3 (3,61%)	7 (8,43%)	3 (3,70%)	24 (29,63%)

Після проведення формувального етапу експериментального дослідження, з метою порівняння розподілів студентів ЕГ та КГ за рівнями сформованості цього компоненту КЗ у процесі неперервної професійної підготовки здійснено розрахунок емпіричного значення критерію Колмогорова-Смірнова. Відзначимо, що процедура обчислень аналогічна попередній (формула 5.1). у табл. 5.9 представлено розрахунок $\lambda_{емп.}$.

Таблиця 5.9

Розрахунок значення d_{max} для мотиваційно-ціннісного компоненту культури здоров'я у студентів ЕК та КГ наприкінці формувального експерименту

Рівні сформованості культури здоров'я	Емпірична частота КГ	Емпірична частота ЕГ	Емпірична частість КГ f_1	Емпірична частість ЕГ f_2	Різниця накоп. част. за модулем (d_j)
Низький	29	7	0,3494	0,0864	0,2630
Середній	30	19	0,3615	0,2346	0,1269
Достатній	17	31	0,2048	0,3827	0,1779
Високий	7	24	0,0843	0,2963	0,2120
Сума	$n_1 = 83$	$n_2 = 81$	1	1	–

Таким чином, $d_{\max} = 0,2630$. Під час розрахунку емпіричного значення критерію λ було застосовано формулу 5.1. отже, у нашому випадку:

$$\lambda_{\text{емп}} = 0,2630 \cdot \sqrt{\frac{83 \cdot 81}{83 + 81}} = 1,6839$$

Тоді як $\lambda_{\text{кр}} = 1,36$ ($p \leq 0,05$).

На підставі вимог щодо прийняття рішення для критерію Колмогорова-Смірнова стверджуємо, що відмінності у розподілах студентів КГ та ЕГ за рівнями сформованості мотиваційно-ціннісного компоненту статистично значущі, оскільки $\lambda_{\text{емп}} < \lambda_{\text{кр}}$ ($1,6839 \geq 1,36$) на рівні значущості $p \leq 0,05$.

Зупинимося на короткій характеристиці тих змін, які було отримано під час формування у МУФК показників *інформаційно-пізнавального* компоненту КЗ. Так, на основі використання комплексного опитування, методики незакінчених речень та письмової роботи (див. додаток 3) у кінці формувального етапу експерименту ми провели оцінку стану сформованості повноти знань про КЗ та загального світогляду. За першою методикою з'ясовано, що результати у студентів ЕГ значно кращі (знають механізми організації правильного харчування, збільшення рухової активності, коригування власної маси тіла, способи формування КЗ), ніж у студентів з КГ. На основі методики незакінчених речень з'ясовано, що у ЕГ ми змогли констатувати значно більшу кількість повних обґрунтованих відповідей, які були оцінені «5», а тому набрали від 23 до 25 балів. Так, МУФК з ЕГ дали повні та вичерпні відповіді на такі профілюючі запитання, як: «Поясніть, що повинен знати учитель для того, щоб формувати у вихованців КЗ»; «Які складники КЗ»; «Які чинники свідчать про сформованість КЗ». Узагальнені результати аналізу відповідей респондентів за методикою «Незакінчені речення» дозволили з'ясувати, що МУФК з КГ доволі часто писали лише загальні фрази та допустили неточності, тоді як студенти з ЕГ давали конкретні та розширені відповіді.

Відзначимо, що результати письмової роботи дозволили оцінити загальний рівень світогляду МУФК з КГ та ЕГ у кінці експериментального

дослідження. Зокрема, ми зосередили увагу на перевірці теоретичних питань з профілюючих практично зорієнтованих дисциплін «Теорія і методика фізичного виховання»; «Методика викладання предмета «Основи здоров'я»; «Медико-біологічні основи фізичної культури»; «Педагогіка». Письмова робота мала на меті встановити якість засвоєння навчальних курсів, рівень здібностей до педагогічного мислення, а також дозволила оцінити ступінь оволодіння педагогічною технологією та професійною майстерністю щодо використання вивчених дисциплін. З'ясовано, що більше ніж половина студентів з ЕГ глибоко засвоїли теоретичний матеріал, володіють широким світоглядом, навчилися логічно мислити, тоді як 3/4 респондентів із КГ отримала оцінки в діапазоні середнього рівня (від 74 до 69 балів).

З метою встановлення того як змінилися показники (сформованість практичних умінь і навичок; уміння організовувати здоров'язбережувальну діяльність з учнями) *організаційно-діяльнісного* компоненту у кінці експерименту у студентів КГ та ЕК ми використали опитувальник «Оцінювання практичних умінь формувати культуру здоров'я», який дозволив констатувати, що серед студентів ЕГ виставлено високі результати у порівнянні із студентами КГ. Додаткові усні бесіди зі студентами КГ дали можливість підтвердити, що й наприкінці експерименту залишилася значна кількість МУФК, які не набули достатній рівень практичних умінь щодо застосування інформаційних технологій та моделювання своєї діяльності. На підставі проведеного спостереження за практикою, які проходили МУФК у школі також отриману суттєві відмінності між респондентами з КГ та ЕГ. Так, студенти з ЕГ показали високий рівень практичних умінь щодо підбору раціональних видів робіт для сильних і слабких учнів, вони показали високий рівень навичок щодо використання заохочення, навчилися формулювати пізнавальні запитання, уміють насичувати урок ФК цікавим матеріалом, який безпосередньо стосується КЗ. Тоді як студенти з КГ цим аспектам під час практики не приділяли належну увагу, а тому у них діагностовані середні

показники, лише кращі студенти-магістранти показали високі результати за цим показником та підтвердили, що можуть формувати КЗ в учнів.

Розглянемо результати, які висвітлюють стан сформованості показників *особистісно-емоційного* компоненту КЗ. З метою діагностики спрямованості на вдосконалення фізичного стану для студентів КГ та ЕГ обрано стандартизовану методику, яка дала можливість чітко визначити фізичну підготовленість, ризик серцево-судинних захворювань, рівень пульсового режиму, фізичну працездатність за пробою Руф'є. Нами було з'ясовано, що точно так, як на і початку експерименту – у кінці під час підсумкового зрізу встановлено, що МУФК як з КГ так і з ЕГ отримано високі та достатні результати.

На основі опитувальника оцінки рівня психологічної, фізіологічної та професійної дезадаптації О. Родіної у авторській модифікації було встановлено, що у студентів ЕГ значно кращі результати, тоді як у значної кількості студентів з КГ було діагностовано низький рівень (емоційні порушення, зниження активності, відчуття втоми). У процесі використання методики визначення структури професійної спрямованості педагога (за В. Семиченко) з'ясовано, що серед МУФК з КГ переважають егоцентрична та ідеалістична спрямованість, а у ЕГ переважає гуманістична спрямованість. Тестування «Самооцінка професійних якостей педагога» дало можливість чітко з'ясувати, що стан сформованості самостійності, самовладання, творчої спрямованості у МУФК з ЕГ значно вищий ніж у студентів з КГ.

Коротко зупинимося на характеристиці тих змін стосовно показників *рефлексивно-оцінювального* компоненту КЗ. За допомогою самооцінювання педагогічних умінь, тесту на визначення рівні рефлексії (за Є. Роговим у авторській модифікації) та методики діагностики спрямованості на успіх Т. Елерса з'ясовано, що для студентів ЕГ притаманний активний саморозвиток та рефлексія діяльності. Тоді як переважна більшість МУФК з КГ мала середні показники (апатичні, пасивні, мотивація до успіху низька,

вони не схильні докладати вагомих сил, лише незначна кількість схильні активно працювати та досягати поставленої мети з формуванням КЗ).

Проведене дослідження довело, що внаслідок реалізації авторської системи у професійну підготовку МУФК з ЕГ отримали значно кращі результати сформованості КЗ у порівнянні зі студентами КГ (табл. 5.10).

Таблиця 5.10

Результати розподілу студентів за рівнями сформованості культури здоров'я (підсумковий контроль), n = 164 (КГ – 83, ЕГ – 81)

Компоненти	Групи	Високий		Достатній		Середній		Низький	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
Мотиваційно-ціннісний	КГ	7	8,43	17	20,48	30	36,15	29	34,94
	ЕГ	24	29,63	31	38,27	19	23,46	7	8,64
Інформаційно-пізнавальний	КГ	9	10,84	19	22,89	31	37,35	24	28,92
	ЕГ	23	28,39	29	35,81	20	24,69	9	11,11
Організаційно-діяльнісний	КГ	8	9,64	20	24,10	28	33,73	27	32,53
	ЕГ	25	30,86	29	35,81	17	20,99	10	12,34
Особистісно-емоційний	КГ	10	12,05	18	21,69	29	34,94	26	31,32
	ЕГ	24	29,63	29	35,81	20	24,69	8	9,87
Рефлексивно-оцінювальний	КГ	6	7,22	18	21,69	29	34,94	30	36,15
	ЕГ	21	25,93	28	34,57	20	24,69	12	14,81
Загальні результати	КГ	8	9,64	18	21,69	29	34,94	28	33,73
	ЕГ	23	28,39	30	37,04	19	23,46	9	11,11

На основі узагальнення даних, представлених у табл. 5.4 (вступний контроль) і 5.10 (підсумковий контроль) у табл. 5.11. та 5.12 представлено динаміку змін у контексті формування КЗ у студентів ЕГ та КГ.

**Динаміка сформованості культури здоров'я у студентів КГ та ЕГ на
формульованому етапі дослідження (у %)**

Групи	Рівні	Компоненти культури здоров'я														
		Мотиваційно-ціннісний			Інформаційно-пізнавальний			Організаційно-діяльнісний			Особистісно-емоційний			Рефлексивно-оцінювальний		
		ВК	ПК	ПР	ВК	ПК	ПР	ВК	ПК	ПР	ВК	ПК	ПР	ВК	ПК	ПР
КГ	Високий	3,61	8,43	+4,8	3,61	10,84	+7,2	2,41	9,64	+7,2	3,61	12,05	+8,4	2,41	7,22	+4,8
	Достатній	16,87	20,48	+3,6	16,87	22,89	+6,0	16,87	24,10	+7,2	13,26	21,69	+8,4	18,07	21,69	+3,6
	Середній	26,51	36,15	+9,6	30,12	37,35	+7,2	25,30	33,73	+8,4	30,12	34,94	+4,8	24,10	34,94	+10,8
	Низький	53,01	34,94	-18,1	49,40	28,92	-20,5	55,42	32,53	-22,9	53,01	31,32	-21,7	55,42	36,15	-19,3
ЕК	Високий	3,70	29,63	+25,9	2,47	28,39	+25,9	2,47	30,86	+28,4	3,70	29,63	+25,9	2,47	25,93	+23,5
	Достатній	16,05	38,27	+22,2	14,81	35,81	+21,0	16,05	35,81	+19,8	12,35	35,81	+23,5	16,05	34,57	+18,5
	Середній	29,63	23,46	-6,2	28,40	24,69	-3,7	27,16	20,99	+6,2	32,10	24,69	-7,4	23,46	24,69	+1,2
	Низький	50,62	8,64	-41,9	54,32	11,11	-43,2	54,32	12,34	-41,9	51,85	9,87	-41,9	58,02	14,81	-43,2

де, ВК – вступний контроль; ПК – підсумковий контроль, ПР – приріст

Таблиця 5.12

**Узагальнені результати сформованості культури здоров'я майбутніх учителів
фізичної культури на формульованому етапі експериментального дослідження**

Рівні сформованості культури здоров'я	Початок експерименту				Кінець експерименту			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%
Низький	44	53,01	44	54,32	28	33,73	9	11,11
Середній	22	26,51	23	28,40	29	34,94	19	23,46
Достатній	14	16,87	12	14,81	18	21,69	30	37,04
Високий	3	3,61	2	2,47	8	9,64	23	28,39

Для наглядності на рис. 5.5 та 5.6 ми зобразили динаміку стану сформованості КЗ у МУФК в КГ та ЕГ.



Рис. 5.5 Динаміка сформованості культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури з КГ на формувальному етапі експерименту

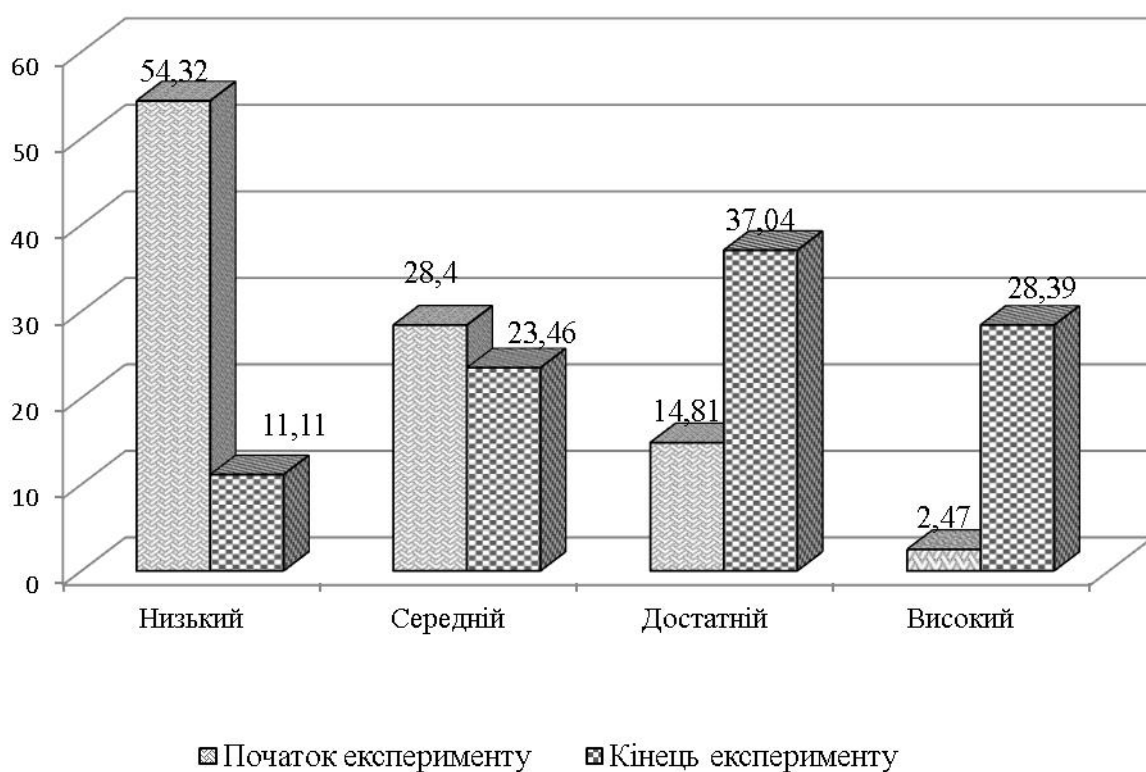


Рис. 5.6 Динаміка сформованості культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури з ЕГ на формувальному етапі експерименту

Після проведення формувального експерименту доцільно було з'ясувати чи достовірними є результати, а також і те, чи відмінності у рівнях сформованості КЗ у студентів з ЕГ є статистично достовірні. З цією метою, точно так як на початку експерименту, ми розраховували емпіричні значення критерію Колмогорова-Смірнова [444]. Процедура розрахунку цих значень аналогічна попередній. Представимо розрахунок λ_{emp} для усіх критеріїв у табл. 5.13.

Таблиця 5.12

Розрахунок значення d_{max} для загальних результатів сформованості культури здоров'я у студентів в кінці формувального експерименту

Рівні сформованості культури здоров'я на початку експерименту	Емпірична частота КГ	Емпірична частота ЕГ	Емпірична частість КГ f_1	Емпірична частість ЕГ f_2	накоп. част. за модулем (d_j)
Низький	28	9	0,3373	0,1111	0,2262
Середній	29	19	0,3494	0,2346	0,1148
Достатній	18	30	0,2169	0,2169	0,0000
Високий	8	23	0,0964	0,2839	0,1875
Сума	$n_1 = 83$	$n_2 = 81$	1	1	—

Отже, як видно із даних табл. 5.12 $d_{max} = 0,2262$, а тому у нашому випадку:

$$\lambda_{emp} = 0,2262 \cdot \sqrt{\frac{83 \cdot 81}{83 + 81}} = 1,4483$$

Для того, щоб зробити висновок про схожість даного критерію між двома групами (КГ та ЕГ), проведено порівняння експериментального значення критерію з його критичним значенням (табличним), виходячи з рівня значущості (0,05). Як нульову гіпотезу прийнято твердження про те, що порівнювані групи відрізняються неістотно одна від одної. При цьому нульову гіпотезу слід прийняти в тому випадку, якщо значення критерію не перевищує його критичного значення. Табличне значення $\lambda_{кр} = 1,36$ ($p \leq 0,05$). Отже, нульова гіпотеза відкидається, і КГ та ЕГ по розглянутій ознаці (компонентам КЗ) відрізняються істотно. На підставі правила прийняття

рішення для критерію Колмогорова-Смірнова можна стверджувати, що відмінності у розподілах студентів КГ та ЕГ за рівнями сформованості КЗ є статистично значущими, адже $\lambda_{емп} < \lambda_{кр}$ ($1,4483 \geq 1,36$) на рівні значущості $p \leq 0,05$. Отже, математичні обчислення підтвердили не випадковість та статистичну достовірність отриманих результатів. Таким чином, нами отримано суттєві математично значущі переваги запропонованої авторської системи, яка сприяла суттєвому вдосконаленні КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО.

Висновки до п'ятого розділу

1.3 метою вивчення стану сформованості КЗ у МУФК на констатувальному етапі експерименту прийняте рішення про доцільність проведення комплексного моніторингу, який розглядаємо у якості реального інструменту збору та обробки інформації. Виокремлено критерії (мотиваційний, когнітивний, конативний, особистісний, аналітичний) та показники як операційна характеристика критерію, що відображають властивості та виступають реальним інструментом для виміру, що дозволить об'єктивно оцінити наявність чи відсутність та інтенсивність прояву КЗ у МУФК. У технологічному аспекті розроблено по 2 показники до кожного критерію та підбрано конкретний діагностичний інструментарій. Використано емпіричні (спостереження, анкетування, порівняння, вимірювання, співбесіда, експеримент), теоретичні (ідеалізація, формалізація, логічні й історичні методи) методи, та методи, що застосовуються на емпіричному і теоретичному рівнях (абстрагування, аналіз і синтез, індукція і дедукція, логічні методи узагальнень, встановлення і формулювання закономірностей моделювання).

2. Дослідження практичних питань формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки в ЗВО охоплювало теоретичні,

дослідницькі та експериментальні дії. В організаційному плані методика дослідження передбачала констатувальний і формувальний етапи, інтерпретацію, аналіз та узагальнення результатів. Для належного проведення дослідницької роботи було розроблено необхідне науково-методичне забезпечення експерименту. Констатувальний етап педагогічного експерименту організовано у травні-червні 2012 р. на базі Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, Херсонського державного університету. До дослідження залучено студентів 4-го курсу та магістранти факультетів фізичного виховання. Усього 106 магістрантів та 596 бакалаврів стаціонарної та заочної форми навчання та 43 викладачі. Отримані результати дозволяють констатувати, що формування КЗ у МУФК відбувається стихійно, а тому лише п'ята частина респондентів має високий (творчий) рівень за усіма показниками, тоді як 2/3 опитаних володіють середнім (базовим) рівнем.

3. Методика формувального етапу дослідження охоплювала вибір суб'єктів (формування КГ та ЕГ) і предмета (процес формування КЗ), розробку плану експериментальної роботи, впровадження системи в процес професійної підготовки студентів ЕГ, аналіз, узагальнення та інтерпретацію результатів, їх перевірку на основі використання методів математичної статистики. Чисельно у КГ об'єднано 71 бакалаврів та 12 магістрантів, а у ЕГ 71 бакалаврів та 10 магістрантів; часові рамки для проведення експерименту у КГ з вересня 2012 р. по грудень 2016 р., а в ЕГ з вересня 2013 р. по грудень 2017 р. На формувальному етапі експерименту в ЕГ впроваджено педагогічну систему, організаційно-педагогічні умови, інноваційні педагогічні технології. Великого значення набуло використання тренінгових, імітаційних методів, презентацій, ІНДЗ, дидактичних ігор, проблемних вправ, практичних

завдань. Під час експерименту застосовано технології мультимедіа і гіпертексту, а також належним чином здійснено організацію самоосвітньої діяльності з проблем КЗ.

4. Результати підсумкового контролю засвідчили, що студенти ЕГ мають високий (28,39 %) і достатній (37,04 %) рівні сформованості КЗ, тоді як у МУФК з КГ лише 9,64 % мали високий і 21,69 % достатній рівні сформованості КЗ за усіма компонентами. Істотну позитивну динаміку отримано у ЕГ щодо збільшення кількості студентів із високим рівнем КЗ за усіма компонентами (+25,9 %; +25,9 %; +28,4 %; +25,9 %; +23,5 %). У КГ таких істотних змін щодо збільшення високого рівня КЗ не зафіксовано (+4,8 %; +7,2 %; +7,2 %; +8,4 %; +4,8 %). Порівняння результатів рівнів сформованості КЗ у студентів КГ та ЕГ, що здійснювалося за допомогою критерію Колмогорова-Смірнова, підтвердило статистично значущі відмінності у розподілах, оскільки $\lambda_{emp} < \lambda_{кр}$ ($1,4483 \geq 1,36$) на рівні значущості $p \leq 0,05$. Ця статистична інформація довела результативність нашого дослідження щодо впровадження авторської системи під час формування КЗ у МУФК у процесі неперервної професійної підготовки у ЗВО.

Основні результати розділу відображено в наукових працях автора: [304; 307; 313; 323; с325; 327; 328; 329; 330; 338; 339; 344; 348; 353; 354; 355; 356; 358; 360; 361; 363; 366; 369; 370].

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретико-методологічний аналіз, узагальнення та нове вирішення проблеми формування КЗ МУФК, обґрунтовано концепцію та експериментально перевірено систему, що дозволило сформулювати такі загальні **висновки**:

1. З'ясовано, що наукова дефініція «культура здоров'я» семантично базується на сутності двох понять «здоров'я» і «культура» та охоплює ставлення до здоров'я, виділення його основних характеристик, передбачає вивчення його впливу на поведінку. У психолого-педагогічному контексті КЗ є аспектом загальнолюдської культури, обумовлює ефективність психофізичного розвитку особистості, формує відповідальну здоров'язберезувальну поведінку та охоплює цілісну систему ціннісно-смыслових установок, емоційно-вольового досвіду, що спрямований на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, базується на готовності до практичної діяльності зі збереження здоров'я.

КЗ МУФК розглядаємо як систему життєвих цінностей, установок і переконань, основою яких є ґрунтовні знання та сформовані практичні вміння й навички, які зумовлюють відповідальне ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших, формує динамічний стереотип здоров'язберезувальної свідомості, стимулює активну поведінку щодо збереження і зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання та спрямована на самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення індивідуального здоров'я, потрібного для продуктивної професійної діяльності. У змісті КЗ МУФК провідну роль відіграє фізична культура, а також вагомі позиції посідають культура психоемоційної активності, культура соціально-комунікативна, інтелектуальна, харчування, ендоекології, фізіологічна, сексуальна, моральна й духовна. Виокремлено аксіологічну, комунікативну, нормативну, відновлювальну, захисну, діагностичну, корекційну, творчу, регулятивну функції КЗ.

2. Формування КЗ залежить від рівня особистісного і професійного розвитку МУФК. Особистісний розвиток передбачає активні процеси щодо формування та закріплення особистісних якостей та рис, потрібних для вирішення актуальних життєвих задач. Професійний розвиток МУФК має на меті формування високої загальної культури та КЗ, розширення загального кругозору, озброєння новими практичними вміннями й навичками реалізації навчальних програм щодо збереження і зміцнення й власного здоров'я, і здоров'я вихованців засобами фізичного виховання. У процесі особистісного та професійного розвитку у МУФК варто формувати широкий світогляд щодо КЗ, дбайливе ставлення до власного здоров'я, які будуть визначальними в досягненні особистого й кар'єрного успіху.

На основі компонентно-структурного аналізу у КЗ виокремлено компоненти, критерії та показники КЗ МУФК. Компоненти розглядаємо як найбільш значимі складники, що відображають зміст та характеризують усі особливості її сформованості в майбутніх учителів фізичної культури. Структура культури здоров'я розглядається через єдність та взаємозв'язок між мотиваційно-ціннісним, інформаційно-пізнавальним, організаційно-діяльнісним, особистісно-емоційним та рефлексивно-оцінювальним компонентами. На основі теоретико-методологічного аналізу виокремлено мотиваційний, когнітивний, конативний, особистісний та аналітичний критерії та встановлено два показники до кожного, що відображають властивості, зв'язки, відносини, і є реальним інструментом для виміру інтенсивності вияву. У технологічному аспекті підібрано діагностичний інструментарій відповідно до чотирьох рівнів (високого, достатнього, середнього, низького) сформованості КЗ.

3. У дослідженні використано педагогічне проектування, орієнтоване на створення конкретної «предметної продукції» – концепції неперервності професійної підготовки майбутніх фахівців з належним (високим і достатнім) рівнем КЗ. Концепцію розглядаємо на методологічному, теоретичному та практичному рівнях. Вона охоплює мету, завдання, орієнтири, опирається на

структурні елементи, засади, має істотні особливості, базується на конкретних принципах діяльності ЗВО, має пріоритетні напрями діяльності та практичний зміст.

Проведений аналіз освітнього процесу показав потребу розробки цілісної системи як інтегративного об'єкту, що дозволяє здійснити педагогічну оптимізацію професійної підготовки під час формування в МУФК належного рівня КЗ. У методологічному розумінні система є гносеологічною призмою та головним орієнтиром для вирішення методологічних, теоретичних і практичних проблем, пов'язаних із удосконаленням освітнього процесу. Систему формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки розглядаємо як чітко упорядковану множину взаємопов'язаних елементів освітнього процесу, які мають власну структуру та організацію. До основних структурних складників системи належать мета, принципи, підходи, авторська концепція, конкретні форми, методи професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, спрямовані на формування всіх компонентів культури здоров'я. Структура системи відображає впорядкованість внутрішніх і зовнішніх зв'язків між усіма елементами, які забезпечують її стабільність та дієвість.

Загальнонаукові принципи (науковості, рефлексивності, міжпредметних зв'язків, систематичності та послідовності, доступності, свідомості й активності, координації, гуманізації, безперервності та професійної спрямованості, конкретизації цілей та актуальності результатів) розуміємо як стрижневі положення, які визначають методологічну спрямованість діяльності. Спеціальні принципи (оздоровчої спрямованості освітнього процесу; варіативності і різноманіття засобів здоров'язбереження; професійної спрямованості освітнього процесу; антропосинергізму в організації професійної підготовки; соціальної значущості формування культури здоров'я) забезпечують упорядкування процесу формування КЗ МУФК. Задекларовані принципи відображають специфіку практичної діяльності в процесі неперервної професійної підготовки. Підходи

(системний, праксеологічний, акмеологічний, діяльнісний, синергетичний, особистісно орієнтований, гуманістичний, компетентнісний та культурологічний) є визначальною методологічною базою системи, що виконують чотири функції: методологічного регулятора; теоретичної основи побудови компетентісно орієнтованого змісту освіти; когнітивного фундаменту для використання інноваційних технологій; критеріальної бази для оцінки ефективності та управління якістю професійної підготовки.

4. Моделювання як особливий вид знакової ідеалізації дозволив графічно відобразити провідні характеристики системи формування КЗ МУФК в процесі неперервної професійної підготовки (оригіналу) в спеціально сконструйований об'єкт-аналог (модель). Структурно-функціональну модель системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки розглядаємо як наочно-логічне представлення досліджуваного об'єкта з метою чіткого визначення всіх складників, що входять до його складу, зв'язків між ними, а також особливостей функціонування й розвитку. Модель спрямована на конкретну мету – забезпечення належного рівня КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки. У структурному аспекті модель охоплює відносно самостійні підсистеми – структурні блоки, пов'язані рівневою ієрархією. До цільового блоку належать: соціальне замовлення і мета. Методологічний блок охоплює принципи, підходи та концепцію. До змістового блоку увійшли організаційно-педагогічні умови та навчальні дисципліни професійної та практичної підготовки в бакалавраті та магістратурі. До організаційного блоку увійшли інноваційні педагогічні технології, форми, методи, прийоми та засоби. Результативний блок утворили компоненти, рівні та результат. Розроблена структурно-функціональна модель має схожість з оригіналом, заміщає систему і відкриває нові властивості оригіналу через інноваційні можливості вдосконалення процесу формування КЗ МУФК.

5. Вагомим системотвірним чинником системи формування КЗ МУФК у процесі неперервної професійної підготовки є організаційно-педагогічні

умови, які розуміємо як спеціальні обставини і фактори освітнього процесу, що забезпечать МУФК ефективну реалізацію потреби в удосконаленні всіх компонентів КЗ, будуть спрямовані на вирішення педагогічних завдань з формування належного рівня КЗ у процесі неперервної професійної підготовки. Визначено п'ять організаційно-педагогічних умов: 1) забезпечення мотивації ціннісного ставлення до КЗ; 2) використання міждисциплінарної інтеграції знань про формування КЗ; 3) збагачення практичного досвіду формування КЗ засобами тренінгу; 4) створення та розвиток здоров'язбережувального середовища в навчальному закладі; 5) стимулювання рефлексивної діяльності в контексті розвитку КЗ. Розроблено практичні механізми їхнього впровадження в освітній процес, що охоплюють: розробку комплексної програми розвитку ціннісного ставлення до КЗ; міждисциплінарну інтеграцію знань на основі зближення і конвергентності суміжних дисциплін та узгодження програм викладання дисциплін у бакалавраті й магістратурі з метою уникнення повторів і удосконалення методичного забезпечення; збагачення практичного досвіду, шляхом розробки тренінгу «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова діяльності учителя фізичної культури»; організацію належних умов для самореалізації студентів, на основі засвоєння способів використання набутих знань на практиці на основі чотирьох стадій впливу середовища на студентів; упровадження активних форм і методів навчання, реалізацію проблемно-творчих та дослідницьких проєктів.

6. З'ясовано, що інноваційні педагогічні технології у формуванні КЗ – це креативні ідеї, які охоплюють технологічні методи, комплекс елементів з прогресивними засадами, що дали змогу ефективно забезпечувати розвиток і саморозвиток студентам. Інноваційні технології формують базові професійні компетенції майбутніх фахівців, забезпечують надійний «фундамент» для оволодіння новим освітнім простором в галузі формування КЗ. Обрано проєктну, інтерактивну, інформаційно-комунікаційну та тренінгову технології, які активно впроваджувалися під час вивчення МУФК професійно

орієнтованих навчальних дисциплін у бакалавраті та магістратурі. Під інноваційними методами розуміємо всі види діяльності, які вимагають творчого підходу й забезпечують належний рівень розкриття кожного студента та спрямовані на формування максимального для кожного рівня КЗ. Обґрунтовано доцільність використання інтерактивних, проблемних, мультимедійних методів, а також методу проектів, презентацій, ігор, тренінгів, творчих завдань, проблемних ситуацій, дискусій, імітаційного моделювання в процесі формування КЗ у МУФК.

7. Вивчення питань формування КЗ охоплювало теоретичні, дослідницькі та експериментальні дії. В організаційному плані дослідження передбачало констатувальний і формувальний етапи, інтерпретацію, аналіз та узагальнення результатів. Констатувальний етап показав, що формування КЗ на факультетах фізичного виховання відбувається стихійно та потребує системного підходу. Методика формувального етапу охоплювала вибір суб'єктів (формування КГ та ЕГ) і предмета (процес формування КЗ), розробку плану експериментальної роботи, узагальнення та інтерпретацію результатів, їхню перевірку на основі використання методів математичної статистики. На формувальному етапі педагогічного експерименту в ЕГ було впроваджено авторську систему, організаційно-педагогічні умови, в освітній процес введено інноваційні педагогічні технології (проектна, інтерактивна, інформаційно-комунікаційна, тренінгова), застосовувалися тренінгові, імітаційні методи, презентації, ІНДЗ, дидактичні ігри, проблемні вправи та практико орієнтовані завдання, технології мультимедіа, належним чином організовано самоосвітню діяльність.

Результати підсумкового контролю засвідчили, що переважна більшість студентів ЕГ мають належний рівень (високий (28,39 %) і достатній (37,04 %) сформованості КЗ, водночас у КГ лише третина оволоділи належним рівнем (9,64 % – високий і 21,69 % – достатній) КЗ. Порівняння результатів рівнів сформованості КЗ у студентів КГ та ЕГ, що здійснювалося за допомогою критерію Колмогорова-Смірнова, підтвердило

статистично значущі відмінності в розподілах, оскільки $\lambda_{eml} < \lambda_{кр}$ ($1,4483 \geq 1,36$) при $p \leq 0,05$. Ці дані довели результативність запровадження авторської системи під час формування культури здоров'я в майбутніх учителів фізичної культури.

Проведене дисертаційне дослідження має завершений характер, проте не вичерпує всіх аспектів заявленої проблеми. Потребують подальшого опрацювання питання наступності у формуванні КЗ у процесі професійної підготовки учительських кадрів у системі післядипломної педагогічної освіти. Подальші наукові дослідження вбачаємо у вивченні потенціалу андрагогічного та аксіологічного підходів у формуванні КЗ МУФК.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авдєєнко І. М., Турчинов А. В. Педагогічні умови розвитку культури здоров'я студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технологія* : наук. журн. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2015. С. 141–149.
2. Авдєєнко І. М. Розвиток культури здоров'я студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу : Дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 / Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна. Харків, 2016. 238 с.
3. Адаменко О. В. Українська педагогічна наука в другій половині ХХ століття : [монографія]. Луганськ : Альма-матер, 2005. 704 с.
4. Акбердиева Д. Ф. Формирование здорового образа жизни у студентов. *Валеология*. 2001. №4. С. 27–29.
5. Акмеология : Учебник / Под общ. ред. А. А. Деркача. Москва : Изд-во РАГС, 2002. 560 с.
6. Алмаші С. І. До проблеми психологічної готовності педагогів до інноваційної діяльності. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі* : зб. тез доповідей Всеукр. наук.-практ. конф. (Мукачєво, 17-18 травня 2017 р.) / Ред. кол. : Т.Д. Щербан (гол.ред.) та ін. Мукачєво : Вид-во МДУ, 2017. С. 93–95.
7. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я. Київ : Здоров'я, 1990. 166 с.
8. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье. Москва : Физкультура и спорт, 1987. 64 с.
9. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Москва : Наука, 2000. 352 с.
10. Анастасова О. Ю. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'язберезувальних технологій у навчально-виховний процес загальноосвітньої школи : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Бердянський держ. пед. ун-т.

Бердянськ, 2014. 20 с.

11. Андріанов Т. В. Система роботи з формування культури здорового способу життя студентської молоді. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Вінниця : ВДПУ ім. Михайла Коцюбинського, 2011. Вип. 12. Т.1. С. 77–82.

12. Андрущенко В., Табачек І. Формування особистості вчителя в сучасних умовах. *Політичний менеджмент*. 2005. №1(10). С. 58–69.

13. Антоненко І. Ю. Когнітивна рефлексія як творча компетенція особистості студента. *Компетентнісний вимір сучасної освіти: теорія і практика* : зб. тез V регіонал. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 19 травня 2017 р.) / За заг. ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2017. С. 238–240.

14. Антоненко О. Аналіз моделі професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. Сер. Педагогіка / Редкол. : М. Вашуленко, В. Кравець, Г. Терещук та ін. Тернопіль : ТНПУ, 2007. № 3. С. 27–30.

15. Апанасенко Г. Л. Здоров'я спортсмена. *Наука в олімпійському спорті*. 2000. №1. С. 92–96.

16. Ареф'єв В. Г. Основи теорії і методики фізичного виховання : підручник. Кам'янець-Подільський. 2011. 368 с.

17. Ахвердова О. А., Магин В. А. К исследованию феномена «культура здоровья» в области профессионального физкультурного образования. *Теория и практика физической культуры*. 2002. № 2. С. 5–7.

18. Ашеро́в А. Т., Шеховцева В. В., Полякова Ю. М. Професійно важливі якості фахівців як складова його проектної культури. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка* : зб. наук. праць. Київ, 2010. №2 (29). С. 127–131.

19. Бабенко А. Л. Інтеграційні навчальні заняття зі спортивних ігор у системі професійної підготовки майбутнього вчителя фізичного виховання :

автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Кіровоградський держ. пед. ун-т ім. В. Винниченка. Кіровоград, 2013. 20 с.

20.Бабич В. І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04. Луганськ, 2006. 321 с.

21.Багорка А. М. Організаційно-методичні засади наступності професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в системі «коледж-університет». *Професійна освіта: проблеми і перспективи* / ІІТО НАПН України. Київ : ІІТО НАПН України, 2017. Випуск 12. С. 5–9.

22.Барна Л. С. Педагогічна валеологія : курс лекцій навч. посіб. ТНПУ ім. В. Гнатюка. Тернопіль : Терно-граф, 2014. 146 с.

23.Бароненко В. А., Рапопорт Л. А. Культура здоров'я студента : учеб. пособие. Екатеринбург, 2003. 224 с.

24.Бахтин Ю.К., Сопко Г.И., Пазыркина М.В. Формирование культуры здоровья – ответственная задача учреждений народного образования *Молодой ученый*. 2012. №4. С. 445–447.

25.Бацуровська І. В. Методологічні підходи дослідження проблеми освітньо-наукової підготовки магістрів в умовах масових відкритих дистанційних курсів. *Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології* : Зб. наук. праць Херсонського національного технічного університету. Вип. 1(12). Херсон : Грінь Д.С., 2015. Т. 5. С. 8–12.

26.Башавець Н. А. Педагогічні умови, що сприяють реалізації технології формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців. *Зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*. Умань : РВЦ «Софія», 2009. Ч. 1. С. 12–23.

27.Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. ... доктора пед. наук : спец. 13.00.04. Одеса, 2012. 555 с.

28.Бевз Г. М., Главник О. П. Технологія проведення тренінгів з формування здорового способу життя молоді. Київ : Український ін-т соціальних досліджень, 2005. Кн. 1. 176 с.

29.Безверхня Г. В., Маєвський М.І. Формування ціннісних орієнтацій в процесі фізичного виховання студентів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 1. С. 10–12.

30.Безрукава В. С. Педагогіка: Проективна педагогіка. Екатеринбург : Деловая книга, 1996. 342 с.

31.Безугла Л. Організація самостійної роботи з формування культури здоров'я студентів педагогічних вищих навчальних закладів. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. Сер. Педагогіка. Тернопіль : ТНПУ, 2007. № 3. С. 13–16.

32.Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання : науково-методичний посібник. Київ : ІЗМН, 1998. 204 с.

33.Бех І. Д. Цінності як ядро особистості. *Цінності освіти і виховання / За заг. ред. О. В. Сухомлинської*. К., 1997 С. 8–11.

34.Биков В. Ю. Моделі організаційних систем відкритої освіти : [монографія]. Київ : Атіка, 2008. 684 с.

35.Биков В. Ю. Теоретико-методологічні засади моделювання навчального середовища сучасних педагогічних систем. *Інформаційні технології і засоби навчання* : зб. наук. пр. Київ : Ін-т засобів навчання АПН України ; Атіка, 2005. С. 5–15.

36.Білосевич І. А., Білосевич Л. А. Формування аксіології здорового способу життя у майбутніх педагогів. *Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності* : зб. матеріал. Всеукр. наук.-практ. конф з міжнар. участю (Тернопіль, 5-6 квітня 2017 р.) / укладачі : В.Є. Кавецький, А.В. Вихрущ, О.Я. Жизномірська, Т.Г. Дідух. Тернопіль : СМП «Тайп», 2017. С. 22–24.

37.Бойчук Ю. Д. Роль українських традицій у формуванні культури здоров'я сучасної людини : методичні рекомендації. Харків : ХЗНПУ

ім. Г.С. Сковороди, 2015. 39 с.

38.Бойчук Ю. Д. Еколого-валеологічна культура майбутнього вчителя : теоретико-методичні аспекти : [монографія]. Суми : Університетська книга, 2008. 357 с.

39.Болдуинг К. Общая теория систем: скелет науки : [пер. с англ.]. Исследования по общей теории систем / под ред. В. Н. Садовского, Э. Г. Юдина. Москва : Прогресс, 1969. 540 с.

40.Болотіна О. В. Особливості підготовки майбутніх учителів фізичної культури до оздоровчої роботи із школярами спеціальної медичної групи у сучасних умовах вищої освіти. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Сер.: Педагогічні науки. Луганськ, 2010. № 17 (204). Ч. II. С. 6–11.

41.Болотіна О. В. Теоретичне обґрунтування педагогічних умов підготовки майбутніх учителів фізичної культури до оздоровчої роботи зі школярами спеціальної медичної групи. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Б. Хмельницького*: Серія Педагогіка. 2011. № 7. С. 145–152.

42.Болтівець С. І. Педагогічна психогігієна. Теорія та методики. Київ, 2000. 290 с.

43.Бондарева Л. І. Навчальний тренінг як засіб професійної підготовки майбутніх менеджерів організацій в економічних університетах : автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. Київ, 2006. 21 с.

44.Брехман И. И. Валеология – наука о здоровье. 2-е изд., доп., перераб. Москва : Физкультура и спорт, 1990. 208 с.

45.Бровко К. А. Сутнісні характеристики феномену корпоративна культура особистості. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія : Педагогічні науки, 2016 №6 (303) жовтень, 2016. Частина II. С. 132–139.

46.Булич Е. Г., Мурахов І.В. Валеология. Теоретичні основи валеології :

навч. посіб. для студ. пед.. навч.закл. Київ : ІЗМН, 1997. 224 с.

47.Булич Э. Г., Мурахов И.В. На пути познания сущности здоровья: достижения и опасности. *Довкілля та здоров'я*, 2011. №1 (56). С. 36–44.

48.Вайнер Э. Н. Валеология : учебник для вузов. Москва : Флинта : Наука, 2001. 416 с.

49.Ваколюк А. М. Особливості фізичного виховання школярів у педагогічній діяльності А. Макаренка. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти* : зб. наук. праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Вип. 13 (56). Ч. I. Рівне : РДГУ, 2016. С. 22–25.

50.Валитов И. О. Здоровье человека в экологической и демографической культуре : дис. ... доктора филос. наук : спец. 09.00.11-социальная философия / Башкирский гос. университет. Уфа, 2010. 363 с.

51.Ван Сюе Мань. Особенности системы государственного управления физической культурой и спортом в КНР. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2008. № 4. С. 217–221.

52.Василенко Н. Проблема здорового способу життя в освіті європейських країн. *Шлях освіти*. 2000. № 1. С. 19–22.

53.Васьков Ю. В. Теоретичні основи визначення класифікації методів навчання в системі фізичного виховання загальноосвітніх навчальних закладів. *Наукові записки кафедри педагогіки*: зб. наук. праць / гол. ред. В.Г. Пасинок. Харків: 2016 Вип. 39. С. 38–45.

54.Вахрушева Т. Ю. Теоретичні основи інтерактивної технології навчання. *Нові технології навчання*. 2006. № 44. С. 19–22.

55.Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. Учебное пособие. 3-е изд., перераб. и доп. Москва : Изд-во «Ось-89», 2007. 256 с.

56.Ващенко Л. С. Основы здоров'я : Кн. для вчит. Київ : Генеза, 2005. 240 с.

57.Ващенко Л. Ф. Формування ціннісного компонента професійної

діяльності майбутніх вчителів : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.01. Одеса, 1996. 24 с.

58.Ващенко О., Свириденко С. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах. *Директор школи*. 2006. №20. С. 12–15.

59.Ведмедюк А. Д. Сутність та структура готовності майбутніх учителів фізичної культури до організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи. *Педагогіка і психологія: сучасні методика та інновації, досвід практичного застосування* : Матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф (Одеса, 17–18 березня 2017 р.) / ГО «Інститут інноваційної освіти»; Науково-учбовий центр прикладної інформатики НАН України. Одеса : ГО «Інститут інноваційної освіти», 2017. С. 54–57.

60.Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. К. ; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2004. 1140 с.

61.Винничук О. Історико-педагогічні аспекти розвитку фізичної культури. Тернопіль : АСТОН, 2001. 404 с.

62.Вишневський О. Теоретичні основи сучасної української педагогіки: Навч. посіб. 3-тє вид., доопрац. і доп. Київ : Знання, 2008. 566 с.

63.Вітвіцька С. С. Основи педагогіки вищої школи : підруч. за модульно-рейтинговою системою навчання для студ. магістр. Київ : Центр навчальної літератури, 2006. 401 с.

64.Возняк А. Б. Педагогічні умови формування ціннісних орієнтацій особистості. *Зб. наук. праць Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Київ : ВІКНУ, 2013. Вип. №39. С. 284–287.

65.Волков В. Л. Розвиток фізичних здібностей студентів у системі фізичної підготовки [монографія]. Київ : Освіта України, 2011. 420 с.

66.Волков В. Ю., Волкова Л. М., Давиденко Д. Н. Непрерывное образование по физической культуре как фактор оздоровления нации. *Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной*

и спортивной работы : Матер. Междунар. конф. Ч. 1. Москва : МГУ, 2000. С. 3–4.

67.Воронін Д. Є. Здоров'язберігаюча компетентність студента в соціально-педагогічному аспекті. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006. № 2. С. 25–28.

68.Галенко Т. П. Цінності як основа формування у старших підлітків ставлення до власного здоров'я. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 8. С. 22–25.

69.Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я : теорія і практика. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2006. 338 с.

70.Галіздра А. А. Характеристика факторів, що впливають на здоров'я студентів вищих навчальних закладів. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2004. № 3. С. 41–43.

71.Гапоненко Л. Розвиток рефлексії як психологічного механізму корекції професійної поведінки у педагогічному спілкуванні. *Рідна школа*. 2002. №4. С. 14–16.

72.Гасюк І. Л. Фізична культура та спорт: правові, економічні, управлінські засади діяльності в галузі : [навч. посібн.]. Х. : Вид-во ХГПА, 2011. 457 с.

73.Гельвецій К. А. Про людину, її розумові здібності та її виховання. Перекл. з франц. В.Підмогильного. Київ : Основи, 1994. 416 с.

74.Гершунский Б. С. Образовательно-педагогическая прогностика. Теория, методология, практика : учеб. пособие. Москва : Флинта ; Наука, 2003. 768 с.

75.Гершунский Б. С. Философия образования. Москва : Изд-во «Флинта», 1998. 428 с.

76.Гетман В., Новицький Ю. Антропоетика здоров'я як сучасний напрям оздоровчої освіти. *Вища освіта України*. 2008. № 2. С. 68–72.

77.Гладкова В. М., Пожарський С. Д. Основи акмеологі. Підручник. Львів : Новий світ 2000, 2007. 320 с.

78.Глагошук О. Педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.02 / Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. К., 2008. 24 с.

79.Глоба Т., Піддубна А. Роль фізичної культури й освіти в організації здорового способу життя студентської молоді (теоретичний аспект). *Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання* : Матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Дніпропетровськ, 10-11 квітня 2014 р.). Дніпропетровськ, 2014. С. 89–93.

80.Глоссарий терминов по вопросам укрепления здоровья. Всемирная организация здоровья. Женева, 2008. 48 с.

81.Глузман О., Щеколюдкін В. Майбутній фахівець має бути здоровим. *Вища освіта України*. 2004. №3. С. 80–86.

82.Гнатюк О. В. Теоретичні основи дослідження категорії здоров'я у сучасній науці. *Актуальні проблеми соціології, психології та педагогіки* : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. «Тенденції розвитку психології в Україні: історія та сучасність». Київ : Либідь, 2006. С. 323–329.

83.Гнезділова К. М. Корпоративна культура викладача вищої школи : навч.-метод. посібник. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2013. 124 с.

84.Голиков Н. А. Педагогика оздоровления в условиях полифункционального образовательного учреждения: [монография]. Тюмень : ТюмГУ, 2006. 232 с.

85.Головай І., Пономаренко А. Як ми творимо здоров'язбережувальний акмеологічний простір ліцею. *Директор школи, ліцею, гімназії*. 2013. №2. С. 68–76.

86.Гомонюк О. М., Онишко О.Г., Райко В.В. Особливості інноваційної діяльності педагогів. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : тези доповідей V Всеукр. наук.-практ. конф. (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) / ред. кол.

Є.М. Потапчук (голов. ред.), Т.Л. Левицька та ін. Хмельницький : ХНУ, 2017. С. 74–76.

87. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ : Либідь. 1997. 376 с.

88. Гончарова Н. В. Формирование культуры профессионального здоровья будущего учителя : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Волгоградский гос. пед. ун-т. Волгоград, 2005. 202 с.

89. Горащук В. П. Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів : дис.. ... докт. пед. наук: 13.00.01. Харків, 2004. 428 с.

90. Горбенко О. В. Здоровий спосіб життя – основа гармонійного розвитку студентської молоді. *Слобожанський науково-спортивний вісник* : науково-теоретичний журнал. Харків: ХДАФК, 2007. № 12. С. 15–16.

91. Горбунова С. М. Некоторые проблемы валеофилософии. *Формування, збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти*. Київ, 1997. С. 141–144.

92. Горбушина С. Личность будущего учителя как субъект культуры здоровья: концепция и принципы развития. *Валеология*. 2005. № 1. С. 89–93.

93. Горбушина С. Н. Мирозренческие детерминанты формирования культуры здоровья будущего учителя : дисс. ... докт. пед. наук: спец. 13.00.01 / Башкирский гос. пед. университет. Уфа, 2005. 395 с.

94. Грабовська Т., Киричук О. Формування позитивної мотивації діяльності особистості. *Рідна школа*. 2002. №4 (867). С. 12–14.

95. Гречаник О. Є. Формування акмеологічної компетентності вчителя в системі післядипломної педагогічної освіти : автореф. дис. канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди. Харків, 2012. 21 с.

96. Грибан В. Г. Валеология : підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. Г. Грибан. 2-ге вид., переробл. та допов. К. ЦУЛ, 2012. 342 с.

97. Грибок Н. М. Педагогічні умови формування культури здоров'я студентів спеціальної медичної групи: Дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.07 / Держ. закл. Луган. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. Луганськ, 2013. 200 с.

98. Григорьев В. И. Кризис физической культуры студентов и пути его преодоления. *Теория и практика физической культуры*. 2004. № 2. С. 54–61.

99. Гринченко І. Б. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичного виховання: досвід європейських країн. *Засоби навчальної та науково-дослідної роботи* : зб. наук. праць / за заг. ред. проф. В.І. Євдокімова і проф. О.М. Микитюка ; Харк. нац. пед. ун-т імені Г.С.Сковороди. Харків : ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 2014. С. 39–50.

100. Гринченко І. Б. Сучасні напрями впровадження інновацій в професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури. URL: <http://www.nniif.org.ua/File/12gibsnv.pdf> (дата звернення: 10.04.2018).

101. Громкова М. Т. Психология и педагогика профессиональной деятельности. Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2003. 415 с.

102. Грушко В. С. Основи здорового способу життя : для всіх і кожного : навч. посіб. З курсу «Валеологія». Тернопіль : [Астон], 1999. 368 с.

103. Гулай О. І. Структура навчально-методичного забезпечення підготовки фахівців у вищій школі. *Вісник СевНТУ*: зб. наук. пр. Севастополь, 2012. Вип. 127. Серія: Педагогіка. С. 6–10.

104. Гуменюк С. В. Актуальність використання засобів інноваційних технологій у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичної культури. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. праць. 2015. № 2 (30). С. 5–9.

105. Гуменюк С. В. Порівняльний аналіз структури фахової підготовки майбутніх учителів фізичної культури в університетах Західної Європи й України. *Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології* : зб. наук. праць Херсонського національного технічного університету. Вип. 1(12). Херсон : Грінь Д.С., 2015. Т. 5. С. 71–74.

106. Гуменюк С. В. Фахова підготовка майбутніх учителів фізичної

культури засобами інноваційних технологій – вимога часу. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2016. Вип. 2 (39). С. 68–70.

107. Гура О. І. Логіко-концептуальні аспекти дослідження формування особистісно-професійних характеристик педагога. *Педагогічна формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школі: зб. наук. праць*. Запоріжжя, 2009. Вип. 1. С. 106–112.

108. Гуревич Р., Кадемія М. Впровадження нових інформаційних технологій у навчально-виховний процес. *Професійно-технічна освіта*. 1999. № 1. С. 30–34.

109. Гусак П. М., Зимівець Н. В., Петрович В. С. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології: [монографія]; за ред. П. М. Гусака. Луцьк: ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2009. 219 с.

110. Давигора В. І. Психологічний аналіз феномену здоров'я та ставлення до нього. *Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України* / за ред. С.Д. Максименка. Т. XI., част. I. Київ: Гнозис, 2009. 620 с.

111. Давиденко Д. Физическая культура и культура здоровья студентов. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2010. № 2. С. 65–69.

112. Данилова Г. С. Акмеологія: сутність, становлення, практики втілення. *Педагогіка і психологія*. Київ: Педагогічна преса, 2009. № 1-2. С. 90–98.

113. Дахин А. Н. Моделирование компетентности участников открытого образования. Москва: НИИ школьных технологий, 2009. 292 с.

114. Демінська Л. О. Значення формування культури здоров'я студентської молоді. *Педагогіка здоров'я*: зб. наук. праць Всеукр. наук.-практ. конф. / За заг. ред. проф. О. М. Микитюка. Харків: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. С. 70–73.

115. Денисова Н. В. Психолого-педагогічна підготовка майбутніх учителів в умовах навчально-наукового комплексу «коледж-університет»:

дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Харківський нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди, 2006. 186 с.

116. Дерєга Г. Т. Особливості формування акмеологічного освітнього середовища вищого навчального закладу. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. Володимира Гнатюка*. Серія. Педагогіка. 2016. №3. С. 14–19.

117. Дерєка Т. Г. Акмеологічні засади неперервної професійної підготовки фахівців фізичного виховання : автореф. дис. доктора пед. наук: спец. 13.00.04 / Київський університет імені Б. Грінченка. Київ, 2017. 38 с.

118. Державні стандарти професійної освіти: теорія і методика : [монографія] / за ред. Н. Г. Ничкало. Хмельницький : ТУП, 2002. 334 с.

119. Деркач А. А., Зазыкин В. Г. Акмеология. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 256 с.

120. Дермотт Ян Мак., О'Коннор Джозеф. Убеждение и здоровье. Психологические методы обретения здоров'я. Москва : Харвест, АСТ, 2001. С. 418–434.

121. Джигун Л. М. Використання інноваційних технологій на заняттях у вищому навчальному закладі. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : тези доповідей V Всеукр. наук.-практ. конф. (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) [ред. кол. Є.М. Потапчук (голов. ред.), Т.Л. Левицька та ін.]. Хмельницький : ХНУ, 2017. С. 78–79.

122. Джонс Дж. Методы проектирования; [Пер. с англ.] 2-е изд. доп / Дж. Джонс. Москва : Мир, 1986. 326 с.

123. Джуринський П. Б. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберезувальної професійної діяльності : автореф. дис. д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 / Південноукраїнський нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2013. 43 с.

124. Добрянський І., Кузнецова І. Адаптація першокурсників у

приватному ВНЗ : складові психолого-педагогічного супроводу. *Вища школа*. 2012. № 3. С. 51–58.

125. Довга Т. Я. Самоменеджмент і егомаркетинг як предиктори професійно-педагогічної успішності. *Зб. наук. праць «Педагогічні науки»*. Випуск LXXII. Том 2. Херсон : Херсонський державний університет, 2016. С. 76–80.

126. Довгань Н. Ю. Інноваційні педагогічні технології формування фізичної культури студентської молоді ВНЗ у процесі позааудиторної спортивно-масової роботи. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія : Педагогічні науки, 2016 № 6 (303) жовтень, 2016. Частина II. С. 15–25.

127. Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності : автореф. дис. ... док. пед. наук : спец. 13.00.04 / Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського». Одеса, 2011. 45 с.

128. Донець З. Ф. «Інтегроване культурознавство» – дисципліна, що утверджує громадянина України ХХІ століття. *Актуальні проблеми гуманітарної освіти*: Зб. наук. праць. Випуск 1. Київ-Кременець : РВЦ КОГПШ ім. Т. Шевченка, 2004. С. 316–319.

129. Драган О. А. Педагогічні умови формування культури здоров'я особистості в позашкільних навчальних закладах України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2005. № 6. С. 8–10.

130. Драгнєв Ю. В. Компоненти формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* / за ред. проф. С.С. Эрмакова. Харків, 2007. №1. С. 28–30.

131. Драчук А. І. Динаміка стану здоров'я студентів гуманітарних вищих закладів освіти. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми*

фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. Харк. держ академія дизайну та мистецтв (Харк. худож.-пром. ін.-т.). Х., 2002. № 22. С. 23–28.

132. Дроздова К. В. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до моніторингу фізичного стану молодших школярів : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Південноукраїнський нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2014. 21 с.

133. Дружилов С. А. Становление профессионализма как процесс формирования концептуальной модели профессиональной деятельности. *Журнал прикладной психологии* / гл. ред. А. В. Сухарев. 2004. №6. С. 56–60.

134. Дубасенюк О. А., Семенюк Т. В., Антонова О. Є. Професійна підготовка майбутнього вчителя до педагогічної діяльності: [монографія]. Житомир: Житомир. держ. пед. ун-т, 2003. 193 с.

135. Дубасенюк О. А. Упровадження освітніх інновацій в системі вищої освіти : [монографія]; за ред. П.Ю. Сауха. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. С. 62–91.

136. Дубасенюк О. А. Фундаментальна акмеологія: засади вдосконалення професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів. *Акмеологія в Україні* : наукове видання. №1. 2010. С. 18–26.

137. Дубогай О. Д., Джурицький П.Б. Компетентнісний потенціал педагогіки здоров'язбереження молоді при формуванні її особистості засобами фізичної культури. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)*. Київ, 2010. Вип. № 10. С. 275–278.

138. Дубогай О. Д. Управління формуванням професійного інтересу до занять фізичними вправами у студентів педагогічного вузу. *Фізичне виховання. Спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. Луцьк, 1999. С. 15–17.

139. Дудорова Л. Ю. Педагогічні умови формування потреби в здоровому способі життя майбутніх учителів у процесі фізичного виховання : дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти /

Людмила Юрїївна Дудорова; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця, 2009. 204 с.

140. Дуткевич Т. В. Психологічні основи використання інтерактивних методів навчання у процесі підготовки спеціалістів з вищою освітою. *Використання інтерактивних методів та мультимедійних засобів у підготовці педагога* : зб. наук. праць. Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2003. С. 26–33.

141. Дяхтеренко С. Г., Савіч І. О. Перспективи розвитку моніторингу якості освіти з природничо-наукових дисциплін. *Вісник Запорізького національного університету*: зб. наук. праць. Педагогічні науки; Гол. ред. Локарева Г.В. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2016. № 1 (26) С. 11–16.

142. Енциклопедія освіти / [Акад. пед. наук України] ; голов. ред. В. Г. Кремень. Київ : Юрінком Інтер, 2008. 1040 с.

143. Енциклопедія педагогічних технологій та інновацій / автор-укладач Н.П. Наволокова. Харків: Вид. група «Основа», 2009. 176 с.

144. Жданова Е. В. Формирование ценностного отношения к здоровью у студентов педагогического вуза при изучении дисциплин медико-биологического цикла: дисс. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.02-теория и методика обучения и воспитания (биология) / Евгения Владимировна Жданова; Уральский гос. пед. университет. Екатеринбург, 2005. 245 с.

145. Желнова О. Д. Профессиональное развитие личности: межпредметный поход. *Сборник статей «Управление образованием»*, НИУ ВШЭ. Выпуск первый. Санкт-Петербург : НИУ ВШЭ, 2012. С. 74–88.

146. Жерновникова О. А. Підготовка майбутнього вчителя до навчального проектування як психолого-педагогічна проблема. *Педагогіка та психологія* : зб. наук. праць. Харків : Вид-во ТОВ «Щедра садиба плюс», 2015. Вип. 49. С. 193–202.

147. Жуковський Є. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до організації самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності

школярів : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Житомирський держ. ун-т ім. І. Франка. Житомир, 2014. 20 с.

148. Журавський В. С. Вища освіта як фактор державотворення і культури в Україні. Київ : Видавничий Дім «Ін Юре», 2003. 268 с.

149. Завальнюк О. Л. Формування ціннісної моделі здоров'я у студентів – майбутніх педагогів. *Науковий вісник Чернівецького університету* : зб. наук. праць / редкол. : Г. Г. Філіпчук, І. С. Руснак, В. С. Филипчук [та ін.]. Чернівці : Рута, 2007. Вип. 327 : Педагогіка та психологія. С. 59–64.

150. Завгородня О. В. Проблема психологічного здоров'я: спроба теоретичного аналізу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 1. С. 55–60.

151. Заводевкина Н. В. Развитие ответственного отношения к здоровью у студенческой молодёжи средствами физического воспитания : учеб. пособие. Хабаровск : Изд-во ДВГУПС, 2008. 99 с.

152. Загвязинский В. И. Реальный гуманизм и тенденции развития образования. *Образование и наука*. 2000. № 1. С. 100–105.

153. Загвязинский В. И. Теория обучения: современная интерпретация: учебное пособие для вузов. 3-е изд-е, испр. Москва : Академия, 2006. 192 с.

154. Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» від 19.11.1992 № 2801-ХІІ (Редакція станом на 01.01.2018) URL: <http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/2801-12> (дата звернення: 20.03.2018).

155. Закон України «Про вищу освіту» URL: <http://vnz.org.ua/zakonodavstvo/111-zakon-ukrayiny-pro-vyschu-osvitu> (дата звернення: 20.03.2018).

156. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» URL: <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=1724-17> (дата звернення: 20.03.2018).

157. Законодавчі акти України з питань освіти / Верховна Рада України.

Комітет з питань науки і освіти: Офіц. вид. Київ : Парламентське вид-во, 2004. 404 с.

158. Захаріна Є. А. Впровадження «Паспорту здоров'я» в навчальний процес підготовки фахівців з фізичного виховання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 3. С. 62–65.

159. Звенигородская Г. П. Теория и практика рефлексивного образования на основе феноменологического подхода : Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01. Хабаровск, 2002. 451 с.

160. Зеер Э. Ф., Заводчиков Д. П. Инновации в профессиональном образовании: Учебно-методическое пособие. Екатеринбург : ГОУ ВПО Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2007. 215 с.

161. Зеер Э. Ф. Психология профессионального развития. Москва : Академия, 2006. 240 с.

162. Зеленюк О., Бикова Г. Формування у студентському середовищі здоров'язберезувальної поведінки засобами фізичної культури і спорту. *Проблеми формування здорового способу життя молоді* : матер. IV Всеукр. наук.-практ. конф. студентів, магістрантів та аспірантів; під заг. ред. Р.Р. Сіренко. Львів: ВЦ ЛНУ ім. І. Франка, 2013. С. 219–220.

163. Зуев П. В. Праксеологичекий подход к решению проблемы повышения эффективности обучения. *Педагогическое образование и наука*. 2008. №3. С. 7–15.

164. Зязюн І. Педагогічне наукове дослідження у контексті цілісного підходу. *Порівняльна професійна педагогіка*. 2011. №1. 19–30.

165. Зязюн І. А. Освітній простір культури в умовах сучасних інформаційних технологій. *Рідна школа*. 2006. №5. С. 3–6.

166. Зязюн І. А. Філософія педагогічної якості в системі неперервної освіти. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. Житомир, 2005. Вип. 25. С. 13–18.

167. Ибрагимов Г. И. Компетентностный поход в профессиональном

образовании. *Educational Technology Society*. 2007. №10 (3). P. 361–365.

168. Игнатова В. В., Барановская Л.А. Содействие как педагогическая стратегия. *Сибирский педагогический журнал* : Научно-практическое издание. Новосибирск : Немо пресс. 2008. № 14. С. 44–52.

169. Ильин Е. П. Мотивы человека: теория и методы изучения. Київ : Вища школа, 1998. 292 с.

170. Ирхин В. Н. Теория и практика отечественной школы здоровья : [монографія]. Барнаул : БГПУ, 2007. 279 с.

171. Исаев И. Ф. Развитие профессионально-педагогической культуры преподавателя в условиях модернизации педагогического образования. *Педагогіка та психологія* : зб. наук. праць. Харків, 2006. Вип. 29. С. 63–72.

172. Исаев И. Ф. Теория и практика формирования профессионально-педагогической культуры преподавателя высшей школы. Москва ; Белгород : МГПУ, 1993. 219 с.

173. Иванова Л. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів : дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04. Київ, 2007. 376 с.

174. Иванська О. В. Вплив фізичної культури у вищих навчальних закладів. *Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання* : Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Дніпропетровськ, 2014. С. 169–176.

175. Івчатова Т. В., Карпова І.Б., Співак М.Л. Фізична підготовка студента : навчальний посібник. Київ : КНЕУ 2012. 139 с.

176. Ігри дорослих. Інтерактивні методи навчання / упоряд. Л. Галіцина. Київ : Редакція загальнопедагогічних газет, 2015. 128 с.

177. Индиченко Л., Кобилянська К. Дослідження стану здоров'я студентів ДНУ ім. О. Гончара. *Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання* : Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Дніпропетровськ, 2014. С. 182–185.

178. Юнова О. М., Лукьянова Ю. С. Здоров'язбереження особистості як

психолого-педагогічна проблема. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*; за ред. С.С. Єрмакова. Харків : ХДАДМ, 2009. ХХІІІ. №1. С. 69–72.

179. Іщук В. В. Проектування професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання на засадах контекстного навчання : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Переяслав-Хмельницький держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди. Переяслав-Хмельницький, 2014. 21 с.

180. Каган М. С. Система и целостность. URL: http://www.psylib.org.ua/books/_kagam01.htm (дата звернення: 20.10.2017).

181. Каган М. С. Системный подход и гуманитарное знание: Избр. статьи / Ленинград: Издательство ЛГУ, 1991. С. 30–48.

182. Казначеев В. П. Учение В.И. Вернадского о биосфере и ноосфере. Москва : ЛИБРИКОМ, 2014. 248 с.

183. Калашнікова В. Здоров'я вчителя: як його зберегти. *Відкритий урок: розробки, технології, досвід*. 2012. № 3. С. 81–82.

184. Калінкіна Л. А. Креативні технології збереження здоров'я працівників освітньої галузі. *Педагогічний альманах* : зб. наук. праць / редкол. : І. Бех, Є. Голобородько, В. Олійник [та ін.]. Херсон : Херсонська академія неперервної освіти, 2013. Вип. 18. С. 125–130.

185. Канюк С. С. Психологія мотивації : Навчальний посібник. Київ : Либідь, 2002. 248 с.

186. Карманчиков А. И. Логика педагогического прогнозирования : [монография]. Ижевск : Изд-во ИПК и ПРО УР, 2012. 83 с.

187. Карпова І. Б., Корчинський В.Л., Зотов А.В. Фізична культура та формування здорового способу життя : навч. посіб. Київ : КНЕУ, 2005. 104 с.

188. Карченкова М. В. Педагогічні умови формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2006. 20 с.

189. Кашлев С. С. Технология интерактивного обучения. Минск : Белорусский верасень, 2005. 196 с.
190. Кей Торн. Тренинг: настольная книга тренера. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 208 с.
191. Кенней А. М. Посібник для тренерів з проведення просвітницьких занять із населенням щодо питань репродуктивного здоров'я і планування сім'ї. Київ, 2008. 138 с.
192. Кетлер-Митницька Т. С. Теоретичний аспект впливу інтернальності на готовність до особистісно-професійного саморозвитку. *Компетентнісний вимір сучасної освіти: теорія і практика* : зб. тез V регіон. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 19 травня 2017 р.) / За заг. ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2017. С. 243–245.
193. Кириленко С. В. Проблема формування культури здоров'я в історії теоретичної думки і в сучасній практиці. *Педагогіка і психологія* : Вісник АПН України. 2004. № 1(42). С. 48–56.
194. Кларин М. В. Интерактивное обучение – инструмент освоения нового опыта. *Педагогика*. 2000. № 7. С. 12–18.
195. Климов Е. А. Общая психология. Общеобразовательный курс. Учеб. пособ. для вузов. Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 1999. 511 с.
196. Кожанов В. Саморазвитие культуры здоровья студента в процессе спортивно ориентированного физического воспитания. *Теория и практика физической культуры*. 2006. № 2. С. 12–14.
197. Козак Н. Г. Здоров'язберігаюче виховання підлітків основної школи в навчально-виховному процесі : Дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.07 / Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка. Львів, 2016. 240 с.
198. Козарик О. С. Проблема особистісного саморозвитку студентів у структурі фахової підготовки. *Компетентнісний вимір сучасної освіти: теорія і практика* : зб. тез V регіон. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 19 травня

2017 р.) / За заг ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2017. С. 73–75.

199. Козігон В. Формування культури здоров'я вчителя. *Директор школи*. Шкільний світ. 2012. № 21. С. 37–50.

200. Козуб М. В. Формирование профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в школе: дис. ... кандидата пед. наук : спец. 13.00.08. Елец, 2007. 221 с.

201. Колесникова И. А., Горчакова-Сибирская М. П. Педагогическое проектирование : Учеб. пособ. для высш. учеб. заведений; под ред. И.А. Колесниковой. Москва : Издательский центр «Академия», 2005. 288 с.

202. Коломоець М. Ю., Хухліна О.С. Професійні хвороби : [навчальний посібник]. Київ : Здоров'я, 2004. 628 с.

203. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи : Бібліотека освітньої політики / За заг. ред. О.В. Овчарук. Київ : «К.І.С.», 2004. 112 с.

204. Коновалова И. А. Становление культуры здоровья студентов вуза физкультурно-спортивного профиля : Дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Уральский государственный университет физической культуры. Челябинск, 2011. 157 с.

205. Конох А. П. Теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та туризму у вищій школі: [монографія]. Запоріжжя: Кругозір, 2015. 344 с.

206. Концепція Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» на 2012–2020 роки. URL: <http://zakon.nau.ua/doc/?uid=1095.9378.0> (дата звернення: 12.09.2017).

207. Концепція неперервної валеологічної освіти в Україні. К., Освіта, 1994. 94 с.

208. Конькина Е. В. Воспитание культуры здоровья старшего подростка в специализированной школе-интернате : дис. ... канд. пед. наук:

спец. 13.00.01 / Оренбург. гос. пед. ун-т. Оренбург, 2006. 191 с.

209. Корнієнко О. В. Підтримання психосоматичного здоров'я практично здорових людей : [навчальний посібник]. Київ : Вид. центр Київського університету, 2000. 126 с.

210. Королев Ф. Ф. Системный подход и возможности его применения в педагогических исследованиях. *Структурно-системные исследования педагогических явлений и процессов*. Москва : АПН СССР, 1970. С. 43–49.

211. Коропецька О. Психологічні детермінанти самореалізації особистості. *Психологія особистості*. 2010. №1. С. 115–123.

212. Костихіна Н. М. Акмеологические аспекты профессионально-педагогической подготовки специалиста по физической культуре и спорту. *Теория и практика физической культуры*. 2005. №10. С. 12–16.

213. Костюченко Л. В. Наступність у професійній підготовці майбутнього вчителя. *Підготовка студентів до майбутньої професійної діяльності: теорія і практика* : наук.-теорет. посіб. за матеріалами III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. «Сучасні проблеми професійної підготовки майбутнього фахівця : інноваційний досвід і перспективи». Переяслав-Хмельницький, 2010. Вип. 3. С. 256–257.

214. Костюченко Т. М. Формування здоров'язберезувальної компетентності як провідна стратегія університетської освіти в транзитивному суспільстві. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія : Педагогічні науки, 2016. №6 (303) жовтень, 2016. Частина I. С. 30–37.

215. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини; за ред. І. Я. Коцана. Луцьк : РВВ «Вежа» Волинського національного університету ім. Л. Українки, 2009. 316 с.

216. Кочерга Є. В. Критерії та показники сформованості здоров'язберезувальної компетентності майбутнього вчителя хімії. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія : Педагогічні науки, 2016. №6 (303) жовтень, 2016. Частина II. С. 15–25.

217. Кошель Ю. М. Роль фізичного виховання у формуванні здорового способу життя у сучасної молоді. *Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання* : Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Дніпропетровськ, 2014. С. 260–264.

218. Кривошеєва Г. Л. Формування культури здоров'я студентів університету : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Луганський державний педагогічний університет імені Тараса Шевченка. Луганськ, 2001. 22 с.

219. Крутогорська Н. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до виховної роботи в школі з формування здорового способу життя. *Гуманізація навчально-виховного процесу* : зб. наук. пр. / Слов'янськ. держ. пед. ун-т. Слов'янськ, 2010. Вип. I. С. 40–51.

220. Круцевич Т., Зайцева М. Інноваційні процеси у сфері підготовки та перед підготовки кадрів з фізичної культури. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2005. №4. С. 40–44.

221. Круцевич Т. Ю. Наукові основи фізичного виховання : лекція для студентів, аспірантів та слухачів курсів підвищення кваліфікації, викладачів фізичного виховання. Київ : Т-во «Знання України», 2001. 23 с.

222. Круцевич Т. Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания: дис. ... д-ра наук по физ. восп. и спорту: спец. 24.00.02. Киев, НУФВиСУ, 2000. 510 с.

223. Крушельницька О. В. Методологія та організація наукових досліджень : Навчальний посібник. Київ : Кондор, 2009. 206 с.

224. Ксенчук Е. В. Системное мышление. Границы ментальных моделей и системное видение мира. Москва : Издательский дом «Дело» РАН-ХиГС, 2011. 368 с.

225. Кубович О. В. Теоретичні передумови формування культури здорового способу життя студентської молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 3. С. 218–222.

226. Кувшинова И. А. Формирование готовности будущего учителя к

осуществлению здоровьесберегающего компонента : [монография].
Магнитогорск : МаГУ, 2006. 216 с.

227. Кузьмина Н. В. Акмеологическая теория повышения качества подготовки специалистов образования. Москва : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2001. 144 с.

228. Куликова Л. Н. Аутодиагностика личностного саморазвития студента как фактор продуктивности высшего профессионального образования. *Сибирский педагогический журнал*. 2007. №4. С. 44–58.

229. Кулиниченко В. Л. Современная медицина : трансформация парадигм теории и практики : [филос.-методол. анализ]. Київ : Центр практичної філософії, 2001. 240 с.

230. Кулюткин Ю. Н. Личностно-ориентированное обучение и его педагогический смысл. *Современные ориентиры в образовании педагогов*. Санкт-Петербург : Иркутск, 1998. С. 9–24.

231. Культура здоров'я особистості : курс лекцій / [І. О. Олендер, В. С. Грушко, Т. І. Бережна, Г. М. Мешко та ін.]. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2010. 196 с.

232. Кураев Г. А., Воинов В. Б. Валеология. Словарь терминов. Учебное пособие. Ростов-на-Дону : ООО «ЦВВР», 2000. 177 с.

233. Курбатов В. И. Социальное проектирование : Учебное пособие / В. И. Курбатов, О. В. Курбатов. – Ростов-на-Дону : «Феникс», 2001. 416 с.

234. Курнишев Ю. А., Мосейчук Ю. Ю. Професійний саморозвиток майбутніх учителів фізичної культури : моногр. Чернівці : ЧНУ, 2017. 230 с.

235. Кухтій А. О. Особливості організації фізкультурно-спортивного руху в окремих зарубіжних країнах: [короткий огляд]. Львів: ЛДІФК, 2001. 38 с.

236. Кухтій А. О. Особливості функціонування та перспективи розвитку галузі фізичного виховання та спорту в Україні. *Педагог., психол. та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту*. Харків: ХХП, 2001. № 23. С. 18–22.

237. Куц О. С., Липчак І. А. Нові технології та моделювання підготовки вчителів фізичної культури. *Молода спортивна наука України*: Львів, 2002. С. 539–541.

238. Кучеров І. С. Управління здоров'ям нації – проблема педагогічна. *Фізичне виховання в школі*. 2000. № 1. С. 53–55.

239. Кучерявий О. Г. Педагогіка : особистісно-розвивальний аспекти : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Слово, 2014. 436 с.

240. Кыверялг А. А. Методы исследования в профессиональной педагогике. Таллинн : Валгус, 1980. 334 с.

241. Лебедченко С. Ю. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки : дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.08 / Волгоградск. гос. пед. ун-т. Волгоград, 2000. 266 с.

242. Левочко М. Т. Проектування методичної системи освіти при підготовці фахівців у системі «коледж – університет». *Розвиток системи обліку, аналізу та аудиту в Україні, методологія, організація* : зб. тез доповідей учасників VI міжнар. наук. конф.; Держ. ком. стат. України; ред. кол. : І.І. Пилипенко (гол. ред) [та ін.]. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне», 2009. С. 52–56.

243. Левтерова Д. Предиктори на субективния успех в кариерното развитие. *Психолого-педагогически проблеми на развитието на личността на професионалиста в условията на университетското образование*: сборник с научни доклади. Първа книга. Том Първи. Габрово : Изд-во «ЕКС-ПРЕС», 2014. С. 50–54.

244. Левченко Т. І. Розвиток освіти та особистості в різних педагогічних системах. Вінниця : Нова Книга, 2002. 512 с.

245. Леонтьев Д. А. Ценность как междисциплинарное понятие: опыт многомерной реконструкции. *Вопросы философии*, 1996. № 5. С. 25–26.

246. Ливацький О. В. Особливості та роль фізичного виховання у контексті національно-патріотичного виховання студентської молоді. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія :

Педагогічні науки, 2016. №6 (303) жовтень, 2016. Частина I. С. 259–264.

247. Литвин Т. Компетентнісний підхід у системі вищої освіти України: аналіз базових понять. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2012. №2. С. 9–14.

248. Лірук Н. Проблема збереження і зміцнення здоров'я педагога. *Психолог*. 2013. № 2. С. 30–32.

249. Ліхвенецький В. А. Фізичне виховання студентсько молоді України. *SWorld*. 18–29 June, 2013. URL: <http://www.sworld.com.ua/index.php/ru/conference/the-contentofconferences/archives-of-individual-conferences/june-2013> (дата звернення: 12.06.2017).

250. Лобода В. Педагогічні умови формування культури здоров'я студентів на заняттях з фізичного виховання. *Проблеми підготовки сучасного вчителя* : зб. наук. праць Уманського державного педагогічного ун-ту імені Павла Тичини / [ред. кол. : О.І. Безлюдний (гол. ред.) та ін.]. Умань : ФОП Жовтий О. О., 2016. Випуск 13. С. 28–33.

251. Лощаків А. М. Акмеологические условия оптимизации информационного сопровождения формирования культуры здоровья будущего педагога : Автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 19.00.13 / Кострома, 2006. 20 с.

252. Лузан П. Г., Виговська С. В., Сопівник І. В. Основи наукових досліджень : підруч. Київ : НАКККіМ, 2014. 360 с.

253. Ляо Цайчжи Формування культури здоров'я у студентів вищих навчальних закладів КНР : Автореф. дис ... канд. пед. наук : спец. 13.00.02 / Харківський нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна. Харків, 2013. 19 с.

254. Магин В. А. Формирование культуры здоровья личности будущего учителя в процессе его профессиональной подготовки : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 / Ставропольский государственный университет. Ставрополь, 1999. 155 с.

255. Майоров А. Н. Мониторинг в образовании. Изд. 3-е, испр. и доп.

Москва : Интеллект-Центр, 2005. 424 с.

256. Макаренко А. С. Педагогічні твори. У 8 т. Москва : Педагогіка, 1983. Т. 2. 562 с.

257. Маковецька Н. В. Впровадження інтенсивних технологій як умова професійного розвитку фахівців дошкільних навчальних закладів у сфері освітньо-оздоровлювальної діяльності. *Зб. наук. праць «Педагогічні науки»*. Херсон : Херсонський державний університет, 2016. Вип. LXXII. Т. 2. С. 101–105.

258. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : [монографія]. Київ : ТОВ «КММ», 2006. 240 с.

259. Максимчук Б. А. Теоретичні і методичні основи формування валеологічної компетентності майбутніх учителів у процесі фізичного виховання : дис. ... доктор. пед. наук : спец. 13.00.04 / Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця, 2017. 555 с.

260. Малафіїк І. В. Системний підхід в теорії і практиці навчання. Рівне : РДГУ, 2004. 437 с.

261. Малярчук Н. Н. Культура здоров'я педагога (личностный и профессиональный аспекты) : Дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 / Тюменский государственный университет. Тюмень, 2009. 523 с.

262. Мальцева О. Здоров'я вчителя – один із важливих чинників професійної та творчої самореалізації педагога. *Здоров'я та фізична культура. Шкільний світ*. 2011. № 3. С. 1–5.

263. Маринич В., Когут І. Підходи до реалізації освітньої політики з питань формування культури здоров'я учнівської молоді. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2012. № 2. С. 63–67.

264. Маріонда І. І., Сивохоп Е. М. Загальний теоретико-методологічний аналіз педагогічних принципів формування валеологічного світогляду студентів. *Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології* : зб. наук. праць Херсонського національного технічного

університету. Вип. 1(12). Херсон : Грінь Д.С., 2015. Т. 5. С. 61–65.

265. Маріонда І. І. Особливості вузівської підготовки фахівця фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Випуск 2 (39). С. 133–136.

266. Марків О. Т. Здоров'я людини як фундаментальна цінність культури. Гілея. Філософські науки. 2009. Вип. 27. С. 176–182.

267. Маркова А. К. Психология труда учителя. Москва : Просвещение, 1993. 192 с.

268. Мартинець Л. А. Професійний розвиток учителя: сутність і зміст. *Педагогічні науки* : Зб. наук. праць. Херсон : Херсонський державний університет, 2016. Вип. LXXII. Т. 2. С. 106–110.

269. Мартинець Л. А. Функції управління професійним розвитком учителів. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Вип. 2 (39). С. 133–136.

270. Маслоу А. Психология бытия. Пер. с англ. М. Рефлбук; Киев : Ваклер, 1997. 304 с.

271. Маслюк Р. В. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури в системі «педагогічний коледж – педагогічний університет»: дис. ... канд. пед. наук; спец. : 13.00.04 / Умань : Уманський держ. пед. ун-т ім. П. Тичини, 2015. 286 с.

272. Матвеев Л. П. О природе и системе принципов, регламентирующих деятельность по физическому воспитанию. *Теория и практика физической культуры*. 1990. № 2. С. 16–24.

273. Мацевко-Бекерська Л. Гармонійне середовище як дискурс особистісноорієнтованого фахового розвитку студентів. *Вісник Львівського університету*. Серія педагогічна. 2006. Вип. 21. Ч. 1. С. 204–211.

274. Мельник В. В. Інтерація в освітньому процесі: технологія організації. *Управління школою*. 2006. № 13. С. 15–34.

275. Мельник О. Системний підхід до формування культури здоров'я учасників навчально-виховного процесу. *Директор школи*. 2005. № 13 (349).

С. 20–21.

276. Мельничук Д., Бойко Д. Особливості формування професійної майстерності майбутніх учителів фізичної культури засобами інноваційних технологій. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://www.eprints.zu.edu.ua>

277. Мельничук І. М. Бібліографічний путівник інтерактивного навчання у вищій школі : зб. навч.-метод. і біограф. матеріалів. Тернопіль : ТНЕУ («Економічна думка»), 2009. 68 с.

278. Мельничук І. М. Використання тренінгів у профорієнтаційній роботі. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного ун-ту*. Серія: Педагогіка. 2006. №7. С. 131–135.

279. Мельничук І. М. Тренінг для визначення ціннісних орієнтацій студентів. *Проблеми сучасної педагогічної освіти*. Серія : Педагогіка і психологія. Ялта : РВВ КГУ, 2007. Вип. 15. Ч. 1. С. 178–184.

280. Мельничук О. С. Словник іншомовних слів / [за ред. член-кореспондента АНУРСР О. С. Мельничука]. К., 1977. 775 с.

281. Метод проектів у сучасній школі : Навчально-метод. посіб. / [уклад. : В.В. Нечипоренко]. Запоріжжя : Хортицький національний навчально-реабілітаційний багатопрофільний центр, 2008. 120 с.

282. Методы системного педагогического исследования : учеб. пособ. / под ред. Н. В. Кузьминой. – Москва : Народное образование, 2002. – 208 с.

283. Мешко Г. М. Підготовка майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я : [монографія]. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2012. 468 с.

284. Мешко Г. М. Теорія і практика підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я : Дис. ... доктора пед. наук: спец. 13.00.04 / Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка. Т., 2012. 630 с.

285. Мирошниченко Т. Система работы по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательном учреждении. Волгоград

: ИТД Корифей, 2007. 124 с.

286. Митина Л. М. Психология профессионального развития учителя. Московский психолого-социальный институт, 1998. 200 с.

287. Митина Н. А., Нуржанова Т.Т. Современные педагогические технологии в образовательном процессе высшей школы. *Молодой ученый*. 2013. №1. С. 345–349.

288. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. Москва : Издательский центр «Академия», 2008. 360 с.

289. Мірошніченко О. М., Бойчук Ю. Д. Формування здоров'язберезувальної поведінки молодших школярів як актуальна соціально-педагогічна проблема. *Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології*: Зб. наук. праць Херсонського національного технічного університету. Херсон : Грінь Д.С., 2015. Вип. 1(12). Т. 5. С. 55–58.

290. Міхеєнко О. І. Валеологічна підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації у вищому педагогічному навчальному закладі: дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04. Суми, 2004. 210 с.

291. Міхеєнко О. І. Валеологія : основи індивідуального здоров'я людини : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. 2-ге вид., переробл. і допов. Суми : Університетська книга, 2010. 446 с.

292. Міхеєнко О. І. Свідоме та відповідальне ставлення до власного здоров'я як умова формування культури здоров'я особистості. *Педагогіка здоров'я* : Всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 7 квітня 2011 р.) : зб. наук. пр. Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. С. 152–158.

293. Міхеєнко О. І. Теоретичні і методичні основи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій : дис. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 / Харківський нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. Харків, 2016. 491 с.

294. Мозальов В. Якість підготовки магістрів у вищих військових

навчальних закладах: модель моніторингу. *Гуманізація навчально-виховного процесу* : зб. наук. пр. / [За заг. ред. проф. В.І. Сипченка]. Харків : ТОВ «Видавництво НТМТ», 2016. № 5 (79). С. 84–97.

295. Мойсеюк В. П. Сучасні підходи до вивчення феномену культури здоров'я. Тернопіль : Богдан, 2012. 125 с.

296. Мойсеюк Н. С. Педагогіка : [навч. посіб.]. 4-е вид., доп. Київ, 2003. 615 с.

297. Молчанов С. В. Триединство физической культуры. Минск : Полымя, 1991. 141 с.

298. Мороз Ф. В. Вплив фізичного виховання на розвиток дітей дошкільного та шкільного віку. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі* : зб. тез доповідей Всеукр. наук.-практ. конф., (Мукачєво, 17-18 травня 2017 р.) / Ред. кол. : Т.Д. Щербан (гол.ред.) та ін. Мукачєво : Вид-во МДУ, 2017. С. 175–177.

299. Мосейчук Ю. Ю. Актуальність процесу адаптації першокурсників до навчання у ВНЗ. *Education and Science* : Матеріали VIII міжнар. наук.-практ. конф. (Прага, 27.12.2011–05.01.2012 р.). Прага, 2012. №. 18. С. 34–36.

300. Мосейчук Ю. Ю. Використання інноваційних педагогічних технологій під час формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогіка і сучасні аспекти фізичного виховання* : зб. наук. праць III міжнар. наук.-практ. конф., (Краматорск, 18–19 квітня 2017 року). Краматорськ : ДДМА, 2017. С. 329–335.

301. Мосейчук Ю. Ю. Використання потенціалу акмеології та акмеологічного підходу під час формування належного рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Гуманізація навчально-виховного процесу* : зб. наук. пр. Харків : ТОВ «Видавництво НТМТ», 2016. № 6 (80). С. 80–90.

302. Мосейчук Ю. Ю. Використання системного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Освіта і наука в умовах глобальних трансформацій* : зб. тез наук. робіт учасників всеукр.

наук. конф. (Дніпро, 24-25 листопада 2017 р.). Дніпро, 2017. С. 266–267.

303. Мосейчук Ю. Ю. Впровадження компетентнісного підходу під час навчання студентів на факультетах фізичного виховання в контексті формування культури здоров'я. *Сучасна освіта та інтеграційні процеси* : зб. наук. праць міжнар. наук.-метод. конф. (Краматорськ, 22-23 листопада 2017 р.). Краматорськ : ДГМА, 2017. С. 141–143.

304. Мосейчук Ю. Ю. Динаміка показників розумової працездатності студентів з наявними ознаками порушення соціально-психологічної адаптації. *Слобожанський науково-спортивний вісник* : науково-теоретичний журнал. Харків, 2010. №1. С. 124–127.

305. Мосейчук Ю. Ю. Загальні наукові підходи до розробки системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Льотної академії. Сер.* : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Кропивницький : КЛА НАУ, 2017. Вип. 1. С. 449–454.

306. Мосейчук Ю. Ю. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності підлітків. *Актуальні проблеми впровадження здоровязберігаючих технологій у навчальних закладах* : Матеріали III міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 15–16 травня, 2014 р.). Чернівці : Технодрук, 2014. С. 124–130.

307. Мосейчук Ю. Ю. Зміни функціональних показників студентів з ознаками порушення соціально-психологічної адаптації впродовж навчального року. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. Львів: ЛДУФК, 2011. Вип. 15., Т. 2. С. 176–179.

308. Мосейчук Ю. Ю. Значення культури здоров'я у реалізації професійної діяльності майбутніми учителями фізичної культури. *Теорія і методика виховання* : наук.-педагог. вісник. Херсон : Грінь Д.С., 2016. Вип. 6. С. 27–30.

309. Мосейчук Ю. Ю. Інноваційні технології адаптації студентів до навчання у ВНЗ. *Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн* : Матеріали II міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці,

22–23 травня, 2013 р.). Чернівці : Технодрук, 2013. С. 142–144.

310. Мосейчук Ю. Ю. Компонентно-структурна характеристика культури здоров'я студентів. *Зб. наук. праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Сер. : Педагогічні науки. Хмельницький : НАДПСУ, 2017. № 4(11). С. 305–317.*

311. Мосейчук Ю. Ю. Контент-аналіз зарубіжного досвіду професійної підготовки майбутніх учителів у контексті формування культури здоров'я. *Педагогічні науки : зб. наук. праць. [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXIX, т 1. С 159–164.*

312. Мосейчук Ю. Ю. Культура здоров'я: нові виміри наукового пізнання. *Психологія і педагогіка на сучасному етапі розвитку наук: актуальні питання теорії і практики : зб. тез наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Одеса, 16–17 грудня, 2016 р.). Одеса : ГО «Південна фундація педагогіки», 2016. С. 92–94.*

313. Мосейчук Ю. Ю. Методичні основи формування культури здоров'я у майбутніх фахівців спеціальності «Середня освіта. Фізична культура». *Україна в гуманітарних і соціально-економічних вимірах : матеріали II всеукр. наук. конф. (Дніпро 24-25 березня 2017 р.). Частина II. Дніпро: СПД «Охотнік», 2017. С 257–259.*

314. Мосейчук Ю. Ю. Методологічні підходи до проектування концепції неперервності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем сформованої культури здоров'я. *Теорія і методика виховання : наук.-педагог. вісник. Херсон : Грінь Д. С., 2017. Вип. 7. С 15–19.*

315. Мосейчук Ю. Ю. Міждисциплінарний характер наукової дефініції «здоров'я»: теоретико-методологічні ракурси. *Гірська школа Українських Карпат : наук. фах. вид. з пед. наук. Івано-Франківськ : [ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»], 2017. № 16. С. 113–181.*

316. Мосейчук Ю. Ю. Можливості компетентнісного підходу під час

формування у майбутніх учителів фізичної культури високого рівня культури здоров'я. *Психолого-педагогічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців на компетентнісній основі* : зб. наук. праць IV міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. (Переяслав-Хмельницький, 28 лютого 2017 р.) : у 2 ч. Переяслав-Хмельницький : ФОП Домбровська Я. М., 2017. Ч. 2. С. 4–8.

317. Мосейчук Ю. Ю. Наукові принципи реалізації системи формування культури здоров'я студентів факультетів фізичного виховання: практичні аспекти та перспективи. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету* : зб. наук. праць. Сер. : Педагогічні науки. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2017. Вип. 36. С. 162–166.

318. Мосейчук Ю. Ю. Науково-методологічні засади організації професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Наукові досягнення, відкриття та шляхи розвитку педагогічної науки* : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 26–27 травня 2017 р.). Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2017. С. 94–98.

319. Мосейчук Ю. Ю. Науково-методологічні парадигми формування культури здоров'я під час професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Сучасні методики, інновації та досвід практичного застосування у сфері психології та педагогіки* : зб. тез наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Люблін, Республіка Польща, 2017 р.), 2017. С. 104–107.

320. Мосейчук Ю. Ю. Необхідність впровадження інноваційних педагогічних технологій під час формування належного рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Фізична культура і спорт: досвід та перспективи* : зб. тез доповідей міжнар. наук.-практ. конф (Чернівці, 6-7 квітня 2017 року) Чернівці : ЧНУ, 2017. С. 124–126.

321. Мосейчук Ю. Ю. Необхідність формування високого рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури під час професійної підготовки в університетах. *Сучасні тенденції та фактори розвитку педагогічних та психологічних наук* : зб. тез міжнар. наук.-практ.

конф. (Київ, 3-4 лютого 2017 р.). Київ, 2017. С. 100–102.

322. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування доцільності та практичні механізми впровадження організаційно-педагогічних умов у процес формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Сер. : Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2018. Вип. 1 (42). С. 332–337.

323. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування необхідності цілеспрямованої діяльності по формуванню культури здоров'я майбутніх учителів. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. [Херсонський державний університет]. Херсон, 2016. Вип. LXXIII, Т 2. С. 94–98.

324. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування потенціалу інтерактивного навчання у формуванні культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Професійна педагогіка і андрагогіка: актуальні питання, досягнення та інновації* : зб. тез наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Кривий Ріг, 26–27 жовтня 2017 р.). Кривий Ріг : Криворізький державний педагогічний університет, 2017. С. 204–206.

325. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування потреби моніторингового дослідження стану сформованості культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Сер. : Педагогічні науки. Луганськ, 2017. № 8 (313). Ч. II. С. 168–176.

326. Мосейчук Ю. Ю. Основні проєкції дослідження феномену культури здоров'я студентів університетів. *Педагогіка і психологія: методика та проблеми практичного застосування* : Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 16–17 грудня 2016 р.). Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2016. С. 72–74.

327. Мосейчук Ю. Ю. Особливості динаміки показників психічного навантаження у студентів з ознаками порушення соціально-психологічної адаптації впродовж навчального року. *Слобожанський науково-спортивний вісник* : науково-теоретичний журнал. Харків : ХДАФК, 2011. №1. С. 114–

118.

328. Мосейчук Ю. Ю. Особливості естетичного виховання школярів засобами фізичного виховання. *Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн* : матеріали I міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 13-15 травня, 2010 р.). Чернівці: Технодрук, 2010. С. 188–192.

329. Мосейчук Ю. Ю. Особливості здоров'я людини як критерію оцінювання індивідуальних можливостей організму. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. Львів : ЛДУФК, 2010. Вип. 14., Т. 4. С. 127–131.

330. Мосейчук Ю. Ю. Особливості соціально-психологічної адаптації студентської молоді. *Фізична культура, спорт та здоров'я* : зб. наук. праць. Вінниця : ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2009. Т.1. Вип. 8. С. 229–234.

331. Мосейчук Ю. Ю. Перспективи від впровадження діяльнісного підходу під час розробки системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. *Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології*: зб. тез наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Львів, 23–24 червня 2017 р.). Львів : ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2017. С. 95–99.

332. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал акмеологічного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності* : зб. матеріалів всеукр. наук.-практ. конф. з між нар. участю (Тернопіль, 5-6 квітня 2017 р.). Тернопіль : СМП «Тайп», 2017. С. 179–181.

333. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика професійного розвитку майбутніх учителів фізичної культури в контексті формування культури здоров'я. *Розвиток професійної майстерності педагога* : зб. матеріалів міжнар. наук.-практ. конф. (Тернопіль, 26-27 квітня 2018 р.). Тернопіль : СМП «Тайп», 2018. – С. 209–211.

334. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал інноваційних технологій під час

формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXVII, т 2. С 204–209.

335. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал компетентнісного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Професійна освіта: методологія, теорія та технології* : зб. наук. праць. Переяслав-Хмельницький : ФОП Домбровська Я.М., 2017. Вип. 5/1. С. 169–183.

336. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал праксеологічного підходу у процесі формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогіка здоров'я* : зб. тез VII всеукр. наук.-практ. конф. (Чернігів, 7-8 квітня 2017 р). Чернігів, 2017. Т 2. С. 200–204.

337. Мосейчук Ю. Ю. Потреба формування високого рівня культури здоров'я у студентів факультетів фізичного виховання у психологічному контексті. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі* : зб. тез доповідей всеукр. наук.-практ. конф. (Мукачєво, 17-18 травня 2017 р.). Мукачєво : Вид-во МДУ, 2017. С. 118–120.

338. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти розробки мультимедійних презентацій для формування культури здоров'я у майбутніх фахів під час навчання у ВНЗ *Модифікація концепції соціально-педагогічної діяльності та соціальної роботи в Україні у контексті реалізації Цілей сталого розвитку суспільства*: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Харків – Куряж, 14 грудня 2017 року) / Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обл. ради. Х. : ФОП Петров В.В., 2018. С. 86–90.

339. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти розробки та впровадження концепції професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем культури здоров'я на засадах неперервності та наступності. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXX, т 2. С 175–180.

340. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні аспекти вдосконалення

професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у контексті неперервної освіти. *Зб. наук. праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. Хмельницький : ХІСТ, 2017. №13. С. 53–57.

341. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні засади професійного та особистісного розвитку студентів в процесі професійної підготовки у вищих навчальних закладах. *Педагогічний дискурс* : зб. наук. праць. Хмельницький: ХГПА, 2017. Вип. 22. С. 118–123.

342. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні підходи до педагогічного проектування професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем сформованої культури здоров'я. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти* : зб. наук. праць : [наук. записки РДГУ]. Рівне : РДГУ, 2017. Вип. 17 (60). С. 236–240.

343. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні підходи до сутності культури здоров'я. *Гірська школа Українських Карпат* : наук. фах. вид. з пед. наук. Івано-Франківськ : [ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»], 2016. № 15. С. 208–211.

344. Мосейчук Ю. Ю. Самостійні заняття як засіб покращення стану здоров'я студентської молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : Зб. наук. праць Волинського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк : ВНУ, 2012. № 3 (19). С. 230–232.

345. Мосейчук Ю. Ю. Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури як вимога часу. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. наук. журн. Сер. : Педагогічні науки. Луганськ, 2017. № 1 (306). Ч. II. С. 136–144.

346. Мосейчук Ю. Ю. Системний підхід як сучасний орієнтир для формування культури здоров'я у майбутніх фахівців фізичного виховання. *Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення та підходи* : зб. тез доповідей II-ї міжнар. наук.-практ. конф (Ужгород, 10 березня 2017 р). Ужгород, 2017. С. 286–288.

347. Мосейчук Ю. Ю. Системний та праксеологічний підходи у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури: загальнотеоретичні розвідки. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Сер. : Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2017. Вип. 1 (40). С. 164–168.

348. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методичні засади неперервності формування культури здоров'я. *Перспективні напрямки розвитку сучасних педагогічних і психологічних наук* : зб. тез наук.-практ. конф. (Харків, 8 лютого, 2017 р.). Харків, 2017. С. 68–72.

349. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методичні особливості побудови мікроциклів у футболі. *Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України* : Зб. наук. праць VIII Всеукр. наук. конф. (Чернівці, 10–11 травня, 2012 р.). Чернівці : Технодрук, 2012. С. 347–351.

350. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методологічні основи формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури : моногр. Чернівці : «Місто», 2018. 436 с.

351. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методологічні проєкції у дослідженні потенціалу культури здоров'я для успішної реалізації професійної діяльності майбутніми учителями фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Сер. : Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2017. Вип. 2 (41). С. 172–176.

352. Мосейчук Ю. Ю. Фізична культура та фізичне виховання як основоположні площини формування культури здоров'я студентів. *Сучасна українська освіта: стратегії та технології навчання молоді і дорослих* : зб. наук. праць V Міжнар. наук.-практ. інтерне-конф. (Переяслав-Хмельницький, 27 лютого 2018 р.). Переяслав-Хмельницький : ФОП Домбровська Я.М., 2018. С. 76–80.

353. Мосейчук Ю. Ю. Формирование высокого уровня культуры здоровья у будущих учителей физической культуры: теоретические и практические аспекты. *Modern Science. Moderní věda*. Praha. Česká Republika,

2017. № 1. С. 126–134.

354. Мосейчук Ю. Ю. Формування культури здоров'я студентської молоді: реалії та перспективи. *Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування* : зб. тез наук. робіт учасників між нар. наук.-практ. конф. (Львів, 23–24 грудня 2016 р.). Львів : ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2016. С. 148–150.

355. Мосейчук Ю. Ю. Формування мотиваційних потреб студентської молоді до фізкультурної діяльності. *«Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт»*. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. Випуск. 13. С. 400–403.

356. Мосейчук Ю. Ю. Формування особистісного стилю діяльності майбутніх педагогів. *Education and Science* : Матеріали VIII міжнар. наук.-практ. конф. (Прага, 27.12.2011–05.01.2012 р.). Прага, 2012. №. 18. С. 31–33.

357. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика концептуальних підходів, покладених в основу розробки системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXVI, т 2. С 100–105.

358. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика перспективних методів та форм формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Зб. наук. праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. Хмельницький : ХІСТ, 2017. №14. С. 40–45.

359. Мосейчук Ю. Ю., Гусак В. В. Теоретичні основи рекреації : навч. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2013. 171 с.

360. Мосейчук Ю. Ю., Гусак В. В. Теорія і методика проведення занять у спеціальній медичній групі : навч. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2014. 133 с.

361. Мосейчук Ю. Ю., Киселиця О. М. Науково-дослідна робота студентів. Спеціальність «Середня освіта (фізична культура)» : навч.-метод. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2017. 61 с.

362. Мосейчук Ю. Ю., Мардар Г. І. Інноваційні технології адаптації

студентів до навчання у ВНЗ. *Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України*. зб. наук. праць VII всеукр. наук. конф. (Чернівці, 12–13 травня, 2011 р.). Чернівці: Технодрук, 2011. С. 227–231.

363. Мосейчук Ю. Ю., Мардах Г. І. Показники здорового способу життя та рівня фізичного стану студентів. *Природничі читання та фізичне виховання, спорт та здоров'я людини у сучасному суспільстві* : Матеріали наук.-практ. конф. (Чернівці, 20–21 травня, 2014 р.). Чернівці : Медуніверситет, 2014. С. 148–149.

364. Мосейчук Ю. Ю., Мединський С. В. Фізичне виховання, спорт, здоров'я людини. Вступ до спеціальності (в умовах кредитно-трансферної системи навчання) : навч. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2013. 120 с.

365. Мосейчук Ю. Ю., Мединський С. В., Гакман А. В. Вступ до спеціальності (фізичне виховання, здоров'я людини) : навч.-метод. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2011. 150 с.

366. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О. Вплив рекреаційно-оздоровчих занять по системі хатха-йоги на показники фізичного та психоемоційного стану жінок першого періоду зрілого віку. *Молодий вчений* : наук. журн., 2017. №3.1(43.1). С. 218–221.

367. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О. Теоретичні та методичні основи викладання фітнесу : навч.-метод. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2013. 100 с.

368. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О., Киселиця О. М., Осадець М. М. Теоретичні основи здоров'я : навч. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2014. 224 с.

369. Мосейчук Ю. Ю., Романишина Л. М. Мотивація ціннісного відношення до культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. *Актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі* : зб. тез всеукр. наук.-практ. конф. (Ужгород, 19–20 квітня 2018 р.). Ужгород, 2018. С. 43–45.

370. Мосейчук Ю. Ю., Ячнюк Ю. Б., Ячнюк І. О., Воробйов О. О.,

Романів Л. В., Марценяк І. В. Відновлювальні засоби у фізичній культурі та спорті : навч. посіб. Чернівці : ЧНУ, 2011. 387 с.

371. Москаленко Н. В. «Педагогічні інновації фізичному вихованні» *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2009. №1. С. 19–22.

372. Мотивація як рушійна сила самовдосконалення : навч.-метод. посіб. / О. В. Саполович, Н. М. Рогова. Пирятин : РМК ВО Пирятинської РДА, 2013. 40 с.

373. Мультимедійні системи як засоби інтерактивного навчання: посібник ав. : М.І. Жалдак, М.І. Шут, Ю.О. Жук, Н.П. Дементієвська, О.П. Пінчук, О.М. Соколюк, П.К. Соколов. За редакцією Ю.О. Жука. Київ : Педагогічна думка, 2012. 112 с.

374. Мусхаріна Ю. Ю. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до оздоровлення дітей підліткового віку загальноосвітнього навчального закладу : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Юлія Юріївна Мусхаріна ; Харківський нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. Х., 2010. 20 с.

375. Мусхаріна Ю. Ю. Формування культури здоров'я майбутнього вчителя фізичної культури як важлива умова ефективності оздоровлення підлітків. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти* : зб. наук. праць. Харків : Українська інженерно-педагогічна академія. 2011. № 30-31. С. 218–223.

376. Навчання здоров'я: просвітницька робота з підлітками щодо збереження, розвитку та зміцнення репродуктивного здоров'я: навч.-метод. посіб. / Н.В. Зимівець, В.С. Петрович, О.Ю. Закусило : за заг. ред. Н.В. Зимівець. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. 360 с.

377. Науменко Ю. В. Проектирование здоровьеобразующего образования. *Образование*. 2004. № 1. С. 43–52.

378. Національна доповідь про стан і перспективи розвитку освіти в Україні / Нац. акад. пед. наук України; [редкол. : В.Г. Кремень (голова), В.І. Луговий (заст. голови), А.М. Гуржій (заст. голови), О.Я. Савченко (заст. голови)]; за заг ред. В.Г. Кременя. Київ : Педагогічна думка, 2016. 448 с.

379. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки. URL: http://guonkh.gov.ua/reforma_osviti/1517.html (дата звернення: 20.06.2017).

380. Немов Р. С. Психология: Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. 2-е изд. Москва : Просвещение: ВЛАДОС, 1995. Кн. 1. Общие основы психологии. 576 с.

381. Ничкало Н. Г. Теоретико-методологічні проблеми і перспективи розвитку досліджень з неперервної професійної освіти. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика* : зб. наук. праць / за ред. І. Я. Зязюна, Н. Г. Ничкало. К., 2001. Ч. I. С. 35–43.

382. Нікіфорова С. А. Використання тренінгових технологій у підготовці вчителя фізичного виховання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання*. 2009. № 12. С. 130–131.

383. Ніколаєв Є., Длугопольський О. Реформа вищої освіти України: реалізація профільного закону в 2014–2016 рр. Київ, 2016. 23 с.

384. Новий тлумачний словник української мови: в 3 т. Київ: Аконіт, 2008. Т. 2. 926 с; Т. 3 862 с.

385. Новітні медико-педагогічні технології зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді : навч.-метод. посіб. для учит. фізич. культури / І. Б. Грибовська, М. В. Данилевич, О. М. Жданова [та ін.]; за заг. ред. О. С. Куц. Львів : Українські технології, 2003. 148 с.

386. Новолодская Е. Г. Культура здоровья современного человека. *Современные проблемы профессиональной и деловой культуры* : сб. ст. участ. междунар. науч.-метод. конф. / под ред. Л. В. Торопова. Челябинск : ЮУрГУ, 2001. С. 205–209 с.

387. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования : учебное пособие для студ. пед. вузов и системы повыш. квалиф. пед. кадров / Е. С. Полат, М. Ю. Бухаркина, М. В. Моисеева, А. Е. Петров ; под ред. Е. С. Полат. 4-е изд., стер. Москва : Академия, 2009. 272 с.

388. Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. Формування здорового способу життя : навч. посіб. Київ : [МП Леся], 2013. 160 с.

389. Овчарук О. В. Компетентності як ключ до оновлення змісту освіти. *Стратегія реформування освіти в Україні*. Київ : «К.І.С.», 2003. С. 13–29.

390. Оганесян И. А. Управление персоналом организации. Миск: Амалфея, 2000. 256 с.

391. Олійник А. М. Чи просто нашим студентам бути здоровими? *Формування професійної культури вчителя в контексті інтеграції України в європейський освітній простір* : Матеріали регіон. наук.-практ. семінару, (Тернопіль, 22-23 трав. 2007 р.) / За ред. Г.В.Терещука. Тернопіль : ТНПУ, 2007. С. 165–167.

392. Омельченко Л. П., Омельченко О. В. Здоров'ятворча педагогіка. Харків: Вид-во група «Основа», 2008. 205 с.

393. Омельчук О. В. Формування професійної компетентності майбутніх учителів фізичної культури у процесі вивчення природничо-наукових дисциплін : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Ін-т вищої освіти НАПН України. Київ, 2014. 20 с.

394. Оржеховська В. М. Педагогіка здорового способу життя. *Проблеми освіти* : [Наук.-метод. зб.]. Київ : Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. Вип. 48. С. 3–7.

395. Оржеховська О. Холістична концепція здоров'я у британській школі: перспективи для України. *Порівняльно-педагогічні студії*. 2013. № 1(15). С. 41–48.

396. Освітні технології: Навч.-метод. посіб. / О.М. Пехота, А.З. Кіктенко, О.М. Любарська та ін.; За заг. ред. О.М. Пехоти. Київ : А.С.К., 2001. 256 с.

397. Основи дидактики: навчальний посібник / В. М. Чайка. Київ : Академвидав, 2011. 238 с.

398. Основы валеологии : в 3 кн. Кн. 3 / под ред. В. П. Петленко. Київ :

Олимпийская литература, 1999. 448 с.

399. Остапчук Д., Мирончук Н. Інтерактивні методи навчання у вищих навчальних закладах. *Модернізація вищої освіти в Україні та за кордоном* : зб. наук. праць / за заг. ред. д.п.н., проф. С. С. Вітвицької, к.п.н., доц. Н.М. Мирончук. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. С. 140–143.

400. Острроверхова Н. М. Теоретико-методичні засади аналізу якості уроку як педагогічної системи : дис. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.09 / Інститут педагогіки АПН України. Київ, 2010. 419 с.

401. Отравенко О. В. Критерії й показники сформованості духовного здоров'я учнів основної школи. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2010. №15(202). С. 61–65.

402. П'ятакова Г., Заячківська Н. Сучасні педагогічні технології та методика їх застосування у вищій школі: навч.-метод. посіб. для студ. та магист. вищої школи. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2013. 55 с.

403. Палічук Ю. І. Педагогічні здоров'язберезувальні технології в системі підготовки фахівців економічного профілю : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / ТНПУ імені Володимира Гнатюка. Тернопіль, 2011. 22 с.

404. Пальчевський С. С. Акмеологія : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів. Київ : Кондор, 2008. 398 с.

405. Пальчевський С. С. Педагогіка : навч. посіб. Київ : Каравела, 2007. 576 с.

406. Педагогика: Большая современная энциклопедия / сост. Е.С. Рапацевич. Минск: Современ. слово, 2005. 720 с.

407. Педагогика: педагогические теории, системы, технологи : уч. пос. для студ. высш. и ср. уч. зав. / С.А. Смирнов, И.Б. Котова, Е.Н. Шиянов и др.; под. ред. С.А. Смирнова. 4-е изд. испр. Москва : Изд. центр «Академия», 2001. 512 с.

408. Педагогика: Учеб, пособ. для студ. высш. учеб. зав. /

- В. А. Слестелин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. Москва : Академия, 2002. 576 с.
409. Педагогическая антропология: Учебн. пособие / Авт.-сост. Б.М. Бим-Бад. Москва : Изд-во УРАО, 1998. 576 с.
410. Переверзева В., Пахомова О. Роль спілкування з викладачами в розвитку у студентів-психологів психологічної культури взаємин. *Науковий вісник Ужгородського нац. ун-ту*: Серія «Педагогіка. Соціальна робота». 2004. № 7. С. 149–152.
411. Петрик О. І. Медико-біологічні та психолого-педагогічні основи здорового способу життя: [курс лекцій]. Л. : Світ, 1993. 120 с.
412. Петрица П. Культура здоров'я студентів як соціально-педагогічна проблема. *Проблеми формування здорового способу життя молоді* : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. студ. магістр. та асп. Львів, 2015. С. 93–100.
413. Петрица П. Шляхи та засоби формування культури здоров'я студентів. *Проблеми та перспективи наук в умовах глобалізації* : матеріали IX Всеукр. наук. конф., (Тернопіль, 18-22 листопада 2013 р.) / ТНПУ ім. В.Гнатюка. Тернопіль, 2013. С. 209–212.
414. Півненко Ю. В. Генезис та класифікація моделей і технологій в контексті розвитку здоров'я. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2011. № 2. С. 7–11.
415. Підласий І. П. Практична педагогіка або три технології. Інтерактивний підручник для педагогів ринкової системи освіти. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2004. 616 с.
416. Платонов В. Н. Сохранение и укрепление здоровья здоровых людей – приоритетное направление современного здравоохранения. *Спортивна медицина*. 2006. № 2. С. 3–14.
417. Поваренков Ю. П. Психология профессионального становления личности. Основы психологической концепции профессионализации. Курск, 1991. 130 с.
418. Поліщук В. А. Праксеологічний підхід як інноваційна основа

вдосконалення професійної підготовки майбутніх соціальних працівників. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*: Серія «Педагогіка. Соціальна робота». № 32. Ужгород, 2014. С. 148–150.

419. Поліщук В. П. ВІЛ/СНІД та формування здорового способу життя : навч. посіб. Київ : [б.в.], 2008. 175 с.

420. Полонский В. М. Словарь по образованию и педагогике. Москва : Высшая школа, 2004. 512 с.

421. Пометун О. І. Енциклопедія інтерактивного навчання. Київ : СПД Кулінічев Б.М., 2007. 144 с.

422. Пономарьова Г. Ф. Система виховної роботи у вищих педагогічних навчальних закладах : дис. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.07 / Східноукр. нац. ун-т імені Володимира Даля. Северодонецк, 2016. 525 с.

423. Пономарьова Г. Ф., Харківська А.А., Отрошко Т.В. Теоретико-методичні засади оцінювання професійної компетентності майбутніх учителів : [монографія]. Харків : ХГПІ, 2010. 180 с.

424. Попова М. В. Компетентность в новой парадигме высшего образования: опыт Дании. *Педагогика*. 2015. №7. С.116–122.

425. Попович І. Є. Становлення особистості вчителя-дослідника в системі підготовки фахівців у вищій школі. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : тези доповідей V Всеукр. наук.-практ. конф (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) / ред. кол. Є.М. Потапчук (голов. ред.), Т.Л. Левицька та ін. Хмельницький : ХНУ, 2017. С. 48–49.

426. Попович М. В. Нарис історії культури України. Київ : Арттек, 1998. 728 с.

427. Потапчук Є. М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців : [монографія]. Хмельницький : Вид-во Національної академії ДПСУ, 2004. 323 с.

428. Прангишвили И. В. Системный подход и общесистемные закономерности. Москва : Синтег, 2000. 416 с.

429. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання : навч. посіб для студ., виклад та мед. працівників кафедр фіз. вих. аграрних вищ. навч. закладів; Нац. аграр. ун-т. Київ : ЦУЛ, 2008. 502 с.

430. Приходько В. М. Парадигми моніторингу якості освіти і педагогічного процесу (у запитаннях і відповідях). Харків : Основа, 2010. 192 с.

431. Проблеми здоров'я та здорового способу життя у студентів педагогічного університету / О. Меліков, А. Афонін, Л. Шумлянський [та ін.]. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2010. № 2. С. 35–37.

432. Проектний підхід до компетентісно спрямованої освіти : Науково-метод. збірник / за ред. І.Г. Єрмакова, В.В. Нечипоренко, В.І. Прокопенко. Запоріжжя : Хортицький навчально-реабілітаційний багатопрофільний центр, 2008. Т. 1. 446 с.

433. Прокофьева Т. Н. Соционика. Алгебра и геометрия человеческих взаимоотношений. Москва : Высш. шк., 1999. 108 с.

434. Професійна освіта: словник / уклад. С. У. Гончаренко та ін.; за ред. Н. Г. Ничкало. Київ : Вища школа, 2000. 380 с.

435. Психологія особистісно орієнтованої професійної підготовки учнівської молоді: Науково-методичний збірник / За ред. В.В. Рибалки. Київ, Тернопіль: Підручники і посібники, 2002. 388 с.

436. Пуховська Л. Професійний розвиток педагогів у глобальному освітньому просторі. *Порівняльна професійна педагогіка*. 2011. Вип. 1. С. 97–106.

437. Пуховська Л. П. Професійна підготовка вчителів у Західній Європі: спільність і розбіжності : [монографія]. Київ : Вища шк., 1997. 180 с.

438. Равен Дж. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация: пер. с англ. Москва : Когито-центр, 2002. 396 с.

439. Раевский Р. Т., Канишевский С. М. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов : [монография]; под общ. ред. Р.Т. Раевского; Одес. нац. политехн. ун-т. Одесса : Наука и техника, 2008.

554 с.

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

441. Райцев А. В. Развитие профессиональной компетентности студентов в образовательной системе современного вуза : дисс. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.08 / Российский государственный университет им. А.И. Герцена. Санкт-Петербург, 2004 309 с.

442. Ратинська І. Інтерактивні технології та їх роль у підвищенні якості професійної освіти. *Гуманізація навчально-виховного процесу* : зб. наук. пр. [за заг. ред. проф. В.І. Сипченка]. № 6 (80). Харків : ТОВ «Видавництво НТМТ», 2016. С. 114–122.

443. Реан А. А. Акмеология личности. Психологический журнал. 2000. № 3. Т. 21. С. 88–95.

444. Рекомендации по стандартизации. Прикладная статистика. Правила проверки согласия опытного распределения с теоретическим. Часть II. Непараметрические критерии. Москва : Изд-во стандартов. 2002. 64 с

445. Рефлексивный поход : от методологии у практике / под. ред. В. Е. Лепского. Москва : Когито-Центр, 2009. 447 с.

446. Ричкова Л. В. Здоров'язберігаюче середовище загальноосвітнього закладу / Л. В. Ричкова // Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей V Всеукр. наук.-практ. конф. (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) [ред. кол. Є.М. Потапчук (голов. ред.), Т.Л. Левицька та ін.]. – Хмельницький : ХНУ, 2017. – С. 135.

447. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей: учеб. пособ. Донецк : Изд-во ДонНУ, 2005. 290 с.

448. Романишина Л. М., Островська Н.Д., Богданюк О.Д. Взаємозв'язок здоров'язберігаючих технологій з педагогічними технологіями підготовки фахівців в сучасних умовах. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України* : Електронне наукове фахове видання. 2011.

№ 4. Режим доступу : http://www.nbuuv.gov.ua/e-journals/Vnadps/2011_4. – Заголовок з екрана.

449. Романишина О. Я. Теоретичні і методичні основи формування ідентичності майбутніх учителів: теорія і практика : [монографія]. Тернопіль: Астон. 2015. 360 с.

450. Романовская М. Б. «Метод проектов в образовательном процессе / М. Б. Романовская. Москва : Центр «Педагогический поиск», 2006. 160 с.

451. Рубинштейн С. Л. Деятельность. Задачи и мотивы деятельности. Основы общей психологии. СПб. : ПИТЕР, 2000. 712 с.

452. Рыбачук Н. А. Проект здоров'я. *Народное образование*. №9. 2002. С. 231–233.

453. Рыбачук Н. А. Модель подготовки современного учителя в процессе физического воспитания в педагогическом вузе нефизкультурного профиля. *Теория и практика физической культуры*. 2002. №12. С. 5–8.

454. Рыбачук Н. А. Теория и технология формирования культуры здоровья студентов : Дис. ... д-ра пед. наук : спец. 13.00.08-теория и методика профессионального образования / Наталия Анатольевна Рыбачук; Кубанский государственный университет. Краснодар, 2005 519 с.

455. Рыкова Т. М. Здоровье как необходимое условие успешной профессиональной деятельности педагога. *Наука и школа*. 2009. № 4. С. 20–21.

456. Сагуйченко В. В. Здоров'я сучасного вчителя як соціально-філософська категорія. *Педагогіка здоров'я* : зб. наук. праць II Всеукр. наук.-практ. конф., присвяч. 290-річчю з дня народження Г.С. Сковороди, 7 квіт. 2012 р. / редкол. : І.В. Волкова, М.С. Гончаренко, О.М. Іонова [та ін.]. Х. : [ХНПУ ім. Г. Сковороди], 2012. С. 288–290.

457. Садохин А. П. Культурология: теория и история культуры: Учеб. пособ. Москва : Эксмо, 2007. 624 с.

458. Сайт Интернет «Мультимедиа технологии» [Электронный документ]. Режим доступа: <http://www.vidod.edu.ru/kidsart/scientific/487>. (дата

звернення: 25.04.2018).

459. Сафронов В. М. Прогнозирование, проектирование и моделирование в социальной работе : учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед. 2-е изд., стер. Москва : Академия, 2008. 240 с.

460. Сацков Н. Я. Методы и приемы деятельности менеджеров и бизнесменов : Библиотечка деятельного человека. Белая Церковь : Институт праксеологии, 1993. 399 с.

461. Сватъєв А. В. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності: дис. ... д-ра пед. наук : спец. 1300.04-теорія і методика професійної освіти / Андрій Вячеславович Сватъєв ; Класичний приватний університет. Запоріжжя, 2013. 571 с.

462. Свірщук Н. С. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-рекреаційної роботи в школі : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Наталія Сергіївна Свірщук; Вінницький держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського. Вінниця, 2013. 20 с.

463. Севрюгін О. В. Деякі аспекти культури здоров'я. *Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах* : Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Вид-во «Нова Ідеологія», Дніпро, 2017. С. 151–155.

464. Сегеда С. Антропология : Навч. посібник. Київ : Либідь, 2001. 336 с.

465. Селевко Г. К. Компетентности и их классификация. Народное образование. 2004. № 4. С. 138–143.

466. Сентизова М. И. Педагогическое обеспечение подготовки будущих учителей к здоровьесберегающей деятельности : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01-общая педагогика, история педагогики и образования» / Мария Ивановна Сентизова; Якутский гос. университет им. М. К. Амосова. Якутск, 2008. 26 с.

467. Сергеева Т. П. Теоретичні засади формування культури здоров'я студентської молоді. *Наука і освіта*. 2011. № 2. С. 44–49.

468. Сергієнко Л. П. Інноваційний зміст системи підготовки спеціалістів фізичного виховання і спорту. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2003. № 3–4. С. 23–32.

469. Сивохоп Е. М. Формування професійно-особистісних компетентностей фахівця фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2016. Випуск 2 (39). С. 230–232.

470. Сидоренко Е. В. Технологии создания тренинга. От замысла к результату. Санкт-Петербург : Изд-во «Речь», 2008. 336 с.

471. Сидорчик С. Психолого-акмеологический поход к проблеме здоровья и создания здоровьесберегающей среды. *Мир психологии*. 2007. №2. С. 128–139.

472. Сингаївський Д. В., Савельєв М. Г. Ефективність проектно-технологічної підготовки фахівців у системі «коледж – університет». *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: Зб. наук. праць*. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 13 (56). Частина І. Рівне : РДГУ, 2016. С. 133–135.

473. Синиговец В. И. Современные инновационные технологии, используемые в процессе физического воспитания студентов. *Физическое воспитание студентов*. 2009. № 2. С. 90–92.

474. Сікорський П. Зовнішні чинники і їх вплив на якість освіти в Україні. *Вища освіта в Україні*. 2016. №4. С. 51–57.

475. Сінгаєвський С. М., Леоненко А. О., Зубаль М. В. Поняття «здоров'я» як кінцева мета фізичного виховання в школі. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні* : Зб. наук. праць Міжнар. ун-ту «РЕГІ» ім. С. Дем'янчука / Ред. кол. А. С. Дем'янчук та ін. Рівне : Принт Хауз, 2001. Вип. 2. С. 181–184.

476. Скляров С. В. Формирование культуры здоровья студентов вуза в

процессе общего физкультурного образования : Дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.08-теория и методика профессионального образования / Сергей Викторович Скляр; Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Белгородский государственный университет». Белгород, 2010. 224 с.

477. Скороход В. М. Формування культури здоров'я молоді через освіту. *Проблеми освіти*. 2006. Вип. 48. С. 42–45.

478. Слостенин В. А., Чижакова Г. И. Введение в педагогическую аксиологию : учеб. пособ. для студ. высш. пед. учеб. завед. Москва : Издательский центр «Академия», 2003. 192 с.

479. Слостенин В. А., Тамарин В.Э. Методологическая культура учителя. *Советская педагогика*. 1991. №7. С. 82–87.

480. Слєпкань З. І. Наукові засади педагогічного процесу у вищій школі. Київ : Вища школа, 2005. 239 с.

481. Сливка Л. В. Інтеграція матеріалів польської педагогічної літератури із практикою підготовки майбутніх вчителів до здоров'язберезувального виховання. *Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності* : зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Тернопіль, 5-6 квітня 2017 р.) / укладачі : В.Є. Кавецький, А.В. Вихрущ, О.Я. Жизномірська, Т.Г. Дідух. Тернопіль : СМП «Тайп», 2017. С. 244–246.

482. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учеб. пособ. для вузов. Москва : Школа-Пресс, 1995. 384 с.

483. Сметанський М. Шляхи удосконалення педагогічної підготовки майбутнього вчителя. *Шлях освіти*. 2010. № 4. С. 36–39.

484. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. Москва : АРКТИ, 2003. 272 с.

485. Смирнов Н. К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технология здоровьесберегающего образования. Москва : АРКТИЛ, 2008.

288 с.

486. Смоляр І. І., Вахнова А. П. Технології формування культури здоров'я учнів старшої школи на уроках фізичної культури. *Науковий огляд*. Том 4 (36), 2017. С. 129–133.

487. Соколенко О. І. Формування ціннісного ставлення студентів вищих педагогічних навчальних закладів до свого здоров'я : дис. ... канд. пед. наук : : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Олена Іванівна Соколенко; Луганський національний університет імені Тараса Шевченка. Луганськ, 2008. 209 с.

488. Соловьєва Л. Г. Физическое воспитание и формирование здорового образа жизни. *Фізичне виховання у вищій школі та його роль у підготовці спеціалістів* : Тези доповідей наук.-практ. конф. Запоріжжя : ЗНТУ, 2003. С. 63–64.

489. Солопчук Д. Дефініція здоров'я і його оцінка. *Молода спортивна наука України*. Львів : НВФ «Українські технології», 2004. Вип. 8 : У 4 т. Т.4. С. 317–321.

490. Солопчук М. С., Бесарабчук Г. В., Чаплінський Р. Б. Фізичне виховання студентської молоді : метод. посіб. Кам'янець-Подільський, 2003. 74 с.

491. Солтик О. О. Теоретико-методологічні основи дослідження професійної надійності викладача фізичного виховання (філософський рівень). *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : тези доповідей V Всеукр. наук.-практ. конф. (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) [ред. кол. Є. М. Потапчук (голов. ред.), Т. Л. Левицька та ін.]. Хмельницький : ХНУ, 2017. С. 48–49.

492. Сопотницька О. В. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до тренерської діяльності в ігрових видах спорту : Дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Олена Валеріївна Сопотницька ; Тернопільський національний педагогічний ун-т ім. В. Гнатюка. Тернопіль, 2016. 342 с.

493. Сорокина И. А. Формирование культуры здоровья студентов в педагогическом процессе технического вуза : Дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.08-теорія и методика профессионального образования / Ирина Алексеевна Сорокина; Рубцовский индустриальный институт Алтайского гос. университета им. И.И. Ползунова. – Рубцовск, 2004. – 187 с.

494. Сорочинська Т. А. Сучасна концепція філософії освіти в Україні. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти*: Зб. наук. праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 13 (56). Частина I. Рівне : РДГУ, 2016. С. 33–36.

495. Спиця-Оріщенко Н. А. Теоретичні аспекти вивчення мотивів особистості. *Компетентнісний вимір сучасної освіти: теорія і практика* : зб. тез V регіональної наук.-практ. конф. (19 травня 2017 р., м. Запоріжжя) / За заг. ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2017. С. 254–257.

496. Степанова И. А. Профессиональная мобильность педагога как научно-педагогический феномен. *Образование и наука*. 2009. № 5 (62). С. 37–39.

497. Степчук Н., Ляховець Л. Актуальні аспекти підвищення ефективності фізичного самовдосконалення студентської молоді. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*: Серія «Педагогіка. Соціальна робота». № 32. Ужгород, 2014. С. 184–186.

498. Стеценко С. Г., Стеценко В. Ю., Сенюта І. Я. Медичне право України: [підручник]; За заг. ред. д. ю. н., проф. С. Г. Стеценка. Київ : Всеукр. асоціація видавців «Правова єдність», 2008. 507 с.

499. Сулима А., Кравчук Т. Особливості формування культури здоров'я студентів факультету фізичної культури, що займаються єдиноборствами. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2010. № 11. С. 43–46.

500. Сурмін Ю. П. Майстерня вченого : підручник для науковця. Київ : Консорціум з удосконалення менеджмент-освіти в Україні, 2006. 302 с.

501. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців

фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект) : [монографія]. Запоріжжя : Запорізький держ. ун-т, 2003. 442 с.

502. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах : автореф. дис. ... докт. пед. наук : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Людмила Петрівна Сущенко; Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. Київ, 2003. 46 с.

503. Татур Ю. Г. Высшее образование: методология и опыт проектирования. Учебно-методическое пособие. Москва : Университетская книга; Логос. 256 с.

504. Тверезовська Н.Т., Сидоренко В.К. Методологія педагогічного дослідження : навч. посіб. Київ : «Центр учбової літератури», 2013. 440 с.

505. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания: Учебник в 2-х томах / Под ред. Т.Ю. Круцевич. Том 1. Київ : Олимпийская литература, 2003. 423 с.

506. Теорія і методика фізичного виховання школярів: [навч. посібн.] / Б. М. Шиян. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2001. 272 с.

507. Тимофієва М. П., Діжона О. В. Психологія здоров'я : [навч. посібн.]. Чернівці : Книги – ХХІ століття, 2009. 296 с.

508. Тимошенко О. В. Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах : автореф. дис. д-ра пед. наук : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Олексій Валерійович Тимошенко; Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. К., 2009. – 38 с.

509. Ткачук Т. М. До проблеми впливу психофізіологічних особливостей вчителя на стан його здоров'я. *Вісник Харківського національного університету*. Серія «Психологія». 2002. № 550. С. 209–211.

510. Товт В., Олесюк С., Сивохоп Е. Фізичне виховання студентів з урахуванням соціально-педагогічного навантаження. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2002. № 2-3. С. 74–76.

511. Товт В. А., Дуло О.А., Щерба М.Ю. Основи теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник. Ужгород : «Графіка», 2010. 138 с.

512. Товт В. А. Підвищення професійної майстерності вчителя фізичної культури в системі післядипломної педагогічної освіти. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». Ужгород, 2016. Випуск 2 (39). С. 263–265.

513. Товт В. А. Фізичне виховання та активність як фактор адаптації молоді до вищої школи. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». Ужгород, 2000. № 3. С. 72–75.

514. Толстограєва О. Ю., Лукашенко М. В. Актуальні питання психічного здоров'я молоді в умовах сьогодення. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 8. С. 1–3.

515. Трещева О. Л., Павлова И.В. Концепция валеологического образования студентов физкультурного вуза. *Теория и практика физической культуры*. 2001. № 10. С. 15–17.

516. Трещева О. Л. Формирование культуры здоровья личности в образовательной системе физического воспитания: Дисс. ... докт. пед. наук : спец. 13.00.04-теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры / Ольга Львовна Трещева; Сибирский гос. Университет физической культуры и спорта. Омск, 2003. 466 с.

517. Тюмасева З., Валеева Г. Психологическая готовность студентов к оздоровлению и условия ее развития. *Вестник Челябинского гос. пед. университета*. 2012. № 10. С. 17–27.

518. Тюріна Т. Г. Духовна педагогіка: витоки, сутність і перспективи розвитку: [монографія]. Львів : СПОЛОМ, 2005. 276 с.

519. Узьянбаева Р. Г. Комплексный подход к формированию культуры здоровья студентов. *Теория и практика физической культуры*. 2007. № 5. С. 49–51.

520. Указ Президента України «Про Національну доктрину розвитку освіти» від 17 квітня 2002 року (№ 347 / 2002). URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/347/2002> (дата звернення: 11.10.2016).

521. Указ Президента України «Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту» (редакція від 20.11.2005 р.). URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004> (дата звернення: 11.10.2016).

522. Усатова І. А. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до застосування диференційованого підходу в спеціальних медичних групах. *Педагогіка і психологія: сучасні методики та інновації, досвід практичного застосування* : Матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 17–18 березня 2017 р.) / ГО «Інститут інноваційної освіти»; Науково-учбовий центр прикладної інформатики НАН України. Одеса : ГО «Інститут інноваційної освіти», 2017. С. 65–68.

523. Устав (Конституція) Всемирной Организации здравоохранения // Всемирная Организация здравоохранения. Основные документы : 39-е изд. / Пер. с англ. Москва : Медицина, 1995. 208 с.

524. Фалик Г. С. До проблеми забезпечення здорового способу життя студентської молоді. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : тези доповідей V Всеукр. наук.-практ. конференції (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) [ред. кол. Є.М. Потапчук (голов. ред.), Т.Л. Левицька та ін.]. Хмельницький : ХНУ, 2017. С. 120–121.

525. Федорчук В. Інтерактивні технології та їх використання у навчальному процесі вищої школи. *Зб. наук. праць Уманського державного ун-ту ім. Павла Тичини* [гол. ред. : М.Т. Мартинюк]. Умань : ПП Жовтий О.О., 2009. Ч. 3. С. 180–185.

526. Фенчак Л. М., Боршош В. В. Формування здоров'язберезувальної компетентності як важливої складової професійної готовності майбутнього вихователя ДНЗ. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі* : зб. тез доповідей Всеукр. наук.-практ. конф.,

(Мукачево, 17-18 травня 2017 р.) / Ред. кол. : Т.Д. Щербан (гол. ред.) та ін. Мукачево : Вид-во МДУ, 2017. С. 183–185.

527. Фізичне виховання студентів : [курс лекцій] ; за заг. ред. Р.Р. Сіренко. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2011. 251 с.

528. Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук, Є. К. Бистрицький, М. О. Булатов, А. Т. Ішмуратов. Київ : Абрис, 2002. 742 с.

529. Філь С. М., Худолій О. М., Малка Г. В Історія фізичної культури : навчальний посібник. Харків : «ОВС», 2003. 160 с.

530. Фіцула М. М. Педагогіка : навч. посіб. для студ. вищ. пед. закл. освіти. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2013. 232 с.

531. Фонарев А. Р. Профессиональная деятельность как смысл жизни и акме профессионала. *Мир психологии*. 2001. № 2. С. 104–109.

532. Фрицюк В. А. Критерії і показники готовності майбутніх педагогів до професійного саморозвитку. *Вісник Запорізького національного університету*: зб. наук. праць. Педагогічні науки / Голов. ред. Локарева Г.В. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2016. № 1 (26). С. 11–16.

533. Фурман А. В. Інноваційна психодидактична модель професійної підготовки фахівців соціономічних професій. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців* : тези доп. V Всеукр. наук.-практ. конф. (Хмельницький, 30–31 березня 2017 р.) [ред. кол. Є.М. Потапчук (голов. ред.) та ін.]. Хмельницький : ХНУ, 2017. С. 53–55.

534. Футорний С., Шкретій Ю. Формування здорового способу життя молодого покоління у процесі фізичного виховання. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2016. № 2. С. 54–57.

535. Халайцан А. П. Культура здоров'я особистості як складова частина її фізичної культури. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2014. № 3. С. 79–83.

536. Халайцан А. П. Формування основ культури здоров'я як педагогічна проблема. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2014. № 8. С. 22–28.

537. Хамитов Н. В. Философия человека: от метафизики к метаантропологии. Київ : Ника-Центр, 2002. 334 с.

538. Хартія про ціложиттєве навчання. URL: <http://www.eu-edu.org/news/info/87>. (дата звернення: 27.04.2018).

539. Хлівіна О. М. Здорова особистість в світлі гуманістичної моделі А. Маслоу та акмеологічного підходу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2005. № 9. С. 1–4.

540. Хомич Л. О. Аксиологічні основи професійної підготовки майбутнього вчителя. Аксиологічний підхід – основа формування цілісної особистості майбутнього педагога : [монографія] / [за заг. ред. Л.О. Хомич]. Київ-Ніжин : ПП Лисенко М. М., 2010. 143 с.

541. Хомич Л. О. Формування здорового способу життя студентської молоді *Формування здорового способу життя студентської молоді: реалії та перспективи* : матеріали Всеукр. наук. практик. конф. Полтава, 2003. С. 10–12.

542. Хотієнко С., Соколюк К. Сучасний прогресивний досвід європейських країн у сфері фізичного виховання студентської молоді. *Форум прихильників фізичної культури, студентського спорту та здорового способу життя*: міжн. наук.-практик. конф. (Дніпро, 10 листопада 2016 року) : матеріали конф., Дніпро: ДНУ ім. Олеся Гончара, 2016. С. 213–216.

543. Хрипкова А. Г. Здоровье молодежи. М., 1998. 345 с.

544. Царенко Людмила. Моделі здоров'я у просторі української культури. *Соціальний педагог*. 2011. №12 (60), грудень. С. 23–28.

545. Цимбал Н. М. Методи зміцнення фізичного здоров'я : практикум з валеології : навч.-метод. посіб. для студ. пед. навч. закл., вчит. та уч. загальноосвіт. шк. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2005. 167 с.

546. Цюпак Л. В. Використання новітніх технологій для підвищення рухової активності студентів. *Спортивна наука України*. 2008. № 5. С. 2–8.

547. Цьовх Л.П., Безгребельна О.П., Пономарьов С.В. Питання фізичного виховання студентів ВНЗ, як фундаментального аспекту

забезпечення їхнього здорового способу життя. *Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах*: Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Вид-во «Нова Ідеологія», Дніпро, 2017. С. 185–187.

548. Чепелюк А. В. Формування психолого-педагогічної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури у вищому навчальному закладі : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04-теорія і методика професійної освіти / Анна Вікторівна Чепелюк; Нац. акад. Держ. прикорд. служби України ім. Б. Хмельницького. Хмельницький, 2014. 20 с.

549. Чепига М. П., Чепига С. М. Стимуляція здоров'я та інтелекту. 2-ге вид., переробл. і доповн. Київ : Знання, 2006. 347 с.

550. Чижик Т. Г. «Фізична культура» та «фізичне виховання» : проблема взаємозв'язку понять у педагогіці другої половини ХХ століття та сьогодення. *Зб. наук. праць Херсонського національного технічного університету*. Вип. 1(12). Херсон : Грінь Д.С., 2015. Т. 5. С. 65–67.

551. Чижик Т. Г. Проблема визначення параметричних характеристик розвитку учнів загальноосвітніх шкіл. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти*: Зб. наук. праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного ун-ту. Випуск 13 (56). Частина I. Рівне : РДГУ, 2016. С. 48–51.

552. Шабанова Ю. О. Системний підхід у вищій школі: підручник для студентів магістратури. Д. : НГУ, 2014. 120 с.

553. Шамне А. В., Комісаренко А. В. Психолого-педагогічні особливості психологічного здоров'я у студентів ВНЗ. *Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності* : зб. матер. Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Тернопіль, 5-6 квітня 2017 р.) / укладачі : В.Є. Кавецький, А.В. Вихрущ, О.Я. Жизномірська, Т.Г. Дідух. Тернопіль : СМП «Тайп», 2017. С. 293–295.

554. Швець Т. Використання інтерактивних методів у процесі громадянської соціалізації старшокласників. *Зб. наук. праць Уманського держ. ун-ту імені Павла Тичини* / [гол. ред. : М.Т. Мартинюк]. Умань : ПП

Жовтий О.О., 2009. Ч.3. С. 222–229.

555. Шевандрин Н. И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. Москва : Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1998. 512 с.

556. Шевченко А. И. Проектирование дисциплинарного образовательного пространства в вузе и методика его освоения : дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.08-теория и методика профессионального образования / Александр Иванович Шевченко; Ставропольский государственный университет. Ставрополь, 2004. 176 с.

557. Шевчук О. А. Мотивація ведення безпечного, тверезого, здорового способів життя в процесі вивчення дисципліни «Безпека Життєдіяльності». *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти*: Зб. наук. праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 8 (51). Рівне : РДГУ, 2014. С. 175–177.

558. Шейко В. М., Кушнарєнко Н. М. Організація та методика науково-дослідницької діяльності : підруч. 3-тє вид., стер. Київ : Знання-прес, 2003. 95 с.

559. Шестопалюк О. В. Громадянське виховання майбутніх учителів: теоретичні і методичні елементи : [монографія]. Вінниця : Консоль, 2008. 260 с.

560. Шилько В. Г. Организация физического воспитания студентов в классическом университете с использованием спортивно-оздоровительных технологий. *Теория и практика физической культуры*. 2007. №3. С. 2–6.

561. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2001. Ч.1. 272 с.

562. Щедровицкий Г. П. Автоматизация проектирования и задачи развития проектировочной деятельности. *Разработка и внедрение автоматизированных систем в проектировании (теория и методология)*. URL: <http://www.fondgp.ru/gp/biblio/rus/74>. (дата звернення: 28.03.2018).

563. Щедровицкий Г. П. Проблемы методологии системного исследования. Избранные труды. Москва : Школа культурной политики,

1995. С. 155–196.

564. Щедровицкий Г. П. Система педагогических исследований (методологический анализ). *Педагогика и логика*. М., 2003. С. 16–20.

565. Щербан Т. Д. Психологія навчального спілкування: [монографія]. Київ : Міленіум, 2004. 345 с.

566. Ягупов В. В. Педагогіка : навч. посіб. Київ : Либідь, 2002. 560 с.

567. Яковлева И. А. Организационно-педагогические условия формирования культуры здоровья студентов дисс. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры / Ирина Александровна Яковлева; Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.Астафьева. Красноярск, 2008. 181 с.

568. Яковлева Н. О. Проектирование как педагогический феномен. *Педагогика*. 2002. № 6. С. 8–12.

569. Якса Н. В. Основи педагогічних знань : Навч. посіб. Київ : Знання, 2007. 358 с.

570. Яновський А. О. Організація пошуково-дослідницької діяльності з використанням інформаційно-комунікаційних технологій : навч.-метод. посіб. Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2009. 155 с.

571. Ярощук Л. Г. Моніторингові дослідження в Європі як сучасний метод діагностики знань. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: Зб. наук. праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету*. Випуск 13 (56). Частина I. Рівне : РДГУ, 2016. С. 14–19.

572. Almond L. Physical Education and Primary Schools. *Teaching Physical Education*. London: Continuum, 2000. № 5–11. P. 22–27.

573. Bahr N., Lloyd M. Thinking Critically about Critical Thinking in Higher Education. *International Journal for the Scholarship of Teaching and Learning*. 2010. Vol. 4, № 2. Article 9. Available at: <https://doi.org/10.20429/ijstl.2010.040209>.

574. Baranauskienė I. Innovative study methods in the second cycle study programme of social work Methodical guidebook for teachers / Editor Prof. Dr. Ingrida Baranauskienė. JSC «BMK Leidykla» Vilnius, 2013. 110 p.

575. Burke R. J., Greenglass E. R. longitudinal study of psychological burnout in teachers. *Human Relations*. 1995. V. 48 (2). P. 187–202.

576. Day S. *Developing Teachers: The Challenge of Lifelong Learning* / S. Day. – London : Falmer Press, 1998. – 130 p.

577. Day S. *Developing Teachers: The Challenge of Lifelong Learning*. London : Falmer Press, 1999. 239 p.

578. European Commission/EACEA/Eurydice, 2013. *Physical Education and Sport at School in Europe*. Eurydice Report. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2013. <http://eacea.ec.europa.eu/education/eurydice>. (date of access: 15.11.2017).

579. Fullan M. *The New Meaning of Educational Change*. Fourth Edition – New York : Teacher College, Columbia University, 2007. 338 p.

580. Gaj J., Hadzelek K. *Dzieje kultury fizycznej w Polsce*. Poznań, 1997. 293 s. – (Seria: Podręczniki).

581. Gerengais E., Burke R., Konarski R. The impact of social support on the development of burnout in teachers: Examination of a model. *Work and Stress*. 1997. V. 11 (3). P. 267–278.

582. Gieck D. J., Olsen S. Holistic Wellness as a Means to Developing a Lifestyle Approach to Health Behavior Among College Students. *Journal of American College Health*, 2007. Vol. 1(56), P. 29–36.

583. Glatthorn A. Teacher development : international Encyclopedia of Teaching and Teacher Education; ed. by L. Anderson. London : Pergamon Press, 1995. 198 p.

584. Goodson-Espy T., Lynch-Davis K., Schram P., Quickenton A. Using 3D computer graphics multimedia to Motivate preservice teachers' learning of geometry and pedagogy. *Srate Journal*. 2010. № 19(2). Pp. 23 – 35.

585. Hargreaves A. *Development and desire: a post-modern perspective* :

professional Development in Education: New Paradigms and Practices; eds. by T. Guskey and M. Huberman. New York : Teachers Colleges Press, 1995. 452 p.

586. Hrynchenko I. Tendency to students' professional training in the field of physical education in Ukraine and European countries. *Central European Journal for Science and Research. Pedagogika, hpsychologie, sociologie. Stredoevropsky Vestnik pro vedu a vyzkum.* : Praha, Publishing house Education and Science. №6 (8), 2014. P. 25–31.

587. International Association of Schools of Social Work. (2014). Global definition of the social work profession approved IASSW Board 21 Jan 2014, Adelaide, Australia. – Retrieved from: http://www.iassw-aiets.org/uploads/file/20140303_IASSW%20Website-SW%20DEFINITION%20approved%20IASSW%20Board%2021%20Jan%202014.pdf

588. International Federation of Social Workers. Consultation Paper: Health and Illness Health: An issue of human rights and social justice Health is an issue of human rights and social justice. Paper presented and poster on The Social Work and Health Inequalities Network (March 30th 2010). Retrieved from: http://cdn.ifsw.org/assets/ifw_848s33-10.pdf

589. International Handbook on the Continuing Professional Development of Teachers / ed. by C. Day, J. Sachs. Reprinted 2008, 2009. London : Open University Press. 320 p.

590. Kiess E. Erfolgskonzept Personal Training : Selbständigkeit, Marketing, Trainingsplanung / Eginhard Kiess. Düsseldorf : VDM-Verl. Müller, 2003. 350 s.

591. Klos L. Halth-caring activities of social workers: from practical model to professional development. *Social Work and Education*, 2016. Vol. 3, No. 2., pp. 9–19.

592. Laurillard D. Multimedia and the Learner's Experience of Narrative / D. Laurillard. [Електронний ресурс]. Режим доступу до джерела: http://www.academia.edu/464467/Multimedia_and_the_Learners_Experience_of_Narrative

593. Lawlor E., Kreuter M., Sebert-Kuhlmann A., Timothy D. McBride

Methodological Innovations in Public Health Education: Transdisciplinary Problem Solving. *Am J Public Health*. Supplement 1. 2015. Vol. 105. No. 1 (March). S99–S103. Internet access: https://mph.wustl.edu/wp-content/uploads/2015/03/Transdisciplinary_Problem_Solving_Lawlor_AJPH_2014.pdf doi:10.2105/AJPH.2014.302462)

594. Lowenthal P. R., Dunlap J.C. From Pixel on Screen to Real Person in Your Students' Lives: *Establishing Social Presence using Digital Storytelling / Internet and Higher Education*. [Электронный ресурс]. Режим доступа до джерела: <http://www.cehd.umn.edu/PSTL/Water/Resources/Documents/LowenthalDunlap2010.pdf>.

595. Masurier G., Corbin C. Top 10 Reasons for quality physical education. *JOPERD*. 2006. V. 77, № 6. P. 44–53.

596. *Models of Health Promoting Schools in Europe*. Копенгаген, Европейское региональное бюро ВОЗ, 2002. 85 с.

597. Moseichuk Y, Galan1 Y., Nakonechnyi I., Vaskan I., Paliichuk Y., Yarmak O. The analysis of physical fitness of 13-14 years in the process of physical education (2017). *Journal of Physical Education and Sport*, 17 Supplement issue 5, Art 237, pp. 2244–2249, online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 JPES. <http://www.efsupit.ro/images/stories/5November2017/Art%20237.pdf>

598. Moseichuk Yurii, Moroz Elena, Muzhychok Vadym. The efficiency of the fitball aerobics for the health of high school age girls of special medical group. *Trends and perspectives in physical culture and sports: The VIth Edition international scientific conference* (Suceava, 26th-27th of May 2016). Suceava : University «Ștefan cel Mare», 2016. P. 216–219.

599. Moseichuk Yurii. Justification of the necessity of formation of health culture in future teachers of physical education in the context of competence approach. *Scientific Journal «VIRTUS»*, 2017. P. 91–94.

600. Moseychuk Y., Andrieieva O., Hakman A., Balatska L., Vaskan I., Kljus O. Peculiarities of physical activity regimen of 11-14-year-old children

during curricular and extracurricular hours. (2017) *Journal of Physical Education and Sport*, 17(4) December 30, Art 269,. pp. 2422–2427 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 - 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 JPES. <http://www.efsupit.ro/images/stories/30dec2017/Art%20269.pdf>

601. Moseychuk Y., Dudnyk O., Yarmak O., Dotsyuk L., Mykhaylyshyn G., Zoriy Y., Assessment of human psychophysiological responses to intense exercise: a survey of Greco-Roman wrestlers and unqualified competitors. (2017). *Journal of Physical Education and Sport*, 17 Supplement issue 4, P. 2089-2096. DOI:10.7752/jpes.2017.s4212 1. (SNIP) : 0.904. (SJR) : 0.429. <http://efsupit.ro/images/stories/30sept/Art%20212.pdf>

602. Ostaszewski Krzysztof. Związki między edukacją zdrowotną a szkolnym programem profilaktyki. *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole*. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych. Praca zbiorowa pod redakcją Barbary Woynarowskiej. Warszawa: ORE, 2014. S. 53–59.

603. Paffenberger R., Olsen E. Zife Fit. An Effective exercise Program for optimal Health and a Zonger Zife. Yuman Kinetics, 1996. 427 p.

604. Pakholok O. The Idea of Healthy Lifestyle and Its Transformation Into Health-Oriented Lifestyle in Contemporary Society. URL <http://sgo.sagepub.com/content/3/3/2158244013500281>

605. Paull J. Rudolf Steiner and the Oxford Conference: The Birth of Waldorf Education in Britain. *European Journal of Educational Studies*. 2011. № 3 (1). P. 53–66.

606. Rico A., Petrova-Benedict R., Basten A. Moving forward equity in health: monitoring social determinants of health and the reduction of health inequalities. *An independent expert report commissioned through the Spanish Presidency of the EU*: Ministry of Health and Social Policy of Spain. 2010 92 p.

607. Śniadecki J. O fizycznym wychowaniu dzieci. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie «Żak», 2005. 147 s.

608. Taylor S. E. Health Psychology. 3-rd edition. N.-Y. : McGraw-Hill, Inc., 2005. 781 p.

609. Toshio Seaki. The characteristics of sociological research on sport organization in Japan. *International review for the sociology of sport*, 1999. Vol. 25. № 25. P. 109–123.

610. Villegas-Reimers E. Teacher Professional Development: an International Review of the Literature. Paris : UNESCO, International Institute for Educational Planning, 2002. 178 p.

611. Whitehead M., Dahlgren G. Concepts and principles for tackling social inequities in health. *WHO Collaborating Centre for Policy Research on Social Determinants of Health: Studies on social and economic determinants of population health. Levelling up Part 1. No. 2.* Copenhagen, University of Liverpool 2006. Retrieved from: <http://www.euro.who.int/pubrequest>

612. Woynarowska B. Edukacja zdrowotna w nowej podstawie programowej kształcenia ogólnego e szkole – szansa i wyzwanie. Warszawa, 2007. 5 s. Tryb dostępu: <http://podn.wodzislaw.pl/pliki/wychfiz/Edukacja%20zdrowotna%20w%20nowej%20podstawie%20programowej.pdf>.

613. Woynarowska Barbara. Cechy współczesnej edukacji zdrowotnej. *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych.* Praca zbiorowa pod redakcją Barbary Woynarowskiej. Warszawa: ORE, 2014. S. 14–18.

614. Woynarowska Barbara. Związki między zdrowiem a edukacją. *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych / Praca zbiorowa pod redakcją Barbary Woynarowskiej.* Warszawa: ORE, 2014. S. 19–29.

615. Woynarowska-Soldan Magdalena, Woynarowska Barbara. Wybrane zagadnienia metodyki edukacji zdrowotnej. *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych / Praca zbiorowa pod redakcją Barbary Woynarowskiej.* Warszawa: ORE, 2014. – S. 9–10.

ДОДАТКИ

Додаток А

Історичний ракурс формування уявлень про «здоров'я» як наукову дефініцію

[узагальнено автором]

«Здоров'я» як наукова і практична проблема нині, по праву входить в коло тих питань, які прийнято називати глобальними, і є поліаспектною. У найбільш загальному контексті здоров'я розглядається однією із найважливіших характеристик життєдіяльності держави.

Згідно з сучасними даними, існує понад 350 визначень цієї наукової категорії. Проте ще й нині доволі активно проводиться її наукове вивчення. У цьому контексті інформативною є історична площина дослідження процесу зміни підходів до розуміння сутності наукової дефініції «культура здоров'я».

Як свідчить історія, ідея збереження здорової людини має глибоку історію. Так, більше тисячі років тому великий Авіценна описав ступені здоров'я і хвороби. На його думку, буває «тіло здорове до межі; тіло здорове, але не до межі; тіло не здорове, але й не хворе; потім тіло в хорошому стані, швидко сприймаючий здоров'я; потім тіло, хворе зовсім». Дещо пізніше в «таблицях здоров'я», складених у середині XI в. арабським вченим Абу ібн Бутлянном, як і в «Каноні лікарської науки» Авіценни, даються ті ж основні засоби, необхідні для збереження здоров'я. До найбільш вагомих були віднесені повітря, світло, харчування й вода, рух і спокій, сон і неспання, обмін речовин, помірні емоції. Наводяться відомості про те, як слід керувати своїми емоціями і пристрастями, такими, як гнів, радість, сум, досада, страх.

У Стародавній Індії говорили: «Бути здоровою людиною – це мистецтво, яким людина займається все життя» [15, с. 82]. Ще Аристотель стверджував, що всі фундаментальні феномени життя бувають: вегетативного характеру (народження, харчування, зростання; чуттєво-моторного характеру (відчуття і рух); інтелектуального характеру (пізнання, становлення і вибір). Він запропонував поділ на «душу вегетативну», «душу чуттєву» і «душу раціональну».

У процесі вивчення означеного кола проблематики з'ясовано, що в Античності суспільство виявляло турботу про здоров'я своїх членів. Така турбота проявлялася у трепетному ставленні до збереження душевного здоров'я. До прикладу, засуджували таке мистецтво, що досягає найвищого ступеня впливу на душевний стан людей. Так, автор п'єси «Взяття Мілета» Фрїніх був засуджений до виплати штрафу в тисячу драхм тільки за те, що на прем'єрі усі глядачі заливалися слізьми». Сьогодні ми сприймаємо як історичний курйоз виникнення епідемії душевних хвороб, джерелом якої послужили уявлення трагедії Еврїпіда «Андромеда», а тоді це була серйозна проблема, і штраф за створення таких творів також виступав як своєрідна турбота про здоров'я [6, с. 12].

Встановлено, що в епоху середньовіччя здоров'я пов'язували з духовними аспектами, коли наявність гріховності призводить до тілесних проблем людини. У теологічній моделі істинно здоровою людиною вважається свята людина, провідний аскетичний спосіб життя, сенсом якого є подолання обмеженості і гріховності людини, постійне духовне самовдосконалення, усвідомлення духовної спорідненості з Богом.

У процесі дослідження було з'ясовано, що головним поштовхом для розвитку уявлень про «здоров'я людини» послужив розвиток природознавства і наук про людину. Ігнорувати успіхи у вивченні людської природи філософи вже не могли, тому були здійснені спроби поєднати метафізичне пояснення природи людини з натуралістичними підходами. Яскравим прикладом послужили в зазначеному контексті стали праці Ж.Ж. Руссо, І. Канта у яких акцентувалася головна увага на ролі здоров'я в діяльності людини. Як наслідок такого стану речей все частіше були спроби розібратися в душевному стані людини і позитивно вплинути на нього. Таким чином, пізнання психологічних властивостей особистості позначилося на практиці лікування, а, отже, вплинуло на методи збереження здоров'я, засоби пропаганди здорового способу життя, а також і на саме трактування «здоров'я».

Як свідчать історичні факти, вже у XVI – XVII ст. відбулося активне проникнення матеріалістичних ідей в усі сфери життя. Цей факт дещо завадив міцно зв'язати здоров'я з особливим станом людського духу та станом його душі. Проте, прихильники ідеалізму стверджували, що здоровий дух є невідмінна умова благополучно існуючого тіла. До прикладу Спіноза, який активно вивчав питання душевного здоров'я, наголошував, що у тому випадку, коли людина керується розумом – знаходяться під впливом добра, а тому може бути здоровою душею.

З'ясовано, що у Росії ще в 1800 р. з'явився перший навчальний посібник «Перше поняття про те, як живе наше тіло, що для нього корисно, що шкідливо». Серед чинників здорового способу життя розглядався вплив навколишнього середовища, стихійних сил природи (М. Соколов, 1849; С. Арреніус, 1900). Згодом навіть вийшов посібник під назвою «Дієтетика», що описував користь та шкоду від їжі.

Згодом, а саме у XIX ст. здоров'я починає розглядатися як феномен, що має біосоціальну природу, формується і перетворюється в процесі адаптації до навколишнього світу. Здоров'я, з одного боку, забезпечує здатність підтримувати сталість внутрішнього середовища організму, з іншого – дає можливість людині адаптуватися до навколишнього середовища. У зв'язку з цим оздоровлення розуміється як успішна адаптація і всебічна гармонізація відносин суб'єкта з навколишнім світом.

У 20-і рр. XX ст. у вихованні здорової особистості особлива роль відводилася вчителю, оскільки саме він відповідальний за виховання волі особистості як умови формування позитивних цільових установок у сфері

здоров'язбереження. Причому особисте позитивне ставлення й воля дозволяють удосконалювати адаптаційні можливості організму, допомагаючи зберегти здоров'я. у цей час І. Назаров розробив рекомендації щодо зміцнення нервової системи людини, в яких пропонувалося спеціально використовувати систему активних гімнастичних вправ для підвищення працездатності та запропоновані важливі шляхи і засоби розвитку здорової особистості з міцною нервовою системою.

Відзначимо. Що на початку ХХ ст. набув масового поширення рух «за духовне лікування». Його послідовники намагалися використовувати ефект «психологічної установки», щоб привести людину до стану здоров'я. Зокрема, у цей час були заборонені скарги на погану погоду, неприємні відчуття, нездужання і хвороби. Представник прагматизму У. Джемс вважав, що єдино можливою умовою, яка максимально зможе забезпечити здоров'я – єднання душі з Богом [21].

Зовсім по-іншому декларується розуміння «здоров'я» з позиції марксизму. Так, К. Маркс, Ф. Енгельс розуміли здоров'я як якісну характеристику людини, яка передбачала соціальну оцінку особистості. У кінці ХІХ ст. була поширена позиція про те, що від стану здоров'я залежить безпосередньо ефективність суспільного виробництва. У цілому, матеріалізм виключає концепцію індивідуального безсмертя. Особистість, що піднімається на рівень пізнання світу і себе має цілий спектр особистісних якостей (альтруїзм, справедливість, любов), не може мати в якості домінуючої інтенції прагнення до самозбереження за будь-яку ціну. Домінуючим моментом в інтенції безсмертя такої особи буде спрямованість, яка виходить із вищого розвитку когнітивно-праксеологічного. Така людина бачить особисте безсмертя в своїх соціально значимих справах (духовне безсмертя) і в своїх нащадках (фізичне безсмертя). Справжнє безсмертя – це безсмертя справ, духу, що розуміється як соціальне наступництво нескінченної низки поколінь людства. Отже, з позицій марксизму здоров'я доцільно розглядати як фактор збільшення суспільного добробуту, що досягається через розвиток економічних, соціальних і політичних умов життя суспільства [18].

У період з 1842 р. по 1915 р. у ряді праць учених того часу були закладені загальні основи гігієни для профілактики захворювань та збереження здоров'я, а також розроблено основи вітчизняної системи державних, громадських та гігієнічних заходів, спрямованих на формування здорового способу життя. У цьому контексті варто наголосити на тому, що у той час розуміння сенсу і цінності «здоров'я» кардинально змінився. Тобто, якщо за часів соціалізму на перше місце ставили «суспільне» здоров'я, то сьогодні найбільш цінним є «особистісне здоров'я». Отже, здоров'я, багато у чому, визначає цілісність особистості і її потенційні можливості та впливає на максимальну реалізацію усіх задатків.

Відзначимо, що в 1946 році з'явилося офіційне визначення здоров'я, яке дала Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) – «Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity». У дослівній інтерпретації здоров'я людини є стан повного фізичного, ментального і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби і фізичних вад» [21, с. 86]. Через два десятиліття це визначення було уточнено. А саме у 1968 році ВООЗ прийняла наступне формулювання здоров'я: «Здоров'я – властивість людини виконувати свої біосоціальні функції в мінливому середовищі, з перевантаженнями і без втрат, за умови відсутності хвороб і дефектів» [25, с. 225].

На основі вивчення напрацювань Н. Мартинової [15], можемо констатувати, що на початку ХХ ст. за критерієм об'єктивності розрізняли два види здоров'я: 1) здоров'я об'єктивне – відсутність хвороб; 2) здоров'я суб'єктивне – фізичне, соціальне і душевне благополуччя.

У процесі вивчення означеної проблематики сутності здоров'я, ще на початку 50-х років ХХ ст. була встановлена залежність здоров'я від способу життя привела до формування такого поняття як здоровий спосіб життя, існуючого в рамках адаптаційного підходу. При цьому ключове значення при руйнуванні здоров'я мають не інфекційні захворювання, а хронічні неінфекційні: в першу чергу серцево-судинні та онкологічні. У цей період стан здоров'я населення лікарі оцінювали за низкою основних комплексних показників: захворюваності, непрацездатності, смертності, фізичному і психічному розвитку. У зазначеному контексті було введено в обіг поняття «хвороба». Поняття «хвороба» визначалося як «процес, що виникає в результаті впливу на організм шкідливого (надзвичайного) подразника зовнішнього, або внутрішнього середовища, що характеризується зниженням пристосованості живого організму до зовнішнього середовища при одночасній мобілізації його захисних сил. Хвороба проявляється порушенням рівноваги організму з навколишнім середовищем, зниженням на час хвороби працездатності людини і виражається у виникненні побічних (неадекватних) реакцій» [10, с. 20].

Як довів Ю. Лісіцін до 60-х років ХХ століття остаточно сформувалася концепція «хвороб цивілізації», до яких крім онкозахворювань і серцево-судинних хвороб відносяться хронічні ураження печінки, нирок, кишечника, психічні хвороби, виразкова хвороба, імуноалергічна патологія, цукровий діабет, бронхо-легеневі захворювання [14]. В основу здорового способу життя було покладено принцип індивідуальної відповідальності людини за власне здоров'я. Сплановані та реалізовані заходи щодо зниження факторів ризику в сукупності з екологічними заходами привели до зниження до 30% смертності в більшості країнах (Японії, США, Канаді та Фінляндії) від серцево-судинних захворювань.

На основі аналізу публікації С. Касла (S. Kasl) [25, с. 171-196] встановлено, що на початку 70-х років існувало чотири групи індикаторів психічного здоров'я:

1) Індикатори, які відображають соціологічну орієнтацію і показують функціональну ефективність і виконання індивідумом вимог соціальної ролі (госпіталізація, відсутність на роботі, розлучення);

2) Індикатори, які показують суб'єктивне благополуччя, і включають афективні змінні (депресія, зміни настрою, почуття образи), симптоматичні змінні («почуття напруги», «нервовість»), а також відображають самооцінку і задоволеність (самооцінка, задоволеність роботою і життям в цілому, оцінка задоволення потреб);

3) Індикатори, які відображають гуманістичну орієнтацію, і показують майстерність, компетентність та включають зростання і самоактуалізацію особистості, адекватність подолання життєвих труднощів, використання навичок і досягнення цінностей та цілей.

4) Індикатори, які базуються на психіатричних симптомах і проявах, які не можна класифікувати в інших категоріях, і які мають клінічне значення.

Така система індикаторів характеризувала сутність психічного здоров'я. Автор підкреслює, що одиничний індекс психічного здоров'я побудувати не можна, а зв'язки між індикаторами представляють цілком самостійний науковий інтерес.

Доволі інформативним є визначення здоров'я, яке представлено у 1979 році українським лікарем М. Амосовим [1]. А саме: «Кажуть, що здоров'я – щастя вже саме по собі. Це невірно: до здоров'я так легко звикнути і перестати помічати. Однак воно допомагає домогтися щастя в родині і в роботі. Допомагає, але не визначає» [1, с. 5]. Тобто, М. Амосом переконаний у тому, що здоров'я необхідно розглядати в якості оптимальної передумови для виконання людиною намічених життєвих цілей і завдань, його призначення, в кінцевому рахунку, його самоздійснення на Землі. Головний принцип здоров'я не в тому, щоб тільки мати міцне здоров'я, а в тому, щоб реалізувати за допомогою свого здоров'я свою місію.

На початку 80-х років ХХ ст. подібні трактування було знайдено й у роботах Ю. Лісіцина [14]. Зокрема, автор наголошував на тому, що здоров'я людини можна визначити і як процес збереження і розвитку його біологічних, фізіологічних і психологічних можливостей, оптимальної соціальної активності при максимальній тривалості життя. У той період доволі часто з психологічних позицій здоров'я протиставлялося хворобі. Як доводить І. Смирнов: «Здоров'я – це повноцінне існування людини, в результаті якого її життя та діяльність сприймаються як природний саморозвиток властивих їй сутнісних властивостей і якостей» [21, с. 89].

Цікавим у контексті нашого дослідження вважаємо підхід до здоров'я як стану, що не що зводиться до відсутності хвороби. Такий підхід отримав назву позитивної концепції здоров'я. Його першими авторами були Ю. Зубарєв (1980 р.) та Г. Царегородцев (1989 р.). Концепція характеризується виділенням поряд з психічним здоров'ям, здоров'я морального, яка розуміється як імунітет до різних видів соціального зла,

моральна чистота вчинків і помислів. Цей підхід ґрунтується на поданні про душевних захворюваннях, називаючи їх протилежним полюсом континууму невроз, а проміжною точкою є депресивні стани. У цій концепції поняття здоров'я відображає якість пристосування організму до умов зовнішнього середовища і представляє підсумок процесу взаємодії людини й довкілля; сам стан здоров'я формується в результаті взаємодії зовнішніх (природних, соціальних) і внутрішніх (спадковість, стать, вік) чинників.

У 1989 р. А. Щедрина [24, с. 28] визначає здоров'я як цілісний багатовимірний динамічний стан, що розвивається в процесі реалізації генетичного потенціалу в умовах конкретного соціального та економічного середовища і дозволяє людині здійснювати біологічні та соціальні функції.

У дослідженні К. Леонгарда [13] було наголошено на тому, що «Здоров'я» і «Хвороба» є полярними та характеризуються складною системою взаємодій та переходів, які не враховує сучасна медицина. Тобто як аксіома у кінці 80-х років ХХ ст. сприймалася полярність двох термінів: «Здоров'я» і «Хвороба». При цьому здоров'я розглядалося як можливість вибору людиною сьогодні і як його дійсність у завтрашньому дні, а також і як ознака гармонізації людини з навколишнім світом. Тоді як хвороба – це заперечення здоров'я, а тому вона розглядалася як наслідок негативної поведінки людини, як сором у свободі, як необхідність і не випадковість.

У 1986 р. «Оттавська хартія за Сприяння Здоров'ю» ВООЗ затвердила перелік передумов, якими повинна володіти сучасна людина, щоб бути здоровою: мирт, їжа, житло, освіта, дохід, стабільна екосистема, підтримуючі ресурси, соціальна справедливість, рівність [21, с. 105]. Це був перший випадок визнання необхідності певних передумов для здоров'я.

Відзначимо, що через 10 років (на початку 90-х р. ХХ ст.) до розгляду сутності «здоров'я» та «хвороби» підходили дещо з інших позицій. Так, за твердженням Г. Апанасенко, при розгляді категорій «здоров'я» і «хвороба» слід враховувати те, що абсолютна хвороба і абсолютне здоров'я немислимі (тобто навіть дещо утопічні), адже між ними існує безліч форм зв'язків і взаємних переходів. «Здоров'я постає у вигляді життєвого континууму від 0 до 1, на якому воно присутнє завжди, хоча і в різній кількості. Навіть у тяжкохворого є деяка кількість здоров'я, хоча його дуже мало. Абсолютно повне зникнення здоров'я рівнозначно смерті» [4, с. 27].

У 90-х роках минулого століття активно почала розвиватися валеологія – як наука про збереження та зміцнення здоров'я, яка пропагувала, що кожній людині закладено потенціал здоров'я. Цей потенціал може бути реалізований по-різному під впливом індивідуальних особливостей і соціальних умов (прийнятих норм, еталонів і соціальних уявлень) [7]. Зокрема, валеологи наголошували, що медицина – «це медицина хвороб, медицина ремонтну, патоцентрична, а не медицина здоров'я...» [8, с. 177].

З валеологічної позиції між станами здоров'я (перший стан) і хвороби (другий стан) існує перехідний, так званий третій стан, що характеризується «неповним» здоров'ям. З суб'єктивних проявів цього стану можна відзначити, що періодично повторюються нездужання, підвищена стомлюваність, деяке зниження якісних і кількісних показників працездатності, задишка при помірному фізичному навантаженні. Об'єктивно можуть бути зареєстровані тенденція до тахікардії, нестійкості рівня артеріального тиску, схильність до гіпоглікемії і т.п. Таким чином, мова йде про відхилення в стані здоров'я, які ще не вкладаються в конкретну нозологічну модель [7]. Розглядаючи більш детально «третій стан», слід вказати, що воно неоднорідне і охоплює, в свою чергу, два стани: перший – «предхвороба» (можливість розвитку патологічного процесу без зміни сили діючого фактора внаслідок зниження резервів здоров'я) – і другий, характер якого визначається патологічним процесом. Причому кордоном переходу від стану здоров'я до стану передхвороби є той рівень здоров'я, який не може компенсувати організм під впливом негативних факторів і внаслідок чого формується тенденція до саморозвитку процесу. Тобто цілком очевидним є те, що в осіб, які перебувають в різних умовах існування, цей «безпечний» рівень здоров'я може істотно відрізнятись.

Вже у кінці 90-х років ХХ ст., як доводить думку Л. Леві [12], здоров'я частково ототожнювалося із благополуччям. У свою чергу, благополуччя розглядалося як стан розуму, що встановлює гармонію між здібностями, потребами, очікуваннями людини і вимогами, що пред'являються до неї оточуючим середовищем. Тобто у представленому визначенні здоров'я можна розуміти як наукову категорію що охоплює три рівні здоров'я:

- фізичне;
- ментальне;
- соціальне.

Здорову людину розглядають як благополучну, а також як таку, яка може гармонійно поєднувати цілісність фізичного, ментального і соціального здоров'я. У дослідженні С. Лазарева [11] наголошено на тому, що сучасна медицина не може забезпечити дотримання всіх трьох чинників здоров'я. Як наслідок такого стану речей науковець констатує неспроможність традиційної медицини у вирішенні проблеми здоров'я людини.

Як довів у своєму дисертаційному дослідженні К. Хруцкий [23] у кінці ХХ ст. усе різноманіття підходів до здоров'я можна було звести до двох: адаптаційного і креативного. Так, з точки зору адаптаційного підходу, основа здоров'я людини полягає в здатності її організму до компенсації. Адаптаційна парадигма є глибоко антропоцентричною за своєю сутністю. Тобто вона розводить Людину і Природу по різні боки. У цілому, адаптаційна парадигма виражає сутність стану здоров'я людини в її здатності до підтримки своїх фізіологічних і психофізіологічних систем в постійній рівновазі з впливами навколишнього середовища. Тоді як адаптаційний

підхід спрямований на підтримку протистояння людини і навколишнього його середовища. Отже, здоров'я людини, у зазначеному контексті, необхідно розглядати в єдності адаптаційного і креативного підходів, оскільки вони взаємодоповнюють один одного: якщо адаптаційний підхід вимагає вдосконалення механізмів гомеостазу фізіологічних і соціально-психологічних систем організму людини, то креативний підхід стверджує єдність пристосування людини і ведення креативної діяльності.

Розглянемо сучасний стан проблеми здоров'я та зупинимося на аналізі підходів до його сутності на початку ХХІ ст., за висновком професора В. Ананьєва, «здоров'я можна розглядати в якості оптимальної передумови для виконання людиною намічених життєвих цілей і завдань, його призначення, в кінцевому рахунку, її самоздійснення на Землі. Головний принцип здоров'я в тому, щоб реалізувати за допомогою свого здоров'я свою місію» [2, с. 9]. Тобто, здоров'я може бути представлено також у вигляді чотирикомпонентної моделі, в якій взаємопов'язані соматичний, фізичний, психічний і моральний аспекти. Саме у цей період було аргументовано доведено (Н. Басалаєва [5], Р. Медведєв [16], У. Ністрян [19]), що здоров'я людини на 60% визначається способом життя (по суті, дією людини на середовище і на себе), на 20% навколишнім середовищем (дією середовища на людину) і лише на 8% залежить від медичної допомоги.

У 2001 р. А. Зайцев [9] висловив думку про те, що здоров'я доцільно розглядати як необхідність, а хворобу як певну випадковість, яка не має загального характеру. Таким чином, науковець зробив узагальнений висновок про те, що сучасна медицина займається випадковими явищами – хворобами, а не здоров'ям, що є необхідним і закономірним. Погоджуємося із думкою А. Зайцева стосовно того, що хвороба – явище далеко не випадкове, а закономірне, і причина цього явища в самій людині, в її поведінці. У трактуваннях Г. Апанасенка [3] здоров'я виступає як загальнолюдська та індивідуальна цінність. Причому чим вище здатність людини реалізувати свої біологічні та соціальні функції, тим вищий рівень його здоров'я. На здатність проявити своє здоров'я мають потужний вплив психічні та духовні якості особистості.

Нам імпонує трактування, представлене у публікації З. Тюмасєвої про те, що «... всі живі і екологічні системи є здатними до самоорганізації, самоуправління, а, значить, і саморозвиваються» [22, с. 226]. Тобто тільки самостійний особистий ціннісний вибір людини щодо власного існування і самостійна активна діяльність виступає гарантією досягнення вищого результату – духовного розвитку і, як наслідок – здоров'я. Отже, здоров'я відноситься до універсального феномену, що має і матеріальний і духовний аспекти та розглядається в єдиній площині з духовним розвитком людини, з її активністю. Підводячи підсумок, зазначимо, що наукова дефініція «здоров'я» є комплексним поняттям, що потребує наукового дослідження.

Список використаних джерел

1. Амосов Н. М. Раздумья о здоровье. 2-е изд. М.: Молодая гвардия, 1979. 191 с.
2. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья. Сакт-Петербург : Балтийская Педагогическая академия, 1998. 148 с.
3. Апанасенко Г. Л. Проблемы управления здоровьем человека. *Наука в олимпийском спорте*. 1999. С. 56–60.
4. Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровья человека. Сакт-Петербург : МГП «Петрополис», 1992. 123 с.
5. Басалаева Н. М., Савкин В. М. Здоровье нации: стратегия и тактика. Валеология. 1996. №2. С. 35–37.
6. Белинская Т. В. Психологические составляющие развития ценностного отношения к здоровью у студентов педагогического вуза : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 – педагогическая психология / Татьяна Владимировна Белинская; Калужский государственный педагогический университет имени К.Э. Циолковского. Калуга, 2005. 157 с.
7. Валеология : Сб. науч. тр. / Дальневосточное отделение РАН, Тихоокеанский океанол. ин-т. Отв. ред. И.И. Брехман. Вып. 1. Сакт-Петербург : Наука, 1993. 267 с.
8. Валеология человека: Здоровье – любовь – красота. В 5 томах / Валеологический семинар академика В.П. Петленко. Сакт-Петербург : Изд-во «Петроградский и К», 1996. Т. 1. 281 с.
9. Зайцев А. К. Философия космического сознания. Калуга : Эйдос, 2001. 145 с.
10. Кабаева В. М. Формирование осознанного отношения к собственному здоровью у подростков Дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Валентина Михайловна Кабаева; Москва, 2002. 280 с.
11. Лазарев С. Н. Диагностика кармы. Книга первая. Система полевой саморегуляции. Сакт-Петербург : Академия парапсихологии, 1996. 160 с.
12. Леви Л. Определения и концептуальные аспекты охраны здоровья в связи с работой. Психологические факторы и охрана здоровья. Женева: ВОЗ, 1989. С. 18–22.
13. Леонгард К. Акцентуированные личности. Киев : Вища школа, 1981. 324 с.
14. Лисицин Ю. П. Здоровье населения и современные теории медицины. Москва : Медицина, 1982. 328 с.
15. Мартынова Н. М. Критический анализ методологии изучения и оценки здоровья человека. *Философские науки*. 1991. №2. С. 74–82.
16. Медведев Р. Катастрофа здоровья нации. *Фармация*, 1997. №6(57). 304 с.
17. Медицинская валеология. Под ред. ГЛ. Апанасенко, Л.А. Попова. Ростов н/Д : Феникс, 2000. 243 с.
18. Мельник Ю. И. Психология здоровья / Ю. И. Мельник // Журнал прикладной психологии/ – 2000. – №3. – С. 11–14.

19. Нистрян Д. Х. Некоторые вопросы человека в условиях научно-технического прогресса. *Здоровый образ жизни. Социально-философские и медико-биологические проблемы*. Кишинев, 1991. С.40–63.

20. Популярная медицинская энциклопедия. Изд. испр. и доп. Москва : Советская энциклопедия, 1984. 704 с.

21. Смирнов И. Н. Здоровье человека как философская проблема. *Вопросы философии*. 1985. №7. С 83–93.

22. Тюмасева З. И. Объективные и субъективные основания здоровья и оздоровление, или Валеология как фактор самооздоровления био-эко-социальных систем. *Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции «Образование: медико-психологический аспект»*. Калуга : КГПУ им. К.Э. Циолковского, 2002. С. 224–227.

23. Хруцкий К. С. Аксиологический подход в современной валеологии : Дисс. ... канд. филос. наук: 09.00.13 / Константин Станиславович Хруцкий; Великий Новгород, 2000. 170 с.

24. Щедрина А. Г. Методологические подходы к «измерению здоровья». *Здоровье в условиях НТР: Методологические аспекты*: Сб. науч. трудов. – Новосибирск : Наука, 1989. С. 26–33.

25. Kasl S. V. Work and mental health II Work and quality of life: Resource paper for work in America I Ed. by: J.OxTool. W.E. Upjohn Institute for employment research. 1974. PP. 171–196.

Додаток Б

Педагогічні погляди на наукову дефініцію «культури здоров'я» у історичному контексті (XX – XXI ст.)

[узагальнено автором]

Особистість повинна розвивати КЗ як на популяційному рівні, так і на індивідуальному рівні. Усвідомлюючи все різноманіття і взаємозв'язок природних і соціальних явищ, їх єдність і протиріччя, що, лежить в основі формування культури, людина краще пізнає себе, та усвідомлює еволюційні й соціальні передумови свого існування. У кінцевому ж результаті, усе це має стати фундаментом формування окремих аспектів культури, серед яких культура здоров'я повинна посідати пріоритетне положення. КЗ, що відображає інтерес людини до самої себе, допомагає їй через самопізнання досягнути найбільш повного розкриття свого потенціалу та реалізуватися у якості особистості що володіє високим рівнем культури збереження та зміцнення здоров'я.

Розглянемо декілька найбільш ґрунтовних, визнань визначень даного поняття. Так, у дисертаційному дослідженні В. Магіна (1999 р.) [5] запропоновано наступне визначення: «культура здоров'я – це інтегративне особистісне утворення, що є виразом гармонійності, багатства і цілісності особистості, універсальності її зв'язків з навколишнім світом і людьми, а також здатності до творчої та активної життєдіяльності. Тобто, КЗ для майбутнього педагога виступає важливим аспектом не тільки його життєдіяльності, а й майбутньої професійної діяльності. В. Магін особливо підкреслює, що культура здоров'я є елементом «нового педагогічного мислення, який змінює погляд на сенс педагогічного процесу, де здійснюється розвиток основних якостей особистості, що обумовлюють її творчий саморозвиток і сомовиховання, а також усвідомлене і адекватне ставлення до людської природи, яка передбачає гармонію взаємодії людей з духовним, фізичним та соціальним середовищем їхнього життя» [5, с. 8].

У ЗВО як вважає І. Ільїна (2000 р.) [7], формується не тільки фахівець, а й особистість з високою культурою, інтелектуальний ресурс якої затребується в процесі професійної діяльності, однак найбільша віддача можлива лише за умови збереження і зміцнення особистого здоров'я на основі сформованої високої КЗ. С. Лебедченко (2000 р.) [8] доводить, що КЗ педагога розглядається усіма суб'єктами освітнього процесу педвузу як цілісна якість особистості студента і кінцева мета спеціально організованої роботи в рамках його професійної підготовки. КЗ майбутнього вчителя, як стверджує автор, передбачає володіння сукупністю способів формування і зміцнення власного здоров'я, що дають йому можливість побудови ефективного процесу виховання здорового покоління, організації здоров'язберігаючого освітнього процесу; інтегративну якість, що реалізує у взаємозв'язку і цілісності усі компоненти, складові благополуччя особистості: психічне, фізичне, моральне, професійне.

КЗ Є. Вайнер (2002 р.) [2] визначає як частину загальної культури людини. На думку В. Бароненко (2002 р.) [2] під КЗ доцільно розуміти ступінь досконалості, що досягається людиною в оволодінні теорією і практикою оптимізації життєдіяльності, спрямовану на адекватну реалізацію її генетичного потенціалу, зміцнення і розвиток резервних можливостей організму, з одного боку, і оздоровлення навколишнього середовища – з іншого. У кінцевому підсумку, як доводить науковець, сформована культура буде сприяти успішному виконанню функцій індивіда і прогресу людства в цілому. З позиції В. Колбанової (2002 р.) [4], КЗ відображає форму життєдіяльності людини, яка безпосередньо спрямована на регулювання її психологічних сил. Причому вона охоплює у своєму складі культуру управління людиною своїми життєвими силами, коли відсутня пряма ймовірність хвороби. Подібні трактування задекларовано у авторефераті дисертаційного дослідження О. Шкітиря (2004 р.) [6], де науковець розглядає КЗ як інтегративний компонент базової культури людини, спрямований на усвідомлені вчинки, звички, форми раціональної поведінки щодо збереження та зміцнення здоров'я. наголошено у роботі й на тому, що громадська сутність культури особливо підкреслює важливість КЗ в освітньому процесі.

З'ясовано, що у педагогічній науці [1, с. 106] вивченні питань КЗ відіграють особливу роль (наприклад, одне з напрямів – педагогіка здоров'я). Однією із найважливіших завдань педагогіки здоров'я є питання формування КЗ людини. У якості основної цілі педагогіки здоров'я вчені виокремлюють: – навчання здоров'ю; формування КЗ; формування аксіологічного ставлення до здоров'я; виховання потреби в здоровому способі життя і системних умінь створювати індивідуальні моделі здорового способу життя.

Отже, формування КЗ тісно пов'язане з вибором комплексних освітніх засобів: інтерактивних навчально-оздоровчих технологій, культурно-творчих за своєю природою; природодоцільної освіти; здоров'язберігаючого освітнього середовища.

Доволі цікавим є той факт, що на початку ХХІ ст. доволі часто КЗ ототожнювали з валеологічною культурою, яку характеризують з декількох позицій, а саме як:

– привласнення на особистісному рівні концепцій здоров'я в різних доктринах і проходження індивідуальної концепції здорового способу життя, що реалізує програму самоосвіти, тобто розкриття природи і умов реалізації особистісно-розвиваються функцій освітнього процесу (Л. Татарникова, 1995 р.) [12];

– систему знань, поглядів, переконань, умінь, навичок, що сприяють використанню накопиченої соціальної інформації про здоровий спосіб життя, трансформуючи її в аспекти життєдіяльності людини (Н. Тригуб, 1999 р.) [11];

– ступінь усвідомленого ставлення особистості до здоров'я, що виражається в діяльності та практичному ставленні до неї (М. Колеснікова, 2000 р.) [10];

– систему життєвих цінностей, що базуються на знаннях про сутність здоров'я (включаючи шляхи і методи його формування, збереження і зміцнення) і регулюють поведінку людей в процесі життєдіяльності» (І. Ільїна, 2000 р.) [7];

– усвідомлення людиною цінності здоров'я в ряду життєвих пріоритетів, а також визначає його дбайливе ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих людей (Є. Вайнер, 2001 р.) [9].

Отже, на основі проведеного аналізу ми дійшли до усвідомлення того, що у даний час культура здоров'я розглядається як складова ефективної професійної діяльності, що реалізовується у вигляді ціннісних орієнтацій, моральних установок, особистісно-професійних якостей майбутнього фахівця.

Список використаних джерел

1. Красноперова Н. А., Игнатова В.В., Шушерина О.А. Ориентирование студента на здоровый образ жизни в процессе профессионального становления: монография. Красноярск : СибГТУ, 2006. 180 с.
2. Вайнер Э. Н., Волынская Е.В. Валеология. Учебный практикум. Москва : Флинта; Наука, 2002. 312 с.
3. Бароненко В. А. Концептуальный подход к проблеме культуры здоровья. *Валеология*. 2002. № 3. С. 74–77.
4. Здоровье человека : Сб. мат. III Междунар. конгр. валеологов / под ред. проф. В.В. Колбанова. СПб., 2002. 350 с.
5. Магин В. А. Формирование культуры здоровья личности будущего учителя в процессе его профессиональной подготовки : автореф. Дисс. канд. пед. наук / В.А. Магин. Ставрополь, 1999. 24 с.
6. Шкитырь О. Н. Формирование культуры здоровья у будущих учителей в системе высшего педагогического образования : автореф. дисс. ... канд. пед. наук / О.Н. Шкитырь. Брянск, 2004. 19 с.
7. Ильина И. В. Становление валеологической культуры личности в процессе высшего профессионального образования: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / И.В. Ильина. Орел, 2000. 22 с.
8. Лебедченко С. Ю. Формирование культуры здоровья будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: автореф. дисс. ... канд. пед. наук / С. Ю. Лебедченко. Волгоград, 2000. 22 с.
9. Вайнер Э. Н. Валеология: учебник для вузов. Москва : Флинта; Наука, 2001. 416 с.
10. Колесникова М. Г. Практикум по валеологии. СПб., 2000. 87 с.
11. Тригуб Н. А. Формирование валеологической культуры педагога: автореф. дис... канд. пед. наук / Н.А. Тригуб. Казань, 1999. 23 с.
12. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития / Л.Г. Татарникова. Санкт-Петербург : Петроградский и К⁰ (PETROC), 1995. 348 с.

Додаток В

СТАНДАРТ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ

РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ перший (бакалаврський) рівень _____
(назва рівня вищої освіти)

СТУПІНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ бакалавр _____
(назва ступеня вищої освіти)

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ 01 – Освіта _____
(шифр та назва галузі знань)

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 014 – Середня освіта
014-7 – Середня освіта (фізична культура)

ПРЕДМЕТНА СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ 014.12 – фізична культура
(код та найменування спеціальності)

I Преамбула

Стандарт вищої професійної освіти являє собою сукупність вимог, обов'язкових при реалізації основних освітніх програм бакалаврату зі спеціальності 014-7 Середня освіта (фізична культура), спеціалізація 014.12 – Фізична культура усіма освітніми установами вищої професійної освіти (вищими навчальними закладами), що мають державну акредитацію, на території України.

Право на реалізацію основних освітніх програм вищого навчального закладу має тільки при наявності відповідної ліцензії, виданої уповноваженим федеральним органом виконавчої влади.

Цей стандарт встановлює:

- нормативний зміст навчання у навчальних об'єктах, обсяг умінь та рівень їх засвоєння у процесі підготовки, відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики;
- перелік навчальних дисциплін підготовки фахівців;
- форму державної атестації;
- термін навчання.

Стандарт є обов'язковим для вищих навчальних закладів, що готують фахівців даного профілю.

Стандарт придатний для цілей сертифікації фахівців та атестації випускників вищих навчальних закладів.

РОЗРОБЛЕНО

Підкомісією спеціальності 014-4 Середня освіта (фізична культура) науково-методичною комісією 2 (вища освіта) Міністерства освіти і науки України

РОЗРОБНИКИ СТАНДАРТУ:

Голова підкомісії:

Пангелова Наталія Євгенівна, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди

Заступник голови підкомісії:

Іванова Любов Іванівна, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичної реабілітації Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова

Секретар підкомісії:

Козіна Жаннета Леонідівна, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри спортивних ігор Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди

Члени групи розробників:

Артюшенко Олександр Федорович, кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри спортивних дисциплін Навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту і здоров'я Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького

Маляренко Ірина Валентинівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання Херсонського державного університету

Блещунова Катерина Миколаївна кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»

Мосейчук Юрій Юрійович, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри здоров'я людини, рекреації та фітнесу Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Ребрина Анатолій Арсенович, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри здоров'я людини Хмельницького національного університету

Солопчук Микола Сергійович, кандидат географічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

II Загальна характеристика

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень
Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Галузь знань	01 Освіта
Спеціальність	014 Середня освіта
Обмеження щодо форм навчання	Без обмежень: очна (денна); заочна (дистанційна)
Освітня кваліфікація	Бакалавр освіти
Професійна(і) кваліфікація(ї) (тільки для регульованих професій)	Учитель фізичної культури, керівник секції спортивного напрямку

Кваліфікація в дипломі	Бакалавр освіти Учитель фізичної культури, керівник секції спортивного напрямку, інструктор оздоровчо-спортивного туризму, організатор спортивно-масової роботи
Опис предметної області	<p>Об'єкти вивчення та діяльності:</p> <ul style="list-style-type: none"> - процеси формування світоглядних, мотиваційно-ціннісних орієнтацій і установок на збереження і зміцнення здоров'я, ведення здорового способу життя, оптимізації психофізичного стану людини, освоєння їм різноманітних рухових умінь і навичок, і пов'язаних з ними знань, розвитку рухових здібностей і високої працездатності; - навчально-методична та нормативна документація; - особи, залучені в діяльність в сфері фізичної культури і спорту та потенційні споживачі фізкультурно-оздоровчих і спортивних послуг. <p>Цілі навчання:</p> <p>Здобуття освіти в сфері фізичної культури, спорту, рухової активності, рекреації, пропаганді здорового способу життя, сфері послуг, туризму, сфері управління, науково-дослідної роботи, виконавчої майстерності.</p> <p>Бакалавр зі спеціальності 014-7 Середня освіта (фізична культура) спеціалізації 014.13 Фізична культура готується до наступних видів професійної діяльності: педагогічна; рекреаційна; організаційно-управлінська; науково-дослідна; культурно-просвітницька.</p> <p>Конкретні види професійної діяльності, до яких в основному готується бакалавр, визначаються вищим навчальним закладом спільно зі студентами, науково-педагогічними працівниками вищого навчального закладу та об'єднаннями роботодавців.</p> <p>Теоретичний зміст предметної області:</p> <p>педагогічна діяльність: сприяння соціалізації, формуванню загальної культури особистості учнів засобами фізичної культури в процесі фізкультурно-спортивних занять, її залученню до загальнолюдських цінностей та здорового способу життя; вирішування педагогічних завдань в рамках освітніх установ дошкільної, загальної і професійної освіти, орієнтованих на аналіз наукової та науково-практичної літератури та узагальнення практики в галузі фізичної культури і освіти; здійснення навчання і виховання в процесі занять; визначення змісту навчання в рамках навчальних планів, з урахуванням результатів оцінювання фізичного і функціонального стану учнів; забезпечення</p>

рівня підготовленості учнів; забезпечення необхідного запасу знань, рухових умінь і навичок, а також достатнього рівня фізичної підготовленості учнів для збереження і зміцнення їх здоров'я і трудової діяльності; участь в діяльності методичних комісії і в інших формах методичної роботи; співробітництво з учнями, педагогами, батьками (особами їх замінюють);

керівництво секції спортивного напрямку: формування особистості учнів в процесі занять обраним видом спорту, її залучення до загальнолюдських цінностей, здорового способу життя, моральним принципам чесної конкуренції; відбір для занять обраним видом спорту з використанням сучасних технологій визначення здатності до занять тим чи іншим видом спорту; планування тренувального процесу з установкою на досягнення високих спортивних результатів; підбирання адекватних поставленим завданням засобів і методів тренування, визначення величини навантажень, адекватних можливостям індивіда з установкою на досягнення спортивного результату; управління тренувальним процесом на основі контролю функціонального стану, досягнутого рівня техніки рухових дій і працездатності займаються і внесення відповідних коректив в тренувальний процес; забезпечення своєчасного проходження лікарського контролю і здійснення педагогічного контролю стану учнів;

рекреаційна діяльність: залучення населення до рекреаційної діяльності як фактору здорового способу життя; реалізація програми, режимів занять з рухової рекреації населення на регіональному і місцевому рівнях відповідно до потреб населення; підбирання адекватних поставленим завданням засобів, методів і форм рекреаційної діяльності по циклам занять різної тривалості; забезпечення рівня рухової активності, відповідній стану і потребам учнів; сприяння усвідомленому використанню засобів фізичної культури як засобу відновлення і зміцнення здоров'я, залучення до здорового способу життя;

організаційно-управлінська діяльність: організація та проведення фізкультурно-масових і спортивних заходів; здійснення професійної діяльності, керуючись Конституцією України, законами України і нормативними документами органів управління фізичною культурою і спортом та освітою, нормативно-правовими актами у сфері фізичної культури і спорту та освіти; організація роботи

	<p>малих колективів виконавців; праця з фінансово-господарською документацією в сфері фізичної культури і спорту; дотримання правил внутрішнього трудового розпорядку, техніки безпеки, забезпечення охорони життя і здоров'я людей в процесі занять</p> <p>науково-дослідницька діяльність: виявлення актуальних питань в сфері фізичної культури і спорту; проведення наукових досліджень з визначення ефективності різних видів діяльності в сфері фізичної культури і спорту з використанням випробуваних методик; здійснення наукового аналізу, узагальнення та оформлення результатів дослідження; використання інформаційних технологій для планування і корекції процесів професійної діяльності, контролю стану учнів, обробки результатів досліджень, вирішення інших практичних завдань</p> <p>культурно-просвітницька діяльність: аналіз і узагальнення важливих проблем сучасного розвитку фізичної культури і спорту з використанням засобів масової інформації; проведення пропагандистських та інформаційних кампаній з питань впливу занять фізичною культурою на зміцнення здоров'я, підтримки працездатності, активного довголіття, залучення дітей та молоді до занять спортом.</p> <p>Методи, методики та технології (якими має оволодіти здобувач вищої освіти для застосовування на практиці)</p> <p><u>методи:</u> навчання і тренування: 1) загальнопедагогічні, що включають словесні та наочні методи; 2) практичні, що включають метод строго регламентованого вправи, ігровий і змагальний методи;</p> <p>науково-дослідницькі: метод аналізу літературних даних, методи педагогічних спостережень; методи педагогічного тестування для визначення рівня фізичної і технічної підготовленості; методи визначення функціонального стану</p>
<p>Академічні права випускників</p>	<p>Продовження навчання на другому рівневі вищої освіти. Продовження освіти на її наступних рівнях для отримання наступних освітніх ступенів (магістр) Набуття кваліфікації за іншими предметними спеціалізаціями в системі післядипломної освіти.</p> <p>Допуск до професії – наявність академічної і професійної кваліфікації, підтверджена документом про вищу освіту</p>

Працевлаштування випускників (для регульованих професій обов'язково)	<p>Сфера працевлаштування – заклади середньої освіти, спортивні клуби, фітнес-центри, ДЮСШ, басейни, стадіони, тренажерні зали.</p> <p>Випускник може обіймати первинні посади: вчитель фізичної культури, вихователь, інструктор з фізичної культури, тренер-викладач з виду спорту шкільної секції, керівник підприємства, установи організації фізкультурно-спортивної спрямованості та інші.</p> <p>3330 Асистент вчителя-реабітолога</p> <p>2351.2 Викладач (методи навчання)</p> <p>2320 Викладач професійного навчально-виховного закладу</p> <p>2320 Викладач професійно-технічного навчального закладу</p> <p>2320 Викладач хореографічних дисциплін</p> <p>3340 Викладач-стажист</p> <p>1143.4 Виконавчий директор федерації виду спорту</p> <p>5141 Вимірювач фізичних даних людини</p> <p>2446.2 Вихователь виправно-трудового закладу</p> <p>3340 Вихователь гуртожитку</p> <p>2351.2 Вихователь-методист</p> <p>3340 Вожатий</p> <p>3320 Вчитель з дошкільного виховання (з дипломом молодшого спеціаліста)</p> <p>3310 Вчитель з початкової освіти (з дипломом молодшого спеціаліста)</p> <p>2331 Вчитель загальноосвітнього навчального закладу</p> <p>2320 Вчитель загальноосвітнього навчального закладу</p> <p>1210.1 Голова клубу(спортивного)</p> <p>1229.6 Голова секції (творчої)</p> <p>1319 Директор (керівник) малого підприємства (у сфері охорони здоров'я, освіти, культури і т. ін.)</p> <p>1210.1 Директор (інший керівник) підприємства, установи, організації фізкультурно-спортивної спрямованості</p> <p>1229.6 Завідувач бази спортивної</p> <p>1228 Завідувач лазні</p> <p>1224 Завідувач секції</p> <p>1229.6 Завідувач спортивної споруди</p> <p>1228 Завідувач станції човнової</p> <p>3439 Інспектор з туризму</p> <p>3475 Інструктор з аеробіки</p> <p>3340 Інструктор з військово-морської підготовки</p> <p>5162 Інструктор з вогневої та фізичної підготовки</p> <p>3439 Інструктор з організаційно-масової роботи</p> <p>3439 Інструктор з основної діяльності</p> <p>3475 Інструктор з фізкультури</p> <p>6152 Інструктор із спортивного рибальства</p> <p>3475 Інструктор із стрийової та фізичної підготовки</p> <p>3340 Інструктор культурно-просвітнього закладу</p> <p>3340 Інструктор легководолазної справи</p> <p>3475 Інструктор навчально-тренувального пункту</p> <p>2359.2 Інструктор навчально-тренувального центру</p>
---	---

3414	Інструктор оздоровчо-спортивного туризму (за видами туризму)
3475	Інструктор парашутно-десантної підготовки
3340	Інструктор парашутної та десантно-пожежної служби
5161	Інструктор парашутно-пожежної групи
2412.2	Інструктор передових методів праці
5149	Інструктор підводного плавання (рекреаційний дайвінг)
3213	Інструктор службового собаківництва
5149	Інструктор спортивний з туристичного супроводу (за видами туризму)
5149	Інструктор тиру (малокаліберного, пневматичного)
3340	Інструктор-методист з альпінізму
3475	Інструктор-методист з виробничої гімнастики
3475	Інструктор-методист з дельтапланеризму
3475	Інструктор-методист з технічних і військово-прикладних видів спорту
3340	Інструктор-методист з туризму
3475	Інструктор-методист з фізичної культури та спорту
3340	Інструктор-методист контрольно-рятувальної служби (загону)
3475	Інструктор-методист спортивної школи
3475	Інструктор-методист тренажерного комплексу (залу)
3475	Інструктор-парашутист
2455.2	Каскадер
1229.7	Керівник допризовної підготовки (військовий керівник)
1229.7	Керівник рятувального підрозділу
1229.7	Керівник рятувального формування
1229.6	Керівник самодіяльного об'єднання (клубу за інтересами)
2359.2	Керівник секції спортивного напрямку
2454.2	Керівник танцювального колективу
1229.6	Керівник фізичного виховання
4221	Офісний службовець (подорожі)
2359.2	Лектор
3226	Масажист
3226	Масажист спортивний
1448.1	Менеджер (управитель) з туризму
2351.2	Методист з фізичної культури
2332	Методист з дошкільного виховання
2359.2	Методист позашкільного закладу
2359.2	Методист-валеолог
5210	Модель
1229.6	Начальник (завідувач) тренажерного комплексу (залу)
1229.6	Начальник бази туристської
1229.6	Начальник команди з виду спорту (збірної, клубної)
1229.4	Начальник навчально-тренувального центру
1229.4	Начальник табору оборонно-спортивного
1229.6	Начальник табору туристського
5131	Нянька
3414	Організатор подорожей (екскурсій)
2359.2	Організатор позакласної та позашкільної виховної роботи з дітьми

	5169	Охоронець
	5169	Охоронник
	3475	Парашутист-випробувач
	5161	Парашутист-пожежний
	3475	Парашутист-рятувальник
	3475	Парашутист-укладальник парашутів
	3340	Педагог професійного навчання
	2359.2	Педагог-валеолог
	2359.2	Педагог-організатор
	5131	Помічник вчителя
	5149	Провідник (за видами туризму)
	2213.2	Професіонал з рибальства
	7232	Регулювальник-настроювач тренажерів
	3475	Спортсмен-інструктор
	3475	Спортсмен-інструктор збірної команди України
	3475	Спортсмен-професіонал з виду спорту
	5169	Стрілець
	3119	Технік з експлуатації та ремонту спортивної техніки
	3119	Технік тренажера
	3475	Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи і т. ін.)
	3475	Тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції і т. ін.)
	3475	Тренер-методист
	3241	Фахівець безконтактного масажу
	2213.2	Фахівець з рекреації
	3226	Фахівець з фізичної реабілітації
	2482,2	Фахівець із гостинності (готелі, туристичні комплекси та ін.)
	3414	Фахівець із організації дозвілля
	3414	Фахівець із туристичної безпеки

III Обсяг кредитів ЄКТС, необхідний для здобуття відповідного ступеня вищої освіти

Визначається обсяг освітньої програми у кредитах ЄКТС.

Загальні вимоги до обсягу освітньої програми:

Обсяг освітньої програми молодшого бакалавра:

- на базі повної загальної середньої освіти з терміном навчання 11 років становить 120 кредитів ЄКТС,
- на базі повної загальної середньої освіти з терміном навчання 12 років становить 90-120 кредитів ЄКТС.

При формуванні **компетентностей, що пов'язані з руховою активністю**, і, відповідно, при плануванні розподілу годин на різні види роботи в спортивно-педагогічних дисциплінах (легка атлетика, плавання, гімнастика (спортивна, художня), спортивні ігри (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, футзал, теніс, бадмінтон та ін.), туризм, спортивне орієнтування, скелелазіння, аеробіка та ін.), передбачити, що, **оскільки техніка безпеки**

не дозволяє знаходитися на самоті на будь-якому спортивному майданчику, кредит складається тільки з аудиторних годин

Мінімум 75% обсягу освітньої програми має бути спрямовано на забезпечення **спеціальних (фахових) компетентностей** за спеціальністю, визначених стандартом вищої освіти.

Обсяг освітньої програми бакалавра:

на базі повної загальної середньої освіти з терміном навчання 11 років становить 240 кредитів ЄКТС (для окремих спеціальностей, наприклад, медсестринство, становить від 180 кредитів ЄКТС),

- на базі повної загальної середньої освіти з терміном навчання 12 років становить 180-240 кредитів ЄКТС.

При формуванні **компетентностей, що пов'язані з руховою активністю**, і, відповідно, при плануванні розподілу годин на різні види роботи в спортивно-педагогічних дисциплінах (легка атлетика, плавання, гімнастика (спортивна, художня), спортивні ігри (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, футзал, теніс, бадмінтон та ін.), туризм, спортивне орієнтування, скелелазіння, аеробіка та ін.), передбачити, що, **оскільки техніка безпеки не дозволяє знаходитися на самоті на будь-якому спортивному майданчику (в спортивній залі, басейні тощо), кредит складається тільки з аудиторних годин.**

Мінімум 75% обсягу освітньої програми має бути спрямовано на забезпечення **спеціальних (фахових) компетентностей** за спеціальністю, визначених стандартом вищої освіти.

Для здобуття ступеня бакалавра на основі ступеня молодшого бакалавра ВНЗ має право скорочувати обсяг освітньої програми.

IV Перелік компетентностей випускника

Інтегральна компетентність	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у галузі професійної діяльності в сфері фізичного виховання і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій та методів педагогіки, фізичного виховання і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю умов
Загальні компетентності	<ol style="list-style-type: none"> 1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу 2. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях 3. Здатність планувати та управляти часом 4. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. 5. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово

	<ol style="list-style-type: none"> 6. Здатність генерувати нові ідеї (креативність) 7. Здатність приймати обґрунтовані рішення 8. Здатність працювати в команді 9. Володіння навичками міжособистісної взаємодії 10. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети 11. Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності) 12. Здатність до цінування та поваги різноманітності та мультикультурності 13. Здатність працювати в міжнародному контексті 14. Здатність працювати автономно 15. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності 16. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів) 17. Прагнення до збереження навколишнього середовища 18. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо 19. Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності і спорту 20. Здатність до підтримки загального рівня фізичної активності і здоров'я 21. Здатність розуміти сутність і соціальну значущість своєї професії, виявляти до неї стійкий інтерес
<p>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Здатність усвідомлювати витоки і еволюцію формування теорії фізичного виховання, медико-біологічні та психологічні основи і технологію розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту 2. Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини 3. Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурно-спортивної діяльності 4. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в різних закладах

	<p>5. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей</p> <p>6. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного, шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та вищої професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.</p> <p>7. Здатність самостійно проводити заняття з в секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму</p> <p>8. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність</p> <p>9. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки</p> <p>10. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей</p> <p>11. Здатність до якісного оформлення педагогічних розробок в галузі фізичного виховання і спорту</p> <p>12. Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку</p> <p>13. Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології для вдосконалення професійної діяльності</p> <p>14. Здатність будувати професійну діяльність з дотриманням правових норм</p> <p>15. Здатність застосовувати основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності</p> <p>16. Здатність організовувати власну діяльність, визначати методи вирішення професійних завдань, оцінювати їх ефективність і якість</p>
--	---

V Нормативний зміст підготовки здобувачів вищої освіти, сформульований у термінах результатів навчання

Результати навчання:

Знання

Інтегральні

Знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини

Загальні

Володіє культурою мислення, здатний до узагальнення, аналізу, сприйняття інформації, постановці мети і вибору шляхів її досягнення.

Знає шляхи реалізації теоретичних знань в практиці роботи з представниками різних груп населення.

Знає основи планування роботи.

Знає зміст професійної діяльності в галузі фізичного виховання і спорту.

Знає правила побудови речень, правила орфографії, стилістики для грамотного викладення своїх думок в усній і письмовій формі.

Вміє логічно вірно, аргументовано і ясно будувати усну та письмову іноземну мову.

Знає засоби розвитку креативності та шляхи впровадження в життя нових ідей.

Знає, як оцінювати ризики і приймати рішення в різних (стандартних і нестандартних) ситуаціях.

Готовий до кооперації з колегами, роботі в колективі.

Знає шляхи знаходження організаційно – управлінських рішень в нестандартних ситуаціях і готовий нести за них відповідальність; вміє використовувати нормативні правові документи в своїй діяльності.

Усвідомлює соціальну значимість професії в сфері фізичної культури, національні інтереси, цінність праці та служіння на благо Вітчизни, володіє високою мотивацією: до виконання професійної діяльності і підвищення свого культурного і професійного рівня.

Прагне до постійного саморозвитку, самовдосконалення та підвищення своєї кваліфікації і майстерності.

Шанобливо і дбайливо ставиться до історичної спадщини і культурних традицій, толерантно сприймає соціальні та культурні відмінності, здатний до діалогу з представниками інших культур і держав.

Усвідомлює рушійні сили і закономірності історичного процесу; роль насильства і ненасильства в історії, місце людини в історичному процесі, політичної організації суспільства.

Вміє критично оцінювати свої достоїнства і недоліки, намітити шляхи і вибрати засоби розвитку достоїнств і усунення недоліків.

Знає принципи розвитку креативності та нестандартного мислення.

Знає основні положення і методи соціальних, гуманітарних та економічних наук при вирішенні соціальних і професійних завдань.

Знає принципи гармонійного співвідношення з навколишнім середовищем для запобігання його руйнування Знає світоглядні, соціально і особистісно значущі філософські проблеми процеси.

Знає закономірності здійснення професійної діяльності в умовах поновлення її цілей, змісту, зміни технологій.

Знає критерії оцінювання та забезпечення якості виконуваних робіт.

Знає шляхи здійснення пошуку, аналізу і оцінки інформації для вирішення професійних завдань на високому сучасному рівні.

Знає, як працювати з інформацією в глобальних комп'ютерних мережах, використовувати традиційні і інноваційні засоби комунікації в професійній області державною мовою.

Усвідомлює свої права і обов'язки як громадянина своєї країни, знає закони своєї країни.

Спеціальні

Усвідомлює витoki і еволюцію формування теорії спортивного тренування, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту

Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури.

Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.

Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

Знає основні теоретичні положення в галузі фізичної культури.

Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу в галузі фізичного виховання та спорту.

Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

Знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

Знає біологічні, соціальні, психологічні та ін. фактори збереження здоров'я

Знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні фактори, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту.

Знає основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності.

Уміння

Інтегральні

Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

Загальні

Вміє проводити дослідження на відповідному рівні.

Вміє здійснювати пошук, обробку та аналізу інформації з різних джерел.

Вміє вчитися і оволодівати сучасними знаннями для їх подальшої реалізації в практиці.

Вміє розподіляти час для вирішення завдань професійного та особистісного характеру.

Вміє довести значущість своєї професійної діяльності для суспільства.

Вміє логічно вірно, аргументовано і ясно будувати усну та письмову рідну мову.

Володіє одним з іноземних мов на рівні не нижче розмовного.

Вміє виявляти та реалізовувати ініціативу та підприємливість.

Вміє виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

Вміє працювати в колективі і команді, взаємодіяти з керівництвом, колегами та соціальними партнерами.

Вміє будувати міжособистісні співвідношення в колективі на основі взаєморозуміння, взаємоповаги та пошуку оптимальних шляхів досягнення мети.

Вміє ставити цілі, мотивувати діяльність учнів, організовувати і контролювати їх роботу з прийняттям на себе відповідальності за якість освітнього процесу.

Володіє засобами саморозвитку, самовдосконалення, підвищення кваліфікації та професійної майстерності.

Вміє зберігати і розвивати культурні традиції, знаходити та зберігати історичну та культурну спадщину, передавати ці знання наступним поколінням

Вміє спілкуватися та працювати з представниками різних країн, культур, політичних та релігійних поглядів.

Вміє бути критичним і самокритичним.

Вміє розробляти проекти та управляти їх реалізацією.

Вміє приймати рішення щодо профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги.

Володіє навичками здійснення безпечної діяльності

Вміє діяти на основі принципів етики, моралі, свідомого ставлення до гармонійних співвідношень у суспільстві.

Вміє реалізовувати моральні зобов'язання по відношенню до навколишнього середовища і навколишньої природи на основі системи життєвих цінностей, сформованої на гуманістичних ідеалах.

Вміє брати на себе відповідальність за результати професійної діяльності; вміє самостійно визначати завдання професійного і особистісного розвитку, займатися самоосвітою, усвідомлено планувати підвищення кваліфікації.

Вміє розробляти методики формування рухових умінь і навичок та розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення.

Вміє розробляти і застосовувати методики та технології для збереження та поліпшення здоров'я населення.

Вміє застосовувати та розробляти методики та технології для підвищення значущості професії фахівця з фізичного виховання серед населення.

Вміє оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.

Вміє проводити пошук, аналіз і оцінку інформації в галузі фізичного виховання і спорту; вміє вирішувати професійні завдання на сучасному рівні, вміє проявляти наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

Володіє навичками використання інформаційних і комунікаційних технологій.

Вміє оперувати інформацією щодо правових положень в галузі професійної діяльності.

Вміє застосовувати основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності.

Спеціальні (педагогічна, рекреаційна організаційно-управлінська, науково-дослідна діяльність)

Спроможний розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології.

Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

Володіє руховими уміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена.

Володіє руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту.

Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.

Вміє визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення занять з фізичної культури та спорту.

Здатний складати планувальну і звітну документацію, організовувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання.

Вміє практично використовувати документи державних і громадських органів управління у сфері фізичної культури.

Вміє розробляти оперативні плани роботи і забезпечувати їх реалізацію в первинних структурних підрозділах.

Вміє складати індивідуальні фінансові документи обліку та звітності у сфері фізичної культури, працювати з фінансово-господарською документацією.

Комунікація

Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідумом.

Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я;

Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками;

Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях);

Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва.

Автономія і відповідальність

Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію;

Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів;

Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту.

VI Форми атестації здобувачів вищої освіти

<p>Форми атестації здобувачів вищої освіти</p>	<p>Атестація здійснюється у вигляді: атестаційного екзамену (екзаменів) та/або єдиного державного кваліфікаційного іспиту за спеціальностями та у порядку, визначеному ВНЗ.</p> <p>Професійну кваліфікацію учителя може присвоювати уповноважений на це орган (за його наявності), за умови виконання випускником відповідного професійного стандарту.</p>
<p>Вимоги до кваліфікаційної роботи (за наявності)</p>	<p>Кваліфікаційна робота з теорії та методики навчання (за предметною спеціалізацією) та з організації освітнього процесу в середніх загальноосвітніх навчальних закладах і закладах позашкільної освіти може виконуватися здобувачем ступеня бакалавра та захищатися перед екзаменаційною комісією замість атестаційного екзамену (одного із екзаменів, за успішним складанням якого присвоюється професійна кваліфікація). Заміна атестаційного екзамену на кваліфікаційну роботу здійснюється, як виняток, за заявою здобувача в перші тижні останнього для нього року навчання (зважаючи на його попередні досягнення в науково-дослідницькій роботі), у порядку, встановленому Положенням про організацію освітнього процесу у ВНЗ.</p>
<p>Вимоги до атестаційного/єдиного державного кваліфікаційного екзамену (екзаменів) (за наявності)</p>	<p>Державний іспит використовується, якщо встановлення рівня сформованості певних умінь (якості вирішення окремих задач діяльності або рівня сформованості окремих здатностей) під час захисту кваліфікаційної роботи неможливе. У цьому випадку рівень сформованості умінь встановлюється опосередковано за допомогою наборів завдань, призначених для оцінювання рівня сформованості знань щодо орієнтувальних основ дій, які є адекватними діяльності вирішення проблемних ситуацій, що властиві майбутній соціальній і виробничій діяльності випускників університету.</p> <p>Кваліфікаційний екзамен – це підсумковий контроль рівня знань та умінь студента, які він повинен продемонструвати для підтвердження відповідності набутих ним компетентностей</p>

	нормативним вимогам. Кваліфікаційний екзамен проводиться після завершення навчання на певному рівні вищої освіти відповідно до навчального плану. Кваліфікаційний екзамен може проводитися як з окремої навчальної дисципліни так і з кількох навчальних дисциплін.
Вимоги до публічного захисту (демонстрації) (за наявності)	Кваліфікаційна робота оприлюднюється на сайті підрозділу ВНЗ (у відкритому доступі), після перевірки на плагіат. За результатом успішного захисту, здобувач може отримати від екзаменаційної комісії рекомендацію для вступу в магістратуру за науково-освітньою програмою.

VII Вимоги до наявності системи внутрішнього забезпечення якості вищої освіти¹

У ВНЗ повинна функціонувати система забезпечення вищим навчальним закладом якості освітньої діяльності та якості вищої освіти (система внутрішнього забезпечення якості), яка передбачає здійснення таких процедур і заходів:

- 1) визначення принципів та процедур забезпечення якості вищої освіти;
- 2) здійснення моніторингу та періодичного перегляду освітніх програм;
- 3) щорічне оцінювання здобувачів вищої освіти, науково-педагогічних і педагогічних працівників вищого навчального закладу та регулярне оприлюднення результатів таких оцінювань на офіційному веб-сайті вищого навчального закладу, на інформаційних стендах та в будь-який інший спосіб;
- 4) забезпечення підвищення кваліфікації педагогічних, наукових і науково-педагогічних працівників;
- 5) забезпечення наявності необхідних ресурсів для організації освітнього процесу, у тому числі самостійної роботи студентів, за кожною освітньою програмою;
- 6) забезпечення наявності інформаційних систем для ефективного управління освітнім процесом;
- 7) забезпечення публічності інформації про освітні програми, ступені вищої освіти та кваліфікації;
- 8) забезпечення ефективної системи запобігання та виявлення академічного плагіату у наукових працях працівників вищих навчальних закладів і здобувачів вищої освіти;
- 9) інших процедур і заходів.

¹ Цей текст є вичерпним за змістом відповідного розділу Стандарту, за винятком тих спеціальностей, для яких згідно з регуляторними актами уповноважених органів центральної виконавчої влади та/або згідно із зобов'язаннями України за міжнародними угодами встановлені додаткові вимоги.

Система забезпечення вищим навчальним закладом якості освітньої діяльності та якості вищої освіти (система внутрішнього забезпечення якості) за поданням ВНЗ оцінюється Національним агентством із забезпечення якості вищої освіти або акредитованими ним незалежними установами оцінювання та забезпечення якості вищої освіти на предмет її відповідності вимогам до системи забезпечення якості вищої освіти, що затверджуються Національним агентством із забезпечення якості вищої освіти, та міжнародним стандартам і рекомендаціям щодо забезпечення якості вищої освіти.

VIII Вимоги професійних стандартів (у разі їх наявності)

Професійний стандарт учителя на момент укладання стандарту вищої освіти зі спеціальності 014 Середня освіта відсутній.

При розробці даного проекту урахувалися напрацювання проекту TUNING (Education)

<http://www.unideusto.org/tuningeu/publications/269-reference-points-for-the-design-and-delivery-of-degree-programmes-in-education.html>

IX Перелік нормативних документів, на яких базується стандарт вищої освіти

- ДК 003-95 Державний класифікатор професій;
- ДК 009-96 Державний класифікатор видів економічної діяльності;
- ДСВО 01-98 Основні положення;
- ДСВО 02-98 Терміни та визначення;
- ДСВО 03-98 Освітній рівень «базова вища освіта»;
- ДСВО 04-98 Освітній рівень «повна вища освіта»;
- ДСВО 05-98 Освітньо-кваліфікаційний рівень «молодший спеціаліст»;
- ДСВО 06-98 Освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр»;
- ДСВО 07-98 Освітньо-кваліфікаційний рівень «спеціаліст»;
- ДСВО 08-98 Освітньо-кваліфікаційний рівень «магістр»;
- ГСВО МО Освітньо-кваліфікаційна характеристика;
- ГСВО МО Засоби діагностики рівня якості освітньо-професійної підготовки. Тести об'єктивного контролю рівня якості освітньо-професійної підготовки фахівця.
- ESG – http://ihed.org.ua/images/pdf/standards-and-guidelines_for_qa_in_the_ehea_2015.pdf.
- ISCED (МСКО) 2011 – <http://www.uis.unesco.org/education/documents/isced-2011-en.pdf>.
- ISCED-F (МСКО-Г) 2013 – <http://www.uis.unesco.org/Education/Documents/isced-fields-of-education-training-2013.pdf>.
- Закон «Про вищу освіту» - <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.

Продовж. додатка В

- Національний класифікатор України: «Класифікатор професій» ДК 003:2010.– Київ : Видавництво «Соцінформ», 2010.

- Національна рамка кваліфікацій –
<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1341-2011-п>.

- Перелік галузей знань і спеціальностей –
<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/266-2015-п>.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Цей стандарт є складовою частиною системи стандартів вищої освіти, в якій узагальнюються вимоги з боку держави, світового співтовариства та споживачів випускників до змісту освіти і навчання.

Стандарт віддзеркалює соціальне замовлення на фахівця, що розробляється у сферах праці та професійної підготовки з урахуванням аналізу професійної діяльності.

Стандарт встановлює галузеві кваліфікаційні вимоги до соціально-виробничої діяльності випускника вищого навчального закладу з певних спеціальностей та освітньо-кваліфікаційного рівня і державні вимоги до властивостей та якостей особи, яка здобула певний освітній рівень відповідного фахового спрямування.

Стандарт використовується при:

- визначенні первинних посад випускників вищих навчальних закладів та умов їх використання;
- визначенні об'єкту, цілей освітньої та професійної підготовки;
- розробці та корегуванні освітньо-професійної програми підготовки фахівців певних освітнього та освітньо-кваліфікаційного рівнів;
- розробці засобів діагностики рівня якості освітньо-професійної підготовки фахівця;
- визначенні змісту навчання як бази для опанування новими спеціальностями, кваліфікаціями;
- визначенні змісту навчання в системі перепідготовки та під-вищення кваліфікації;
- атестації випускників вищих навчальних закладів та сертифікації фахівців;
- укладанні договорів або контрактів щодо підготовки фахівців;
- професійній орієнтації здобувачів фаху;
- визначенні критеріїв професійного відбору;
- прогнозуванні потреби у фахівцях відповідної спеціальності та освітньо-кваліфікаційного рівня і при плануванні їх підготовки;
- обґрунтуванні переліків спеціальностей та спеціалізації вищої освіти;
- визначенні кваліфікації фахівців;
- розподіленні та аналізу використання випускників вищих навчальних закладів.

**Матриця відповідності визначених Стандартом компетентностей
дескрипторам НРК**

Класифікація компетентностей за НРК	Знання	Уміння	Комунікація	Автономія та відповідальність
Інтегральні компетентності				
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у галузі професійної діяльності в сфері фізичного виховання і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій та методів педагогіки, фізичного виховання і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю умов	Знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини,	Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідуумом; володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію
Загальні компетентності				
Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу	Володіє культурою мислення, здатний до узагальнення, аналізу, сприйняття інформації, постановці мети і вибору шляхів її досягнення	Вміє проводити дослідження на відповідному рівні. Вміє здійснювати пошук, обробку та аналізу інформації з різних джерел.	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідуумом	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію

Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях	Знає шляхи реалізації теоретичних знань в практиці роботи з представникам и різних груп населення	Вміє вчитися і оволодівати сучасними знаннями для їх подальшої реалізації в практиці.	Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність планувати та управляти часом	Знає основи планування роботи	Вміє розподіляти час для вирішення завдань професійного та особистісного характеру	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту
Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.	Знає зміст професійної діяльності в галузі фізичного виховання і спорту	Вміє довести значущість своєї професійної діяльності для суспільства	Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях)	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію

Здатність спілкуватися державною та іноземними мовами як усно, так і письмово	Знає правила побудови речень, правила орфографії, стилістики для грамотного викладення своїх думок в усній і письмовій формі	Вміє логічно вірно, аргументовано і ясно будувати усну та письмову мову	Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність генерувати нові ідеї (креативність)	Знає засоби розвитку креативності та шляхи впровадження в життя нових ідей	Вміє виявляти та реалізовувати ініціативу та підприємливість	Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію
Здатність приймати обґрунтовані рішення	Знає, як оцінювати ризики і приймати рішення в різних (стандартних і нестандартних) ситуаціях	Вміє виявляти, ставити та вирішувати проблеми	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів

Здатність працювати в команді	Готовий до кооперації з колегами, роботі в колективі	Вміє працювати в колективі і команді, взаємодіяти з керівництвом, колегами та соціальними партнерами	Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях)	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту
Володіння навичками міжособистісної взаємодії	Знає шляхи знаходження організаційно - управлінських рішень в нестандартних ситуаціях і готовий нести за них відповідальність ; вміє використовувати нормативні правові документи в своїй діяльності	Вміє будувати міжособистісні співвідношення в колективі на основі взаєморозуміння, взаємоповаги та пошуку оптимальних шляхів досягнення мети	Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію
Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети	Усвідомлює соціальну значимість професії в сфері фізичної культури, національні інтереси, цінність праці та служіння на благо Вітчизни, володіє високою мотивацією: до виконання професійної діяльності і підвищення свого культурного і професійного рівня	Вміє ставити цілі, мотивувати діяльність учнів, організовувати і контролювати їх роботу з прийняттям на себе відповідальності за якість освітнього процесу	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідумом	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів

Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності)	Прагне до постійного саморозвитку, самовдосконалення та підвищення своєї кваліфікації і майстерності	Володіє засобами саморозвитку, самовдосконалення, підвищення кваліфікації та професійної майстерності	Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту
Здатність до цінування та поваги різноманітності та мультикультурності	Шанобливо і дбайливо ставиться до історичної спадщини і культурних традицій, толерантно сприймає соціальні та культурні відмінності, здатний до діалогу з представниками інших культур і держав	Вміє зберігати і розвивати культурні традиції, знаходити та зберігати історичну та культурну спадщину, передавати ці знання наступним поколінням	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію
Здатність працювати в міжнародному контексті	Усвідомлює рушійні сили і закономірності історичного процесу; роль насильства і ненасильства в історії, місце людини в історичному процесі, політичної організації суспільства	Вміє спілкуватися та працювати з представниками різних країн, культур, політичних та релігійних поглядів	Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях)	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів

Здатність працювати автономно	Вміє критично оцінювати свої достоїнства і недоліки, намітити шляхи і вибрати засоби розвитку достоїнств і усунення недоліків	Вміє бути критичним і самокритичним	Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту
Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності	Знає принципи розвитку креативності та нестандартного мислення	Вміє розробляти проекти та управляти їх реалізацією	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідумом	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію
Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів)	Знає основні положення і методи соціальних, гуманітарних та економічних наук при вирішенні соціальних і професійних завдань	Вміє діяти на основі принципів етики, моралі, свідомого ставлення до гармонійних співвідношень у суспільстві	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту
Прагнення до збереження навколишнього середовища	Знає принципи гармонійного співвідношення з навколишнім середовищем для запобігання його руйнування Знає світоглядні, соціально і особистісно	Вміє реалізовувати моральні зобов'язання по відношенню до навколишнього середовища і навколишньої природи на основі системи	Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію

	значущі філософські проблеми процеси	життєвих цінностей, сформованої на гуманістичних ідеалах	професійних об'єднаннях)	
Здатність діяти соціально відповідально та свідомо	Знає закономірності здійснення професійної діяльності в умовах поновлення її цілей, змісту, зміни технологій	Вміє брати на себе відповідальність за результати професійної діяльності; вміє самостійно визначати завдання професійного і особистісного розвитку, займатися самоосвітою, усвідомлено планувати підвищення кваліфікації	Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності і спорту	Знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах спорту	Вміє розробляти методики формування рухових умінь і навичок та розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідуумом	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту
Здатність до підтримки загального рівня фізичної активності і здоров'я	Знає біологічні, соціальні, психологічні та ін. Фактори збереження здоров'я	Вміє розробляти і застосовувати методики та технології для збереження та поліпшення здоров'я населення	Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію

			культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	
Здатність розуміти сутність і соціальну значущість своєї професії, виявляти до неї стійкий інтерес	Знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні фактори, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту	Вміє застосовувати та розробляти методики та технології для підвищення значущості професії фахівця з фізичного виховання серед населення	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність організовувати власну діяльність, визначати методи вирішення професійних завдань, оцінювати їх ефективність і якість	Знає критерії оцінювання та забезпечення якості виконуваних робіт	Вміє оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт	Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях)	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту
Спеціальні (фахові) компетентності				
Здатність усвідомлювати витоки і еволюцію формування теорії фізичного виховання, медико-біологічні та психологічні основи і технологію розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей,	Усвідомлює витоки і еволюцію формування теорії спортивного тренування, медико-біологічні та психологічні основи і технологію тренування в обраному виді спорту, санітарно-гігієнічні основи	Спроможний розвивати педагогічну думку, методи педагогічного контролю і контролю якості навчання, актуальні дидактичні технології	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідуумом	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію

санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту	діяльності у сфері фізичної культури і спорт			
Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини	Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури Володіє актуальними для обраного виду спорту технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини	володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційним и технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини	Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурно-спортивної діяльності	Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в обраному виді спорту та в базових видах спорту Знає основні теоретичні положення в	Володіє руховими уміньми і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена; Володіє руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту

	галузі фізичної культури	руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту		
Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в різних закладах	Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчально-тренувального процесу в галузі фізичного виховання та спорту	Вміє розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів. вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів Вміє визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення занять з фізичної культури та спорту	Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях)	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію

		<p>Здатний скласти планувальну і звітну документацію, організувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання</p> <p>Вміє практично використовувати документи державних і громадських органів управління у сфері фізичної культури</p> <p>Вміє розробляти оперативні плани роботи і забезпечувати їх реалізацію в первинних структурних підрозділах</p> <p>Вміє скласти індивідуальні фінансові документи обліку та звітності у сфері фізичної культури, працювати з фінансово-господарською документацією</p>		
<p>Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей</p>	<p>Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами</p>	<p>Вміє приймати рішення щодо профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; Володіє навичками</p>	<p>Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства</p>	<p>Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на</p>

	захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих	здійснення безпечної діяльності	громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного, шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та вищої професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.	Знає закономірності побудови навчально-тренувального процесу з різних видів рухової активності та різних видів спорту здатний формувати усвідомлене використання засобів фізичної культури як фактора відновлення працездатності, забезпечення активного довголіття вміє реалізовувати програми оздоровчого тренування для різних контингентів займаються, що включають в себе технології управління масою тіла, питання харчування і	Вміє визначати цілі і завдання, планувати заходи і заняття Вміє проводити навчальні, секційні та позаурочні заходи і заняття. Вміє аналізувати навчальні, секційні та позаурочні заняття вміє проводити профілактику травматизму, надавати першу долікарську допомогу постраждалим в процесі занять здатний реалізовувати систему відбору та спортивної орієнтації в обраному виді спорту з використанням сучасних методик по визначенню антропометричних, фізичних і психологічних параметрів індивіда Вміє самостійно	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідуумом	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію
Здатність самостійно проводити заняття в секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму				

	регуляції психічного стану, враховуючи морфофункціональні, психологічні та вікові особливості людей з установкою на відновлення	проводити рекреаційну діяльність в установах різного типу з обліками особливостей учнів, а також гігієнічних і природно-середовищних факторів Вміє вибирати засоби і методи рекреаційної рухової діяльності для корекції стану займаються з урахуванням їх віку, статі, професійної діяльності і психофізіологічного стану на основі даних контролю фізичних здібностей і функціонального стану учнів. Здатний забезпечувати техніку безпеки при проведенні занять		
Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність, толерантність	Знає основні закономірності формування та розвитку інтересу до рухової активності, знає можливості застосування інформаційних та комунікативних технологій для формування і розвитку	Вміє мотивувати учнів, батьків (осіб, які їх замінюють) до участі в фізкультурно-спортивної діяльності. Спроможний формувати мотивації у дітей і молоді до занять обраним	Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів

	мотивації до занять фізичною культурою і спортом	видом спорту, виховувати в учнів моральні принципи чесної спортивної конкуренції здатний формувати особистість займаються в процесі рекреативних форм занять, долучати займаються до загальнолюдських цінностей здатний зацікавлювати населення, використовуючи комунікативні та організаторські здібності, для участі в рекреаційній діяльності	культури і факторі забезпечення здоров'я	
Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки	Знає, як систематизувати і оцінювати педагогічний досвід і освітні технології в галузі фізичної культури на основі вивчення фахової літератури, самоаналізу і аналізу діяльності інших педагогів	Вміє розробляти методики та технології для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту

Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей	Знає методи педагогічного, медико-біологічного контролю за рівнем функціонального стану, фізично (рухової) підготовленості	Вміє здійснювати педагогічний контроль, оцінювати процес і результати навчання	Організовує співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях)	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію
Здатність до якісного оформлення педагогічних розробок в галузі фізичного виховання і спорту	Знає сучасні інформаційні технології для якісного оформлення результатів педагогічних розробок в галузі фізичного виховання і спорту	Вміє оформляти педагогічні розробки у вигляді звітів, рефератів, виступів.	Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності діалогу і співробітництва	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність до евристичної діяльності, що відображується в здатності до наукового пошуку в галузі фізичного виховання і спорту	Знає сучасні напрямки науково-дослідної роботи в галузі фізичного виховання і спорту. Знає, як використовувати накопичені в галузі фізичної культури і спорту духовні цінності, отримані знання про особливості особистості займаються для	Вміє проводити дослідницьку та проектну діяльність в галузі фізичного виховання. Здатний виявляти актуальні питання в сфері фізичної культури і спорту. Вміє проводити наукові дослідження з визначення ефективності різних сторін	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідуумом	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанням всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту

	<p>виховання патріотизму, профілактики девіантної поведінки, формування здорового способу життя, потреби в регулярних заняттях</p>	<p>діяльності в сфері фізичної культури і спорту з використанням апробованих методик Володіє методами обробки результатів досліджень з використанням методів математичної статистики, інформаційних технологій, здатний формулювати і представляти узагальнення і висновки</p> <p>Здатний проводити науковий аналіз результатів досліджень і використовувати їх в практичній діяльності культурно-просвітницька діяльність</p> <p>Володіє методами і засобами збору, узагальнення та використання інформації про досягнення фізичної культури і спорту, прийомами агітаційно-пропагандистської роботи по залученню населення до занять спортивно-рекреаційною діяльністю</p>		
--	--	--	--	--

Продовж. додатка В

Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку	Знає шляхи здійснення пошуку, аналізу і оцінки інформації для вирішення професійних завдань на високому сучасному рівні	Вміє проводити пошук, аналіз і оцінку інформації в галузі фізичного виховання і спорту; вміє вирішувати професійні завдання на сучасному рівні, вміє проявляти наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків	Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності діалогу і співробітництва	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію
Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології для вдосконалення професійної діяльності	Знає, як працювати з інформацією в глобальних комп'ютерних мережах, використовувати традиційні і інноваційні засоби комунікації в професійній області державною мовою	Володіє навичками використання інформаційних і комунікаційних технологій	Володіє прийомами спілкування і вміє використовувати їх при роботі з колективом займаються і кожним індивідумом	Здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів
Здатність будувати професійну діяльність з дотриманням правових норм	Усвідомлює свої права і обов'язки як громадянина своєї країни, знає закони своєї країни	Вміє оперувати інформацією щодо правових положень в галузі професійної діяльності	Володіє прийомами формування через засоби масової інформації, інформаційні та рекламні агентства громадської думки про фізичну культуру як частини загальної культури і факторі забезпечення здоров'я	Здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту

Здатність застосовувати основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності	Знає основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності	Вміє застосовувати основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності	Здатний з дотриманням етичних норм формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками	Здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набуту під час навчання кваліфікацію
---	--	--	--	--

Додаток Г

**Програма розвитку ціннісного ставлення до культури здоров'я у
майбутніх учителів фізичної культури під час професійної підготовки**

[розроблено автором]

Назва етапу і мета	Стадії	Практичні дії
<i>Діагностичний:</i> <u>мета</u> – вивчення початкового відношення до культури здоров'я як цінності	Підготовча	Розробка анкет, опитувальників для з'ясування реального стану відношення до культури здоров'я
	Основна	Організація та проведення діагностичного дослідження
	Заключна	Обробка та узагальнення отриманих результатів
<i>Змістовий:</i> <u>мета</u> – дослідження індивідуальних характеристик майбутніх учителів фізичної культури на різних етапах професійної підготовки (молодший бакалавр, бакалавр, магістр)	Підготовча	Вибір найбільш ефективних індивідуальних характеристик, що мають вплив на розвиток ціннісного ставлення до культури здоров'я і методик для їх вивчення; вибір центральної детермінанти ставлення до культури здоров'я
	Основна	Організація та проведення практичної діяльності
	Заключна	Обробка отриманих даних; статистична обробка даних про специфіку індивідуальних характеристик студентів факультетів фізичного виховання, узагальнення інформації
	Зворотній зв'язок	Розробка узагальнених індивідуальних характеристик щодо ціннісного ставлення до культури здоров'я
<i>Практичний:</i> <u>мета</u> – формування ціннісного ставлення до культури здоров'я в ході неперервної професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури	Підготовча	Формулювання цілей; розробка творчих мотиваційних завдань і змісту занять; розробка тематичного планування процесу розвитку ціннісного ставлення до культури здоров'я на основі вдосконалення мотиваційної сфери
	Основна	Організація та проведення розроблених заходів та реалізація практичних мотиваційних завдань згідно плану
	Заключна	Обробка і аналіз результатів виконання творчих завдань на вдосконалення мотиваційної сфери

Перший етап – *діагностичний* передбачає вивчення особливостей вихідного (початкового) стану розуміння студентами культури здоров'я як ціннісної характеристики. У цьому контексті були проведені опитування, анкетування, які дозволили встановити початкове відношення до культури здоров'я як цінності у майбутніх учителів фізичної культури.

Другий етап – *змістовий* дозволив проаналізувати систему індивідуальних характеристик, що впливають на ефективність процесу розвитку ціннісного ставлення до культури здоров'я на різних етапах професійної підготовки (молодший бакалавр, бакалавр, магістр). З практичної точки зору було здійснено вибір найбільш ефективних індивідуальних характеристик, що мають вплив на розвиток ціннісного ставлення до культури здоров'я і методик для їх вивчення. Під час цього етапу значна увага була приділена вибору центральної детермінанти ставлення до культури здоров'я, а також на основі зворотнього зв'язку було розроблено узагальнені підходи до змісту індивідуальних характеристик щодо ціннісного ставлення до культури здоров'я.

Третій етап – *практичний* був безпосередньо спрямований на практичну діяльність по формуванню ціннісного ставлення до культури здоров'я в ході неперервної професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. Нами було чітко сформульовані цілі такої практичної роботи, розроблено творчі мотиваційні завдання із навчальних дисциплін («Вступ до спеціальності», «Спортивно-педагогічне удосконалення», «Теорія і методика фізичного виховання», «Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя») та у магістратурі («Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні, «Основи оздоровчого харчування», «Методика спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи», авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я»), а також здійснено розробку тематичного планування процесу розвитку ціннісного ставлення до культури здоров'я на основі вдосконалення мотиваційної сфери.

1.10.	Біохімія	5			90	3	13	26			51				3						
1.11.	Медико-біологічні основи фізичної культури	7			90	3	22		22		48					4					
1.12.	Вступ до спеціальності		1		90	3	16			14	60	2									
1.13.	Управління у сфері фізичної культури		5		90	3	13			26	51				3						
1.14.	Методика соціально-виховної роботи в сучасних умовах		5		90	3	14			12	64				2						
Вибіркові навчальні дисципліни					600	11	20	40		162	24	4	370	4	4	4	2	2			
1.15.	Професійна іноземна мова /																				
	Англійська мова		4		90	3				28	62			2							
1.16.	Економіка фізичної культури/																				
	Маркетинг у фізичній культурі		6		90	3	14			14	62					2					
1.17.	Політологія /																				
	Соціологія / Пенітенціарство		7		90	3	12			10	4	64					2				
1.18.	Відновлювальні засоби у ФК /																				
	Громадське здоров'я та медицина порятунку		4		90	3	14		14		62			2							
1.19.	Спортивно-педагогічне удосконалення (за видами спорту)		2		240	8			120		120	4	4								
Цикл професійної підготовки					4710	87	157	787		800	301	12	2810	8	13	17	18	17	23	18	25
Обов'язкові навчальні дисципліни					3270		109	600		538	167	6	1959	8	13	11	14	10	19	7	12
2.1.	Гімнастика з методикою викладання	2	1		240	8	30		60		150	3	3								
2.2.	Педагогіка з основами педмайстерності	3			150	5	30			30	90			4							
2.3.	Психологія	2			150	5	30			30	90		4								
2.4.	Спортивні ігри з методикою викладання (комплексний іспит)	5	1,2,3,4,5		480	16	72		144		284	3	3	3	3	3					
2.5.	Рухливі ігри з методикою викладання		1		90	3	8		22		60	2									
2.6.	Ритміка та хореографія з методикою викладання		2		90	3	15		30		45		3								
2.7.	Легка атлетика з методикою викладання	4	3		180	6	30		42		108			2	3						
2.8.	Плавання з методикою викладання	6			90	3	14		28		48						3				
2.9.	Теорія і методика фізичного виховання школярів. Оснайд практика	4,5			270	9	54		28	28	162			4	4						
2.10.	Теорія і методика фізичного вих-ня різних груп наоця. Курсова робота	6		6	180	6	28			28	124						4				
2.11.	Основи медичних знань		6		90	3	14		14		62						2				
2.12.	Туризм та спортивне орієнтування з методикою викладання, Туристич. по	4			150	5	28		28		94			4							
2.13.	Основи НДР у фізичній культурі	5			120	4	26		13		81					3					
2.14.	Фітнес з методикою викладання	3			90	3	14		16		60		2								
2.15.	Зимові види спорту з методикою викладання. Лижний збір	6			120	4	28		14	6	72						3				
2.16.	Біомеханіка		6		90	3	28		14		48						3				
2.17.	Фізкультурно-спортивні споруди і обладнання		7		90	3	22			11	57							3			
2.18.	Методика пров-ня занять фізичної культури у спеціальних мед. групах	7			90	3	22		22		48							4			
2.19.	Теорія і методика спортивних тренувань		8		90	3	26		13		51								3		
2.20.	Основи масажу та самомасажу		8		90	3	13		26		51								3		
2.21.	Організація і проведення спортивно-масових заходів в закладах освіти	8			120	4	26		26		68								4		
2.22.	Історія фізичної культури	6			120	4	28			28	64					4					
2.23.	Теорія та практика олімпійської освіти		8		90	3	14			12	64								2		

5	Вибіркові навчальні дисципліни				1440	48	187	262	134	6	851	6	4	7	4	11	13		
6	2.24. Методика викладання спортивних единоборств /																		
7	Спортивна боротьба з методикою викладання	3			90	3	16	14			60	2							
8	2.25. Професійно-педагогічна комунікація вчителя ФК/																		
9	Етика спілкування у педагогічному процесі	5			90	3	13		26		51			3					
0	2.26. Спортивно-педагогічне удосконалення (за видами спорту)	4,6			480	16		224			258	4	4	4	4				
1	2.27. Військова підготовка*				870*	29*		435*			435*								
2	Спеціалізація "Методика викладання предмету "Основи здоров'я"																		
3	2.28. Оздоровчі види рухової діяльності	8			90	3	26	13			51						3		
4	2.29. Діагностика і моніторинг стану здоров'я школярів	7			90	3	22	11			57						3		
5	2.30. Адаптивна фізична культура	7			90	3	22		22		46						4		
6	2.31. Методика викладання предмету "Основи здоров'я" Курсова робота	8		8	180	6	26		26	6	122						4		
7	2.32. Спортивно-оздоровча робота в таборах відпочинку	8			90	3	14		12		64						2		
8	2.33. Основи здорового способу життя	8			120	4	26		26		68						4		
9	2.34. Загальна теорія здоров'я	7			120	4	22		22		76						4		
0	Спеціалізація "Методика викладання предмету "Захист Вітчизни""																		
1	2.35. Вогнева та військово-технічна підготовка	8*			90*	3*	26*	13*			51*						3*		
2	2.36. Тактична підготовка з основами військової топографії	7*			90*	3*	22*	11*			57*						3*		
3	2.37. Загально-військова підготовка	7*			90*	3*	22*	11*			57*						3*		
4	2.38. Методика викладання предмету "Захист Вітчизни" Курсова робота	8*		8*	180*	6*	26*	26*	6*		124*						4*		
5	2.39. Основи самооборони з методикою викладання	8*			90*	3*	8*	18*			64*						2*		
6	2.40. Військово-прикладна фізична підготовка	8*	7*		240*	8*		96*			144*						4* 4*		
3	Загальна кількість				7200	240	1050	70	1198	406	26	4090							
4	Кількість годин на тиждень											25	24	25	25	25	24	25	
5	Кількість екзаменів				31							3	3	5	4	4	4	4	
6	Кількість заліків				31							4	5	3	4	4	4	3	4
7	Кількість курсових проектів																		
8	Кількість курсових робіт				2											1	1		
9	Кількість дисциплін, практик, курсових робіт				71							9	8	9	10	9	9	8	9
0																			
1																			
2																			
3	Гарант освітньої програми	/	Палагнюк Т.В.	/				Декан	/	Зорій Я.Б.	/								
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9	Погоджено																		
0																			
1	Начальник навчального відділу	/	Гарабазів Я.Д.	/															
2																			

Страница 2

21	Дисципліни за вибором				780	14,4	26	100	38	69	5/3							
3	V.01.	Сучасні інформаційні технології у фізичній культурі / Організаційно-правові основи ФК	10		90	3	7		14		69							
4	V.02.	Сучасні методи діагностики здоров'я / Рекреційний туризм	10		90	3	7		14		69							
5	V.03.	Моніторинг фізичної підготовки школярів / Рекреційні ресурси регіонів України	10		90	3	14		7		69							
6	V.04.	Сучасні фіз.-озд. технології у ФВ / Фізіологічні основи кондиційного фітнес-тренування	11		120	4	12		24		84							
7	V.05.	Мед.-біологічні основи ФК / Псих.-пед. технології підвищення працезд. у ФВ	11		90	3	12		12		66							
8	V.06.	Основи оздоровчого харчування / Основи сучасної дієтології	11		90	3	12		12		66							
9	V.07.	Методика фізкультурно-оздоровчої роботи / Організація туристичних заходів та змагань	11		120	4	24		12		84							
0	V.08.	Спецкурс / Лекторська майстерність	11		90	3	12		12		66							
1																		
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
7	Загальна кількість				2700	90	293		119	152	12	1464						
8	Кількість годин на тиждень																	
9	Кількість екзаменів				10													
0	Кількість заповідей				10													
1	Кількість курсових проєктів																	
2	Кількість курсових робіт																	
3	Кількість дисциплін, практик, курсових робіт				21													
4																		
5																		
6																		
7	Голова методкомісії з напрямку підготовки		/	О.М. Киселиця		/			Декан	/	Я.Б. Зорій		/					
8																		
9																		
0																		
1																		
2																		
3																		
4																		
5	Погоджено																	
6																		
7	Начальник навчального відділу		/	І.В. Марценяк		/												
8																		
9																		

Додаток Е

**Програми навчальних дисциплін професійної та практичної підготовки,
розроблені на засадах міждисциплінарної інтеграції знань**

Програма навчальної дисципліни «Загальна теорія здоров'я»

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань <u>0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»</u> (шифр і назва)	Нормативна	
	Напрямок підготовки <u>6.010203 «Здоров'я людини»</u> (шифр і назва)		
Модулів – 2		Рік підготовки:	
Змістових модулів – 9		4-й	–
Індивідуальне науково-дослідне завдання (ІНДЗ): <u>проект, аналіз підручників, пошуково-аналітична робота, мультимедійна презентація, портфоліо</u> (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин – 144		7-й	–
Тижневих годин для денної форми навчання: 3 ; аудиторних – 51 ; самостійної роботи студента – 93	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	Лекції	
		17 год.	–
		Семінарські	
		34 год.	–
		Лабораторні	
		–	–
		Самостійна робота	
		93 год.	–
Індивідуальні завдання: –			
Вид контролю: екзамен			

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи для денної форми навчання становить: **35%**.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: виховання в студентів свідомого ставлення до власного здоров'я як найвищої соціальної цінності, формування основ здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я, оволодіння навичками безпечної для особистого здоров'я та здоров'я оточуючих поведінки.

Завдання:

- формування у студентів уявлень і понять про здоров'я людини та його ознаки, мотивації щодо дбайливого ставлення до власного здоров'я;
- забезпечення студентам знань, умінь та навичок особистої гігієни та профілактика травматизму під час навчальних занять, навчальної праці і відпочинку;
- формування в студентів основ здорового способу життя;
- навчання студентів дотримання визначених програмою правил поведінки при ознаках захворювання;
- ознайомлення студентів з впливом режиму дня, раціонального харчування, рухової активності та загартовування організму на здоров'я людини;
- забезпечення студентів знаннями, уміннями, навичками безпеки життєдіяльності у навчальному закладі, вдома, на вулиці та під час відпочинку;
- виховання позитивних якостей особистості (співчуття, доброзичливості, охайності, дисциплінованості, обережності, уважності, спостережливості та ін.);
- здійснення корекції порушень розумового та фізичного розвитку.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- основні поняття здоров'я;
- чинники, що формують здоров'я і складові здорового способу життя;
- чинники негативного впливу на здоров'я людини;
- основні причини зростання психосоматичних та інфекційних захворювань, заходи їх профілактики;
- показники здоров'я, захворюваності в Україні, світі;
- принципові підходи, способи оцінки здоров'я людини;
- значення, оздоровчий вплив на організм людини природних та соціальних факторів;
- оздоровчий вплив рухової активності, загартовування на здоров'я людини; негативний вплив гіподинамії.

уміти:

- володіти методами оцінювання стану фізичного здоров'я людини;
- оформляти паспорт здоров'я;
- приймати рішення;
- виконувати вправи з метою оздоровлення.

2. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. ПОНЯТТЯ ПРО ЗДОРОВ'Я ТА МЕТОДИ ЙОГО ВИВЧЕННЯ

Змістовий модуль 1. Методологічні основи курсу «Загальна теорія здоров'я»/

Тема 1. Методика викладання курсу «Загальна теорія здоров'я» як педагогічна наука та її місце в системі підготовки студентів.

1. Зміст і завдання дисципліни «Загальна теорія здоров'я».
2. Поняття і визначення здоров'я. Культура здоров'я.
3. Здоров'я дітей та підлітків – основа здоров'я нації.
4. Сучасний стан здоров'я дітей та підлітків в Україні.

Тема 2. Історія розвитку вчення про здоров'я

1. Різноманітність уявлень про сутність здоров'я.
2. Визначення здоров'я ВООЗ.
3. Біологічна еволюція, життєздатність і здоров'я.
4. Діагностика здоров'я і формування науки «валеологія».

Тема 3. Поняття про здоров'я, хворобу та донозологічний стан

1. Валеологія як комплексна дисципліна про здоров'я людини.
2. Предмет, завдання та методи валеології.
3. Місце валеології серед наук.
4. Галузі валеології (педагогічна валеологія, практична валеологія, екологічна валеологія тощо).
5. Критерії здоров'я. Здоров'я і хвороба. Донозологічний, або пограничний стан між здоров'ям і хворобою

6. Основні чинники, що впливають на здоров'я.

Тема 4. Валеологія – наука про індивідуальне здоров'я людини

1. Значення валеології для формування свідомої мотивації людини до здорового способу життя, підвищення здоров'я населення і збереження генофонду нації.
2. Здоров'я як практична і культурологічна проблема.
3. Здоров'я як наукова проблема. Поняття про здоровий спосіб життя.
4. Роль педагога у формуванні здорового способу життя як важливої умови формування, збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді.
5. Здоров'я населення і здоров'я індивідуума.

Змістовий модуль 2. Визначення рівня фізичного стану здоров'я

Тема 1. Функціональна діагностика рівня фізичного стану здоров'я у валеології

1. Показники рівня зросту дітей шкільного віку.
2. Показники окружності грудної клітки і голови у дітей шкільного віку.

Тема 2. Методи визначення рівня фізичного стану здоров'я

1. Загальні характеристики фізичного здоров'я дітей.
2. Фізичний розвиток дітей раннього і дошкільного віку.
3. Методи вивчення рівня фізичного здоров'я дітей.

4. Оцінка стану фізичного здоров'я дітей.

Тема 3. Оздоровче тренування дітей і підлітків як шлях формування і зміцнення фізичного здоров'я

1. Оздоровче тренування дітей і підлітків як шлях формування і зміцнення фізичного здоров'я.

2. Оздоровче тренування дітей і підлітків, його особливості і умови проведення.

3. Фізична активність і оздоровче тренування дітей молодшого шкільного віку.

4. Умови збільшення функціональних резервів дітей середнього і старшого шкільного віку шляхом фізичних занять.

Тема 4. Методика вивчення рівня психічного стану здоров'я

1. Поняття про психічне здоров'я дітей.

2. Методи вивчення психічного здоров'я дітей.

3. Оцінка стану психічного здоров'я дітей.

Змістовий модуль 3. Основи здоров'я та здорового способу життя

Тема 1. Вплив харчування на здоров'я людини

1. Режим харчування і його значення для збереження і укріплення здоров'я.

2. Значення білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, мікроелементів, води у харчуванні.

Тема 2. Фізіологічні основи та методи загартовування дітей з різним рівнем соматичного здоров'я

1. Поняття про терморегуляцію.

2. Принципи проведення процедур, що загартовують.

3. Основні методи загартовування.

4. Врахування індивідуальних особливостей і стану здоров'я дитини при застосовуванні різних методів загартовування.

Тема 3. Індивідуальні особливості людини

1. Генотипічні аспекти.

2. Статеві аспекти.

3. Вікові аспекти.

Тема 4. Здоров'язберігаючі технології навчання

1. Причини порушення здоров'я дітей та його вплив на навчання.

2. Здоров'я як головний фактор, що впливає на навчання і успішність дітей.

3. Роль педагога в обиранні дітьми здорового способу життя.

Тема 5. Здоров'я дитини та шляхи його формування, збереження і зміцнення

1. Здоров'я дитини як індивідуальна і суспільна проблема. Підготовка дівчаток до материнства.

2. Генетичні аспекти здоров'я. Медико-генетичне консультування. Спадкова зумовленість фізичного здоров'я людини.

3. Здоров'я дитини як світова проблема, шляхи її вирішення

Продовж. додатка Е

4. Наслідки дитячих інфекційних захворювань та їх профілактика.

5. Характер інфекційних захворювань сучасної людини. Основні інфекційні хвороби, якими хворіють діти: а) інфекції дихальних шляхів: інфекції які впливають на центральну нервову систему: інфекції, які впливають на слух, інфекції, які впливають на зір.

Тема 6. Тема. Проблема харчування в минулому і в нинішній час.

Стан харчування населення України та шляхи його поліпшення

1. Проблема харчування в минулому і в нинішній час.
2. Проблема харчування в минулому.
3. Шлях до здоров'я через правильне харчування в наші дні.
4. Клімат і харчування.
5. Стан харчування населення України та шляхи його поліпшення.
6. Характеристика стану харчування жителів України. Політика українського уряду в галузі харчування.
7. Основи раціонального харчування.

Змістовий модуль 4. Рухова активність і здоров'я людини

Тема 1. Передумови рухової активності людини

1. Еволюційні передумови рухової активності
2. Методологічні передумови фізичної культури
3. Фізіологічні основи фізичної культури
4. Рухові навички і рухові якості

Тема 2. Вплив рухової активності на здоров'я дитини

1. Рухова активність і здоров'я.
2. Руховий режим для дітей молодшого шкільного віку, його критерії.
3. Рухові ігри.

Тема 3. Рухова активність як профілактика розвитку гіподинамії

1. Можливі ускладнення у дітей дошкільного віку при гіподинамії (атрофія мускулатури, сколіоз, плоскостопість, інші).
2. Роль педагога у запобіганні виникненню гіподинамії у дітей.

Тема 4. Організація, зміст і методика фізичного тренування в здоровотворчій роботі

1. Загальні ефекти фізичного тренування.
2. Принципи фізичного тренування.
3. Облік поточного стану організму в організації оздоровчої фізкультури.

Тема 5. Місце рухової активності в життєдіяльності людини

1. Вікові особливості рухової активності.
2. Місце фізичної культури в підтримці і зміцненні рівня здоров'я дорослих.
3. Еволюційні передумови рухової активності.

Модуль 2. ОСНОВИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я І ПОПЕРЕДЖЕННЯ РІЗНИХ ФОРМ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

Змістовий модуль 1. Основи психічного здоров'я

Тема 1. Основи психовалеології

1. Психологія здоров'я, психовалеологія.
2. Основні категорії психовалеології.
3. Види уроджених захворювань нервової системи. Причини розвитку.

Тема 2. Причини та ознаки уроджених хвороб

1. Уроджена розумова відсталість: олігофренія, дебiлізм, ідеотизм.
2. Хвороба дауна, шизофренія.
3. Епілепсія: причини, ознаки.

Тема 3. Взаємовплив біологічного і соціального в психічному розвитку індивіда

1. Загальна характеристика здоров'я людини (визначення): ВООЗ, медична енциклопедія, провідні валеологи України, Росії.
2. Здоров'я як цілісний, динамічний, багаторівневий стан.
3. Генетичний (біологічний) фактор здоров'я: роль генотипу і фенотипічної мінливості в формуванні показників здоров'я.
4. Навколишнє середовище і здоров'я.
5. Медико-фізіологічні і психологічні аспекти здоров'я.
6. Психофізіологія дітей молодшого шкільного віку: увага, потреби, емоції, мовлення та мислення.

Тема 4. Фактори ризику психічних захворювань в епоху НТР

1. Вплив антропогенних факторів на психічне здоров'я дітей.
2. Урбанізація. 3. Інформаційні перевантаження.

Тема 5. Особливості фізіології ВНД і психіки дітей на різних стадіях онтогенезу

1. Типи ВНД за І. П. Павловим. 2. Дошкільний період: підготовка до школи – читання, письмо, малювання та інше. 3. Особливості психофізіології дитини молодшого шкільного віку.

Змістовий модуль 2. Дитячі хвороби

Тема 1. Дидактогенні хвороби як результат перевантаження школярів

1. Причини розвитку дидактогенної хвороби у дітей.
2. Поняття про втому та перевтому.
3. Поняття про дитячі неврози: причини, види, прояви.
4. Шкільний стрес як один з основних факторів зниження рівня здоров'я учнів.
5. Профілактика дитячих неврозів

Тема 2. Психічне здоров'я індивіда як складова досконалого здоров'я

1. Психічне здоров'я – шлях до щастя і довголіття.
2. Нервова система як матеріальна основа психіки людини.
3. Психоемоційні перевантаження, фактори їх виникнення.

4. Стрес як неспецифічний адаптаційний процес. Індивідуальні відмінності реагування людей на стрес.

Тема 3. Саморегуляція діяльності як фактор організації здорового способу життя

1. Саморегуляція: визначення і сутність.
2. Структура та аспекти саморегуляції діяльності.

Тема 4. Поняття про стрес

1. Поняття про стрес.
2. Види та характеристика стресу.
3. Вплив стресів на здоров'я дітей.

Тема 5. Поняття про дистрес

1. Поняття про дистрес.
2. Види та характеристика дистресу у дітей.

Змістовий модуль 3. Наркотична залежність і токсикоманія та превентивні методи попередження шкідливих звичок

Тема 1. Фізіологія наркотичної залежності і токсикоманії, превентивні методи попередження наркоманії, алкоголізму, токсикоманії та тютюнопаління

1. Шляхи прилучення дітей до алкоголізму, тютюнопаління, наркоманії, токсикоманії. 2. Вплив на організм дитини алкоголізму, тютюнопаління, наркоманії, токсикоманії.

Тема 2. Роль сім'ї та педагогів-вихователів у попередженні шкідливих звичок у дітей

1. Роль сім'ї у попередженні тютюнопаління, алкоголю, наркоманії і токсикоманії у дітей. 2. Роль педагогів-вихователів у попередженні тютюнопаління, алкоголізму, наркоманії і токсикоманії у дітей.

Тема 3. Причини виникнення відхилень у поведінці школярів

1. Причини виникнення відхилень поведінки. 2. Поняття девіантної поведінки.

Тема 4. Методики попередження різних видів девіантної поведінки у школярів

1. Методи виявлення шкідливих звичок у школярів молодшого шкільного віку.

2. Соціальні, психологічні і фізичні причини розвитку девіантної поведінки.

3. Девіантна поведінка як соціальна проблема.

Змістовий модуль 4. Складові здоров'я

Тема 1. Екологічні аспекти здоров'я і хвороби людини

1. Характер впливу чинників навколишнього середовища на здоров'я людини.

2. Генетичні наслідки забруднення навколишнього середовища.

3. Онкологічні захворювання та їх зв'язок з екологічними особливостями середовища проживання.

4. Профілактика онкозахворювань.

5. Радіаційне забруднення навколишнього середовища та його вплив на здоров'я людини.

6. Народні засоби профілактики і подолання променевої хвороби.

Тема 2. Зумовленість стану здоров'я дітей та дорослих географічними та кліматичними умовами України

1. Сучасна еколого-географічна ситуація в Україні.

2. Вплив клімато-географічних умов на здоров'я людини.

3. Вплив техногенних факторів на здоров'я населення.

Тема 3. Сучасні теорії харчування. Народні традиції харчування.

1. Короткий огляд найпопулярніших оздоровчих дієт.

2. Сучасні уявлення про раціональне поєднання продуктів у харчуванні.

3. Деякі рекомендації дієтологів щодо вживання пророслої пшениці.

4. Народні традиції харчування. Господарська основа харчування українців.

5. Традиційні страви української кухні.

6. Вплив християнства на становлення національних традицій харчування українців.

Тема 4. Алергія, її причини, клініка і профілактика

1. Поняття алергія та її клінічні прояви.

2. Алергени: їх класифікація і роль у виникненні алергічних реакцій.

3. Поширення алергічних хвороб і їх профілактика.

Тема 5. Антропічне забруднення навколишнього середовища

1. Характер забруднення навколишнього середовища.

2. Основні джерела антропічного забруднення та методи їх визначення.

3. Кислотні дощі та їх вплив на здоров'я людини.

4. Негативний вплив на здоров'я людини антропічних порушень біосфери Землі.

Змістовий модуль 5. Роль духовності у формуванні здоров'я людини

Тема 1. Духовні основи здоров'я

1. Поняття «духовного». Особливості світогляду людини як валеологічна проблема.

2. Духовні закони і здоров'я людини.

Тема 2. Сім'я як фактор формування духовного здоров'я дитини

Тема 3. Самопізнання – складова частина духовного здоров'я особистості

1. Методика самопізнання. 2. Самоспостереження. 3. Самокритика. 4. Самоаналіз. 5. Самооцінка.

Тема 4. Рекомендації до самопізнання

Тема 5. Взаємозалежність між духовним життям і фізичним здоров'ям людини

1. Історична еволюція концепції здоров'я. 2. Розвиток самосвідомості людини і здоровий спосіб життя.

3. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	денна форма			
	усього	у тому числі		
лк		сз	с.р.	
1	2	3	4	5
МОДУЛЬ 1. ПОНЯТТЯ ПРО ЗДОРОВ'Я ТА МЕТОДИ ЙОГО ВИВЧЕННЯ				
Змістовий модуль 1. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ КУРСУ «ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ЗДОРОВ'Я»				
Тема 1. Методика викладання курсу «Загальна теорія здоров'я» як педагогічна наука та її місце в системі підготовки студентів	2	2		
Тема 2. Історія розвитку вчення про здоров'я	2		2	
Тема 3. Поняття про здоров'я, хворобу та донозологічний стан	2		2	
Тема 4. Валеологія – наука про індивідуальне здоров'я людини	9			9
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>	15	2	4	9
Змістовий модуль 2. ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ЗДОРОВ'Я				
Тема 1. Функціональна діагностика рівня фізичного стану здоров'я у валеології	2		2	
Тема 2. Методи визначення рівня фізичного стану здоров'я	2	2		
Тема 3. Оздоровче тренування дітей і підлітків як шлях формування і зміцнення фізичного здоров'я	2		2	
Тема 4. Методика вивчення рівня психічного стану здоров'я	11			11
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>	17	2	4	11
Змістовий модуль 3. ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ				
Тема 1. Вплив харчування на здоров'я людини.	2	2		
Тема 2. Фізіологічні основи та методи загартовування дітей з різним рівнем соматичного здоров'я	2		2	
Тема 3. Індивідуальні особливості людини	2		2	
Тема 4. Здоров'язберігаючі технології навчання	4			4
Тема 5. Здоров'я дитини та шляхи його формування, збереження і зміцнення	4			4
Тема 6. Проблема харчування в минулому і в нинішній час. Стан харчування населення України та шляхи його поліпшення	2			2
<i>Разом за змістовим модулем 3</i>	16	2	4	10
Змістовий модуль 4. РУХОВА АКТИВНІСТЬ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ				
Тема 1. Передумови рухової активності людини	2			
Тема 2. Вплив рухової активності на здоров'я дитини	2		2	
Тема 3. Рухова активність як профілактика розвитку гіподинамії	2		2	
Тема 4. Організація, зміст і методика фізичного тренування в здоровотворчій роботі	6			6
Тема 5. Місце рухової активності в життєдіяльності людини	4			4
<i>Разом за змістовим модулем 4</i>	16	2	4	10
Усього годин	64	8	16	40
МОДУЛЬ 2. ОСНОВИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я І ПОПЕРЕДЖЕННЯ РІЗНИХ ФОРМ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ				
Змістовий модуль 1. ОСНОВИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я				
Тема 1. Основи психовалеології	2	2		
Тема 2. Причини та ознаки уроджених хвороб	2		2	

Продовж. додатка Е

Тема 3. Взаємовплив біологічного і соціального в психічному розвитку індивіда	2		2	
Тема 4. Фактори ризику психічних захворювань в епоху НТР	4			4
Тема 5. Особливості фізіології ВНД і психіки дітей на різних стадіях онтогенезу	6			6
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>	16	2	4	10
Змістовий модуль 2. ДИТЯЧІ ХВОРОБИ				
Тема 1. Дидактогенні хвороби як результат перевантаження школярів	2	2		
Тема 2. Психічне здоров'я індивіда як складова досконалого здоров'я	2		2	
Тема 3. Саморегуляція діяльності як фактор організації здорового способу життя	2		2	
Тема 4. Поняття про стрес	6			6
Тема 5. Поняття про дистрес	5			5
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>	17	2	4	11
Змістовий модуль 3. НАРКОТИЧНА ЗАЛЕЖНІСТЬ І ТОКСИКОМАНІЯ ТА ПРЕВЕНТИВНІ МЕТОДИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК				
Тема 1. Фізіологія наркотичної залежності і токсикоманії, превентивні методи попередження наркоманії, алкоголізму, токсикоманії та тютюнопаління	2	2		
Тема 2. Роль сім'ї та педагогів-вихователів у попередженні шкідливих звичок у дітей	2		2	
Тема 3. Причини виникнення відхилень у поведінці школярів	2		2	
Тема 4. Методики попередження різних видів девіантної поведінки у школярів	11			11
<i>Разом за змістовим модулем 3</i>	17	2	4	11
Змістовий модуль 4. СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я				
Тема 1. Екологічні аспекти здоров'я і хвороби людини	2	2		
Тема 2. Зумовленість стану здоров'я дітей та дорослих географічними та кліматичними умовами України	2		2	
Тема 3. Сучасні теорії харчування. Народні традиції харчування	2		2	
Тема 4. Алергія, її причини, клініка і профілактика	6			6
Тема 5. Антропічне забруднення навколишнього середовища	5			5
<i>Разом за змістовим модулем 4</i>	17	2	4	11
Змістовий модуль 5. РОЛЬ ДУХОВНОСТІ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ				
Тема 1. Духовні основи здоров'я	1	1		
Тема 2. Сім'я як фактор формування духовного здоров'я дитини	2		2	
Тема 3. Самопізнання – складова частина духовного здоров'я особистості	4			4
Тема 4. Рекомендації до самопізнання	2			2
Тема 5. Взаємозалежність між духовним життям і фізичним здоров'ям людини	4			4
<i>Разом за змістовим модулем 5</i>	13	1	2	10
Усього годин	80	9	18	53
ІНДЗ		–	–	–
Усього годин		–	–	–

4. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Історія розвитку вчення про здоров'я	2
2	Поняття про здоров'я, хворобу та донозологічний стан	2
3	Функціональна діагностика рівня фізичного стану здоров'я у валеології	2
4	Оздоровче тренування дітей і підлітків як шлях формування і зміцнення фізичного здоров'я	2
5	Фізіологічні основи та методи загартовування дітей з різним рівнем соматичного здоров'я	2
6	Індивідуальні особливості людини	2
7	Вплив рухової активності на здоров'я дитини	2
8	Рухова активність як профілактика розвитку гіподинамії	2
9	Причини та ознаки уроджених хвороб	2
10	Взаємовплив біологічного і соціального в психічному розвитку індивіда	2
11	Психічне здоров'я індивіда як складова досконалого здоров'я	2
12	Саморегуляція діяльності як фактор організації здорового способу життя	2
13	Роль сім'ї та педагогів-вихователів у попередженні шкідливих звичок у дітей	2
14	Причини виникнення відхилень у поведінці школярів	2
15	Зумовленість стану здоров'я дітей та дорослих географічними та кліматичними умовами України	2
16	Сучасні теорії харчування. Народні традиції харчування	2
17	Сім'я як фактор формування духовного здоров'я дитини	2
	Разом	34

5. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Валеологія – наука про індивідуальне здоров'я людини	9
2	Методика вивчення рівня психічного стану здоров'я	11
3	Здоров'язберігаючі технології навчання	4
4	Здоров'я дитини та шляхи його формування, збереження і зміцнення	4
5	Проблема харчування в минулому і в нинішній час. Стан харчування населення України та шляхи його поліпшення	2
6	Організація, зміст і методика фізичного тренування в здоровотворчій роботі	6
7	Місце рухової активності в життєдіяльності людини	4

8	Фактори ризику психічних захворювань в епоху НТР	4
9	Особливості фізіології ВНД і психіки дітей на різних стадіях онтогенезу	6
10	Поняття про стрес	6
11	Поняття про дистрес	5
12	Методики попередження різних видів девіантної поведінки у школярів	11
13	Алергія, її причини, клініка і профілактика	6
14	Антропічне забруднення навколишнього середовища	5
15	Самопізнання – складова частина духовного здоров'я особистості	4
16	Рекомендації до самопізнання	2
17	Взаємозалежність між духовним життям і фізичним здоров'ям людини	4
	Разом	93

6. Індивідуальні завдання

1. Підготувати творчий проект «День здоров'я у початковій школі» (з представленням мережної документації, слайд-шоу, презентації тощо).
2. Підготувати творчий проект «День здоров'я у середній школі» (з представленням мережної документації, слайд-шоу, презентації тощо).
3. Підготувати творчий проект «День здоров'я у старшій школі» (з представленням мережної документації, слайд-шоу, презентації тощо).
4. Підготувати конспект позакласного заходу, спрямованого на формування навичок здорового способу життя та провести фрагмент позакласного заходу.
5. Розробити тематичний план позакласної роботи щодо навчання здоров'я на 1 семестр.
6. Скласти тематичний план з основ здоров'я для 1 – 9 класів (за вибором), користуючись типовою програмою.
7. Дати характеристику підручника з основ здоров'я за таким планом:
 - реквізити підручника;
 - характеристика змісту;
 - характеристика методичного апарату, ілюстрацій.
8. Здійснити пошуково-аналітичну роботу та огляд наукових джерел за заданою проблематикою:
 - «Культура здоров'я українців: традиції, вірування, обереги»;
 - «Місце традицій українського народу в житті сучасника: гармонія чи дисгармонія»;
 - «Стратегія, принципи, положення та напрями діяльності шкіл здоров'я, що працюють за проектом ВООЗ «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю» та українсько-канадським проектом «Школи здоров'я»;
 - «Освітня галузь «Здоров'я і фізична культура» в державних стандартах початкової освіти».

Продовж. додатка Е

9. Представити нетрадиційні методи навчання, методи активізації навчально-пізнавальної діяльності (інсценування, ділові ігри, аналіз конкретної ситуації, мозкова атака, круглий стіл) шляхом мультимедійної презентації на тему «Здоровий спосіб життя».

10. Оформити матеріали для портфоліо (приказки, прислів'я, загадки, вірші, конспекти занять, сценарії свят та розваг) для роботи з дітьми різного віку з питань валеологічної освіти.

7. Методи навчання

У процесі вивчення курсу «Загальна теорія здоров'я» студентам надається певний обсяг лекційного матеріалу, проводяться семінарські заняття, організовується та контролюється виконання самостійної роботи.

Лекційний матеріал викладається з використанням різноманітного демонстраційного матеріалу: навчальних таблиць, графіків, малюнків та ін. Матеріал лекцій містить дані сучасних наукових досліджень.

Семінарські заняття проводяться в групах з використанням різноманітного роздаткового матеріалу. На семінарських заняттях заслуховуються реферативні повідомлення, виконується робота на індивідуальних картках, тематичні та термінологічні диктанти, тестові завдання, робота в групах тощо.

Самостійна робота містить матеріал, який логічно доповнює теми курсу, що сприяє розширенню та поглибленню змісту навчального предмету.

8. Методи контролю:

поточне тестування, тестовий контроль кожного модуля, підсумковий іспит.

9. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота											Підсумковий тест (екзамен)	Сума
Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2						30	100
T1	T2	T3	T4	Тест. контроль	T5	T6	T7	T8	T9	Тест. контроль		
6	6	6	7	5	7	7	7	7	7	5	30	100

1. Відвідування лекцій – 7 балів.
 2. Участь у семінарських заняттях – 26 балів.
 3. Самостійна робота – 27 балів.
 4. Тестовий контроль кожного модуля – по 5 балів – 10 балів.
 5. Підсумковий іспит – 30 балів.
- Загальна сума – 100 балів.**

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
75 – 81	C		
69 – 74	D	задовільно	
60 – 68	E		
35 – 59	Fx	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

10. Методичне забезпечення

1. Навчальні посібники.
2. Конспекти лекцій.
3. Методичні рекомендації.
4. Ілюстраційний матеріал.

11. Рекомендована література**Базова**

1. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология. К., 2000. 248 с.
2. Белик Э. В. Валеология. Донецк, 2004. 512 с.
3. Бендес Т. В. Гендерная психология. Москва-Санкт-Петербург-Киев, 2006. 430 с.
4. Билич Г. Л. Основы валеологии. СПб., 1998. 560 с.
5. Бобрицька В. І. Валеологія : навч. посіб. Полтава, 1999. 306 с.
6. Большая энциклопедия народных методов самолечения / сост. Е. Н. Белозерова. Донецк, 2006. 521 с.
7. Вайнер Э. Н. Валеология : учебный практикум. М., 2002. 321 с.
8. Валеология. Справочник школьника / под ред. С. Н.Заготовой. Донецк, 1998. 448 с.
9. Валеологічне розвантаження школярів протягом навчального процесу / під ред. М. С.Гончаренко. Харків, 2005. 347 с.
10. Ваш домашний доктор / авт.-сост. Б. Н. Джерелей. Донецк, 2006. 512 с.
11. Вредные привычки и их профилактика / сост. М. С. Гончаренко. Харьков, 2004. 119 с.

12. Голубев В. В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. М., 2003. 416 с.
13. Грибан В. Г. Валеология : навчальний посібник / Грибан В. Г. К., 2005. 256 с.
14. Дорошкевич М. П. Основы валеологии и школьной гигиены. Мн., 2003. 234 с.
15. Дорошкевич М. П. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. Ростов н/д, 2003. 336 с.
16. Дубровинская Н. В. Психофизиология ребенка : учебное пособие. М., 2005. 144 с.
17. Зайцев Г. К. Валеология : культура здоровья. Самара, 2003. 272 с.
18. Казин Э. М. Основы индивидуального здоровья : учебное пособие. М., 2000. 192 с.
19. Кермани К. Аутогенная тренировка. М., 2002. 448 с.
20. Колбанов В. В. Валеология в школе. СПб., 1992. 150 с.
21. Коробкина З. В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи : Учебное пособие. М., 2004. 192 с.
22. Крюкова Д. А. Здоровый человек и его окружение : учебное пособие / Крюкова Д. А. – Ростов н/д, 2005. – 381 с.
23. Куинджи Н. Н. Валеология : методическое пособие. М., 2000. 139 с.
24. Марков В. В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней. М., 2001. 320 с.
25. Медико-біологічні основи валеології / під ред. П. Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський, 2000. 408 с.
26. Минько А. И. Наркология в вопросах и ответах. Ростов н/д, 2003. 480 с.
27. Мінський І. Я. Практикум з валеології. Черкаси, 1998. 110 с.
28. Мохнач Н. Н. Валеология. Конспект лекций. Ростов, 2004. 256 с.
29. Онучин Н. А. Закаливание, массаж, гимнастика. М., 2005. 158 с.
30. Основы валеологии / под ред. В. П. Петленко. В 3-х книгах. К., 1999.
31. Петрушин В. И. Валеология. М., 2003. 432 с.
32. Попов С. В. Валеология в школе и дома. СПб., 1998. 256 с.
33. Практикум по психологии здоров'я / под ред. Г. С. Никифорова. СПб., 2005. 351 с.
34. Практикум по психофизиологической диагностике : учебное пособие / под ред. Э. М.Казина. М., 2000. 128 с.
35. Психология здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. СПб., 2006. 607 с.
36. Психофизиология человека / под ред. В. М. Кроля. СПб., 2003. 304 с.
37. Соколова Н. Г. Неврозы у детей. Ростов н/д, 2003. 160 с.
38. Тель Л. З. Валеология. М., 2001. Ч. I-III.
39. Усов И. Н. Здоровый ребенок : справочник педиатра. Мн., 1994. 446 с.
40. Фурман А. В., Надвичина Т. Л. Основи гендерної рівності. К., 2004. 352 с.
41. Хата З. И. Здоровье человека в современной экологической обстановке. М., 2001. 280 с.

42. Хочу быть здоровым / под ред. Г. П.Отрощенко. К., 1991. 336 с.
43. Цимбал Н. М. Практикум з валеології : основи долікарської допомоги : навч. посіб. Тернопіль, 2000. 112 с.
44. Чумаков Б. Н. Валеология. М., 1997. 241 с.

Допоміжна

1. Адамчук Н. Валеологічна освіта – шлях до зміцнення здоров'я учнів. *Біологія і хімія в школі*. 1997. № 2. С. 35–37.
2. Бондар В. І. Дидактика: ефективні технології навчання студентів. Київ : Вересень, 1996. 129 с.
3. Валеология на допомогу вчителю. Київ : Алатон, 1997. 105 с.
4. Василенко Н. Оздоровча освіта в європейській загальноосвітній школі. *Біологія і хімія в школі*. 2002. № 4. С. 37–40.
5. Васьков Ю. В. Педагогічні теорії, технології, досвід (Дидактичний аспект). Харків : Скорпіон, 2000. 120 с.
6. Гончаренко М. С. Валеологический словарь. Харьков, 1999. 316 с.
7. Горащук В. П. Валеология : підручник для 10-11 кл. серед. загальноосвіт. шк. Київ : Генеза, 1998. 144 с.
8. Екологічне виховання учнів : посібник для вчителя / Є. А. Писарчук, А. М. Кухта. Київ : Рад. школа, 1990. 87 с.
9. Колбанов В. В. Валеология в школе. Спб : Ин-т пед. мастерства, 1992. 51 с.
10. Критерії оцінювання навчальних досягнень у системі загальної середньої освіти (проект). *Освіта України*. 2000. № 33. 16 серпня.
11. Максимова В. Н. Межпредметные связи в обучении и воспитании учащихся. *Биология в школе*. 1989. № 1. С. 36–40.
12. Максимова Н. Ю. Життя та здоров'я : Кн. комент. до навч. посіб. з валеології для учнів 8 (9) кл. загальноосвіт. шк. та вчителів. Київ : Знання, 1998. 131 с.
13. Похлебин В. П. Уроки здоровья. Москва : Просвещение, 1992. 93 с.
14. Практикум з валеології. Основи долікарської допомоги : навч.-метод. посібник для студ. вищих навч. закладів, вчителів та учнів загальноосвіт. шкіл / укладачі Н. М. Цимбал, О. Д. Берегова. Тернопіль : Навчальна книга.Богдан, 2000. 112 с.
15. Рожкова Л. Валеологічне супроводження навчально-виховного процесу. *Науково-методичні підходи до викладання природничих дисциплін в освітніх закладах ХХІ століття* : Восьмі Каришинські читання : Всеукр. науково-практ. конф. : зб. наук. праць. Полтава, 2001. С. 277–279.
16. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии. Москва : Народное образование, 1998. 297 с.
17. Царенко А. В., Яцук Г. Ф. Валеология: Підручник для 8-9 кл. серед. загальноосвіт. шк. Київ : Генеза, 1998. 136 с.
18. Шмалей С. Валеологічні пріоритети шкільної освіти. *Біологія і хімія в школі*. 1996. № 1. С. 35–38.

19. Яковлев А. Н. Методика и техника урока в школе. Москва : Просвещение, 1988. 150 с.

12. Інформаційні ресурси

Пошукові системи:

- www.google.com.ua/;
- <http://www.yandex.ru/>;
- <http://www.yahoo.com/>;
- <http://www.rambler.ru/>;
- <http://meta.ua/>.

Законодавча інформація:

- <http://www.rada.gov.ua/laws/pravo/new> (сервер Верховної Ради);
- <http://www.nau.kiev.ua> (нормативні акти України);
- <http://www.liga.net/zakon> (Ліга. Всеукраїнська мережа поширення правової інформації. Українське законодавство і правові інформаційні ресурси);
- <http://patent.km.ua> (Україна: товарні знаки, винаходи, патенти);

Освітні ресурси:

- <http://www.mon.gov.ua/> (Офіційний сайт Міністерства освіти та науки України);
- <http://www.apsu.org.ua> (Академія педагогічних наук України);
- <http://osvita.org.ua> (Освітній портал – каталог освітніх ресурсів, новини освіти, вищі навчальні заклади України і Росії);
- <http://www.ednu.kiev.ua/> (Educational Network Ukraine. Українські інформаційні ресурси, пов'язані з освітніми організаціями, вищі навчальні заклади, докладна інформація про системи освіти найбільш розвинених країн, гранти, преса, виставки, конференції, фірми й ін.);
- <http://o-svit.iatr.org.ua> (Каталог освітніх ресурсів О-СВІТ – інформація для учнів, студентів, педагогів, науковців);

Каталог авторефератів дисертацій:

- http://www.nbuv.gov.ua/db/library_db.html (каталог);
- <http://diss.rsl.ru/> (електронна бібліотека дисертацій);
- <http://disser.com.ua> (дисертації і автореферати України).

Електронні бібліотеки:

- <http://www.lib.com.ua/> (електронна бібліотека України);
- <http://lib.km.ru/> (електронна бібліотека);
- <http://www.bestlibrary.ru/> (велика електронна бібліотека);
- <http://rzblx1.uni-regensburg.de> («База даних безкоштовних електронних журналів» - близько 4000 журналів);

Бібліотеки України:

- <http://portal.rada.gov.ua> (Бібліотека Верховної Ради України);
- <http://www.nbuv.gov.ua/> (Національна бібліотека України ім.В.І.Вернадського);
- <http://nplu.org> (Національна Парламентська Бібліотека України);

– http://www.ukrlibworld.kiev.ua/osvita/index_bib.htm (Державна науково-педагогічна бібліотека України);

– <http://www.edu-ua.net/library/> (Центральна освітянська бібліотека Інституту змісту і методів навчання Міносвіти України).

Бібліотеки вищих навчальних закладів України педагогічного профілю:

– <http://www.vspu.edu.ua/> (Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського);

– <http://drohobych.net/ddpu/> (Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка);

– <http://www.kmpu.edu.ua/> (Київський міський педагогічний університет ім. Б. Д. Грінченка);

– <http://www.kspu.kr.ua/> (Кіровоградський державний педагогічний університет ім. Володимира Винниченка);

– <http://www.lgpu.lg.ua/> (Луганський національний педагогічний університет імені Тараса Шевченка);

– <http://www.npu.edu.ua/> (Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова);

– <http://www.tnpu.edu.ua/> (Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка).

Програма навчальної дисципліни «Основи здорового способу життя»

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» (шифр і назва)	Нормативна (за вибором)	
	Напрямок підготовки 8.010203 «Здоров'я людини» (шифр і назва)		
Модулів – 3	Спеціальність (професійне спрямування): _____	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		4-й	4-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____		Семестр	
(назва)			
Загальна кількість годин – 144	8-й	8-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 5,3	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	Лекції	
		12/ 15 год.	8 - год.
		Семінарські	
		12/30 год.	2 - год.
		Лабораторні	
		- год.	- год.
		Самостійна робота	
		84/63 год.	134 год.
Індивідуальні завдання: - год.			
Вид контролю: іспит			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 37,5 %

для заочної форми навчання – 6,9 %

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни полягає у забезпеченні студентів необхідними теоретичними знаннями для формування фахівця з оздоровчої фізичної культури, фітнесу і рекреації; формування системи професійних знань, вмінь і навичок з основ здорового способу життя; теоретичне

обґрунтування необхідності збереження й зміцнення здоров'я; вивчення сучасних наукових положень про здоровий спосіб життя та його компоненти, механізмів впливу способу життя на здоров'я людини та тривалість життя; використання засобів і методів оздоровлення та зміцнення здоров'я, а також формування здорового способу життя різних вікових груп населення.

Завдання – формування системи знань про здоров'я, здоровий спосіб життя та його компоненти; методи діагностики рівня здоров'я; вивчення методів та засобів оздоровлення та зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя різних вікових груп населення; вміння практично застосовувати набуті знання та навички в своїй професійній діяльності з метою профілактики захворювань, використання засобів оздоровлення, рекреації та оптимізації здоров'я людини, орієнтації її на здоровий спосіб життя; формування свідомого та відповідального ставлення до індивідуального здоров'я та формування здорового способу життя різних вікових груп населення.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- поняття про здоров'я, фізичне здоров'я та методи його діагностики;
- сучасний стан здоров'я населення України та причини його погіршення;
- механізми впливу способу життя на здоров'я людини та тривалість життя;
- сучасні наукові положення про здоровий спосіб життя та формування здорового способу життя різних груп населення;
- компоненти здорового способу життя та їх характеристику;
- зміст різних видів оздоровчих занять та засобів оздоровлення, рекреації та зміцнення здоров'я;
- законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя.

вміти:

- застосовувати набуті теоретичні знання, вміння та навички в професійній діяльності;
- формувати свідоме та відповідальне ставлення дорослої людини (дитини, підлітка, молоді) до власного здоров'я та зорієнтувати її на здоровий спосіб життя.
- вміти підібрати, та рекомендувати методи та засоби оздоровлення та зміцнення здоров'я залежно від віку, статі та стану здоров'я особи;
- вести та пропагувати здоровий спосіб життя.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Введення. Загальні основи та компоненти здорового способу життя.

Тема 1. Введення. Поняття про здоров'я та його діагностика. Сучасний стан здоров'я населення України.

Тема 2. Здоровий спосіб життя та його компоненти.

Тема 3. Рухова активність – основа здорового способу життя. Види оздоровчих занять.

Змістовий модуль 2. Формування здорового способу життя різних верст населення

Тема 4. Основи здорового способу життя дітей та підлітків. Використання засобів оздоровлення та формування здорового способу життя дітей та підлітків.

Тема 5. Основи здорового способу життя студентської молоді. Показники здорового способу життя, можливості його реалізації та засобів впливу на його формування. Використання традиційних та новітніх засобів оздоровчої фізичної культури в підвищенні рухової активності та зміцненні здоров'я студентської молоді.

Тема 6. Основи здорового способу життя дорослого населення. Рухова активність і здоров'я, як фактори здорового способу життя. Використання засобів рекреації та оздоровчої фізичної культури в підвищенні рухової активності та рівня здоров'я дорослого населення. Здоров'я та довголіття.

Тема 7. Законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя. Програми сприяння здоровому способу життя у різних країнах світу.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	сем	лаб	інд	с.р.		л	сем	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1												
Змістовий модуль 1. Загальні основи та компоненти здорового способу життя												
Тема 1. Введення. Поняття про здоровий спосіб життя	12/14	-/2	-/4	-	-	12/8	-	-	-	-	-	18
Тема 2. Здоровий спосіб життя та його компоненти	16/16	2/2	2/6	-	-	12/8	-	2	-	-	-	28

Тема 3. Рухова активність – основа здорового способу життя. Зміст різних видів оздоровчих занять.	14/13	2/2	2/4	-	-	12/7	-	2	-	-	-	16
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>	<i>44/43</i>	<i>4/6</i>	<i>4/14</i>	-	-	<i>36/23</i>	-	4	-	-	-	62
Модуль 2												
<i>Змістовий модуль 2. Формування здорового способу життя різних верст населення</i>												
Тема 4. Основи здорового способу життя дітей та підлітків. Використання засобів оздоровлення та формування здорового способу життя дітей та підлітків.	16/16	2/2	2/4	-	-	12/10	-	1	-	-	-	23
Тема 5. Основи здорового способу життя студентської молоді. Показники здорового способу життя, можливості його реалізації та засобів впливу на його формування.	16/16	2/2	2/4	-	-	12/10	-	1	-	-	-	19

Тема 6. Основи здорового способу життя дорослого населення. Рухова активність і здоров'я, фактори здорового способу життя. Використання засобів рекреації та оздоровчої фізичної культури в підвищені рухової активності та рівня здоров'я дорослого населення. Здоров'я та довголіття.	16/16	2/2	2/4	-	-	12/10	-	2	-	-	-	16
Тема 7. Законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя. Програми сприяння здоровому способу життя у різних країнах світу.	16/17	2/3	2/4	-	-	12/10	-	-	2	-	-	16

Продовж. додатка Е

Разом за змістовим модулем 2	64/65	8/9	8/16			48/40	-	4	2	-	-	72
Усього годин	108/108	12/15	12/30	-	-	84/63	-	8	2	-	-	134
ІНДЗ			-	-		-			-	-	-	
Усього годин	108/108	12/15	12/30	-	-	48/63	144	8	2			134

5. Темі семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття про здоров'я та його діагностика.	4
2	Компоненти здорового способу життя.	8
3	Рухова активність як складова здорового способу життя	4
4	Використання засобів оздоровлення та формування здорового способу життя дітей та підлітків.	8
5	Показники здорового способу життя молоді, можливості його реалізації та засобів впливу на його формування.	4
6	Рухова активність і здоров'я дорослого населення, фактори здорового способу життя.	4
7	Законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя.	4

6. Темі практичних занять

Не передбачено навчальним планом

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Сучасний стан здоров'я населення України	12
2	Стиль життя сучасної людини. Компоненти здорового способу життя. Раціональна організація життєдіяльності.	18
3	Зміст різних видів оздоровчих занять. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти, негативна дія надмірного навантаження.	12
4	Авторські системи оздоровлення. Роль сім'ї у формуванні здорового способу життя.	12
5	Використання традиційних і новітніх засобів оздоровчої фізичної культури в підвищенні рухової активності та зміцненні здоров'я студентської молоді.	12
6	Використання засобів рекреації та оздоровчої фізичної культури в підвищенні рухової активності та рівня здоров'я дорослого населення. Здоров'я та довголіття.	12
7	Програми сприяння здоровому способу життя у різних країнах світу	12
	<i>Разом</i>	84/63

9. Індивідуальні завдання

1. «Хвороби цивілізації». Класифікація факторів ризику «хвороб цивілізації»
2. Спосіб життя людини і сучасні хвороби.
3. Соціальні фактори, що зумовлюють спосіб життя людини.
4. Культурологічні фактори способу життя людини.
5. Проблеми особистої відповідальності людини за своє здоров'я.
6. Особливості взаємин людини з природою. Соціальна сутність людини.
7. Значення планування життєдіяльності для здоров'я людини.
8. Методи профілактики та зміцнення здоров'я людини.
9. Профілактика адиктивної поведінки підлітків.
10. Статеве виховання як основа формування здорової сім'ї та профілактики хвороб, що передаються статевим шляхом
11. Вплив фізичного тренування на функціональні системи організму.
12. Роль засобів фітнесу і рекреації в формуванні здорового способу життя різних верст населення.
13. Роль громадськості, засобів масової комунікації в профілактиці алкоголізму і наркоманії.
14. Здоров'я людини як пріоритет у діяльності держави.

10. Методи навчання

Лекції – 1 год. у тиждень, семінарські заняття – 2 год. на тиждень, самостійна позааудиторна робота, індивідуальні та групові консультації.

11. Методи контролю

Поточні види контролю: самостійна робота, усне та письмове опитування, тестування, реферативні доповіді, контрольна робота.

Підсумковий вид контролю – екзамен.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота							Підсумковий тест (екзамен)	Сума
Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2				40	100
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7		
3	12	10	10	8	7	10		

T1, T2 ... T12 – теми змістових модулів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
69-74	D	задовільно	
50-68	E		
35-49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

13. Методичне забезпечення

1. Методичні рекомендації до семінарських занять.
2. Методичні рекомендації до самостійної позааудиторної роботи.

14. Рекомендована література**Базова:**

1. Вайнер Э. Н. Валеология: Учебник для вузов. 3-е изд. Москва : Флинта: Наука, 2005. 416 с.
2. Грибан В. Г. Валеология: підручник. 2-ге вид. перероб. та доп. Київ : «Центр учбової літератури», 2012. 342 с.
3. Іващук Л. Ю., Онишевич С.М. Валеологія. Навчальний посібник. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2010. 400 с.
4. Круцевич Т. Ю. Теорія та методика фізичного виховання. Том 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. Київ : Олімп. л-ра, 2008. 367 с.
5. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення. Київ : Олімп. л-ра, 2010. 248 с.
6. Приступа Є. Н. Фізична рекреація : навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Дрогобич : Коло. 2010. 448 с.

Продовж. додатка Е

7. Формування здорового способу життя: Навч. посіб. для слухачів курсів підвищення кваліфікації державних службовців / О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комарова та ін. Київ : Український ін.-т соц. досліджень, 2000. 232 с.
8. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / О. Яременко, О. Балакір'єв, О. Вакуленко та ін.. Київ : Український ін.-т соціальних досліджень, 2000. 207 с.

Допоміжна:

9. Апанасенко Г. Л. Здоров'я, яке ми вибираємо. Київ : Т-во «Знання» УРСР, 1989. 48 с.
10. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Львів : ВНТЛ, 1998. 332 с.
11. Войтенко В. П. Здоровье здоровых: Введение в санологию. Київ : Здоровье, 1991. 245 с.
12. Дубогай А. Д., Мовчан Л. М. Физкультура: мы и дети. Київ : Здоров'я. 1989. 144 с.
13. Куц О. С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю. – Вінниця, 1995. 123с.
14. Мардар Г. І. Валеологія з методикою викладання: конспект лекцій / укл. Г.І. Мардар. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2011. 320 с.
15. Основи валеології В трех гниках / под общей редакцией академика В.П. Петленко. Київ : Олимпийская литература, 1999. Т. 2. 351 с.
16. Плахтій П. Д., Зубаль М.В., Мисів В.М. Біологічні основи фізичного виховання студентів: навч. посібник. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О.А. 2008. 232 с.
17. Плахтій П. Д., Зубаль М.В., Мисів В.М. Біологічні основи фізичного виховання студентів: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А. 2008. 232 с.
18. Присяжнюк С. І., Краснов В. П., Третьяков М. О., Раєвський Р. Т., Кійко В. Й., Панченко В. Ф. Фізичне виховання. Навч. пос. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 192 с.
19. Розенцвейг С. Красота – в здоровье. Пер. с англ. Москва : Физкульт. и спорт. 1985. 224с.
20. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль. Навчальна книга. Богдан, 2001.

15. Інформаційні ресурси

1. e-learning@chnu.edu.ua
2. www.chnu.cv.ua

Додаток Ж

Організаційні аспекти і методичні поради для проведення тренінгу «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова діяльності учителя фізичної культури» та його практичний фрагмент

[розробка автора]

1) Організаційні аспекти та методичні поради щодо ефективного проведення тренінгу

Тренінг (від англ. «to train» – навчати, тренувати) – захоплюючий процес, що має певні особливості. До найбільш істотних особливостей віднесено:

- наявність постійної групи учасників;
- дотримання певних правил групової роботи;
- використання активних й інтерактивних методів роботи;
- поглиблення особистісного досвіду, розширення спектру теоретичних знань та формування практичних умінь учасників.

У методологічному контексті тренінг передбачає шість складових елементів: 1) мета; 2) принципи; 3) учасники; 4) зміст; 5) організаційні умови його проведення; 6) матеріальне забезпечення; 7) тренер–ведучий (викладач); 8) алгоритм проведення тренінгу. Дамо їм характеристику.

Мета

Мета – це той очікуваний результат, якого сподіваються досягти у результаті тренінгової діяльності. У найбільш загальній площині метою тренінгу є формування особистісних змін завдяки збагачення ціннісного простору особистості, що буде спрямовано на формування КЗ. На стадії підготовчого етапу відбувалось ознайомлення учасників із ціллю і завданнями тренінгу та принципами діяльності академічної групи (мікрогруп). Провідною метою даного етапу було створення дружньої і творчої професійної атмосфери, зниження рівня психологічного «захисту» учасників групи, засвоєння групових норм і правил поведінки, створення позитивної психологічної атмосфери, сприятливої для самопізнання і

самореалізації, розвиток гуманістичної установки по відношенню до інших людей, ознайомлення з основними правилами групової діяльності. Метою основного етапу було формування у студентів досвіду особистісних змін у контексті формування КЗ. Заняття передбачали включення таких вправ та завдань, які створювали б «терапевтичну» атмосферу в мікрогрупі. Студенти обговорювали проблемні психолого-педагогічні ситуації, котрі можуть виникати у професійній діяльності вчителя. Завданням завершального етапу стало підведення учасників групи тренінгу до усвідомлення про наявність сформованих у них особистісних змін щодо майбутньої професійної діяльності вчителя фізичної культури. Наприкінці проведення кожної тренінгової вправи, чи у кінці тренінгового заняття ставляться запитання, і якщо учасники групи, відповідаючи на них, проговорюють своїми словами мету вправи або «важливий висновок», то можна вважати, що мета досягнута.

Принципи

Основні принципи проведення тренінгу мають відповідати теоретичним і методичним положенням, які складають основу гуманістичного напрямку організації освітнього процесу в ЗВО та розкривають ті психолого-педагогічні механізми, що сприяють розвитку та вдосконаленню професійних і особистісних якостей майбутнього вчителя фізичної культури у контексті формування у нього КЗ.

Учасники

Для студентської аудиторії характерні: розвиток аналітичних знань, поінформованість, сформоване абстрактне мислення, обізнаність у питаннях здорового способу життя та формування культури здоров'я, тому вони активно беруть участь у вправах, обговореннях, диспутах, мозкових штурмах, дискусіях.

Оптимальна група для проведення тренінгу складає 15-20 учасників. Як засвідчує практика, за більшої кількості учасників збільшується час виконання вправ, а у випадку меншої важко створити психологічно-комфортну атмосферу. Бажано, щоб різниця у віці учасників не була більшою, ніж два роки

Зміст

Зміст тренінгу передбачає послідовність усіх форм роботи, які заплановані на заняття.

Організаційні умови проведення тренінгу

З метою ефективної організації та проведення тренінгу необхідно дотримуватися організаційних умов, які передбачають дотримання часових рамок тривалості кожного заняття та відповідність матеріального забезпечення.

Тренінг, який спрямований на формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури складається із 10 занять, причому орієнтовна тривалість кожного заняття складає від 1,5 год. до 2 год. Тренінгові заняття проводились один раз на тиждень. Місцем для проведення тренінгів обрано простору лекційну аудиторію, що спеціально пристосована до проведення тренінгових занять.

Матеріальне забезпечення

Для якісної організації та проведення тренінгу потрібне таке матеріальне забезпечення: ручки та листки паперу для індивідуальних записів; аркуші паперу розміром А-1, А-2, А-3; роздаткові матеріали, дошка або фліпчарт; маркери різних кольорів; кольоровий папір; скотч, канцелярські скріпки; ножиці; бейджі; стікери, тощо.

Тренер

Викладач, який організовує та проводить тренінг повинен керувати тренінгом, надавати інформацію, допомагати студентам систематизувати протягом участі у тренінгу теоретичні знання та сформувати практичні уміння і навички. Викладач повинен мати позитивне ставлення до себе й інших, володіти активною життєвою позицією, досконало володіти теоретичним матеріалом, мати сформовані навички ефективного спілкування та уміти організувати роботу у групі.

Алгоритм проведення тренінгу:

– тренінг проводить ведучий («тренер»);

- введення студентів у проблематику тренінгу;
- формування готовності до співробітництва (мотивація досягнення завдань тренінгу в мікрогрупах);
- засвоєння психотехнік нової поведінки;
- актуалізація та вдосконалення професійно-психологічного потенціалу особистості в контексті формування КЗ;
- підведення підсумків.

Після закінчення кожного тренінгового заняття викладач-тренер повинен обов'язково ініціювати обговорення проведеної роботи та спланувати наступне заняття. Обговорення слід починати з позитивних моментів, але обов'язково потрібно обговорювати і аналізувати ті дискомфортні ситуації, які викликали певні суперечки чи нерозуміння у студентів. Необхідно враховувати, що цінність роботи в команді полягає в тому, що можна вдосконалити, помітити, підказати та обговорити проблемні ситуації. Саме таким чином можна отримати необхідний досвід, збагатити світогляд по формуванню культури здоров'я та удосконалити практичні уміння та навички.

ТРЕНІНГ

«КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я ЯК ОСОБИСТІСНА ТА ПРОФЕСІЙНА СКЛАДОВА ДІЯЛЬНОСТІ УЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ»

*«Ми маємо справу з найскладнішим, неоціненним, найдорожчим,
що є в житті, – з людиною. Від нас, від нашого вміння,
майстерності, мистецтва, мудрості залежить її життя,
здоров'я, розум, характер, воля, громадянське й інтелектуальне
обличчя, її місце і роль у житті, її щастя»*

В.О. Сухомлинський

Мета: формування цілісного сприйняття учительської професії; виховання культури здоров'я особистості, духовної, благородної людини; знайомство учасників тренінгу між собою, згуртування групи; розвиток

навички співпраці та знаходження компромісу. Актуалізувати відчуття важливості КЗ для професійної діяльності МУФК, збагатити теоретичну інформацію про КЗ та здоровий спосіб життя, розширити світогляд учасників тренінгу стосовно факторів, які впливають на формування КЗ, створити під час заняття комфортну психологічну атмосферу, сформувавши у свідомості студентів розуміння нагальної потреби досягнення та збереження здоров'я та потреби у формуванні високого рівня КЗ.

Завдання:

- розвивати комунікативні навички;
- формувати мімічну та пантомімічну виразність;
- вчитися розуміти невербальну поведінку співрозмовника;
- розвивати позитивну мотивацію до педагогічної професії;
- дати знання про педагогічні здібності та характерологічні особливості особистості, необхідні для досягнення успіхів у педагогій професії;
- виховувати у студентів розуміння КЗ як особистісної та професійної складової МУФК.

Обладнання: папір, фломастери, бейджі, мікрофон, зошити, ручки.

Структура заняття

№ з/п	Види роботи	Орієнтовна тривалість	Ресурсне забезпечення
1.	Вступ. Тренер оголошує мету, завдання заняття.	3 хв.	-
2.	Знайомство учасників тренінгу: 1. Вправа «Не хочу хвалитися, але я...» 2. Гра «Інтерв'ю»	7 хв. 5 хв.	Папір, фломастери, бейджі
3.	Очікування учасників	5 хв.	Липкий папір, фломастери, ватман з малюнком розгорнутої книги
4.	Прийняття правил роботи групи (пантоміма)	10 хв.	Папір, фломастери
5.	Вправа-руханка «Ураган»	5 хв.	-

6.	Мозковий штурм «Що таке культура здоров'я?» Вправа «Для мене бути здоровим означає...»	15 хв.	Папір, фломастери
7.	Інформаційне повідомлення. Міні-лекція: «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова учителя фізичної культури».	10 хв.	Зошити, ручки
8.	Руханка «Погода в Чернівцях»	5 хв.	-
9.	Вправа «Квітка-порада»	5 хв.	Папір, ручки
10.	Тест «Мандрівка»	10 хв.	Папір, ручки
11.	Підсумок: 1. Вправа «Мікрофон» 2. Притча: банка життя. 3. Вправа «Модель здоров'я»	3 хв. 2 хв. 5 хв.	Мікрофон Текст притчі
12.	Групове прощання. Вправа «Рука дружби».	5 хв.	Папір, ручки

Хід тренінгу

I. Вступне слово (3 хв.). Тренер оголошує тему, мету, завдання заняття, інформує проте, яка діяльність буде здійснюватись.

II. Знайомство учасників тренінгу між собою (12 хв.)

1. Вправа «Не хочу хвалитися, але я...»

Мета: Зняття психоемоційного напруження.

Хід вправи: всі учасники сідають у коло, кожен по черзі називає своє ім'я та продовжує вислів, що починається зі слів: «*Не хочу хвалитися, але я...*».

Учасники тренінгу виготовляють бейджі.

2. Гра «Інтерв'ю».

Мета: більше дізнатися один про одного.

Тренер об'єднує учасників у пари (роздає листочки з парами однакових чисел, що не повторюються), пропонується взяти інтерв'ю у партнера.

Питання для інтерв'ю:

1. П'ять схожостей.

2. П'ять відмінностей.

III. Очікування учасників тренінгу (5 хв.)

Мета вправи: допомогти присутнім усвідомити й проговорити свої наміри та сподівання від даного тренінгу.

1. Групі пропонується на стікерах (маленьких липких аркушах) записати відповідь на запитання: *«Яких знань та вмінь ви потребуєте?»*; *«Про що ви хотіли б дізнатися з оголошеної теми нашого заняття, щоб ця зустріч була для вас корисною, допомагала у подальшій діяльності?»*.

2. Кожен зачитує написане, потім ці аркуші розміщують на першій сторінці розгорнутої книги, намальованої на ватмані (у кінці тренінгу очікування, які здійснилися, учасники переносять на другу сторінку. Це дасть можливість подивитися, чи здійснилися очікування учасників і наскільки продуктивною була праця протягом заняття).

3. Коротке обговорення:

– *«Що Ви можете сказати, переглянувши та почувши сподівання інших?»*;

– *«Чи можемо ми протягом саме цього тренінгу виконати всі сподівання?»*;

– *«Які з перерахованих потреб можна вирізнити як найважливіші? Чому?»*.

4. Підбиття підсумку:

Отже, від того, що ми хочемо зрозуміти і чого навчитися під час тренінгу, від нашого бажання збільшити свої ресурси, залежить не тільки глибше засвоєння матеріалу, а й наші успішні подальші дії на громадській ниві. На жаль, не всі ваші побажання можна обговорити та отримати за такий короткий період. Але ми можемо окреслити проблему, а далі ви можете працювати самостійно.

IV. Прийняття правил роботи групи (пантоміма) (10 хв.)

Для того, щоб спілкування було ефективним, а робота на занятті була продуктивною щодо вирішення поставлених завдань та здійснення очікувань учасників тренінгу, необхідно прийняти правила роботи в групі.

Учасники діляться на 6 груп (за днями тижня, без неділі), показати правило, обговорити, прийняти.

Правила роботи в групі:

- 1) активність;
- 2) правило «піднятої руки»;
- 3) говори «тут і тепер»;
- 4) доброзичлива, відкрита атмосфера;
- 5) без критики;
- 6) вимкнений мобільний телефон.

V. Вправа-руханка «Ураган» (5 хв.)

Мета: створення позитивного настрою, зняття напруження.

Тренер пропонує учасникам помінятися місцями за таким принципом: він називає якість, дію, уміння, які можуть бути притаманні учасникам групи.

- поміняйтеся місцями ті, хто любить морозиво;
- поміняйтеся місцями ті, хто співає у душі;
- поміняйтеся місцями ті, хто прийшов сьогодні у спідницях;
- поміняйтеся місцями ті, хто прийшов сьогодні у штанах;
- поміняйтеся місцями ті, хто робить ранкову гімнастику;
- поміняйтеся місцями ті, у кого є домашні тварини;
- поміняйтеся місцями ті, хто любить танцювати;
- поміняйтеся місцями ті, хто грає на гітарі;
- поміняйтеся місцями ті, хто годував цієї зими птахів;
- поміняйтеся місцями ті, хто любить кінокомедії;
- поміняйтеся місцями ті, хто вирощує квіти;
- поміняйтеся місцями ті, хто любить сніг;
- поміняйтеся місцями ті, хто прийшов у хорошому настрої;
- поміняйтеся місцями ті, хто любить сидіти у соціальних мережах;
- поміняйтеся місцями ті, у кого сині очі;
- поміняйтеся місцями ті, у кого хороше почуття гумору.

VI. Мозковий штурм «Що таке культура здоров'я?»

Мета: ввести учасників тренінгу в тему, актуалізувати їхнє особисте розуміння того, що таке культура здоров'я, подати його визначення.

Хід вправи:

Ведучий пропонує висловити своє розуміння, що таке культура здоров'я. Потім пропонується визначення провідних науковців з педагогіки, психології та фізичного виховання. Студенти мають можливість узагальнити інформацію, представити своє бачення.

Вправа «Для мене бути здоровим означає...» (5 хв.)

Кожен учасник отримує бланк «Для мене бути здоровим означає...». На першому етапі учасники індивідуально в першій колонці позначають галочками всі висловлювання, що є важливими особисто для них (кількість не обмежена). У другій колонці – позначають тільки три твердження, які учасник вважає найважливішими. На другому етапі тренер об'єднує учасників у чотири групи. Педагоги обговорюють твердження першої колонки та приймають спільне рішення щодо тверджень у другій колонці. Потім підгрупи представляють результати спільної роботи.

Тренер узагальнює їх і робить відповідні висновки.

№ з/п	Твердження	1	2	3
1	Радіти спілкуванню з родиною і друзями.			
2	Дожити до глибокої старості.			
3	Якнайчастіше бути щасливим.			
4	Мати роботу.			
5	Уміти приймати рішення.			
6	Майже не користуватися таблетками, ліками.			
7	Мати ідеальну вагу при своєму зрості.			
8	Займатися різними видами спорту.			
9	Мати душевний спокій.			
10	Ніколи не курити.			
11	Мати гарну шкіру, ясні очі й блискуче волосся.			
12	Ніколи не ускладнювати питання чи неправильно трактувати факти, оцінювати ситуацію реально.			
13	Ніколи не хворіти чимось більшим за легку застуду, грип чи розлад шлунку.			
14	Уміти адаптуватися до змін у своєму житті (переїзд до іншого будинку, зміна роботи чи одруження).			
15	Радіти від того, що живеш.			
16	Отримувати задоволення від роботи без напруження і перевантаження.			
17	Бути в добрих стосунках з іншими людьми.			
18	Вживати здорову їжу.			
19	Отримувати задоволення від відпочинку, розваг.			
20	Майже не відвідувати лікарів.			

VII. Інформаційне повідомлення. Міні-лекція «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова учителя фізичної культури» (10 хв.)

Мета: надати інформацію про поняття «культура здоров'я» та охарактеризувати його як особистісну та професійну складову майбутнього учителя фізичної культури.

Вивчення проблеми розвитку культури здоров'я, зокрема у студентів вищих навчальних закладів, передбачає здійснення історико-методологічного

аналізу і конкретизацію основних дефініцій, що складають понятійно-термінологічний апарат педагогічного дослідження. Такими науковими поняттями є терміни: «здоров'я», «культура», «культура здоров'я» та ін.

Доведено, що культура здоров'я – це якісне утворення особистості, яке виявляється в єдності біологічних, психологічних, соціальних і духовних чинників, що визначають спосіб її життя і гуманістичний смисл буття.

У результаті плідної взаємодії культури здоров'я і професійної культури студента як майбутнього фахівця народжується система соціокультурних якостей – своєрідна програма моральних настанов неруйнівного ставлення людини до здоров'я і свого оточення – соціально задана, ціннісно обґрунтована, історично набута, індивідуально освоєна.

Основні сфери реалізації культури здоров'я студентів як майбутніх фахівців: пропаганда здорового способу життя; вирішення проблем, які мають здоров'язбережувальний зміст (шкідливі звички, наркозалежність, алкозалежність, інвалідність, профілактика ВІЛ-інфекції, гепатитів, туберкульозу та інших соціально небезпечних хвороб тощо); розробка програм і проектів, спрямованих на вирішення актуальних здоров'язбережувальних проблем.

Здоров'я – багатовимірне, багатогранне поняття. Визначення, сформульоване ВООЗ: здоров'я – стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб чи фізичних вад.

Наше здоров'я залежить від таких основних чинників: спадковості – на 20%; рівня медицини – на 10%; екології – на 20%; способу життя – на 50%.

Вправа «Скріпка»

Мета: проілюструвати наочно незворотність змін при порушенні здоров'я.

1. Роздайте кожному з учасників звичайну канцелярську скріпку та запропонуйте розігнути її.

2. Наступним кроком запропонуйте відновити скріпку.

3. Поговоріть з групою про невідворотність змін. Як видно з експерименту відновити первинний вигляд скріпки неможливо. Проведіть аналогію зі здоров'ям людини. Якщо людина втрачає своє здоров'я, то, навіть користуючись самими сучасними методами та засобами медицини, не завжди можна відновитися без будь-яких наслідків.

4. Підведіть групу до висновку, що порушене здоров'я неможливо повністю відновити. Завжди потрібно пам'ятати про істину, що збереження здоров'я та його профілактика завжди ефективніше, ніж лікування, навіть саме сучасне.

Узагальнення сучасних підходів до розуміння здоров'я можна представити у такій інтерпретації.

Здоров'я – це:

- *довге життя* (наповнити життя роками);
- *бути здоровим якомога довше* (наповнити роки життям);
- *розвинути свій потенціал* (наповнити життя життям).

У контексті сучасних поглядів на здоров'я як феномена, що інтегрує принаймні 4 його сфери: фізичну, психічну (розумову), соціальну (суспільну) і духовну, таке розуміння цього поняття і відповідно дії, поведінка не можуть забезпечити благополуччя всіх складових здоров'я.

Здоровий спосіб життя – усвідомлене, відповідальне, активне ставлення до власного здоров'я, метою якого є формування, збереження і зміцнення всіх складових здоров'я.

Людське здоров'я та життя – найбільші життєві цінності, вартість яких складно оцінити. Відповідальне ставлення до їх збереження та покращення – найбільше, що людина може зробити для себе та оточуючих.

Доречно пригадати висловлювання автора системи природного оздоровлення Г.Шаталової: «Людський організм – найдосконаліша цілісна система, що саморегулюється і самооновлюється. Не заважайте йому своїм нездоровим, що йде врозріз із приписами природи, способом життя, і він віддячить вам гармонією повного духовного, психічного та фізичного здоров'я».

Далі тренер акцентує увагу учасників у наведеному визначенні поняття на *«відповідальне ставлення»*.

Тренер запитує учасників, як вони розуміють поняття «відповідальність». А потім пропонує таке визначення:

«Відповідальність – означає покладений на когось або взятий на себе обов'язок відповідати за певну ділянку роботи, справу, дії, вчинки, слова».

Тренер пропонує учасникам подумати: за яких умов людина здатна взяти на себе відповідальність.

Він звертає увагу учасників на те, що якщо розшифрувати по буквах дане поняття, то ключовими словами будуть: *ВІ – володіти інформацією, Д – думати, П – приймати рішення, О – освіта, В – вибір, І – індивідуальність, Д – діяти, А – активність, Л – любов до себе, інших, світу, Н – незалежність, І – інтелект, С – сприяти, Т – творити.*

І ці ключові слова виражають ті умови, за яких людина може бути відповідальною. Тобто людина бере на себе відповідальність, коли вона володіє інформацією, з Любов'ю відноситься до себе, особистого здоров'я, інших, володіє навичками прийняття рішень, займає активну позицію.

Існують 4 принципи відповідальності:

1. *Я відповідаю за все, що роблю.* Якщо роблю щось не так, то визнаю свою помилку і не намагаюсь перекласти провину на іншого.
2. *Я відповідаю за свою освіту і здоров'я;* інші не повинні робити за мене те, що я спроможний зробити для себе сам.
3. *Я відповідаю за свої стосунки з людьми.*
4. *Я відповідаю за Землю:* я повинен до неї дбайливо ставитися. Я маю зробити все, щоб зберегти природу для майбутніх поколінь.

VIII. Руханка «Погода в Чернівцях» (5 хв.)

Мета: зняття емоційного напруження, здоров'язберігаюча технологія.

Хід гри: учасники заняття встають по колу, повернувшись в один бік, поклали руки на плечі свого сусіда, виконуємо рухи руками.

Вийшло сонце – кругове проглажування,
 Подув легенький вітер – повільні вертикальні рухи,
 Подув сильний вітер – швидкі вертикальні рухи,
 Дощ – плескати,
 Сильний дощ – сильніше плескати,
 Подув сильний вітер – швидкі вертикальні рухи,
 Подув легенький вітер – повільні вертикальні рухи,
 Вийшло сонце – кругове прогладжування.

IX. Вправа «Квітка-порада» (5 хв.)

Мета: закріпити поданий інформаційний матеріал, сприяти самоаналізу.

Хід вправи: тренер дає учасникам тренінгу пелюстки паперової квітки, поділивши учасників на три групи за учбовими порадами року, I група записує поради батькам, II – дітям, III – вчителям щодо збереження духовного, морального та фізичного здоров'я учасників педагогічного процесу.

Коли всі учасники виконали завдання, відбувається обговорення.

***Поради щодо збереження духовного, морального та фізичного
 здоров'я учасників педагогічного процесу***

Дихальна гімнастика

Глибоке дихання. Зробіть глибокий вдих, випинаючи живіт вперед до відчуття участі у цьому діафрагми. Тепер трохи повільніше видихуйте повітря до втягування живота всередину. При цьому уявляйте, що ви вдихаєте цілющий кисень – здоров'я, спокій, а видихаєте непотрібне організму – хворобливість і хвилювання.

Дихання «ха».

Станьте, ноги поставте нарізно. Повільно піднімайте обидві руки над головою, зробіть глибокий вдих і затримайте дихання на 5-10 секунд (можна рахувати до 10-20). Після цього, різко опускаючи руки вниз, нахиліться вперед і видихніть максимум повітря із звуком «ха».

Продовж. додатка Ж

Виконайте цю вправу декілька разів, після цього ви відчуєте, що хвилювання зменшилось, з'явилась впевненість у собі.

Вправа на зняття тремтіння рук.

Станьте прямо, ноги поставте нарізно, різко видихніть. Піднімаючи руки вперед долонями догори, зробіть повільний, але повний вдих і затримайте дихання. Стисніть пальці в кулаки. Швидко наблизивши їх до плечей, і, начебто переборюючи опір, з великим зусиллям розправте руки. Потім з видихом опустіть руки та розслабте їх, нахилившись уперед.

Ця вправа знімає тремтіння рук, викликає впевненість у собі.

Фізичні навантаження

Вченими доведено, що найкращими засобами для зняття нервового напруження є фізичні навантаження – фізична культура та фізична праця. Отже, поки у вас поганий настрій, ідіть на спортмайданчик, грайте у футбол, волейбол, теніс. Добре знімає психологічне напруження робота на городі, в саду. Та особливо дієвим засобом зняття нервового напруження є аеробіка, яка поєднує ритми людини і рухів.

Домашній затишок, спілкування з домашніми улюбленицями, хобі.

Якщо вам дуже важко і здається, що й жити не хочеться, ідіть додому. Вдома буде легше, особливо, якщо у вас є домашні улюбленці: кішка, собака, акваріумні рибки, папужка. Поспілкуйтесь з ними, це зніме нервове напруження. Хорошими помічниками є також кімнатні рослини, за якими ви любите доглядати. У кризовий період гарно заспокоює улюблене заняття: вишивання, в'язання, шиття, плетіння.

Мистецтво

Заспокоїти свої нерви та просто відпочити допоможе відвідування музеїв, виставок живопису, театру, концертів. Великий вплив на психіку людини має також художнє слово. Зменшенню психологічного напруження сприяє читання цікавої книги. Якщо у вас є улюблені кінофільми, то влаштуйте собі їх перегляд, зручно вмотивившись на дивані.

Гумор, сміх

З давніх-давен відомо, що посмішка, сміх, жарт, гумор знімають напруження. Тому, коли у вас поганий настрій, прочитайте гумореску, відвідайте цирк, подивіться кінокомедію.

Кольоротерапія

На початку ХХ століття російський вчений Ф. Шмідт писав, що колір сам по собі, незалежно від предмета, якому він властивий, має на глядача певний психофізіологічний вплив.

Заспокоюють нервову систему зеленій і жовто-зеленій та зелено-голубий кольори. Добре, коли вдома стіни пофарбовані у ці кольори. А якщо ні, то потрібно подивитись на якусь річ яка має заспокійливі кольори. І нервове напруження поступово спаде.

Спілкування з природою

Природа дивує своєю симетрією, різними варіантами пропорцій. Краплина роси чи сніжинка світиться і блищить на сонці, створюючи явище веселкового сяйва. Дзвінки весняні струмки, серпанок, краплини ранкової роси, тихий вітерець, шелест листя, степовий чи лісовий аромат – все це має великий вплив на людину, особливо дітей.

Природа заспокоює нервову систему і робить людину добрішою.

Отже, коли у вас поганий настрій, ви дуже втомлені, відпочиньте серед природи.

Музикотерапія

Людам здавна відомо про цілющі властивості музики. У наш час музика широко використовується в лікуванні нервової системи.

Психолого-педагогічні умови для реалізації:

- ставлення до особистості дитини як до суб'єкта виховання;
- комунікативна, інтерактивна взаємодія всіх суб'єктів виховного процесу;
- створення необхідних умов для розвитку творчого потенціалу особистості, перспектив її саморозвитку в колективі;
- захист і підтримка інтересів особистості дитини;
- самоідентифікація та суспільно-значиме особистісне самовизначення дитини;
- стимулювання ініціативності та життєвої активності дитини;
- створення і набуття практичних навичок, необхідних для особистісної гармонізації;
- інтеграція виховних впливів освітнього середовища;
- практичне спрямування виховного процесу навчального закладу;
- культивування цінностей особистості.

Х. Тест «Мандрівка» (10 хв.)

Правила проведення: запропонуйте дорослому уявити, як вони мандрують по уявному маршруту. Відповіді бажано записати.

1. Ти йдеш по лісу. Який цей ліс? Яка погода? З ким ти?
2. Ти виходиш на галявину та бачиш джерельце. Яке воно? Ти до нього підійдеш? Будеш пити з нього?
3. Раптом на галявину вискакує звір. Який він? Що він робить? А що робиш ти?
4. Ти йдеш далі. По дорозі потрапляєш на берег річки. Яка вона? Ти будеш перебиратись на інший берег, чи залишишся на цьому березі? Якщо будеш перебиратись, то яким чином?
5. Ти опинився на другій стороні (або залишився на цій) та натрапив на будинок. Який цей будинок?
6. Ти заходиш до будинку. Подивись навколо та розкажи про нього. В яку ти кімнату зайшов спочатку? Які ще є кімнати? Ти підеш в підвал, на горище? Розкажи про них. Що там лежить або хто там живе?

7. Ти виходиш з дому з іншої сторони та йдеш по стежці. Попереду тебе – паркан. Ти намагатимешся потрапити на іншу сторону? Якщо так, то яким чином?

8. Ти довго йшов і на кінець потрапив на берег моря. Над морем літають чайки. Далеко вони чи близько? Як вони себе поводять?

9. У морі ти бачиш корабель. Який він? Як далеко від берега? Ти будеш до нього добиратись?

Інтерпретація символів:

Ліс. Символізує те, як людина сприймає саме життя та свій рух по ньому. Зверніть увагу на сам ліс – наскільки людині комфортно в ньому, світло, цікаво.

Джерельце. Це сприйняття всього нового, що приносить нам життя. Якщо людина бачить брудне джерело, то більш за все вона не звикла чекати від життя радості та милості.

Звір. Це те, як людина бачить інших людей. Хто першим іде на контакт – людина чи тварина? Чи вони ігнорують одне одного? Так ви зможете проаналізувати стосунки між людиною та соціумом.

Річка і паркан. Це символи перешкод. Як людина їх сприймає? Чи хоче їх здолати або буде здаватися, зупиниться на місці?

Будинок. Це символ сім'ї. Який цей будинок: чистий, затишний чи брудний, захаращений? Важливо, на яку деталь людина звертає увагу – дах з дірками, відкриті чи закриті вхідні двері. Якщо при описі кімнат якась кімната не згадується взагалі, це значить, що якась сфера життя чи якась людина підсвідомо ігнорується. **Горище** – це знання, навички та вміння. Добре, коли воно уявляється акуратним, де все розкладено по полицям. Або там живуть веселі коти або добрі птахи – це свідчить про розвиток уяви та фантазії. Якщо горище захаращене, то це свідчить про наявність «сміття» в голові. **Підвал** – це підсвідомість. Якщо людина залюбки «лізе» у підвал і з задоволенням там знаходиться – то, більш за все, підсвідомі страхи її не дуже тривожать.

Чайки на морі. Це родичі. Подивіться, яка в них поведінка, де вони.

Корабель. Це заповітна мрія. Якщо ви його бачите ясно та чітко – це означає, що ви знаєте, чого хочете. А якщо корабель розбитий, то це явна ознака розчарування. Ще гірше, якщо людина говорить про корабель із сумом або відразу описує перешкоди – немає човна, щоб добратися, немає бажання до нього плисти і т. ін. – це говорить про те, що людина не вірить у власні сили.

XI. Підсумок (5 хв.)

1. Вправа «Мікрофон» (3 хв.)

Мета: отримання зворотного зв'язку від групи, розвиток комунікативних навичок.

Хід вправи:

Тренер пропонує учасникам по черзі висловити в мікрофон свої враження від тренінгу, що нового вони дізналися, навчилися, що було цікаво, а що – ні. Якщо їх очікування здійснилися, то липкі аркуші паперу, де на початку тренінгу записували свої очікування, з першої сторінки книги переносять на другу. Вправа закінчується, коли мікрофон обійде всіх учасників тренінгу.

2. Притча: «Банка життя» (2 хв.)

Мета: показати важливість комунікативних, перцептивних здібностей, уважності.

– «Одного разу професор філософії на своїй черговій лекції взяв велику п'ятилітрову скляну банку й наповнив її каменями, кожний з яких був не менше трьох сантиметрів у діаметрі. Після чого запитав студентів, чи повна банка? Всі відповіли: так, повна. Тоді він відкрив банку горошку й висипав її вміст у більшу банку. Горошок зайняв вільне місце між каменями. Ще раз професор запитав студентів, чи повна банка?

Всі відповіли: так.

Тоді він взяв коробку з піском, і висипав її в банку. Природно, пісок зайняв повністю існуюче вільне місце.

У черговий раз професор запитав студентів, чи повна банка? Відповіли: так, і цього разу однозначно, вона повна.

Тоді з-під стола він дістав склянку із водою й вилив її в банку до останньої краплі, розмочуючи пісок.

Студенти засміялися.

А зараз я хочу, щоб ви зрозуміли, що банка – це ваше життя. Камені – це найважливіші речі вашого життя: родина, здоров'я, друзі, діти – все те, що необхідно, щоб ваше життя залишалося повним навіть у випадку, якщо все інше втратиться. Горошок – це речі, які особисто для вас стали важливими: робота, дім, автомобіль. Пісок – це все інше, дрібниці.

Якщо спочатку наповнити банку піском, не залишиться місця, де могли б розміститися горошок і камені. І також у вашому житті, якщо витратити увесь час і всю енергію на дрібниці, не залишається місця для найважливіших речей. Займайтеся тим, що вам приносить щастя: грайте з вашими дітьми, приділяйте час дружинам, зустрічайтеся із друзями. Завжди буде ще час, щоб попрацювати, зайнятися прибиранням будинку, полагодити й помити автомобіль. Займайтеся, насамперед, каменями, тобто найважливішими речами в житті; визначте ваші пріоритети: інше – це тільки пісок.

Тоді одна студентка запитала професора, яке значення має вода?

Професор посміхнувся.

– Я радий, що ви запитали мене про це. Я це зробив для того, щоб довести вам, що, як би не було ваше життя зайняте, завжди є трохи місця для дозвілля».

Обговорення і аналіз «Притчі...» учасниками тренінгу.

Вправа «Модель здоров'я»

Мета: актуалізувати відчуття важливості здоров'я, розуміння складності його досягнення й збереження та необхідності дбайливого та відповідального ставлення до нього.

Хід вправи:

За допомогою гри «Фруктовий сад» ведучий поєднує учасників у три групи. Для цього пропонується стати в коло і назвати дерева, що там ростуть: яблуня, черешня, груша, учасники називають по порядку дерева, а потім за їх назвою створюють групи. Кожна з них отримує лист паперу і завдання – зобразити модель здоров'я. Кожна з груп зображує свій малюнок, куди вкладає певний зміст і показує його, пояснюючи зміст, який було втілено.

Обговорення вправи. Групи порівнюють свої роботи та дають відповіді на запитання:

- Які думки у вас виникли під час виконання роботи?
- Як ви думаєте, що найважливіше для вашого здоров'я?

Після презентації вправи ведучий пропонує всім уявити собі ті шкідливі, руйнівні фактори, які є в нашому житті, що впливають на здоров'я людини. Отже, у нас є багато ідей щодо реалізації здорового способу життя і тільки від нас самих залежить, як його зберегти. Ведучий пропонує учасникам розказати, що вони відчували, коли створювали модель здоров'я.

Потім групам пропонується помінятися аркушами паперу з малюнками «Модель здоров'я». Зіпсувати малюнок протилежної команди. Студенти легко псують чужу роботу. Але на певному етапі розуміють, що з їхнім малюнком роблять те ж саме. Після закінчення роботи розглядаються «Моделі здоров'я», що зіпсовані.

Обговорення вправи. Пропонується дати відповіді на такі запитання:

- Що ви відчували, коли руйнували чужу «Модель здоров'я»?
- Що ви відчували, коли отримали свою модель зруйнованою?
- Чи можна відновити те, що вже зруйноване?

Виявляється, що зіпсувати здоров'я іншим людям значно легше. Треба навчитись берегти не тільки своє здоров'я, а й оточуючих людей. Дим від куріння однієї людини вражає також інших людей, тому що вони стають пасивними курцями. Після обговорення, коли висловили всі бажані свою думку, ведучий пропонує результати наукових досліджень щодо вагомості впливу різноманітних факторів на здоров'я людини.

XI. Групове прощання. Вправа «Рука дружби» (5 хв.)

Обведіть на своєму аркуші праву руку, підпишіть своє прізвище і передайте по колу своєму сусідові, де кожен напише свої побажання. Вправа продовжується до тих пір, поки «своя» рука не повернеться до її власника.

Література:

1. Авідон І., Гончукова О. 100 розминок, які прикрасять ваш тренінг. Санкт-Петербург : Мова, 2010.
2. Журба К.О. Основи сучасного гуманістичного виховання. *Педагогічний вісник*. 2007. № 4.
3. Кірейчева Є.В., Кірейчев А.В. Психологічний тренінг розвитку Я-концепції. Ялта, 2006.
4. Пузіков В.Г. Технологія ведення тренінгу. М., 2007.
5. Саковіч Н.А. Методичка з арт-терапії. СПб., 2005.
6. Самоукина Н.В. Психологічний тренінг для вчителя. М., 2006.

Додаток 3

Діагностичний інструментарій для встановлення рівня сформованості показників культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури

Мотиваційно-ціннісний компонент

Анкета для з'ясування розуміння майбутніми учителями фізичної культури важливості культури здоров'я для професійної діяльності

[розроблено автором]

Шановний студенте!

Просимо відповісти на запитання анкети щодо важливості культури здоров'я для вашої професійної діяльності, розкривши своє ставлення до необхідності формування зазначеної властивості під час навчання.

1. Чи вважаєте Ви культуру здоров'я важливою у своїй подальшій професійній діяльності?

2. Чим можете це обґрунтувати?

3. Чому, на Вашу думку, майбутній учитель фізичної культури повинен мати високий рівень культури здоров'я?

4. Що, на Вашу думку, свідчить про високий рівень культури здоров'я у педагога, який займається фізичним вихованням?

5. Чи працюєте Ви над формуванням у себе культури здоров'я самостійно?

6. Що, на Вашу думку, потрібно робити, для того, щоб підвищити рівень культури здоров'я?

7. Як би Ви оцінили свій рівень теоретичної та практичної підготовки у питаннях, які стосуються практичного формування культури здоров'я?

8. Що, на Вашу думку, заважає Вам підвищити свій рівень культури здоров'я?

9. Що потрібно змінити у Вашому навчальному закладі для того, що підвищити рівень культури здоров'я у студентів?

Дякуємо за співпрацю!

Тест «Ціннісні орієнтації» (М. Рокича)

[адаптовано автором]

Методика «Ціннісні орієнтації», розроблена Мілтоном Рокичем як тест особистості, спрямований на вивчення ціннісно-мотиваційної сфери людини. Ціннісні орієнтації визначають змістовну сторону спрямованості особистості і складають основу її відносин до навколишнього світу, до інших людей, до себе самої, основу світогляду і ядро мотивації життєвої активності, основу життєвої концепції і «філософії життя».

Тестування базується на прямому ранжуванні списку цінностей. Автор розрізняє два класи цінностей: 1) Термінальні – переконання в тому, що кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути. Вони представлені набором з 18 цінностей; 2) Інструментальні – переконання в тому, що якийсь образ дій або властивість особистості є кращим у будь-якій ситуації. Матеріал також представлений набором з 18 цінностей.

Обстеження краще проводити індивідуально, але можливо і групове тестування. Респонденту пред'явлені два списки цінностей (по 18 у кожному), або на аркушах паперу в алфавітному порядку, або на картках. У списках випробуваний присвоює кожній цінності ранговий номер, а картки розкладає по порядку значущості.

Спочатку пред'являється набір термінальних, а потім набір інструментальних цінностей. Робіть не поспішаючи, вдумливо. Якщо в процесі роботи Ви зміните свою думку, то можете виправити свої відповіді, помінявши картки місцями. Кінцевий результат повинен відображати Вашу справжню позицію.

Список А (термінальні цінності):

- 1) активне діяльне життя (повнота та емоційна насиченість життя);
- 2) життєва мудрість (зрілість суджень та здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом);
- 3) здоров'я (фізичне і психічне);

- 4) цікава робота;
- 5) краса природи і мистецтва (переживання прекрасного в природі та в мистецтві);
- 6) любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною);
- 7) матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів);
- 8) наявність хороших і вірних друзів;
- 9) суспільне визнання (повага оточуючих, колективу, товаришів по роботі);
- 10) пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуальний розвиток);
- 11) продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил та здібностей);
- 12) розвиток (робота над собою, постійне фізичне й духовне вдосконалення);
- 13) розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків);
- 14) свобода (самостійність, незалежність у судженнях вчинках);
- 15) щасливе сімейне життя;
- 16) щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалення інших людей, всього народу, людства в цілому);
- 17) творчість (можливість творчої діяльності);
- 18) впевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів).

Список Б (інструментальні цінності):

- 1) акуратність (охайність), уміння тримати в порядку речі, порядок у справах;
- 2) вихованість (хороші манери);
- 3) високі запити (високі вимоги до життя і високі домагання);

- 4) життєрадісність (почуття гумору);
- 5) старанність (дисциплінованість);
- 6) незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче);
- 7) непримиренність до недоліків в собі та інших;
- 8) освіченість (широта знань, висока загальна культура);
- 9) відповідальність (почуття обов'язку, вміння тримати своє слово);
- 10) раціоналізм (вміння тверезо і логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення);
- 11) самоконтроль (стриманість, самодисципліна);
- 12) сміливість у відстоюванні своєї думки, поглядів;
- 13) тверда воля (уміння наполягти на своєму, не відступати перед труднощами);
- 14) терпимість (до поглядів і думок інших, вміння прощати іншим їхні помилки);
- 15) широта поглядів (уміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички);
- 16) чесність (правдивість, щирість);
- 17) ефективність у справах (працьовитість, продуктивність в роботі);
- 18) чуйність (дбайливість).

Анкетування «Діагностика навчальної мотивації студентів»

Шановний студенте, з метою визначення навчальної мотивації просимо вас дати відповіді на запитання анкети

Інструкція

Оцініть за 5-бальною системою наведені мотиви навчальної діяльності по значимості для Вас: 1-бал відповідає мінімальній значущості, 5-балів максимальній.

Запитання анкетування

1. Вчуся, тому, що мені подобається.
2. Щоб забезпечити успішність майбутньої професійної діяльності.

3. Хочу стати хорошим фахівцем.
4. Щоб дати відповіді на актуальні питання, що належать до сфери майбутньої професійної діяльності.
5. Хочу повною мірою використовувати наявні у мене задатки, здібності і схильності до обраної професії.
6. Щоб не відставати від друзів.
7. Щоб працювати з людьми треба мати глибокі, всебічні знання з КЗ.
8. Тому, що хочу бути в числі кращих студентів.
9. Тому що хочу, щоб моя група стала кращою.
10. Щоб спілкуватися з цікавими людьми.
11. Тому що отримані знання дозволяють мені досягнути поставленої мети.
12. Після закінчення навчання хочу бути перспективним учителем та влаштуватися на роботу.
13. Щоб уникнути осуду і покарання за погане навчання.
14. Хочу, щоб мене поважали в навчальному колективі.
15. Не хочу відставати від однокурсників, не хочу опинитися серед відстаючих.
16. Тому, що від успіхів в навчанні залежить рівень моєї матеріальної забезпеченості в майбутньому.
17. Успішно вчитися, скласти іспити на «добре» і «відмінно».
18. Хочу максимальної творчої реалізації.
19. Попав на навчання у ЗВО, тому змушений вчитися, щоб закінчити його.
20. Бути постійно готовим до навчальних занять.
21. Щоб отримати міцні та глибокі знання.
22. Успішно продовжити навчання після закінчення, щоб підвищити свій рівень професійної освіти.

23. Брати участь в студентських професійних конференціях, займатися дослідницькою діяльністю.

24. Виконувати проектні роботи, готувати реферативні доповіді, проводити виступи з досліджуваної проблеми.

Обробка результатів тесту

Шкала 1. Комунікативні мотиви: 7,10,14.

Шкала 2. Мотив уникнення: 6,12,13,15,19.

Шкала 3. Мотиви престижу: 8,9,16,19.

Шкала 4: Професійні мотиви: 1,2,3,4,5,12,22

Шкала 5: Мотиви творчої реалізації: 18,23, 24

Шкала 6: Навчально-пізнавальні мотиви: 7,8,9,10,11,17,20,21.

ДЯКУЄМО ЗА РОБОТУ!

Інформаційно-пізнавальний компонент

Комплексне опитування для визначення теоретичних знань про культуру здоров'я та її складові

[розроблено автором]

ПІБ _____	
I. Ви вважаєте свою фізичну активність:	
1	Нормальною
2	Недостатньою
3	Надмірною
II. Як ви збільшуєте свою рухову активність:	
1	Намагаюсь більше ходити пішки
2	Виконую багато хатньої роботи
3	Займаюсь фізичною культурою
4	Ніяк
III. Ви вважаєте, що для вашого зросту вага Вашого тіла є:	
1	Нормальною
2	Недостатньою
3	Надмірною
4	Дуже надмірною

IV. Які способи для формування культури здоров'я Ви вважаєте найефективнішими:	
1	Регуляція раціону харчування
2	Заняття фізичною культурою
3	Поєднання фізичних навантажень з контролем харчування
4	Використання фармацевтичних препаратів, що регулюють масу тіла
V. Які зміни у харчуванні Ви вважаєте найбільш ефективними для корекції маси тіла:	
1	Дотримання певної дієти
2	Влаштування голодних днів
3	Обмеження вживання певних продуктів харчування
4	«Не їсти» після 18-00 год.
5	Інше
VI. Як ви реагуєте на стрес:	
1	Не контролюю прийом їжі (як правило збільшую її кількість)
2	Відмовляюся від їжі
3	Вживаю алкогольні напої
4	Палю цигарки
5	Намагаюсь зайнятися фізичною працею або спортом
6	Інше
VII. Який вид фізичної активності Ви вважаєте найбільш ефективним для корекції маси тіла:	
1	Аеробіка, танці
2	Біг
3	Їзда на велосипеді
4	Виконання вправ з обтяженнями у тренажерному залі
5	Будь-яка фізична активність
6	Не знаю
7	Інше
VIII. Якому опису відповідає Ваша уява про ідеальну тілобудову:	
1	Низький вміст жиру і м'язової маси
2	Низький вміст жиру, середній розвиток м'язів
3	Низький вміст жиру, високий рівень розвитку м'язів
4	Середній вміст жиру, низький рівень розвитку м'язів
5	Середній вміст жиру, середній розвиток м'язів
6	Середній вміст жиру, високий рівень розвитку м'язів
7	Високий вміст жиру, низький рівень розвитку м'язів
8	Високий вміст жиру, середній розвиток м'язів
9	Високий вміст жиру, високий рівень розвитку м'язів

**Методика незакінчених речень для визначення ступеня обізнаності
студентів щодо сутності культури здоров'я**

[розроблено автором]

Шановний студенте!

Просимо Вас продовжити речення.

1. Культура здоров'я – це ...
2. Сформована культура здоров'я потрібна для того, щоб ...
3. Для того, щоб ефективно формувати у своїх вихованців високий рівень культури здоров'я, майбутній учитель фізичної культури повинен знати...
4. Про сформованість культури здоров'я свідчить...
5. Основні складові культури здоров'я охоплюють ...

**Письмова робота для оцінювання загального світогляду майбутніх
учителів фізичної культури**

[розроблено автором]

спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура)

(денної, заочної форм навчання) з навчальних дисциплін:

**«Педагогіка», «Теорія і методика фізичного виховання», «Медико-біологічні основи фізичної культури», «Методика викладання предмета
«Основи здоров'я»»**

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

На основі письмової роботи планується встановлення відповідності якості здобутої вищої освіти, рівня набутих професійних компетентностей випускника ЗВО відповідно до вимог галузевих стандартів за спеціальністю. Принципами формування і реалізації системи засобів атестації якості знань бакалавра зі спеціальності 014 «Середня освіта (фізична культура)» є: комплексність, актуальність, взаємозамінність, взаємодоповнюваність,

інформативність, дієвість, індивідуальність, диференційованість, об'єктивність, відкритість, єдність вимог, предметність, інноваційність, варіативність. Проводиться на підставі оцінювання якості засвоєння освітньо-професійної програми, рівня здобутих професійних знань, ступеня сформованості системи професійних компетентностей, передбачених галузевими стандартами вищої освіти з спеціальності 014 «Середня освіта (фізична культура)».

Блок навчальних дисциплін (педагогіка; теорія і методика фізичного виховання; медико-біологічні основи фізичної культури; методика викладання предмета «Основи здоров'я» та ситуативні завдання) охоплює цикл дисциплін освітньо програми галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» спеціальності 014 «Середня освіта (фізична культура)».

Відповідь студента оцінювалися за розробленими критеріями, якими враховується фундаментальність, оздоровчо-педагогічне бачення, культура здоров'я, конструктивний підхід та інтелект студента.

1. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1. Опишіть предмет вивчення теорії фізичного виховання та її зв'язок з іншими науками, які вивчають процес фізичного виховання.
2. Опишіть методику організації занять за методом колового тренування.
3. Опишіть мету визначення загальної і моторної щільності уроку.
4. Дайте визначення поняття та різновидів прояву силових здібностей і факторів, що зумовлюють силові можливості людини.
5. Охарактеризуйте організаційні форми фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку в початковій школі.
6. Дайте характеристику фізичних вправ як основного засобу фізичного виховання в системі впливів на організм.
7. Назвіть оздоровчі сили природи, гігієнічні фактори, виробничі і побутові рухові дії, що виступають, як допоміжні засоби в системі впливів на організм.

8. Опишіть контрольні якісні показники рівня фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку.
9. Дайте характеристику особливостей методики використання рухових ігор і забав у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку.
10. Дайте характеристику урочних форм занять з фізичного виховання у школі.
11. Назвіть методичні вимоги щодо добору фізичних вправ ранкової гімнастики та її проведення.
12. Дайте загальну характеристику витривалості як фізичної якості людини, та факторів, що зумовлюють витривалість людини.
13. Опишіть методику проведення фізкультурно-оздоровчих свят з дітьми, їх планування та організацію проведення.
14. Дайте характеристику принципів фізичного виховання.
15. Дайте загальну характеристику гнучкості як фізичної якості людини та факторів, що зумовлюють її прояв.
16. Опишіть класифікацію методів фізичного виховання та опишіть методи і методичні прийоми.
17. Дайте визначення поняття «спритність» і її загальну характеристику, віковий період розвитку і контроль.
18. Дайте характеристику форм організації занять з фізичної культури у режимі навчального дня (гімнастика до занять, фізкультхвилинки, фізкультпаузи, рухливі перерви).
19. Дайте характеристику масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів у школі та їх завдань.
20. Дайте характеристику методів демонстрації, опишіть сферу їх застосування.

21. Дайте загальну характеристику фізичних якостей: їх «розвиток» і «виховання», якості і здібності, гетерохронність розвитку, єдність навчання і виховання якостей, комплексний підхід до виховання, вікові періоди.
22. Опишіть методику педагогічних спостережень (візуальні спостереження, хронометраж уроку, визначення фізіологічної кривої навантаження).
23. Дайте характеристику відпочинку як фактору тренувального впливу на організм.
24. Дайте характеристику особливостей методики проведення уроку та позакласних форм ФВ для школярів із ослабленим здоров'ям.
25. Опишіть технологію складання конспекту урочних форм занять та проаналізуйте методику їх проведення.

2. МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я»

1. Охарактеризуйте сутність, структуру й етапи навчання основ здоров'я у загальноосвітніх навчальних закладах.
2. Опишіть, що передбачає і уможливорює співпраця учнів, педагогів та сім'ї для реалізації програми інтегрованого предмета «Основи здоров'я».
3. Розкрийте стратегії, методи навчання основ здоров'я та загальні завдання змісту освіти з основ здоров'я.
4. Розкрийте, яких правил треба дотримуватися для ефективно організації домашньої роботи та які основні правила потрібні для виконання домашніх завдань.
5. Охарактеризуйте вплив алкоголю та наркотиків на репродуктивне здоров'я підлітків.
6. Опишіть, що належить до здоров'язберігаючих технологій у навчальному процесі.
7. Розкрийте фактори, які впливають на збереження працездатності учнів під час уроку.

8. Охарактеризуйте моменти, на які треба звернути увагу в бесідах з учнями та з їхніми батьками з приводу майбутніх екзаменів.
9. Дайте визначення понять «здоров'я», «культура здоров'я», «здоровий спосіб життя» та розкрийте їх зміст.
10. Охарактеризуйте, за якими змістовими лініями структурується програма «Основи здоров'я» для кожного класу початкової школи.
11. Охарактеризуйте, за якими розділами структуровано зміст програми «Основи здоров'я» для учнів 5-9 класів.
12. Розкрийте, які провідні лінії формування навичок здорового способу життя має створювати учитель у ході реалізації відповідних розділів програми «Основи здоров'я».
13. Охарактеризуйте, які групи понять формуються в учнів у процесі вивчення шкільного предмета «Основи здоров'я».
14. Опишіть основні поняття, які формують зміст шкільного предмета «Основи здоров'я»: «складові здоров'я»; «хвороба»; «третій стан».
15. Дайте визначення здоров'ю з точки зору Всесвітньої організації охорони здоров'я, з точки зору валеології та охарактеризуйте складові здоров'я.
16. Охарактеризуйте поняття «фізичне здоров'я людини». Назвіть показники фізичного здоров'я людини.
17. Охарактеризуйте поняття «психічне здоров'я людини». Назвіть показники психічного здоров'я людини.
18. Охарактеризуйте поняття «духовне здоров'я людини». Назвіть показники духовного здоров'я людини.
19. Охарактеризуйте поняття «соціальне здоров'я людини». Назвіть показники соціального здоров'я людини.
20. Назвіть принципи навчання основ здоров'я, дайте їх характеристику.
21. Назвіть та охарактеризуйте словесні методи навчання основ здоров'я.
22. Охарактеризуйте практичні та наочні методи навчання основ здоров'я.

23. Поясніть, у чому полягає виховання і навчання для формування навичок здорового способу життя.
24. Які особливості має педагогічний процес виховання щодо здорового способу життя.
25. Визначте роль педагогів-вихователів у попередженні тютюнопаління, алкоголізму, наркоманії і токсикоманії у дітей.

3. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

1. Опишіть структуру м'язового волокна та механізм скорочення скелетних м'язів.
2. Розкрийте відмінності між повільно-скоротливими та швидко-скоротливими м'язовими волокнами.
3. Охарактеризуйте нервову та гормональну регуляцію м'язової діяльності.
4. Охарактеризуйте фізичні вправи за їх видами (анаеробні вправи, аеробні вправи, циклічні та ациклічні вправи).
5. Охарактеризуйте вплив гормонів на обмін речовин та енергозабезпечення скелетних м'язів.
6. Наведіть методи корекції передстартових реакцій.
7. Охарактеризуйте термінові фізіологічні реакції на фізичне навантаження.
8. Розкрийте суть короткочасної та довготривалої адаптації до фізичних навантажень.
9. Опишіть адаптацію серцево-судинної системи до фізичного навантаження.
10. Опишіть адаптацію дихальної системи до фізичного навантаження.
11. Охарактеризуйте особливості тренувального процесу в умовах високогір'я.
12. Охарактеризуйте особливості тренувального процесу в умовах підвищеної та зниженої температури навколишнього середовища.
13. Розкрийте фізіологічні особливості спортивного тренування жінки-спортсменки.

14. Охарактеризуйте функціональні методи дослідження вегетативної нервової системи (проби із зміною положення тіла, Ашнера-Даніні, дермографічний рефлекс, індекс Кердо).
15. Дайте характеристику роботи лікарсько-фізкультурних диспансерів, центрів спортивної медицини і здоров'я, кабінетів лікарського контролю.
16. Опишіть структуру, обладнання і документацію лікарсько-фізкультурних диспансерів.
17. Охарактеризуйте принципи оцінки проб з фізичним навантаженням (визначення типів реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження, розрахунок гемодинамічних показників).
18. Розкрийте поняття допінгу. Порівняйте методики проведення антидопінгового контролю в командних та індивідуальних видах спорту.
19. Охарактеризуйте санітарно-гігієнічний контроль за місцями і умовами проведення тренувальних занять і змагань.
20. Розкрийте поняття «гостре фізичне перенапруження», його причини, основні ознаки, засоби невідкладної допомоги та профілактики.
21. Розкрийте поняття «хронічне фізичне перенапруження», його причини, основні ознаки, засоби невідкладної допомоги та профілактики.
22. Наведіть особливості лікарського контролю за дітьми, підлітками, жінками та особами похилого віку, що займаються фізичною культурою та спортом.
23. Опишіть методики проведення одномоментних і комбінованих проб з фізичним навантаженням, аналіз результатів.
24. Опишіть методики визначення фізичної працездатності спортсменів (PWC170, індекс Гарвардсько степ-тесту (ІГСТ)).
25. Опишіть зміни функціонального стану організму під час проведення проб з дозованим фізичним навантаженням.

4. ПЕДАГОГІКА

1. Охарактеризуйте методи науково-педагогічних досліджень у практиці вчителя (викладача) вашого фаху.
2. Обґрунтуйте поняття предмету педагогіка. Розкрийте її основні категорії та зв'язки з іншими науками.
3. Виділіть мету та завдання виховання учнів національної школи України. Державна програма «Освіта» (Україна ХХІ століття) про мету і завдання виховання.
4. Дайте характеристику методів навчання з групи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності.
5. Розкрийте основні положення педагогічного вчення Я. А. Коменського.
6. Аргументуйте важливість вивчення та врахування стану здоров'я школярів у процесі навчально-виховної роботи.
7. Розкрийте шляхи самоосвіти вчителя як засобу підвищення педагогічної майстерності.
8. Охарактеризуйте організаційні форми навчання та основні вимоги до екскурсії.
9. Дайте характеристику етапів підготовки учителя до уроку.
10. Охарактеризуйте види та визначте функції контролю знань учнів.
11. Назвіть вимоги та охарактеризуйте методи контролю знань учнів.
12. Сформулюйте предмет та основні категорії дидактики, історію розвитку дидактики.
13. Охарактеризуйте форми організації навчання та історію розвитку організаційних форм навчання.
14. Дайте характеристику групи методів стимулювання пізнавального інтересу та мотивації пізнавальної діяльності.
15. Розкрийте зміст освіти національної школи.
16. Виділіть основні принципи навчання та їх значення в професійній діяльності вчителя.

17. Охарактеризуйте нормативні документи, що визначають зміст освіти.
18. Доведіть, що урок – основна форма організації навчання. Визначте основні вимоги до уроку.
19. Охарактеризуйте суть процесу навчання, його завдання та структурні компоненти.
20. Охарактеризуйте діяльнісно-мотиваційний компонент навчання.
21. Назвіть основні етапи оволодіння знаннями, мотиви учіння, їх розвиток та формування.
22. Розкрийте форми позакласної роботи та доведіть важливість у підвищенні ефективності уроку та розвитку інтересів і здібностей дітей.
23. Опишіть методику підготовки та проведення позакласного виховного заходу (на конкретному прикладі).
24. Розкрийте особливості морального виховання учнів на загальнолюдських цінностях.
25. Дайте класифікацію основних напрямків змісту виховання та охарактеризуйте один з них за вибором.

5. СИТУАТИВНІ ЗАВДАННЯ

1. Підберіть засоби для удосконалення швидкісної витривалості учнів старших класів.
2. Побудуйте план двох варіантів підготовчої частини уроку фізичної культури.
3. Підберіть 2-3 рухливі гри для розвитку швидкості і спритності на свіжому повітрі для учнів 1-4 класів.
4. У класі 30 учнів. Інвентар: 15 малих м'ячів. Які методи організації діяльності учнів застосуєте при вивченні техніки метання малого м'яча?
5. Опишіть, які методи організації навчальної діяльності учнів застосуєте для підвищення моторної щільності уроку фізичної культури?
6. Складіть програму удосконалення максимальної сили шляхом збільшення м'язової маси для учнів старших класів.

7. Складіть комплекс фізичних вправ для профілактики захворювань опорно-рухового апарату дітей шкільного віку.
8. Підберіть засоби для удосконалення загальної витривалості учнів середніх класів.
9. Підберіть засоби для удосконалення швидкісної витривалості учнів старших класів.
10. Підберіть засоби для удосконалення силової витривалості учнів середніх та старших класів.
11. Складіть комплекс вправ для вдосконалення гнучкості.
12. Складіть календар ігор за системою з вибуванням для 10 команд.
13. Складіть календар ігор для 10 команд за коловою системою.
14. Складіть положення про змагання серед учнівських команд з баскетболу.
15. Складіть положення про змагання серед учнівських команд з волейболу.
16. Складіть положення про змагання серед учнівських команд з футболу.
17. Доберіть комплекс фізичних вправ для розвитку сили м'язів рук, ніг і живота із використанням інвентарю і обладнання: гімнастичні лави і стінка, нависні перекладини, скакалки.
18. Визначте методи організації діяльності учнів на уроці при вивченні техніки метання малого м'яча.
19. Складіть орієнтовний перелік питань для бесіди з учнями 1-4 класів на тему «Здоровий спосіб життя».
20. Складіть орієнтовний перелік питань для бесіди з учнями 5-9 класів на тему «Правила загартування».
21. Складіть тематичний план-графік з теоретичної підготовки шкільної спортивної секції.
22. Складіть комплекс вправ для ранкової гігієнічної гімнастики.
23. Складіть комплекс вправ для фізкультпаузи під час виконання домашніх завдань для учнів 5-9 класів.

24. Складіть «Правила безпеки на уроках фізичної культури» при вивченні розділу «Гімнастика».
25. Складіть «Правила безпеки на уроках фізичної культури» при вивченні розділу «Легка атлетика».

ЛІТЕРАТУРА

1. Антонік В.І., Антонік. І. П, Андріанов В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Професіонал», Центр учбової літератури, 2009. 336 с.
2. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі : навчальний посібник для студентів навчальних закладів 2-4 р. а. 2-е вид. перероб. і доп. К: Абетка-НОВА, 2002. 384 с.
3. Арєф'єв В. Г., Столітенко В. В. Фізичне виховання в школі : навч. посібник. Київ : ІЗМН. 1997. 52 с.
4. Вишневський О. І. Теоретичні основи сучасної української педагогіки : посібник для студентів вищих навчальних закладів. Дрогобич : Коло, 2003. 528 с.
5. Вільчковський Є. С. Теорія і практика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Львів : ВНТЛ, 1998. 336 с.
6. Волков Л. В. Спортивна підготовка дітей і підлітків. Київ : Вежа, 1998. 187 с.
7. Волкова Н. П. Педагогіка : навчальний посібник. 2-е вид. Київ : Академвидав, 2007. 616 с.
8. Зайцева В. М. Теорія спортивного тренування з основами методик : підручник для студентів ВНЗ. К., 2003. 173 с.
9. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». К., 1993. 22 с.
10. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. К., 1999. 232 с.
11. Линець М. М., Андрієнко Г. Н. Витривалість, здоров'я, працездатність. Львів, 1993.

12. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів : Штабор, 1997. 207 с.
13. Мудрик С. Б. Рухливі ігри на уроках фізичної культури. Луцьк : Надстир'я, 1996.
14. Папуша В. Г. Практикум з методики проведення уроків ФК та позаурочних форм ФВ в школі. Тернопіль, 2002.
15. Положення про колектив фізичної культури в школі (останнє видання).
16. Положення про фізичне виховання учнів загальноосвітньої школи (останнє видання).
17. Приступа Є. Н., Пилат В. С. Традиції української національної фізичної культури. Львів, 1991. 102 с.
18. Програма фізичного виховання учнів 1-11 класів (останнє видання).
19. Столітенко В. В., Воробей Г. В. Фізичне виховання молодших школярів. Київ : ІЗИН, 1997.
20. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т. Ю. Круцевич. Київ : Олімпійська література, 2003. 413 с.
21. Цьось А. В. Планування навчальної роботи з фізичної культури в школах 1-3 ступенів : навчальний посібник. Луцьк : Надстир'я, 1998. 364 с.
22. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2001. 272 с.
23. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2001. 248 с.
24. Ягупов В. В. Педагогіка : навч.посібник. Київ : Либідь, 2002. 560 с.

Варіант 1

1. Опишіть методику проведення фізкультурно-оздоровчих свят з дітьми, їх планування та організацію проведення.
2. Охарактеризуйте поняття «соціальне здоров'я людини». Назвіть показники соціального здоров'я людини.
3. Опишіть адаптацію серцево-судинної системи до фізичного навантаження.
4. Аргументуйте важливість вивчення та врахування стану здоров'я школярів у процесі навчально-виховної роботи.
5. Складіть орієнтовний перелік питань для бесіди з учнями 1-4 класів на тему «Здоровий спосіб життя».

Критерії оцінювання:

Відповіді студентів оцінюються за такими показниками: варіант (білет) складається з п'яти питань, які охоплювали теоретичний та практичний матеріал. Оцінювання результатів здійснюється у порядку, передбаченому прийнятою в ЗВО системою контролю знань (за національною (4-бальною) шкалою, 100-бальною та шкалою ЄКТС: «А», «В», «С», «D», «Е», «F_x» та «F»). Підсумкова оцінка визначається як середня з оцінок за кожен вид завдань за такими критеріями:

А (90-100) – 5 (відмінно) – студент міцно засвоїв теоретичний матеріал, глибоко і всебічно знає зміст навчальних дисциплін, володіє широким світоглядом, логічно мислить і будує відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, пов'язує програмовий матеріал із профілем.

В (82-89) – 4 (добре) – вище середнього – студент добре засвоїв теоретичний матеріал, аргументовано викладає його; висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу теоретичного змісту.

C (75-81) – 4 (добре) – загалом хороші знання – студент засвоїв теоретичний матеріал, не може аргументувати виклад матеріалу. Припускає помилки при аналізі викладу зміст матеріалу.

D (69-74) – 3 (задовільно) – непогано – студент в основному опанував теоретичні знання з навчальних дисциплін, але непереконливо відповідає, плутає поняття, виявляє неточності у знаннях не вміє оцінювати факти та явища, пов'язувати їх із майбутньою діяльністю.

E (50-68) – 3 (задовільно) – знання відповідають мінімальним критеріям, студент погано опанував теоретичні знання навчальних дисциплін, не розрізняє поняття.

F_x (35-49) – 2 (незадовільно) – необхідне повторне перескладання – студент слабо опанував навчальний матеріал з дисциплін, практично відсутнє наукове мислення, не знає наукових фактів, визначень.

Організаційно-діяльнісний компонент

Опитувальник «Оцінювання практичних умінь формувати культуру здоров'я»

[розроблено автором]

Бланк опитувальника:

1. Чи задоволені ви своєю практичною підготовкою?

- ✓ *Повністю задоволений*
- ✓ *Більше задоволений, ніж не задоволений*
- ✓ *Лише частково незадоволений*
- ✓ *Не задоволений зовсім*

2. Як часто у вас виникають сумніви щодо правильності власних дій?

- ✓ *Ніколи не виникають*
- ✓ *Часто*
- ✓ *Іноді*
- ✓ *Постійно*

3.. Якими методами ви часто користуєтесь у своїй діяльності по формуванню культури здоров'я?

- ✓ Експеримент
- ✓ Соціометрія
- ✓ Спостереження
- ✓ Анкетування
- ✓ Тренінг
- ✓ Бесіда
- ✓ Тестування
- ✓ Самонавіювання
- ✓ Свій варіант _____

4. Які із методів ви використовуєте під час формування культури здоров'я?

Більшою мірою: _____

Меншою мірою: _____

Діагностика сформованості проектувальних умінь

[розроблено автором]

Мета: визначити рівень проектувальних умінь у контексті формування КЗ.

Інформаційний інструктаж: Визначається рівень проектувальних умінь методом самооцінювання. Підсумкова оцінка виставляється як середнє арифметичне самооцінки за балами: 2; 3, 4, 5.

Бланк опитувальника

№	Уміння	бали			
		2	3	4	5
1	Уміння визначати конкретні протиріччя під час вивчення певного поняття чи явища, які стосуються культури здоров'я				
2	Уміння організувати власну самостійну роботу в контексті формування культури здоров'я				
3	Уміння висувати гіпотези для вирішення визначеної проблеми				

4	Уміння бачити різні шляхи вирішення проблеми формування культури здоров'я				
5	Уміння стимулювати інтерес, активність, мислення				
6	Уміння застосовувати науково-дослідницький метод у своїй діяльності				
7	Уміння проводити експеримент під час власної діяльності по формуванню культури здоров'я				
8	Уміння застосовувати нові інформаційні технології				
9	Уміння моделювати власну активну діяльність				
10	Уміння прогнозувати зміни стану навчальних досягнень у контексті культури здоров'я				
11	Уміння аналізувати свої стереотипи та змінювати їх				

Обробка результатів:

- ✓ низький рівень – 22 – 28 бали;
- ✓ середній рівень – 29 – 37 бали;
- ✓ достатній рівень – 38 – 46 балів;
- ✓ високий рівень – 47 – 55 балів.

**Програма спостереження за вмінням студентів
формувати культуру здоров'я учнів під час педагогічної практики
[розроблено автором]**

№	Студент уміє	оцінка від 2 до 5
1	Планувати формування пізнавального інтересу на уроці до розвитку КЗ	
2	Передбачати трудність навчального матеріалу для окремих учнів	
3	Проектувати індивідуальний підхід на уроці до учнів	
4	Враховувати, відбираючи навчальний матеріал, пізнавальні інтереси і потреби учнів щодо формування КЗ	
5	Вводити в навчальний матеріал цікаві факти з розрахунку на допитливість і цікавість учнів	
6	Насичувати урок матеріалом, який потребує роздумів та активного мислення щодо доцільності високого рівня КЗ	
7	Підбирати систему самостійної діяльності під час фізичного виховання, яка спрямована на формування КЗ	
8	Підбирати раціональні фізичні вправи для сильних і слабких учнів	
9	Виявляти ставлення учнів до КЗ та своєчасно реагувати	
10	Залучати учнів до пізнавальної роботи на всіх етапах уроку ФВ	
11	Використовувати на уроці наявні в учнів знання, вміння і навички	
12	Залучати учнів до активної здоров'язбережувальної діяльності	
13	Спонукаати учнів до формулювання пізнавальних запитань	
14	Організувати спільне обговорення питань, що стосують здорового способу життя	
15	Ускладнювати самостійні завдання щодо формування КЗ учнів в процесі уроку	
16	Навчати раціональних прийомів вирішення завдань, що пов'язані із формуванням КЗ засобами ФВ	
17	Використовувати різноманітні форми заохочення та формувати віру в свої можливості під час формування КЗ	
18	Створювати емоційно-позитивне ставлення до КЗ	
19	Урізноманітнювати форми домашніх завдань, які прямо чи опосередковано стосуються формування КЗ на основі засобів ФВ	

Особистісно-емоційний компонент**Методика визначення рівня фізичного стану**

[адаптовано автором]

Алгоритм виконання

1. Оцінити рівень фізичного стану, масу тіла, ризик розвитку серцево-судинних захворювань.

Досліджуваний _____
(прізвище, ім'я, по батькові)

курс _____, група _____

Вік (років) _____

Маса тіла (кг) _____

Довжина тіла (см) _____

Медична група _____

Артеріальний тиск у спокої _____

ЧСС у спокої (уд хв.⁻¹) _____

1. Результати тестування фізичної підготовленості

№	Тест	Оцінка				
		5	4	3	2	1
1	Сила. Згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, к-ть разів	23	18	14	10	6
2	Спритність. Човниковий біг, с	10,3	10,7	11,2	11,6	12,1
3	Гнучкість. Нахили тулуба вперед з положення сидячи, см	19	16	13	9	6

Тест визначення ризику серцево-судинних захворювань (А.З. Запісочний, С.А. Душанін, 1980)

1. Вік

20-29 років 2–1 бал

кожен і наступні 10 років +1 бал

2. Стать:

жіноча 1 бал

чоловіча 2 бали

3. Стрес:

Чи несе ваш спосіб життя стресовий характер?

ні 0 балів

частково 4 бали

так 8 балів

4. Спадкові чинники:

Відсутність випадків інфаркту міокарда в кровних родичів (батька, матері, братів, сестер)		0 балів
Зареєстровані випадки інфаркту міокарда в одного з кровних родичів у віці:		
після 60 років		1 бал
до 60 років		2 бали
у двох родичів		3 бали
у трьох родичів		8 балів
5. Паління:		
не палить		0 балів
палить 1–10 сигарет на день		2 бали
11–20		4 бали
21–40		8 балів
6. Харчування:		
дуже помірне, мало м'яса, жирів і солодкого		1 бал
дещо надлишкове		3 бали
надмірне без усяких обмежень		7 балів
7. Артеріальний тиск:		
менше 130/80		0 балів
до 140/90		1 бал
до 160/90		2 бала
до 180/95		3 бала
понад 180/95		8 балів
8. Маса тіла:		
відсутність надлишкової маси тіла		0 балів
надлишкова маса тіла	1–5 кг	1 бал
	6–10 кг	3 бали
	11–15 кг	4 бали
	16–20 кг	5 балів
понад 20 кг		6 балів
Ідеальна маса тіла чоловіка – (зріст (м) : 0,0254 x 4 – 128) x 0,453		
Ідеальна маса тіла жінки – (зріст (м) : 0,0254 x 3,5 – 108) x 0,453		
Ідеальна маса тіла _____ кг.		
9. Фізична активність		
сума балів _____ оцінка _____		

Продовж. додатка 3

Фізична активність	Фізкультурно-спортивна активність	Сумарна рухова активність	Оцінка, бали
Тяжка фізична праця	Займається 3 год і більше на тиждень	Дуже висока	0
	Займається менше 3 год на тиждень	Висока	1
Помірна фізична праця	Не займається	Помірна	1
	Займається 3 год і більше на тиждень	Висока	0
Легка фізична праця	Займається менше 3 год на тиждень	Помірна	3
	Не займається	Низька	5
Розумова праця	Займається 3 год і більше на тиждень	Висока	1
	Займається менше 3 год на тиждень	Помірна	5
	Не займається	Низька	8
	Займається 3 год і більше на тиждень	Висока	1

Оцінка рівня фізичного стану

визначається за індексом фізичного стану, який розраховується за формулою:

$$ІФС = \frac{700 - 3 \cdot ЧСС - 2,5 \cdot АТ_{\text{серед}} - 2,7 \cdot \text{вік} + 0,28 \cdot \text{масу тіла (кг)}}{350 - 2,6 \cdot \text{вік} + 0,21 \cdot \text{довжина тіла (см)}};$$

$$АТ_{\text{серед}} = \frac{АТ_{\text{сист}} - АТ_{\text{діаст}}}{3} + АТ_{\text{діаст}} \cdot \text{мм.рт.ст.}^{-1}$$

ІФС _____ ум.од. Оцінка _____

Рівень фізичного стану	Порядковий номер	Значення ІФС
Низький	1	< 0,375
Нижче середнього	2	0,376–0,525
Середній	3	0,526–0,675
Вище середнього	4	0,676–0,825
Високий	5	> 0,826

Пульсові режими:

- гранично-допустимий – (220 – вік);
- тренуючий (195 + 5xN) – (A + t), де N – порядковий номер рівня фізичного стану; A – вік; t – тривалість вправи (10 ≤ t ≤ 40 хв).

Для осіб, які займаються, віком до 20 років, розрахунок ведеться за

такою формулою:

1) $ЧСС_{\max} = 220 - \text{вік};$

2) нижня межа $ЧСС_{\text{трен}} = (ЧСС_{\max} - ЧСС_{\text{спокою}}) \times 0,6 + ЧСС_{\text{спокою}};$

3) верхня межа $ЧСС_{\text{трен}} = (ЧСС_{\max} - ЧСС_{\text{спокою}}) \times 0,85 + ЧСС_{\text{спокою}}.$

Оцінка фізичної працездатності за пробою Руф'є:

$$\text{Індекс Руф'є} = \frac{4(P_1 + P_2 + P_3) - 200}{10}.$$

де P_1 – пульс у спокої до присідань _____;

P_2 – пульс у перші 15 с після присідань _____;

P_3 – пульс в останні 15 с з першої хвилини відновлення (45 с відновлення) _____.

Оцінка працездатності _____

3 – висока; 4-6 – добра; 7-10 – посередня; 11-14 – задовільна; 15 і нижче – незадовільна.

Опитувальник оцінки рівня психологічної, фізіологічної і професійної

дезадаптації О.Н. Родіної

[адаптовано автором]

Інформаційна інструкція: За допомогою запропонованого нижче опитувальника можна оцінити наступні ознаки психофізіологічної професійної дезадаптації: погіршення самопочуття, яку проявляється в емоційних зрушеннях, особливостях змін окремих психічних процесів, зниженні загальної активності та відчутті втомлюваності; соматовегетативних порушеннях; порушеннях циклу «сон - активність»; особливостях соціальної взаємодії; зниженні мотивації до діяльності. Опитувальник складається із 64 тверджень, які досліджуваний має оцінити, наскільки відповідають його стану: цілком, частково або не відповідають.

Інструкція. Вам пропонується ряд тверджень. Визначте, чи відповідають вони вашому стану. Не слід витрачати багато часу на обдумування, відповідайте швидко. Можливо, деякі твердження викличуть у вас складнощі, в цьому випадку знак відповіді «+» поставте в графі «Відповідає частково». Намагайтеся давати більш визначену відповідь.

Лист відповідей

№ твердження	Відповідає цілком	Скоріше відповідає ніж не відповідає	Відповідає частково	Не відповідає
1				
.....				
64				

Тестовий матеріал:

1. Найчастіше у мене хороше самопочуття.
2. Зазвичай у мене гарний настрій.
3. У мене багато різних інтересів окрім роботи.
4. Я став дратівливим.
5. Я став частіше хворіти останнім часом.
6. Мені подобається працювати в колективі.
7. У мене постійно міняється настрій.
8. Останнім часом я відчуваю загальне погіршення здоров'я.
9. У мене рівний і спокійний характер.
10. Мене часто долають похмурі думки.
11. Мої близькі стали помічати, що у мене псується характер.
12. Мені стало важко спілкуватися з новими людьми.
13. У мене часто буває пригнічений настрій.
14. Останнім часом мене стали дратувати речі, до яких я раніше відносився спокійно.
15. Я став в'ялим і байдужим.
16. Я часто буваю веселим і товаришким.
17. Мені стало неприємно бувати в місцях, де збирається багато людей.
18. Я став часто сваритися зі своїми рідними і колегами.
19. Останнім часом мені рідше, ніж зазвичай, хочеться зустрічатися зі своїми знайомими.
20. Я із задоволенням приходжу на роботу.
21. Моя робота мені перестала подобатися.
22. Зазвичай я працюю легко, без напруги.
23. На початку зміни мені важко зібратися з силами, щоб почати роботу.
24. Під час роботи я часто відволікаюся на сторонні думки і забуваю, що знаходжуся на робочому місці.
25. Мені завжди хочеться якнайшвидше закінчити роботу і піти додому.
26. Мій робочий день зазвичай пролітає непомітно.
27. Я без зусиль справляюся з нормою.
28. Мені часто доводиться примушувати себе працювати уважніше.
29. Останнім часом мені стало важче працювати.
30. Я часто ловлю себе на думці, що мені просто нічого не хочеться.
31. Я став пасивним.
32. Я став забудькуватим.
33. Мені важко утримати в пам'яті навіть ті справи, які потрібно зробити сьогодні.
34. Після роботи я завжди почуваю себе розбитим.
35. У вільний час мені нічим не хочеться займатися, а тільки лягти і відпочити.
36. При читанні книги на мене нападає сонливість.
37. Коли я читаю, мені доводиться напружувати очі.
38. Я постійно переживаю неприємні відчуття в очах.

39. Останнім часом я став гірше бачити.
40. Мене мучать болі в скронях і в лобі.
41. Коли я працюю, у мене майже увесь час болять спина і шия.
42. У мене набрякають ноги.
43. У мене іноді виникає відчуття нудоти.
44. У мене часто болить голова.
45. У мене бувають запаморочення.
46. Я відчуваю постійну тяжкість в голові.
47. У мене буває відчуття шуму або дзвону у вухах.
48. Іноді у мене перед очима неначе літають блискучі мушки.
49. У мене бувають напади серцебиття.
50. У мене з'явилася задишка.
51. Іноді у мене буває відчуття, що мені важко вдихнути.
52. Я став часто покриватися потом.
53. У мене легко потіють долоні.
54. У мене часто виступають червоні плями на шиї і щоках.
55. Я легко засинаю вночі.
56. Я постійно хочу спати вдень.
57. Зазвичай я сплю міцно.
58. У мене найчастіше неспокійний сон.
59. Після пробудження я засинаю важко.
60. Уранці мені важко прокинутися.
61. Після сну я зазвичай встаю в'ялим, погано відпочилим.
62. У мене часто буває безсоння.
63. Я увесь час почуваю себе втомленим.
64. Я почуваю себе абсолютно здоровою людиною.

Інтерпретація даних:

Зіставити відповіді випробуваного з «ключем». Підрахувати загальну кількість відповідей, що збігаються, з «ключем». Кожна відповідь, що співпадає, оцінюється в 2 бали, відповідь «Відповідає частково» – 1 бал. Максимально можлива кількість балів – 128.

Підрахунок кількості балів за окремими ознаками здійснюється за допомогою дешифратора. Оцінка рівня дезадаптації здійснюється за наступними правилами: 96 балів і більше – високий рівень дезадаптації, що вимагає вживання невідкладних заходів (психологічних і медичних); від 65 до 95 балів – виражений рівень дезадаптації; від 32 до 64 балів - помірний рівень дезадаптації; до 32 балів – низький рівень. Кількість балів за окремими ознаками указує на джерела дезадаптації.

Ключ

1. ні	11. так	21. так	31. так	41. так	51. так	61. так
2. ні	12. так	22. ні	32. так	42. так	52. так	62. так
3. ні	13. так	23. так	33. так	43. так	53. так	63. так
4. так	14. так	24. так	34. так	44. так	54. так	64. ні
5. так	15. так	25. так	35. так	45. так	55. ні	
6. ні	16. ні	26. ні	36. так	46. так	56. так	
7. так	17. так	27. ні	37. так	47. так	57. ні	
8. так	18. так	28. так	38. так	48. так	58. так	
9. ні	19. так	29. так	39. так	49. так	59. так	
10. так	20. ні	30. так	40. так	50. так	60. так	

I. Погіршення самопочуття:

емоційні порушення 2, 4, 7, 10, 13, 14, 15, 31

особливості окремих психічних процесів 24, 28, 32, 33

зниження загальної активності 22, 23, 27, 29, 36

відчуття втоми 1, 8, 30, 34, 35, 63

II. Соматовегетативні порушення 5, 37 - 54, 64**III. Порушення циклу «сон – активність» 55 - 62****IV. Особливості соціальної взаємодії 3, 6, 9, 11, 12, 16 - 19****V. Зниження мотивації до діяльності 20, 21, 25, 26****Методика визначення структури професійної спрямованості педагога
(В. Семиченко)**

[адаптовано автором]

Опитувальник призначений для діагностування особливостей ціннісно-мотиваційної сфери педагогів. Структура спрямованості розглядається як співвідношення гуманістичних, ідеалістичних, егоцентричних та прагматичних орієнтацій.

Інструкція: Оберіть з представлених варіантів відповіді ту, що найбільш характеризує Вас як педагога.

1. Чи ви у більшій мірі схильні:

- а) надавати допомогу конкретної людині;
- б) перетворювати суспільство;
- в) отримувати конкретні результати праці;
- г) змінюватися самому у потрібний вам бік.

2. Вас більше всього цікавлять:

- а) долі знайомих вам людей;
- б) розвиток суспільства;
- в) конкретні досягнення;
- г) власна доля.

3. Ви переживаєте за наслідки власних вчинків:

- а) як вони впливають на інших;

- б) як вони представляються з точки зору суспільної моралі;
 - в) як вони впливають на досягнення певних цілей;
 - г) як вони відобразяться на вашому теперішньому та майбутньому.
4. Ви боїтесь:
- а) нанести шкоду конкретним людям;
 - б) визвати осудження з боку певних груп або людей;
 - в) мати невдачу у своїх справах;
 - г) стати незрілою особистістю та професіоналом.
5. У конфліктних ситуаціях ви у більшій мірі орієнтуєтесь на:
- а) інтереси інших людей;
 - б) суспільні норми;
 - в) інтереси справи;
 - г) власні інтереси та потреби.
6. Ви вважали б себе розвиненою особистістю, якщо б:
- а) змогли надати реальну допомогу конкретній людині;
 - б) залишили свій слід в історії людства;
 - в) отримали реальні, значущі результати власної діяльності;
 - г) досягли б реалізації своїх бажань.
7. В якій сфері ви б хотіли працювати:
- а) сприяти розвитку особистості іншої людини;
 - б) впливати на суспільний розвиток;
 - в) виробляти матеріальні цінності;
 - г) неважливо в якій, важливо отримати суспільне визнання.
8. Ви вважаєте найбільш вірну таку ієрархію запропонованих нижче професійних педагогічних цінностей (визначте ранг кожної позиції: 1 – найбільш значуща):
- а) професійна компетентність самого педагога;
 - б) вільна самореалізація кожного;
 - в) правильне навчання та виховання дітей;
 - г) розвиток кожного учасника педагогічного процесу;.
9. Якщо б від вас залежав вибір вашого життєвого сценарію, то ви б обрали один з наступних:
- а) доктор Айболить;
 - б) Данко;
 - в) Лівша;
 - г) Мальвіна.
10. Вчитель на уроці має перш за все:
- а) створити сприятливі умови для розвитку та самовиявлення кожного учня;
 - б) пам'ятати, що він формує нове покоління;
 - в) прагнути досягнути реальних результатів (знань, вихованості, дисциплінованості);
 - г) робити те, в чому впевнений.

11. Оберіть собі девіз:
- а) розділена радість стає удвічі більша, розділене горе – удвічі менше;
 - б) якщо б у мене була точка опори, я б перевернув світ;
 - в) факти – уперта річ;
 - г) пізнай себе.
12. Ви б хотіли досліджувати проблему:
- а) інтересів, вчинків, причин вчинків оточуючих вас людей;
 - б) пошуку життєвого смислу, абсолютних цінностей;
 - в) пошуку ефективних технологій у виробництві;
 - г) самопізнання, саморозуміння.
13. Під час сварки ви прагнете:
- а) краще поступитися, проте не скривдити співрозмовника;
 - б) в'яснити істину;
 - в) прийти до двобічної вигоди;
 - г) відстояти власну правоту.
14. Вам би хотілося, щоб вас називали:
- а) гуманістом;
 - б) романтиком;
 - в) прагматиком;
 - г) людиною собі на умі;
 - д) добряком;
 - е) мрійником;
 - ж) реалістом;
 - з) незалежним.
15. Чому ви б змогли присвятити своє життя:
- а) лікуванню душ;
 - б) революційному перетворенню людства;
 - в) реальним справам;
 - г) пізнанню свого місця у цьому світі.
16. Ви б з більшою готовністю пішли (оберіть шість тверджень):
- 1) на ігнорування інтересів справи заради інтересів конкретної людини;
 - 2) відмовилися б від інтересів конкретної людини заради справи;
 - 3) на самопожертву заради досягнення загальнолюдських ідеалів;
 - 4) на відказ від ідеалів заради самозбереження;
 - 5) на те, щоб забути про себе заради інших;
 - 6) на те, щоб не давати іншому “сісти на шию”;
 - 7) на те, щоб отримати журавля у небі, ніж синицю у руках;
 - 8) на те, щоб отримати синицю в руках, ніж журавля у небі;
 - 9) ви вважаєте, що благополучне суспільство - це те, що піклується про благополуччя кожної людини, навіть проти спільним інтересів;
 - 10) благополуччя суспільства можливо досягнутим навіть шляхом ігнорування благополуччя окремих людей;
 - 11) заради інтересу справи можна та потрібно пожертвувати особистими пріоритетами;

- 12) жодна справа не варта того, щоб відмовитися від радощів життя.
17. Якщо б можливо було відродитися після смерті в образі живого створіння, ви б хотіли стати:
- птицею гагарию, яка видирає у себе пір'я, щоб зігріти пташенят;
 - мангустом Рікі-Тікі-Таві, мета життя якого – долати зло, боротися з ним, ризикуючи життям;
 - бджілкою, яка завжди працює;
 - кішкою, яка гуляє сама по собі.
18. Ви вважаєте, що основні недоліки суспільства спричинені:
- реаліями життя, певними життєвими обставинами людей;
 - недосконалістю людської натури;
 - втратою стимулів праці;
 - втратою сучасної людини свого природного обличчя у світі.
19. Чи вважаєте ви, що дітей необхідно орієнтувати перш за все на те, що їм:
- жити у суспільстві рівним серед рівних;
 - нести відповідальність за майбутнє людства;
 - чесною працею заробляти себе на життя;
 - необхідно гостро відчувати власну унікальність та неповторність.
20. Що ви визначаєте для себе у праці:
- сам процес досягнення мети;
 - окреслювати мету, продумувати можливі шляхи її досягнення;
 - отримувати результат;
 - успіх, який приходить до людини.

Обробка результатів

Відповіді на більшість тверджень (окрім 14 та 16) за індексом «а» свідчать про гуманістичну орієнтацію, «б» – ідеалістичну, «в» – прагматичну, «г» – егоцентричну. За кожне співпадіння нараховується 1 бал. Відповідь на 14 ствердження містить 2 можливих вибори: гуманістична орієнтація – «а», «д», ідеалістична – «б», «е», прагматична – «в», «ж», егоцентрична – «г», «з», за кожний вибір нараховується 1 бал.

Твердження 16 передбачає вибір тверджень: гуманістична – 1,5,9, прагматична – 2,8,11, егоцентрична – 4,6,12, ідеалістична – 3,7,10.

Аналізується структура спрямованості педагога, тобто співвідношення кількості балів, які набрані за кожним окремим видом спрямованості.

«Самооцінка професійних якостей педагога»

[адаптовано автором]

Інформаційна інструкція:

Прочитайте наведені твердження, усвідомите і оцініть, якою мірою кожне з них відповідає Вашій професійній діяльності, за наступною шкалою:

- Завжди проявляється.
- Дуже часто.
- Часто.

- Чи не часто.
- Іноді.
- Рідко.
- Ніколи не проявляється.

На бланку поставте крапку чи хрестик на перетині вертикальної лінії номера твердження і горизонтальної лінії оцінки. Потім з'єднайте прямими лініями всі зроблені Вами позначки.

Опитувальник

1. Веду заняття із захопленням, забуваючи про минулі і майбутні обставини.
2. У роботі опираюся, головним чином, на власну думку і досвід.
3. Знаю і відчуваю, що мені треба зробити для поліпшення своєї роботи.
4. Під час занять відразу сприймаю ситуацію і намагаюся знайти потрібне рішення.
5. Намагаюся чітко продумувати свої дії, і як ці дії будуть сприйматися дітьми.
6. Веду заняття чітко за наміченим планом, відхиляючись від нього при певних обставинах.
7. Вважаю всі свої дії професійно виправданими.
8. Знаю себе і прагну до самостійності в роботі.
9. Знаю і враховую в роботі фізіологічні та психологічні особливості кожної дитини.
10. Намагаюся на заняттях і в спілкуванні обов'язково поєднувати гру, вивчення, рух і роздум.
11. На заняттях і в спілкуванні можу стримати прояв своїх негативних емоцій.
12. З будь-якою дитиною можу відразу налагодити хороші взаємини.
13. Спеціально прагну дізнатися щось нове для своєї роботи.
14. Для занять хочеться самостійно розробити і спробувати щось нове.

Бланк відповідей:

Завжди														
Дуже часто														
Часто														
Не часто														
Іноді														
Зрідка														
Ніколи														
№ питання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

ПРОФЕСІЙНІ ЯКОСТІ:

1. Ординарність - захопленість.
2. Залежність - самостійність.
3. Самовпевненість - самокритичність.
4. Професійна ригідність - професійна гнучкість.

5. Індиферентність - рефлексивність.
6. Імпровізація - стереотипність.
7. Професійна невпевненість - професійна самосвідомість.
8. Занижена самооцінка - висока самооцінка.
9. Спрощене розуміння дітей - глибоке розуміння дітей.
10. Односторонній підхід - цілісний підхід до дітей.
11. Самовладання - невитриманість.
12. Недостатня комунікативність - контактність.
13. Задоволення знаннями - пізнавальні потреби.
14. Стандартний підхід - творча спрямованість.

Рефлексивно-оцінювальний компонент
Самооцінювання педагогічних умінь учителя

[адаптовано автором]

Запропонований нижче «Аркуш експертної самооцінки» призначений для експрес-діагностики професійної компетентності студентів під час проходження практики. Пункти експертної самооцінки містять опис головних професійних знань і вмінь, якими має володіти майбутній учитель. Студент оцінює, на якому рівні його вміння, навички або наскільки активно він може їх використовувати.

Аркуш оцінки складається з 20 пунктів, кожен із яких оцінюється за 5-бальною шкалою. Пункти згруповано в 5 блоків відповідно до професійних компетенцій майбутнього учителя:

- педагогічна діяльність (пункти 1-4);
- педагогічне спілкування (пункти 5-8);
- особистісні особливості (пункти 9-12);
- навченість (пункти 13-16);
- вихованість (пункти 17-20).

Інструкція щодо обробки листів самооцінки

Студент здійснює самоаналіз кожного блоку професійної компетентності, визначає загальний бал кожного з них і підсумковий бал з усіх блоків.

З кожного аркуша самооцінювання підраховують 6 показників:

- X_1 — сума балів із пунктів 1—4;
 X_2 — сума балів із пунктів 5—8;
 X_3 — сума балів із пунктів 9—12;
 X_4 — сума балів із пунктів 13—16;
 X_5 — сума балів із пунктів 17—20.

Суму балів з усіх показників множать на 2.

Далі підраховують загальну оцінку: $X_6 = X_1 + X_2 + X_3 + X_4 + X_5$.

Середній бал обраховують за формулою $X_{\text{серед}} = X_6 : 5$, де 5 - кількість блоків.

Продовж. додатка 3

Продовж. додатка 3 Оцінки за блоками використовують для якісного аналізу і розробки рекомендацій щодо самовдосконалення своєї діяльності.

Величина середньої загальної оцінки може коливатися від 40 до 200 балів.

Якщо студент набрав від 40 до 80 балів, це низька оцінка; від 80 до 120 балів — середня оцінка; 121-160 — досить висока оцінка, яка дозволяє студенту якісно виконувати свою роботу; 161-200 балів — висока оцінка.

Оцініть наведені нижче твердження за 5-бальною шкалою, де:

5 — дана якість розвинута дуже сильно;

4 — дана якість досить сильно розвинута та використовується в роботі часто;

3 — дана якість розвинута задовільно або використовує нечасто;

2 — дана якість розвинута недостатньо та використовує доволі рідко;

Аркуш експертної самооцінки педагогічних умінь учителя

№	Твердження	Бали
1.	Ставить комплекс педагогічних завдань, враховує складні педагогічні ситуації, розподіляє увагу, використовує гнучкість	
2.	Відмінно поінформований про життя дітей поза школою	
3.	Володіє різноманітністю форм і методів навчання та виховання	
4.	Планує навчання на основі інноваційних методів	
5.	Передбачає близькі та віддалені результати навчального процесу	
6.	Враховує потреби дітей у спілкуванні, вміло підтримує й спрямовує їхню емоційність, зберігає безпосередність і співчуття іншим людям	
7.	Створює умови педагогічної безпеки у спілкуванні з дітьми	
8.	Забезпечує умови самореалізації особистості та реалізації її внутрішніх резервів	
9.	Має й утверджує особисту позитивну концепцію, з якої й виходить його професійна поведінка	
10.	Працює творчо, використовує оригінальні прийоми	
11.	Керує своїм емоційним станом	
12.	Об'єктивно оцінює свої можливості (актуальні, ретроспективні, потенціальні)	
13.	Здійснює поетапне відпрацювання всіх компонентів навчання (формулювання навчальних завдань, виконання навчальних дій, формулювання індивідуального стилю навчання учнів)	
14.	Розвиває в дітей здатність до самонавчання	
15.	Опирається на результати вивчення учнів, виявляє окремі показники навченості (активність орієнтування, кількість дозованої допомоги), здійснює індивідуальний і диференційований підходи	
16.	Формує мотиваційний інтерес до здібностей навчальної роботи, самооцінювання й самоконтролю	
17.	Оцінює стан та рівень вихованості	

18.	Розвиває самостійність учнів з врахуванням суспільно корисної діяльності, пов'язує еталони вихованості з трудовою діяльністю	
19.	Прагне зміцнити вихованість як єдність знань, переконань і поведінки учнів	
20.	Встановлює зв'язок між способами своєї праці та результатами навченості та вихованості учнів	

Тест на визначення рівня рефлексії (за Є. Роговим)

[адаптовано автором]

Інструкція

Визначте, наскільки, кожне з наведених нижче тверджень відповідає чи не відповідає вам.

Варіанти відповідей:

- це повністю відповідає дійсності;
- швидше відповідає, ніж ні;
- і так, і ні;
- швидше не відповідає дійсності;
- повністю не відповідає дійсності.

Тестовий матеріал

1. Я прагну вивчити себе та дослідити свої можливості.
2. Я залишаю час для розвитку та самовдосконалення, як би не був зайнятий.
3. Перешкоди, які виникають під час навчання лише стимулюють мене.
4. Я стараюся налагодити зворотний зв'язок, що допоможе мені об'єктивно оцінити себе.
5. Я оцінюю свою діяльність, виділяючи на це спеціальний час.
6. Я аналізую свої почуття і отриманий досвід.
7. Я багато читаю як спеціальної літератури, так і додаткової, яка присвячена культурі здоров'я.
8. Я широко дискутую стосовно тих питань, які стосуються майбутньої професійної діяльності.
9. Я вірю в свій потенціал та свої можливості.
10. Я прагну бути більш відкритим.
11. Я усвідомлюю той вплив, який чинять на мене оточуючі люди.
12. Я керую своїм професійним розвитком і отримую позитивні результати.
13. Я отримую задоволення від оволодіння новою інформацією в сфері культури здоров'я.
14. Зростаюча відповідальність не лякає мене.
15. Я позитивно ставлюся до свого навчання.

Ключ до тесту

Бали за відповіді респондента нараховуються за такою схемою:

Повністю відповідає дійсності – 5 балів;

Швидше відповідає, ніж ні – 4 бали;

І так, і ні – 3 бали;

Скоріше не відповідає – 2 бали;

Не відповідає – 1 бал.

Необхідно підрахувати загальну суму балів.

Інтерпретація результатів тесту

61-75 балів – активний саморозвиток респондента та здатність до рефлексивної діяльності (творчий);

45-60 – вироблена певна система рефлексії (високий);

26-44 – відсутня сформована система рефлексивної діяльності, орієнтація на розвиток сильно залежить від зовнішніх умов (реконструктивний);

15-25 – здатність до самостійної рефлексії у респондента відсутня (репродуктивний).

Методика діагностики спрямованості на успіх Т. Елерса

[адаптовано автором]

Інформаційні інструкція: Вам запропонована 41 обставина, на кожную з яких дайте відповідь «ТАК» чи «НІ».

Бланк опитувальника

1. Коли є вибір між двома варіантами, то краще, не відкладаючи, зробити вибір.
2. Я нервую, коли помічаю, що не можу виконати завдання на 100 відсотків.
3. Коли я працюю, то так виглядає, ніби я ставлю усе для здобуття успіху.
4. Якщо виникає проблемна ситуація, я приймаю рішення один з останніх.
5. Коли в мене два дні підряд немає чим зайнятися, то я втрачаю спокій.
6. У певні дні мої успіхи є нижчими за «норму».
7. Стосовно себе я є більш вимогливий, ніж щодо інших людей.
8. Я є більш привітний, ніж інші.
9. Коли я відмовляюся від важкого завдання, то згодом собі дорікаю, бо переконаний, що зміг би впоратися з завданням.
10. Під час виконання роботи я потребую невеликих перепочинків.
11. Старанність – головна риса моєї вдачі.
12. Мої досягнення не завжди однаково успішні.
13. Мені до душі інша праця, ніж та, якою я тепер займаюся.
14. Зауваження більше сприяють моїй активності, ніж похвала.
15. Я переконаний в тому, що колеги сприймають мене добрим спеціалістом.
16. Перешкоди допомагають мені приймати більш тверді рішення.
17. Іншим не важко зачепити почуття моєї гідності.
18. Коли я працюю без особливого бажання, це легко помітити.

19. Під час виконання роботи я не розраховую на допомогу інших.
20. Деколи я відкладаю на потім роботу, яку повинен виконати тепер.
21. Слід покладатися лише на власні сили.
22. У житті мало речей, які більш важливі за гроші.
23. Завжди, коли я маю виконати важливе доручення я не відволікаюся на інші проблеми.
24. Почуття мого честолюбства є меншим, ніж в інших.
25. Наприкінці відпустки я переважно з радістю повертаюся до роботи.
26. Коли робота мені до вподоби, я виконую її більш якісно, ніж іншу працю.
27. Мені приємніше мати справу з людьми, які здатні інтенсивно працювати.
28. Коли у мене немає заняття, я відчуваю дискомфорт.
29. Мені доводиться виконувати відповідальну роботу частіше за інших.
30. Коли мені доводиться приймати рішення, то я стараюся знайти найкращий спосіб вирішення завдання.
31. Мої товариші деколи вважають мене ледачим.
32. Мої успіхи певною мірою залежать від моїх колег.
33. Немає сенсу йти всупереч волі керівника.
34. Деколи я не знаю яку роботу доведеться виконувати.
35. Коли щось не вдається зробити, то я втрачаю терпіння.
36. Я переважно не надаю значення своїм досягненням.
37. Коли я працюю разом з іншими, то результати моєї праці є вищими, ніж результати інших людей.
38. Багато за що я брався я не доводив до завершення.
39. Я заздрю людям, які є менш завантаженими за мене.
40. Я не рівняюся на тих, хто прагне влади і посад.
41. Коли я переконаний у вірності власної позиції, я здатний зробити все, щоб довести власну правоту.

Обробка результатів:

Щоб отримати результати по цій методиці, слід оцінити отримані Вами відповіді згідно КЛЮЧА. Відповіді на питання 1, 11, 12, 19, 23, 33, 34, 35, 40 не враховуються.

КЛЮЧ

Номери запитань з відповіддю «ТАК» (+)	Оцінка	Номери запитань з відповіддю «НІ» (-)	Оцінка
2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41	1	6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39	1

Отримані оцінки слід підсумувати:

1 – 10 балів: мотивація до успіху низька, студент не схильний докладати власних сил у працю, апатичний, пасивно ставиться до життя.

11 – 16 балів: середня мотивація до успіху, не боїться ризикувати, бо можлива невдача не надто хвилює його.

17 – 20 балів: висока мотивація до успіху. Такі студенти здатні йти на ризик для досягнення бажаного, схильні орієнтуватися на власні сили, гнучко і наполегливо добиватися поставленої мети.

Вище від 21 балу: мотивація до успіху надто висока. Це може спричиняти надмірну самокритичність до власних можливостей. При цьому студент може зазнавати надмірного хвилювання та страху зазнати невдачі. Підсвідома зневіра у власні сили викликає меншу готовність до ризику, особистісну скованість. У результаті при надмірній мотивації до успіху людина може втратити віру в те, що вона доб'ється бажаного.

Чим вища мотивація до успіху, тим нижчий показник готовності до ризику. При цьому мотивація до успіху впливає і на сподівання на успіх: при сильній мотивації до успіху надії на успіх зазвичай більш, ніж при слабкій. До того ж людям, мотивованим па успіх і тим, що мають великі на нього, притаманно уникати великого ризику.

Додаток И

Карта узагальненого оцінювання експертною комісією рівня сформованості культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури [розроблено автором]

Шановні куратори, просимо вас оцінити на основі використання діагностичного інструментарію рівень сформованості КЗ у МУФК. Для цього на перетині номера показника та оцінки, яку отримав студент обведіть одну з цифр 2, 3, 4, 5 які характеризують його ступінь сформованості:

«5» – показник розвинений, чітко виражений, проявляється часто – високий (творчий) рівень;

«4» – показник помітно виражений, але виявляється непостійно – достатній (продуктивний) рівень;

«3» – показник виявляється обмежено, в окремих ситуаціях – середній (базовий) рівень;

«2» – показник не виявляється – низький (стихійний) рівень.

№	Критерії та показники	Оцінка			
МОТИВАЦІЙНИЙ КРИТЕРІЙ					
1	вміння позитивно мотивувати себе	2	3	4	5
2	сформованість ціннісних орієнтацій	2	3	4	5
Набрана сума балів за критерієм					
КОГНІТИВНИЙ КРИТЕРІЙ					
1	повнота знань про культуру здоров'я	2	3	4	5
2	загальний світогляд	2	3	4	5
Набрана сума балів за критерієм					
КОНАТИВНИЙ КРИТЕРІЙ					
1	сформованість власних практичних умінь і навичок	2	3	4	5
2	уміння організувати здоров'язбережувальну діяльність з учнями	2	3	4	5
Набрана сума балів за критерієм					
ОСОБИСТІСНИЙ КРИТЕРІЙ					
1	спрямованість на вдосконалення фізичного стану	2	3	4	5
2	сформованість професійних якостей фахівця	2	3	4	5
Набрана сума балів за критерієм					
АНАЛІТИЧНИЙ КРИТЕРІЙ					
1	здатність до рефлексії	2	3	4	5
2	уміння успішно розвиватися та здійснювати аналіз	2	3	4	5
Набрана сума балів за критерієм					
Загальна сума балів					

Додаток К

Опорний конспект проблемної лекції

[розроблено автором]

для студентів спеціальності: 014.11 Середня освіта (фізична культура)

Навчальна дисципліна: *спецкурс: «Теорія і методика формування культури здоров'я»*

Модуль 1 Теоретичні засади спецкурсу «теорія і методика формування культури здоров'я»

Тема 1.2 *Поняття «здоров'я» та його види*

МЕТОДИЧНА КАРТА ЛЕКЦІЙНОГО ЗАНЯТТЯ

Тема заняття	Поняття «здоров'я» та його види.
Навчальна мета:	Розкрити особливості поняття «здоров'я», його види та показники.
Виховна мета:	Формувати у студентів гуманістичне, науково обґрунтоване ставлення до професійної діяльності. Виховувати активну позицію педагога щодо формування культури здоров'я.
Час проведення:	2 години.
Місце проведення:	Аудиторія.
Тип лекції:	<i>Проблемна.</i>
Матеріально-технічне забезпечення:	Мультимедійний проектор, комп'ютерна презентація змісту лекції.
Основні поняття до теми:	Види здоров'я, показники, фізичне здоров'я, психічне здоров'я, духовне здоров'я, соціальне здоров'я.
Попередня підготовка:	– вивчення теоретичного матеріалу лекцій; – опрацювання матеріалів методичних посібників і рекомендацій; – опрацювання матеріалу, винесеного на самостійне вивчення.
Завдання:	1. Охарактеризувати особливості фізичного здоров'я людини, його показники та важливість зміцнення. 2. Охарактеризувати особливості психічного здоров'я людини, його показники та важливість зміцнення. 3. Розкрити особливості духовного здоров'я людини, його показники та важливість зміцнення. 4. Розкрити особливості соціального здоров'я людини, його показники та важливість зміцнення.

Рекомендована література:	<p>1. Грибок Н. Характеристика поняття та компонентів культури здоров'я студентів спеціальної медичної групи / Н. Грибок, Р. Проць, В. Ярема, Л. Проць // Актуальні питання гуманітарних наук. – Вип. 14 – 2015. – С. 239–245.</p> <p>2. Кириленко С. В. Проблема формування культури здоров'я в історії теоретичної думки та в сучасній практиці / С. В. Кириленко // Педагогіка і психологія. – 2004. – № 1. – С. 48–56.</p> <p>3. Кривошеєва Г. Л. Формування культури здоров'я студентів університету : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кривошеєва Галина Леонідівна. – Луганськ, 2001. – 228 с.</p> <p>4. Лобода В. Педагогічні умови формування культури здоров'я студентів на заняттях з фізичного виховання / В. Лобода // Проблеми підготовки сучасного вчителя. – 2016. – № 16. – С. 28–33.</p> <p>5. Мойсеюк В. П. Сучасні підходи до вивчення феномену культури здоров'я / В. П. Мойсеюк. – Тернопіль : Богдан, 2012. – 125 с.</p> <p>6. Олендер І.О., Грушко В.С., Бережна Т.І. та ін. Культура здоров'я особистості: курс лекцій. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2010. –196 с.</p> <p>7. Скумин В.А. Культура здоров'я – фундаментальна наука о человеке / Скумин В.А. – Новочеркасск : ТЕРОС, 1995. – 132 с.</p> <p>8. Яременко О. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакуленко. – Київ : УІСД, 2000. – 207 с.</p>
----------------------------------	--

АУДИТОРНА РОБОТА

№ з/п	Основні питання визначеної теми та самостійних завдань	Час	Метод. вказівки
1.	Вступна частина	15 хв.	організація студентів до заняття
1.1.	Привітання.		
1.2.	Перевірка присутності студентів та їх готовності до заняття.		
1.3.	Актуалізація опорних знань з теми.		
1.4.	Оголошення теми, мети і завдань.		
1.5.	Мотивація навчальної діяльності студента.		
1.6.	Ознайомлення з літературою.	55 хв.	конспект або тези викладу
2.	Основна частина		
2.1.	Постановка проблеми.		
2.2.	Розв'язання проблеми: виклад нового матеріалу.	10 хв.	завдання самостійної роботи
2.3.	Формулювання висновку.		
3.	Заклучна частина		
3.1.	Узагальнення основних теоретичних понять.		

ОСНОВНИЙ ТЕКСТ ЛЕКЦІЙНОГО МАТЕРІАЛУ**ВСТУПНА ЧАСТИНА****5 хв.**

Перевірка наявності студентів, оголошення теми, навчальних питань та оголошення загального порядку проведення заняття.

У вступному слові звернення уваги на необхідності вивчення даної теми, об'єднання її з раніше вивченим матеріалом.

Наголошення на актуальності даної теми, значення її засвоєння для майбутньої професійної діяльності, демонстрація зв'язку з минулими та майбутніми темами.

Оголошення теми заняття, питань лекції (за допомогою слайдів). Доведення до аудиторії навчальної і виховної мети заняття.

ОСНОВНА ЧАСТИНА**55 хв.**

«Здоров'я – це динамічний стан психічного, фізичного і соціального благополуччя індивіда (та суспільства), а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад».

Сьогодні існує цілий ряд визначень здоров'я, які, як правило, містять п'ять критеріїв, що визначають здоров'я людини, – це:

- відсутність хвороби;
- нормальне функціонування організму в системі «людина – навколишнє середовище»;
- повне фізичне, духовне, розумове і соціальне благополуччя;
- здатність адаптуватися до постійно мінливих умов існування в навколишньому середовищі;
- здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій.

Розглядаючи людину як цілісну систему, виділяють переважно 4 види здоров'я: **фізичне, психічне, моральне, соціальне**. Отже, здоров'я необхідно розглядати як багатовимірну інтегративну характеристику.

Оскільки універсальної методики вивчення здоров'я, що враховує фізичний, психічний, соціальний і духовно-моральний його компоненти, в науці не розроблено, ми розглянемо кожний компонент окремо.

1. ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ВАЖЛИВІСТЬ ЙОГО ЗМІЦНЕННЯ (20 хв.)**Постановка проблеми**

1. Для чого потрібно проводити моніторинг здоров'я?
2. Які показники стану здоров'я є об'єктивними, а які – суб'єктивними?
3. Які існують види моніторингу фізичного здоров'я?
4. Як здійснюють моніторинг фізичного розвитку?
5. Які ознаки правильної постави ви знаєте?
6. Чому пульс є важливим показником фізичного здоров'я?
7. Яка інформація необхідна для моніторингу фізичного розвитку?
8. Що таке артеріальний пульс? Для чого його вимірюють?
9. Чому постава є важливим показником фізичного розвитку підлітка?
10. Доведіть, що самопочуття є показником фізичного здоров'я.
11. Чому слід регулярно стежити за показниками здоров'я?

Розв'язання проблеми

Фізичне здоров'я людини визначається як стан морфо-фізіологічної структури тіла і функціонального стану систем життєзабезпечення людського організму. Цей вид здоров'я становить собою інтегральний стан організму людини, що об'єднується в систему його структурних компонентів, починаючи від внутрішньоклітинних утворень, тканин і закінчуючи інтегральними факторами цілісності організму. Найважливішими показниками фізичного здоров'я людини є її фізичний розвиток, фізична працездатність, фізична підготовленість, фізична форма і фізична активність, до яких особлива увага приділяється під час фізичного виховання молоді у навчальних закладах.

Основні показники фізичного здоров'я:

- ***нормальне функціонування всіх органів та систем організму, ріст і розвиток, що виявляється й підтверджується віковими атропо- і біометричними показниками;***
- ***відсутність хвороб або поодинокі захворювання.***

Під фізичним здоров'ям найчастіше, розуміється інтегрована оцінка стану організму людини: відсутність дефектів розвитку, відсутність хвороби; стійкість до дії хвороботворних факторів, здатність зберігати стан здоров'я та працездатність при несприятливих змінах зовнішнього середовища, тобто адаптаційні (приспосувальні) можливості організму.

З медичної точки зору фізичне здоров'я розглядається як стан росту і розвитку органів і систем організму, основу якого складають морфологічні і функціональні резерви, що забезпечують адаптаційні реакції. Це не тільки нормальна структура і функції органів і систем, відсутність скарг і хворобливих проявів, але і рівень функціональних можливостей організму, діапазон його компенсаторно-приспосувальних реакцій.

У педагогічній літературі істотного різночитання з медиками в розумінні суті поняття «фізичне здоров'я» – немає, і розглядають його як досконалість саморегуляції в організмі, гармонію фізіологічних процесів, максимальну адаптацію до навколишнього середовища.

Здоров'я – це природний стан організму, обумовлений нормальним функціонуванням всіх його органів і систем у цілому. Здоров'я є фундаментальною складовою здорового способу життя. Якщо добре працюють всі фізіологічні системи, то і весь організм людини в цілому, який є саморегульованою системою, правильно функціонує і розвивається.

Базовими критеріями фізичного здоров'я є:

- стан серцево-судинної системи;
- стан імунної системи;
- здатність організму засвоювати кисень повітря.

Показники діяльності цих систем мають пряме відношення не тільки до здоров'я людини, від них прямо залежить його життя. До числа основних критеріїв здоров'я також прийнято відносити:

- стан опорно-рухового апарату;

- стан нервової системи;
- стан травної і сечостатевої систем.

Основними ознаками фізичного нездоров'я (при відсутності клінічних ознак, таких, наприклад, як температура, головний біль і т. д.) є:

- порушення сну,
- відсутність апетиту,
- погане функціонування травної системи;
- низька сексуальна активність;
- нестійкість до фізичних навантажень;
- погані зуби;
- нездорова шкіра;
- відчуття втоми і загальної слабкості.

Стан здоров'я населення оцінюється за рядом основних комплексних показників: захворюваність, смертність, фізичний розвиток, працездатність, середня тривалість життя тощо.

Найважливішими біологічними показниками здоров'я людини є:

- частота серцевих скорочень;
- артеріальний тиск;
- частота дихальних рухів;
- температура тіла.

Обміркуйте ситуацію: Данило сказав Сергію, що той занадто повільно росте і що йому слід звернути на це увагу. Сергій розхвилювався, оскільки не знав, як визначити, відповідає його фізичний розвиток віку чи ні. Що б ви порадили Сергієві?

Слово «моніторинг» (від латин. monitor – той, хто попереджає) означає «спостереження», «контроль», «вимірювання». Під моніторингом розуміють систематичне одержання й обробку інформації, що може бути використана для прийняття того чи іншого рішення. Моніторинг може бути корисним і під час здійснення контролю за станом здоров'я.

Моніторинг фізичної складової дає можливість визначити зміни в здоров'ї людини, їхню відповідність віковій та статевій нормі.

До видів моніторингу фізичного здоров'я підлітків належать:

- моніторинг фізичного розвитку;
- моніторинг функціональної підготовленості;
- моніторинг фізичної підготовленості.

Фізичний розвиток – це процес вашого зростання: збільшення зросту, маси тіла, дозрівання фізіологічних систем організму. Моніторинг фізичного розвитку передбачає одержання інформації щодо швидкості росту, збільшення маси тіла, послідовності змін пропорцій організму.

Знайдіть необхідну інформацію і дайте відповідь на запитання. Чому в підлітковому віці важливо здійснювати моніторинг фізичного розвитку?

Моніторинг функціональної підготовленості (або функціональних здібностей) простежує такі параметри, як життєва ємність легень, м'язова сила кистей рук, розвиток мускулатури та опорно-рухового апарату, м'язовий тонус, стан постави, співвідношення жирової, кісткової і м'язової тканин тіла.

До показників функціональної підготовленості належать також:

- аеробна витривалість – здатність тривалий час виконувати роботу середньої потужності й протистояти втомі;
- силова витривалість – здатність протистояти втомі за достатньо тривалих силових навантажень;
- гнучкість – здатність людини виконувати рухи з великою амплітудою завдяки еластичності м'язів, сухожилів і зв'язок;
- спритність – здатність виконувати координаційно складні рухи.

Моніторинг фізичної підготовленості простежує результати фізичної підготовки, які були досягнуті під час освоєння та виконання рухових дій, необхідних для професійної або спортивної діяльності.

Знайдіть необхідну інформацію і дайте відповідь на запитання:
Хороший рівень фізичного розвитку, зазвичай, поєднується з високими показниками функціональної та фізичної підготовленості. Як ви вважаєте, чому?

Оцінювання рівня фізичної складової здоров'я здійснюють за результатами спеціальних контрольних вимірювань і вправ (тестів). Набір і зміст таких тестів має бути різним відповідно до віку, статі, професії, а також залежно від певної фізкультурно-оздоровчої програми та її мети.

Оцінюючи фізичний розвиток підлітка за зовнішніми ознаками, визначають поставу, форму хребта, форму грудної клітки, будову ніг та форму стопи.

Постава – це звична поза людини, що характеризується здатністю без особливої напруги тримати прямо тулуб і голову. Іншими словами, постава – це невимущена поза людини, яка стоїть. Людина в цій позі може бути стрункою й гарною, а може бути сутулою й непривабливою. Постава є одним з найважливіших показників фізичного розвитку підлітка й індикатором фізичної форми. Постава залежить від стану хребта та ступеня розвитку м'язів тулуба, таза й нижніх кінцівок.

Ознаки правильної постави:

- голова піднята, плечі розташовані на одному рівні;
- якщо дивитися ззаду, голова, шия й хребет становлять пряму вертикальну лінію;
- якщо дивитися збоку, хребет має невеликі заглиблення в шийному й поперековому відділах (лордоз) та невелику опуклість у грудному відділі (кіфоз);
- живіт і сідниці втягнуті, щоб підтримувати хребет і запобігати появі надмірного поперекового вигину.

Для того щоб відчувати правильну поставу, необхідно притулитися до стіни так, щоб до неї доторкалися потилиця, лопатки, таз, литки й п'яти. Таке положення варто відчувати й запам'ятати – це і є правильна постава.

Ознаки неправильної постави:

- голова надто відхилена від поздовжньої осі тіла (опущена голова);
- плечі зведені вперед, підняті (асиметричне положення плечей);
- кругла спина, запала грудна клітка;
- живіт випнутий, таз відставлений назад;
- надмірно збільшений поперековий вигин.

У разі порушення постави може утворитися кругла, плоска або сідлоподібна спина. Найбільш виражені відхилення у формі спини відзначаються в разі бічних викривлень хребта – сколіозів.

Іншими зовнішніми ознаками фізичного здоров'я є форма грудної клітки, ніг та стопи.



- Кругла спина: збільшений грудний кіфоз і трохи зменшений поперековий лордоз



- Плоска спина: грудний і поперековий вигини зменшені, амортизаційна здатність хребта знижена



- Сідлоподібна спина: збільшений грудний кіфоз і поперековий лордоз, живіт випнутий

Оцінювання стану органів дихання проводять за кількістю подихів на хвилину в положенні сидячи в розслабленому стані. Для цього необхідно покласти долоню на нижню частину грудної клітки, дихати рівномірно, природно – як виходить само по собі.

Один дихальний цикл складається з вдиху й видиху. Нормальний показник у стані спокою – це 18-20 дихальних циклів за одну хвилину. Із покращенням фізичної підготовленості частота подихів знижується.

Як оцінити форму грудної клітки, ніг та стопи, подано в додатковому матеріалі до параграфа на сайті.

Правила домашніх вимірювань показників фізичного здоров'я

До моніторингу фізичного розвитку також належить вимірювання окружності грудної клітки, талії, ширини плечей та маси тіла.

Продовж. додатка К

Окружність грудної клітки вимірюють, накладаючи сантиметрову стрічку позаду під нижніми кутами лопаток, а попереду – по нижньому краю соскових кружків у хлопців і по ходу четвертого ребра в дівчат.

Для вимірювання зросту необхідно стояти босоніж упритул до стіни або одвірка, торкаючись його п'ятами, сідницями й міжлопатковою ділянкою спини. Голову тримати прямо, підборіддя злегка опустити.

Масу можна визначити, скориставшись підлоговими вагами. Отримані дані можна порівняти з наведеними в таблиці.

Вікові співвідношення маси й зросту тіла в підлітків

Вік, роки	Маса тіла, кг		Зріст, см	
	Хлопці	Дівчата	Хлопці	Дівчата
13	39-53	43-54	149-165	151-163
14	45-57	46-56	155-170	154-167
15-16	50-63	50-59	159-180	156-167

Для оцінювання фізичного розвитку зазвичай користуються двома способами. Перший – це порівняння із середніми показниками (стандартами), що характеризують нормальний фізичний розвиток підлітка в певному віці. Другий спосіб – це порівняння між собою двох або кількох ознак фізичного розвитку (довжини тіла, маси тіла, окружності грудної клітки тощо). Співвідношення основних ознак фізичного розвитку може дати орієнтовне уявлення про пропорційність фізичного розвитку в цілому.

Порівнюючи масу тіла зі зростом, визначають масо-ростовий показник:

$$\text{Масо-ростовий показник} = \frac{\text{маса тіла (г)}}{\text{зріст (см)}}$$

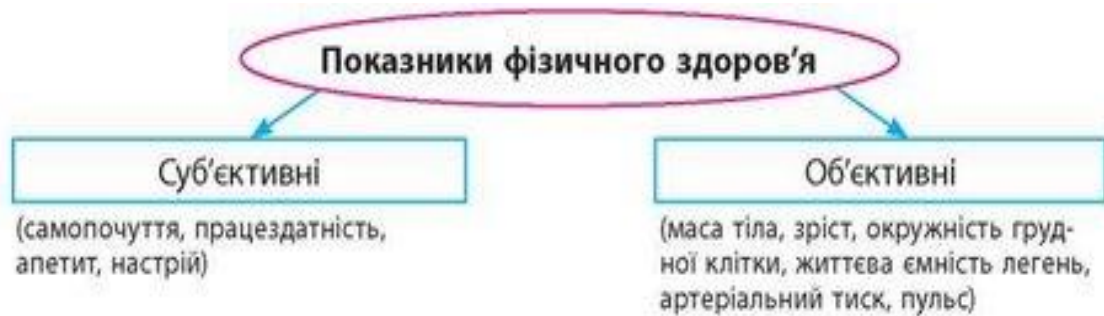
Так дізнаються, скільки грамів маси тіла припадає на кожний сантиметр зросту. Показник менший від 200 для дітей віком 12-15 років указує на недостатню масу тіла, а показник понад 400 – на надлишкову.

Показники маси тіла у здорових підлітків можуть відхилитися в той чи інший бік на 3-5 кг, і тільки відхилення від середньої норми на 30 % свідчить про проблеми зі здоров'ям. У цьому разі слід порадитися з лікарем.

Більше про техніку домашніх вимірювань показників здоров'я ви можете прочитати в додатковому матеріалі до параграфа на сайті.

Показники фізичного здоров'я

Розрізняють суб'єктивні й об'єктивні показники здоров'я.



Вести спостереження й проводити вимірювання фізичних показників здоров'я слід регулярно. Тільки в цьому випадку можна прослідкувати зміни, що відбуваються, визначити небезпеки та вчасно вжити необхідних заходів.

Знайдіть необхідну інформацію і виконайте завдання. Доведіть, що показники сну належать до суб'єктивних показників стану фізичного здоров'я, а показники маси тіла – до об'єктивних.

Моніторингом здоров'я підлітків займаються медичні працівники. Але існують прості методи самоконтролю, які можна здійснювати власноруч у домашніх умовах.

Першим показником фізичного здоров'я є самопочуття. Відчуття бадьорості й сили, життєрадісність, міцний сон з вечора до ранку, гарний апетит свідчать про те, що фізична складова здоров'я в нормі.

Другий показник – це здатність справлятися з фізичними навантаженнями. Якщо ви добре вчитеся, ефективно працюєте в університеті впродовж дня, увечері можете виконувати необхідну повсякденну роботу вдома, легко витримуєте тривалі поїздки в громадському транспорті – ваш фізичний розвиток відбувається нормально.

Однак ці оцінки свого здоров'я є суб'єктивними, тобто вашими особистими оцінками. Тому слід визначити й проаналізувати ще й об'єктивні показники. Для самоконтролю можна використовувати досить прості прийоми, що дозволяють судити про те, як працюють життєво важливі органи й системи органів.

Експрес-оцінку індивідуального рівня фізичного здоров'я можна здійснити за допомогою невеликого тесту.

Запитання	Відповіді	Бали
1. Скільки разів на тиждень ви займаєтеся фізкультурою принаймні 15 хвилин без перерви?	3 дні або більше	10
	1 або 2 дні	5
	Жодного разу	0
2. Як ви ставитеся до тютюнокуріння?	Негативно	10
	Нейтрально	5
	Позитивно	0

3. Скільки разів на тиждень ви снідаєте?	7	10
	3 або 4 рази	5
	Не снідаю взагалі	0
4. Як часто ви «перехоплюєте» щось між основними прийомами їжі?	Ніколи	10
	1 або 2 рази	5
	3 або 4 рази	0
5. Скільки годин на добу ви спите?	9 або 10 годин	10
	5 або 6 годин	5
	Менш ніж 5 годин	0
6. Як співвідносяться ваш масо-ростовий показник та оптимальний для вашого віку і статі?	Перевищує більш ніж на 30 %	0
	У нормі або перевищує не більш ніж на 10 %	10
	Нижче на 21-30 %	0

Якщо ви набрали: 60-70 балів, то індивідуальний рівень вашого фізичного здоров'я добрий; 35-59 – вам слід подбати про своє здоров'я; менш ніж 35 – у вас є проблеми зі здоров'ям.

Висновки. Фізичне здоров'я – стан функціонування організму людини як живої системи, що характеризується повною її врівноваженістю із зовнішнім середовищем та відсутністю будь-яких виражених хворобливих змін. Необхідною умовою здоров'я є його норма. У кожної людини – своя фізіологічна та патологічна міра відхилення від норми. Норма набула середньостатистичного (кількісного) виразу, що певною мірою має суб'єктивний характер. Так, важливі фізіологічні показники здоров'я (наприклад, роботи серця) можуть змінюватись під впливом сезонних, метеорологічних та інших факторів. Якщо у співвідношенні двох протилежностей – норми та патології переважають елементи норми, людина залишається практично здоровою.

Стан фізичного здоров'я індивідуума встановлюється за низкою антропометричних, клінічних, морфологічних, біохімічних та інших показників з урахуванням статі та віку і залежить від географічних, метеорологічних та соціальних факторів.

2. ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. ПОКАЗНИКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ВАЖЛИВІСТЬ ЙОГО ЗМІЦНЕННЯ (15 хв.)

Постановка проблеми. Чи погоджуєтесь ви з твердженнями?

1. Психічне здоров'я – основа щасливого життя і довголіття людини.

2. Проблема психічних захворювань відноситься до найбільш поширених причин зниження якості життя.

3. Найважливіше, що втрачає людина через нервово-психічні розлади – це працездатність.

4. Фізичне і психічне здоров'я людини взаємопов'язані.

5. Наші почуття постійно впливають на наші тілесні функції.

6. Збереження психічного здоров'я несумісне з вживанням будь-яких психоактивних речовин.

Розв'язання проблеми

Психічне здоров'я належить до сфери розуму, інтелекту, емоцій. Психічне здоров'я – це гармонійний стан психічного розвитку людини (емоційного, інтелектуального, особистісного), який дає змогу адекватно зрозуміти і прийняти себе як унікальну, неповторну особистість та весь навколишній світ. Психічне здоров'я – складова і необхідна умова здоров'я людини. Воно значною мірою зумовлює розвиток фізичного здоров'я і є основою для формування і розвитку духовного здоров'я. Психічно здорова людина здатна правильно і повною мірою пізнати себе, свій внутрішній світ, основні закони природи і суспільства.

Основні показники психічного здоров'я:

- **достатній або високий рівень розвитку психічних процесів;**
- **уважність, активність, міцність та обсяг пам'яті;**
- **наявність розумових здібностей;**
- **розвинуте мовлення;**
- **доброзичливість, оптимізм, стійкість до стресів пізнавальних та емоційних.**

Основною умовою нормального психосоціального розвитку (крім здорової нервової системи) визнається спокійна і доброзичлива обстановка.

Експерти ВООЗ на основі аналізу результатів численних досліджень у різних країнах переконливо показали, що порушення психічного здоров'я набагато частіше відзначаються у дітей, які страждають від недостатнього спілкування з однолітками та їх ворожого ставлення, а також у дітей, які ростуть в умовах сімейного розладу. Психічне здоров'я співвідноситься з переживанням психологічного дискомфорту.

Р. С. Нікіфоров (2002 р.) розглядає три специфічних рівні психічного здоров'я: біологічний, психологічний і соціальний.

На біологічному рівні здоров'я передбачає динамічну рівновагу функцій всіх внутрішніх органів і адекватне реагування на впливу навколишнього середовища.

Психологічний аспект психічного здоров'я передбачає увагу до внутрішнього світу людини: до його впевненості або невпевненості в собі, в своїх силах, розумінню їм своїх власних здібностей, інтересів; його відношенню до людей, навколишнього світу, що відбуваються суспільних подій, до життя як такого і т.д.

А включеність індивіда в систему суспільних відносин визначає соціальний рівень психічного здоров'я.

Продовж. додатка К

Висновки. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, «психічне здоров'я – це стан благополуччя, який дозволяє людині реалізовувати свій потенціал, долати життєві труднощі і стреси, плідно працювати, брати участь у громадському житті. Психологічне здоров'я розглядається як стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних явищ і забезпечує адекватну умовам навколишньої дійсності регуляцію поведінки і діяльності.

У сучасному цивілізованому суспільстві в рамках проблеми збереження психологічного здоров'я окрема увага приділяється боротьбі зі стресами, розвитку стресостійкості. На посилення стресових характеристик сучасного суспільства вказують дані ВООЗ. Стрес і депресія вважаються офіційно з 1998 року окремою хворобою.

3. ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. ПОКАЗНИКИ ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ВАЖЛИВІСТЬ ЙОГО ЗМІЦНЕННЯ (10 ХВ.)

Постановка проблеми. Чи погоджуєтеся ви з твердженнями?

1. Що може загрожувати нашій духовності?

2. Доведіть, що саме в духовній сфері визначаються світогляд людини, її ставлення до наукових ідей і теорій, моральних, естетичних та релігійних поглядів, формуються духовні цінності.

3. Доведіть, що людина планує своє життя відповідно до власного бачення світу, життєвих цінностей та цілей.

Розв'язання проблеми

Духовне здоров'я – це здатність зберігати і використовувати духовність, доброту, творчість, що залежить від розкриття духовного, морального потенціалу, свідомого прагнення людини до реалізації вищих якостей особистості, прилучення до духовних цінностей. Одним із аспектів формування духовного здоров'я ми вбачаємо процеси формування культури здоров'я.

Показники духовного здоров'я:

- ***радісне світосприйняття;***
- ***чистота думок і спонукань;***
- ***культура мовлення і поведінки;***
- ***культура здоров'я;***
- ***наявність морально-етичних якостей.***

Духовно-моральне здоров'я розуміється як здатність до творення добра, самовдосконалення, милосердя і безкорисливої взаємодопомоги, створення установки на здоровий спосіб життя.

Досягається духовне здоров'я умінням жити у злагоді з собою, з рідними, друзями і суспільством, умінням прогнозувати і моделювати події і складати програму своїх дій.

Формування моральної свідомості і моральних якостей особистості є основою процесу соціалізації молодого покоління в усіх типах суспільства, і це є провідною метою виховної роботи соціальних інститутів, що забезпечують соціалізацію особистості.

При цьому моральність розуміється не як природна, а як придбане, виховане якість особистості, оскільки морально зріла людина повинен мати риси характеру, що відповідають загальноприйнятій в конкретному суспільстві на даному етапі його розвитку встановленим порядком, нормам, звичаям соціального життя.

Цілі моральної діяльності на соціальному рівні залежать від цілей розвитку суспільства, а на особистісному рівні визначаються інтересами і потребами особистості. Моральне здоров'я – це система цінностей, установок і мотивів поведінки індивіда в суспільстві. Воно пов'язане з загальнолюдськими істинами добра, краси, любові і милосердя.

Основні критерії моральної вихованості: позитивна моральна спрямованість особистості; рівень моральної свідомості особистості; глибина моральних суджень вихованців; рівень реального поведінки, вміння дотримуватися найважливіші правила гуртожитки, виконання основних соціально-моральних обов'язків.

Духовне здоров'я – це стан свідомості психіки людини, узгоджений з вимогами законів природи, суспільства, мислення; сутністю свого буття і призначення в світі. Дух – притаманна людині здатність бути самосвідомим суб'єктом мислення, почуттів і волі, що виявляється в цілепокладснні та творчій діяльності.

Висхідним моментом формування змісту духовності є знання. Духовність людини – це її світобачення, розуміння світу, тих процесів і закономірностей, що розгортаються в ньому. У кожної людини своя духовність, світобачення. Здорова світоглядність людей формує соціальний і фізичний добробут.

Основні ознаки духовного здоров'я:

– психічно здорова людина характеризується її можливостями адаптації, соціалізації й індивідуалізації. Ці можливості є в кожній людини, а ступінь їхньої реалізації визначається соціальною ситуацією, тобто тими щоденними умовами розвитку людини, в яких вона реалізує себе, свої думки, можливості, бажання, якості;

– сприймаючи життя як цінність, людина прагне до створення в ньому нових ціннісних якостей. Стан пошуку охоплює людину мимо її волі та індивідуальних зусиль, і людина шукає його джерела поза своїми силами, у сферах, що лежать вище неї;

– гуманістичні способи впливу на себе та на оточуючих (заохочення, покарання, прощення);

– цілісність внутрішнього світу, що задається системою правил і суджень, прийнятих для себе людиною усвідомлено (так звана «життєва філософія»);

– переживання постійної радості від життя як такого.

Духовне здоров'я проявляється у зв'язку людини з усім світом і виражається в:

– релігійних почуттях;

- почутті краси та світової гармонії;
- почутті замилювання та благоговіння перед життям.

Найбільш плідні дослідження духовного здоров'я у представників гуманістичної психології. Так, А. Маслоу вважав, що люди, здорові духовно, мають особливі характеристики, які відрізняють їх від інших людей за низкою показників. Ці люди задовольнили свої потреби в безпеці, причетності, любові, повазі та самоповазі й тому можуть прагнути до самоактуалізації, тобто до здійснення своєї місії, покликання, долі, прагнення до єдності своєї особистості.

До характеристик здорових людей, підтверджених спостереженнями А. Маслоу, можна віднести такі:

Об'єктивне сприйняття реальності. Духовно здорові люди менш емоційні та більш об'єктивні у сприйнятті реальності, терпимі до суперечливості та невизначеності. Вони вітають сумнів і неходжені шляхи.

Повне прийняття себе, інших і природи. Духовно здорові люди приймають себе такими, які вони є як на психічному, так і на фізіологічному рівні, та відчувають при цьому радість життя (у них добрий апетит, сон, секс тощо). Із розумінням вони ставляться до основних біологічних процесів у організмі. Подібним чином вони сприймають інших і людство в цілому.

Безпосередність, простота та природність поведінки. Як точно помітив М. Литвак (1997 р.), із цими людьми спілкуватись так само просто, як і з японською технікою. Однак ця простота спілкування не означає, що вони доступні для кожного в будь-який момент і що вони так само прості «всередині».

Захопленість і відданість будь-якій справі (сконцентрованість на проблемі, а не на собі). Духовно здорові люди прихильні до якогось завдання, обов'язку, покликання чи улюбленої роботи, що вважають для себе життєвою місією. Говорячи словами А. Маслоу, вони живуть, щоби працювати, а не працюють, щоб жити.

Незалежність і потреба в самоті. Вони мають велику потребу в недоторканності внутрішнього життя, самоті, спілкуванні із собою.

Автономія, незалежність від культури й оточення. Вони більше покладаються на свій власний потенціал і внутрішні джерела росту та розвитку. У цьому сенсі вони є самодостатні, тобто незалежні насправді, а не в сенсі заяви своєї позиції.

Свіжість оцінки та сприйняття. Духовно здорові люди кожний день свого життя сприймають як захоплюючу та хвилюючу подію. Для них стократне сприйняття веселки так само прекрасне та чудове, як і сприйняття першої веселки в житті.

Верховні або містичні переживання. Ці люди здатні переживати моменти сильного хвилювання або високої напруги, екстатичні стани. Коли вони переживаються? У кульмінаційні моменти любові й інтимності, творчості, осяяння, відкриття та злиття із природою.

Суспільний інтерес, почуття причетності, єднання з іншими, доброзичливість. Це виражається в жалі, симпатії та любові до всього людства (часто у вигляді ставлення старшого брата до молодшого).

Глибокі міжособистісні відносини. У цих людей вузьке коло спілкування, тому що дійсне спілкування, стан духовної єдності з іншими вимагають часу та зусиль. Однак їхнє спілкування відрізняється глибиною пережитих почуттів. Крім того, для цих людей характерне високе почуття емпатії, співпереживання.

Демократичний тип характеру. У цих людей немає упереджень до іншого класу, раси, релігії, статі, віку, професії, сексуальної орієнтації, інших атрибутів статусу. Вони охоче вчаться в кожного, якщо тільки в нього можна чомусь навчитись. У той же час вони не вважають усіх без винятку рівними. А. Маслоу писав: «Ці індивіди самі по собі є елітою, вибирають у друзі також еліту, але це еліта характеру, здатностей і таланта, а не народження, раси, крові, імені, родини, віку, молодості, слави або влади».

Розмежування засобів і цілей. У повсякденному житті вони більш певні, послідовні та тверді, ніж інші, у відношенні того, що правильне, а що помилкове, добре чи погане. Вони дотримуються певних моральних та етичних норм, хоча деякі з них релігійні в ортодоксальному розумінні цього слова. У той же час для них часом сам процес означає більше, ніж мета, нехай і дуже гарна.

Філософське почуття гумору. Ці люди віддають перевагу доброзичливому, філософському гумору, що висміює дурість людства в цілому, на відміну від інших людей, які можуть одержувати задоволення від жартів, що висміюють чийсь неповноцінність, що принижують когось чи непристойно ставляться до нього. Гумор духовно здорових людей викликає посмішку, а не сміх.

Креативність, творчий підхід до життя. Для них характерна природна та спонтанна креативність, що дозволяє буденну справу здійснювати щораз по-новому. Крім того, їхній творчий підхід проявляється насамперед у повсякденних справах, а не як у видатних талантів у поезії, мистецтві, музиці чи науці.

Опір окультуренню. Вони в гармонії зі своєю культурою, разом з тим зберігають певну внутрішню незалежність від неї. Вони традиційні й нічим не відрізняються від інших, поки вимоги культури не зачіпають їх основні, базисні цінності.

Висновки. Духовність людини не є відірваною від практичної діяльності, а тісно з нею пов'язана. Як людина розуміє світ, які в неї знання, вміння, навички; які в неї сформовані переконання, таким чином вона буде поступати, діяти, такою буде її життєдіяльність. Звичайно, буває що люди поступають і всупереч своїм переконанням. У цьому разі розвивається внутрішній конфлікт особистості, вона не задоволена собою, шукає можливості виправити ситуацію.

4. СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. ПОКАЗНИКИ СОЦІАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ВАЖЛИВІСТЬ ЙОГО ЗМІЦНЕННЯ (10 ХВ.)

Постановка проблеми

1. Наведіть ознаки соціального здоров'я підлітків.
2. Чому соціально хвора, неуспішна в соціумі людина починає втрачати і своє фізичне здоров'я?
3. Які вам відомі інститути соціалізації?
4. Які проблеми соціалізації, соціальної адаптації постають перед дітьми та молоддю?

Розв'язання проблеми

Соціальне здоров'я, з точки зору експертів ВООЗ, – це ступінь або міра задоволеності індивіда своїм матеріальним добробутом, соціальним становищем у суспільстві та залежить від економічних чинників, стосунків зі структурними одиницями соціуму, через які відбуваються соціальні зв'язки, безпека існування тощо.

Основні показники соціального здоров'я:

- ***достатнє й урівноважене спілкування з однолітками, іншими людьми;***
- ***швидка адаптація до фізичного і суспільного середовища;***
- ***спрямованість на суспільно-корисну справу;***
- ***культура користування матеріальними благами.***

Соціальне здоров'я може бути представлене як динамічна сукупність властивостей і якостей особистості, які дозволяють їй успішно адаптуватися до умов сучасного життя, здійснювати самоосвіту і самовиховання, знаходити засоби подолання і вирішення різного роду проблем (зокрема, пов'язаних з фізичним неблагополуччям), реалізовувати свої життєві плани.

Соціально здорова людина прагне до самоактуалізації, володіє стресостійкістю, життєвою стійкістю, тобто здатністю до подолання життєвих труднощів без шкоди для загального здоров'я. Соціальне здоров'я нерозривно пов'язане з духовністю людини, її прагненням до досягнення сенсу власного життя, орієнтацією на вищі етичні цінності.

Останнім часом проводяться наукові дослідження по виявленню соціальних показників здоров'я. Серед них:

- адекватність соціальної поведінки людини;
- адаптивність соціальної поведінки людини.

Під адекватністю розуміється здатність до ефективної відповіді на «середовищні» впливи; під адаптивністю – тенденція ефективного існування та розвитку в мінливих умовах середовища.

Критеріями соціального здоров'я виступають: рівень соціальної адаптації, рівень соціальної активності та ефективність використання різних соціальних ролей.

У всьому світі існує всього декілька способів визначення соціального здоров'я. Вирішальний або основний фактор – це взаємодія окремої людини з соціумом та його конкретними представниками. Що мається на увазі? В першу чергу мова йде про здібності заводити друзів і підтримувати з ними добрі довірчі відносини. Той, хто від природи наділений цією здатністю, є товаришким індивідом, схильними до тісним відносинам. Він може не розуміти, чому для когось це становить проблему. Однак всі люди різні, як і їх соціальне здоров'я. Багатьом елементарне повсякденне спілкування дається важко і коштує великих емоційних зусиль. Таких людей ні в якому разі не можна назвати емоційно нездоровими. Це зовсім не так. Адже таке поняття, як соціальне здоров'я, вимірюється не тільки товаришкістю. Це сукупність моральних принципів, психологічного стану і світогляду людини.

Що потрібно для підтримання доброго емоціонального тону? Багато лікарі прийшли до висновку, що сприятлива робота з творчим ухилом дуже добре позначається на нервовій системі. Вона запобігає безліч неприємних захворювань, пов'язаних з роботою нейронів. Фізичне і соціальне здоров'я тісно пов'язані. Такий рід діяльності буквально можна назвати джерелом добробуту. Це стосується також тих, кому спілкування з людьми дається насилу. Чому?

Сприятливі чинники: улюблена робота

Улюблена і приємна робота розкріпачує, додає впевненості в собі і дарує гарний настрій. А, як відомо, всі ці фактори сприяють товаришкості. Однак, як показує практика, хороша робота – це не запорука здоров'я і соціального благополуччя. Не завжди вона має сильний вплив. Благополуччя Практично кожна людина вкладає в це слово своє значення. Для більшості – це ідилія, відчуття щастя і повної гармонії. Але чи так це насправді? Так, благополуччя нерозривно пов'язане з гармонією. Але все ж таки це не відсутність проблем, а вміння, перебуваючи в обмежених обставинах, зберігати позитивний настрій.

Те, що руйнує відносини в соціумі

А що можна сказати про вплив егоїзму на соціальне здоров'я? Ці поняття абсолютно не співмірні. Егоїзм здатний зіпсувати не тільки хороші товаришські стосунки, але і міцну дружбу. Одна з заповідей говорить: «Люби свого ближнього, як самого себе». І нічого мудріше досі не придумано. З одного боку, це нелегко зрозуміти, з іншого – варто над цим подумати. У підсумку можна прийти до висновку, що нічого надприродного в цьому немає. Головне – думати про людей, їх почуття і переживання. Не потрібно бути споживачем у відносинах.

Розвиток соціального здоров'я

Щоб узи дружби були міцними, потрібно навчитися жертвувати і віддавати. Як це зробити і з чого почати? Для більшості друзів найціннішим ресурсом є час. Сучасний ритм життя сильно затягує. Деколи ні на що, крім роботи, не залишається часу. Деякі сильно помиляються, думаючи, що коли

вони звільняться і підуть у відпустку, тоді й зможуть поспілкуватися. Це не так. Є гарний вислів про те, хто такий справжній друг: «Це не той, хто говорить з тобою у вільний час, а той, хто вивільняє час, щоб поговорити з тобою». Висновок такий: потрібно обов'язково планувати дні і час, щоб бути разом, і приділяти увагу своїй сім'ї і друзям.

Глибокий самоаналіз – вірний шлях до успіху

Без подібних зусиль неможливо мати ніякі довірчі відносини. Кожна людина хоче, щоб його цінували, в ньому потребу і йому приділяли увагу. Це важливий аспект, на якому тримається соціально-духовне здоров'я. Так жити нелегко. Це схоже на справжню роботу. Але в черговий раз підтверджується думка про те, що щастя або соціальне здоров'я – це не тільки вдалий збіг обставин. Кожен сам будує своє життя, і те, якою вона буде, не що інше, як результат власний зусиль.

Власне перевтілення

Намагатися змінити оточуючих – це часто невдячна і неприємна робота. Мабуть, варто почати з себе. Час від часу потрібно робити невелику, а іноді і детальну самоперевірку. Слід проаналізувати свої моральні цінності, життєві пріоритети і мотиви. Спосіб життя теж може багато що сказати про те, наскільки людина соціально здоровий. Як вже говорилося вище, не всім легко спілкуватися і знаходити спільну мову з людьми. Проте якщо людина своєю поведінкою викликає подив, наприклад не виходить на вулицю або уникає спілкування, можливо, потрібно щось поміняти.

Іноді, щоб налагодити соціальне здоров'я людини, потрібна допомога. Одному практично нереально впоратися зі своїми труднощами психологічного характеру, так як люди часто не здатні оцінювати себе об'єктивно. Допомога близьких родичів або в крайньому разі фахівців допоможе краще розібратися в проблемі і навіть її вирішити. Вченими доведено, що навіть якщо просто розповісти іншим про свої почуття, може стати набагато легше. Як би там не було, соціальне здоров'я кожної людини – це важливий момент життя, на який ніколи не можна закривати очі.

Висновки. Що можна сказати про соціальне здоров'я людства в цілому? Багато хто переконаний, що падіння моральних і моральних цінностей стало основною проблемою сучасного соціуму. На тлі повної вседозволеності мораль справді відійшла на другий план. Однак не варто занадто узагальнювати. Протягом історії в кожному без винятку столітті були люди, які розкладали моральну оболонку. Але були і ті, чия свідомість залишилася навіть на сторінках історії. Про що це говорить? Вся справа в тому, що як індивідуальне психологічне здоров'я, так і здоров'я в суспільстві в цілому, починається з кожної людини. Один мудрий філософ висловив думку: «Якщо хочеш змінити світ, то почни з себе».

ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА

10 хв.

Підведення підсумку проведеного заняття.

Відповіді на запитання, які виникали в аудиторії.

Питання для експрес контролю лекційного матеріалу (тестові завдання).

Оголошення завдання на самостійну підготовку.

Доведення теми наступного заняття.

**ПИТАННЯ ДЛЯ ЕКСПРЕС КОНТРОЛЮ ЛЕКЦІЙНОГО МАТЕРІАЛУ
(ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ):**

1. Хронологічно підлітковий вік визначається від:

- А. 10-11 до 14-15 років;
- Б. 8-9 до 12-13;
- В. 7-8 до 14-15;
- Г. 12-14 до 15-16.

2. У дівчаток стрибок росту:

- А. починається й закінчується на два роки раніше, ніж у хлопчиків;
- Б. починається й закінчується на два роки пізніше, ніж у хлопчиків;
- В. починається раніше, ніж у хлопчиків, а закінчується пізніше;
- Г. починається пізніше, ніж у хлопчиків, а закінчується раніше.

3. Швидкий ріст підлітка:

- А. жодним чином не позначається на функціонуванні його фізіологічних систем;
- Б. призводить до ускладнень у функціонуванні серцево-судинної, дихальної системи та інших фізіологічних систем;
- В. є незвичайним для цього періоду явищем;
- Г. не впливає на роботу серцево-судинної системи.

4. Соціальна зрілість не є результатом:

- А. життя в суспільстві;
- Б. соціального розвитку;
- В. пристосування до спільного життя з іншими людьми;
- Г. реалізації спадкової програми.

5. Ознаками соціальної зрілості є:

- А. невміння знайти своє місце в соціумі;
- Б. невміння відповідати за свої вчинки;
- В. невміння бути самостійним і прогнозувати свою поведінку в різних життєвих ситуаціях;
- Г. уміння одержувати потрібну інформацію й аналізувати її відповідно до своїх цілей у різних сферах життя.

6. Слово «акселерація» походить від латинського «acceleratio», що означає:

- А. уповільнення;
- Б. прискорення;
- В. сталість;
- Г. підростаюче покоління.

7. Інфантилізм – це:

- А. відставання людини в розвитку, яке виявляється в збереженні в дорослому віці фізичних та інтелектуальних рис, властивих дитячому віку;
- Б. прискорення розвитку, поява у фізичному вигляді дорослих рис;
- В. уміння залишатися самим собою;

Г. уміння зовні виглядати дорослим.

8. Інфантильні підлітки характеризуються:

А. несамостійністю;

Б. відповідальністю;

В. розвиненою волею;

Г. умінням швидко розв'язувати свої проблеми.

9. Стати дорослим означає:

А. готовність створювати родину, мати власних дітей і нести за них духовну й матеріальну відповідальність;

Б. нікого не слухатися;

В. готовність створювати родину, мати власних дітей, але не нести за них духовної й матеріальної відповідальності;

Г. усіма командувати.

10. Доросла людина повинна:

А. мати професію, бути економічно незалежною та забезпечувати себе матеріально;

Б. не враховувати інтереси інших людей;

В. одержувати допомогу від батьків;

Г. одержувати допомогу від своїх дітей.

11. Латинське слова «моніторинг» означає:

А. спостереження, контроль, вимір;

Б. розуміння;

В. відображення;

Г. відчуження.

12. Показниками об'єктивного контролю стану здоров'я є:

А. гарний настрій;

Б. артеріальний пульс;

В. поганий настрій;

Г. посмішка.

13. Під час фізичних вправ частота пульсу:

А. знижується; Б. підвищується; В. не змінюється; Г. пульс зникає.

14. Ознаки правильної постави:

А. голова піднята, грудна клітка пряма, плечі розташовані на одному рівні;

Б. голова виходить за повздовжню вісь тіла (опущена голова);

В. плечі зведені вперед, підняті (асиметричне положення плечей);

Г. кругла спина, запала грудна клітка.

15. Сколіоз – це:

А. звична невимушена поза людини, яка стоїть;

Б. важке захворювання опорно-рухового апарату, представлене викривленням хребта у фронтальній площині й скручуванням навколо своєї вертикальної осі, що прогресує в міру росту організму;

В. сплюснення зводу стопи;

Г. зміна форми грудної клітки.

Додаток Л

[розроблено автором]

Зміст самостійної роботи студентів під час вивчення спецкурсу «Теорія і методика формування культури здоров'я»

Самостійна робота до теми 1

Кількість годин – 13

Тема: ФЕНОМЕН КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

План

1. Виконання творчих завдань.
2. Пошукова інформаційна робота.
3. Підготовка до тестування та опитування.

Рекомендована література:

ОСНОВНА:

1. Авдеєнко І.М. можливості гуманітарної підготовки студентів вищих навчальних закладів у вихованні культури здоров'я. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : наук. журн. Суми : СДПУ ім. А. С. Макаренка, 2012. № 1. С. 201–207.

2. Авдеєнко І.М. сучасні підходи до розуміння поняття «культура здоров'я». *Педагогічні науки* : зб. наук. пр. Херсон : ХДУ, 2011. Вип. 59. С. 165–169.

3. Горащук В.П. культура здоров'я – новий педагогічний напрямок в системі освіти України. *Український медичний альманах*. 2008. № 6. Т. 11. С. 17–20.

4. Кириленко С.В. проблема формування культури здоров'я в історії теоретичної думки та в сучасній практиці. *Педагогіка і психологія*. 2004. № 1. С. 48–56.

5. Кривошеєва Г.Л. формування культури здоров'я студентів університету : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Г.Л. Кривошеєва. Луганськ, 2001. 20 с.

6. Микитюк О. формування культури здоров'я студентів в умовах модернізації навчально-виховного процесу. *Фізична активність, здоров'я і спорт* : Науковий журнал. 2011. № 2. С. 73–80.

ДОДАТКОВА:

7. Авдеєнко І. М. Педагогічні умови розвитку культури здоров'я студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технологія* : наук. журн. Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2015. С. 141–149.

8. Бондаренко О.М. Роль самостійної роботи у формуванні валеологічно компетентних майбутніх учителів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : науковий журнал. 2010. № 1. С. 369–377.

9. Горащук В.П. Сутнісна характеристика «культура здоров'я особистості». *Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики*. 2000. Вип. 4. С. 23–28.

10. Кривошеєва Г. Л. Культура здоров'я особистості як соціально-педагогічна проблема. *Шлях освіти*. 2001. № 1. С. 35–37.

1. ВИКОНАННЯ ТВОРЧИХ ЗАВДАНЬ:

Розробити методичні рекомендації майбутнім учителям фізичної культури та основ здоров'я щодо загальних підходів розуміння проблем формування культури здоров'я.

Методичні рекомендації майбутнім учителям фізичної культури та основ здоров'я щодо загальних підходів розуміння проблем формування культури здоров'я

1. Змінити думки про себе і оточуючий світ. Не втікати від проблем і самого себе, а пізнати себе та прийняти таким, яким ти є, бо все навколо нас відбувається під впливом неприйняття себе. Пам'ятайте, ідеальних людей не буває!

2. Піклуйтеся про своє тіло, уважно відносьтеся до власних потреб.

3. Аналізувати власні думки, щоб змінити їх на нові, більш позитивні.

4. Пам'ятайте, що тільки ви самі можете вирішити свої проблеми (із оздоровленням також). Якщо у вас вистачило сил щоб створити проблему або хворобу, то у вас знайдуться сили для того, щоб подолати їх.

5. Потенціал власного оздоровлення закладений у вас в середині.

6. Не зациклюйтесь на проблемах, старайтеся приймати їх як черговий урок, який дає нам життя щоб зробити нас сильнішими.

7. Досягайте гармонії із самим собою та навколишнім світом, яка буде проявлятися у вмінні радіти і насолоджуватися кожною хвилиною життя.

8. Істину шукайте лише у своєму серці.

9. Намагайтеся подолати страхи, які забирають у нас сили та рішучість, сіють сумніви, відбирають здатність рухатися вперед до своєї мети.

10. Знайти власний шлях оздоровлення.

11. Працюючи з власними думками та установками ми зробимо своє життя таким, яким би ми хотіли його бачити.

12. Самооцінка людини формується під впливом думок людей, що оточують і чужі думки стають вашими власними. Спробуйте робити все якісно і зрозумієте, що у вас усе виходить добре.

13. Як навчає нас одна із заповідей Біблії – радіти найменшому, що входить в наше життя і відчувати за це вдячність. Щоб бути здоровим і щасливим, потрібно радіти усьому хорошому, що дає нам життя так щиро, як ми цьому раділи в дитинстві.

14. Хочемо ми цього чи ні, а світ змінюється, тому безперервно слід розвиватися і працювати над самоудосконаленням.

15. Використовуючи свої сили, знання та досвід, намагайтеся допомогти людям, що оточують, знайти власний шлях і відчувати повноту життя, до якого прагнете самі.

16. Рішучість підштовхне вас до діяльності і ви досягнете в житті того, що хочете.

17. Ніколи не допускайте думок про хворобу. Якщо ви хочете бути здоровим, уявляйте себе здоровим і думайте про це. Таким чином ви зможете отримати позитивні емоції, підсвідомість запам'ятає відповідні реакції, ви накопичите енергію, потрібну для діяльності у напрямку оздоровлення.

18. Не намагайтеся діяти негайно, спочатку проаналізуйте різні аспекти того, як досягнути гармонії з собою та світом, складіть план-програму власного оздоровлення, підберіть оздоровчі та здоров'язбережувальні технології, які найбільше вам імпонують та поступово починайте їх впровадження, враховуючи власні біоритми.

19. Створюйте своєрідний спосіб життя, який побудований на безумовному коханні, терпінні, прощенні, співпереживанні, прийнятті життєвих протиріч щоб відчувати повноту свого життя.

20. Щоб досягнути досконалості в житті, потрібно лише прийняти себе таким, яким ти є.

2. ПОШУКОВА ІНФОРМАЦІЙНА РОБОТА: написати глосарій з теми.

Глосарій – забезпечує тлумачення і визначення основних понять, необхідних для адекватного осмислення матеріалу. Всі терміни, які заносяться в словник, виділяються жирним шрифтом. Заголовні слова тлумачного словника розташовуються в алфавітному порядку.

Структура глосарію повинна відповідати структурі лекційного матеріалу. Для кожної теми приводиться список термінів і понять, розташованих за абеткою. Слід враховувати необхідність у ряді випадків приведення аналога, що визначає термін на міжнародній мові (англійській, латинській).

Глосарій (не менше 50 термінів) оформляється у вигляді таблиці (у лівій колонці розташовується термін, в правій – визначення).

Глосарій є одним з інструментів усвідомлення навчального матеріалу. Окрім створеного і розміщеного глосарію як словника термінів, цей інструмент дозволяє студентам створювати і формувати свій список визначень. При навчанні як завдання студентам можна запропонувати підібрати ті визначення, які зрозумілі і зручні їм самим, і внести ці визначення до навчального глосарію, виділивши певну термінологічну категорію, що відноситься до конкретної теми. Потім ці навчальні словники, створені студентами, викладач може експортувати в основний курс, тим самим розширивши словник основних термінів.

Термін 1	Визначення терміна 1
Термін 2	Визначення терміна 2
Термін 3	Визначення терміна 3

3. МАТЕРІАЛИ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ:

Питання для самоконтролю:

1. Охарактеризуйте загальні підходи до розуміння проблеми формування культури здоров'я.
2. Обґрунтуйте важливість збереження здоров'я та формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури та основ здоров'я.
3. Розкрийте феномен культури здоров'я особистості в психолого-педагогічній науці та визначення понять «культура», «культура здоров'я» та «здоров'я», запропоновані науковцями.
4. Охарактеризуйте сутність поняття «культура здоров'я».

Тести для самоконтролю:

1. Відсоткове співвідношення факторів, що впливають на здоров'я людини:

- а) генетичні – 50%; зовнішнє середовище – 10%; медичне забезпечення – 30%; спосіб життя – 10%;
- б) генетичні – 10%; зовнішнє середовище – 60%; медичне забезпечення – 20%; спосіб життя – 10%;
- в) генетичні – 20%; зовнішнє середовище – 20%; медичне забезпечення – 10%; спосіб життя – 50%;
- г) генетичні – 20%; зовнішнє середовище – 5%; медичне забезпечення – 45%; спосіб життя – 30%.

2. Ключові положення, що лежать в основі здорового способу життя:

- а) відсутність життєвих перспектив та інтересу до життя в цілому;
- б) відсутність реагування на будь-які стресові ситуації;
- в) інтенсивне куріння як засіб стимулювання працездатності;
- г) особисто-мотиваційна установка людини на втілення соціальних, фізичних інтелектуальних та психічних можливостей людини.

3. Для вибору способу життя потрібні:

- а) знання;
- б) поради друзів;
- в) телевізійні програми;
- г) невпевненість у собі.

4. Гіподинамія призводить до:

- а) покращення координації рухів та загального самопочуття;
- б) порушення обміну речовин, збільшення маси тіла, порушення у роботі серцево-судинної системи;
- в) позитивних змін які спостерігаються у імунних властивостях організму та терморегуляції;
- г) покращення загального функціонального стану організму, особливо діяльності органів кровообігу та дихання.

5. Валеологія це наука, що вивчає:

- а) методи та критерії оцінки стану здоров'я хворого населення;
- б) сукупність знань про здоров'я та про здоровий спосіб життя людини;

- в) відновлення втрачених функцій організму людини;
- г) психоемоційний стан особистості та ефективні методи протидії психічним захворюванням.

6. Основною умовою використання рухової активності для зміцнення та збереження здоров'я дорослої людини є:

- а) мінливість;
- б) варіативність;
- в) узгодження її обсягу, спрямованості та інтенсивності з функціональними можливостями організму;
- г) раціональні фізичні і психічні навантаження.

7. Різні складові здоров'я:

- а) існують незалежно одна від одної;
- б) проявляються кожна сама по собі;
- в) не впливають одна на одну;
- г) тісно пов'язані між собою й впливають одна на одну.

8. Автори найпопулярніших систем оцінювання рівнів здоров'я:

- а) Г.Л.Апанасенко, К.Купер, В.І.Белов, Т.І.Круцевич;
- б) І.В.Мурашов, С.С.Волков, В.В.Морозова;
- в) Т.В.Круцевич, І.А.Гундаров, В.І.Петленко;
- г) Л.Я. Іващенко, О.Л.Благій, І.В.Мурашов.

9. Що сприяє покращенню психічного стану, зовнішнього вигляду та настрою людини, а також підтриманню загального життєвого тону?

- а) фізичні вправи;
- б) пасивний відпочинок;
- в) повітряні ванни;
- г) косметичний масаж.

10. Інтерес до самого себе, суспільний інтерес, самоконтроль, прийняття невизначеності, відповідальність за свої емоційні порушення являються критеріями:

- а) фізичного здоров'я;
- б) психічного здоров'я;
- в) збалансованості функціональних резервів організму людини;
- г) збалансованого харчування.

Оцінюється в межах 5 балів.

Залежно від:

- 1) рівня засвоєння матеріалу;
- 2) обґрунтованості, чіткості та правильності відповіді;
- 3) вміння застосовувати теоретичні знання на практиці;
- 4) оформлення матеріалу відповідно до вимог.

№ з/п	Види роботи	Кількість балів
1.	Творчі завдання	1
2.	Пошукова інформаційна робота	1
3.	Усне опитування	1
4.	Тестові завдання	2

Тематика ІНДЗ:

1. Підготовка реферативних матеріалів на актуальні теми з елементами наукового дослідження та його презентація.

2. Анотація прочитаної літератури з елементами науково-дослідної роботи.

3. Пошук в комп'ютерних мережах додаткового навчального матеріалу до запропонованих тем.

4. Розробка і розв'язування тестових завдань.

Додаток М

Орієнтовна тематика курсових робіт

[адаптовано автором]

1. Причини порушення здоров'я дітей та його вплив на навчання.
2. Оздоровче тренування дітей і підлітків як шлях формування і зміцнення фізичного здоров'я.
3. Здоров'я як головний фактор, що впливає на навчання і успішність дітей молодшого шкільного віку.
4. Індивідуальні особливості і стан здоров'я людини при застосовуванні різних методів загартування.
5. Особливості психогігієни навчальних занять для збереження здоров'я дітей.
6. Здоров'язберігаючі технології у навчальному процесі загальноосвітнього навчального закладу.
7. Словесні, практичні та наочні методи навчання «Основ здоров'я».
8. Роль педагога у формуванні здорового способу життя, збереженні і зміцненні здоров'я студентської молоді.
9. Застосування інноваційних технологій на уроках фізичної культури.
10. Превентивні методи попередження шкідливих звичок у підлітків.
11. Розвиток в учнів компетенцій здорового способу життя.
12. Позакласні форми фізичного виховання в процесі гармонійного розвитку школярів.
13. Сучасні засоби музично-ритмічного виховання дітей дошкільного віку на заняттях з оздоровчим спрямуванням.
14. Форми і методи контролю і самоконтролю на заняттях з фітнесу дітей старшого шкільного віку.
15. Розвиток педагогічних технологій в оздоровчих видах гімнастики.
16. Основні методи та підходи можливостей діагностики здоров'я дітей молодшого шкільного віку.
17. Основні напрями фітнес-програм силової спрямованості (на прикладі юнаків старшого шкільного віку).
18. Індивідуальний підхід до учнів на уроках з фізичної культури.
19. Значення авторитету вчителя фізичної культури у процесі формування культури здоров'я на сучасному етапі розвитку загальноосвітньої школи.
20. Взаємодія сім'ї та школи у підвищенні рухової активності та формуванні здорового способу життя школярів.
21. Загальні основи формування здорового способу життя у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.
22. Фізичний розвиток школярів та покращення здоров'я засобами фізичних вправ.
23. Оздоровлення дітей у літніх оздоровчих таборах.
24. Формування культури здоров'я дітей старшого шкільного віку.

25. Урок фізичної культури – основна форма організації фізичного виховання школярів.

26. Особливості проведення занять з фізичного виховання з учнями спеціальних медичних груп.

27. Формування здорового способу життя підлітків засобами фізичної культури.

Орієнтовна тематика магістерських робіт

1. Оптимізація рухової активності та мотивація до здорового способу життя студентської молоді.

2. Роль педагога у формуванні здорового способу життя, збереженні і зміцненні здоров'я студентської молоді.

3. Підготовка майбутніх фахівців з галузі фізичного виховання до покращення культури здоров'я учнів загальноосвітньої школи.

4. Використання педагогічних здоров'язбережувальних технологій у ЗВО.

5. Методика формування здорового способу життя молодших школярів.

6. Динаміка показників рівня фізичного здоров'я студентів-першокурсників основної та спецмедгрупи в процесі занять фізичного виховання.

7. Організація самостійної роботи з основ здоров'я учнів початкової школи.

8. Здоров'язберігаючий компонент у змісті і структурі підручників з «Основ здоров'я» для початкової школи.

9. Взаємодія сім'ї та дитячого навчального закладу з формування здорового способу життя дошкільників.

Додаток Н

Список публікацій здобувача за темою дисертації та відомості про апробацію результатів дисертації

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методологічні основи формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури: моногр. Чернівці: Місто, 2018. 436 с.
2. Курнишев Ю. А., Мосейчук Ю. Ю. Професійний саморозвиток майбутніх учителів фізичної культури: моногр. Чернівці: ЧНУ, 2017. 224 с.
3. Мосейчук Ю. Ю., Мединський С. В., Гакман А. В. Вступ до спеціальності (фізичне виховання, здоров'я людини): навч.-метод. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2011. 150 с.
4. Мосейчук Ю. Ю., Ячнюк Ю. Б., Ячнюк І. О., Воробйов О. О., Романів Л. В., Марценяк І. В. Відновлювальні засоби у фізичній культурі та спорті: навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. освіти України III-IV рівнів акредитації. Чернівці: ЧНУ, 2011. 387 с.
5. Гусак В. В., Мосейчук Ю. Ю. Теоретичні основи рекреації: навч. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2013. 171 с.
6. Мосейчук Ю. Ю., Мединський С. В. Фізичне виховання, спорт, здоров'я людини. Вступ до спеціальності (в умовах кредитно-трансферної системи навчання): навч. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2013. 120 с.
7. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О. Теоретичні та методичні основи викладання фітнесу: навч.-метод. посіб. для студентів ВНЗ. Чернівці: ЧНУ, 2013. 100 с.
8. Гусак В. В., Мосейчук Ю. Ю. Теорія і методика проведення занять у спеціальній медичній групі: навч. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2014. 133 с.
9. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О., Киселиця О. М., Осадець М. М. Теоретичні основи здоров'я: навч. посіб. для студентів ВНЗ. Чернівці: ЧНУ, 2014. 224 с.

10. Мосейчук Ю. Ю., Киселиця О. М. Науково-дослідна робота студентів – майбутніх учителів фізичної культури: навч.-метод. посіб. Чернівці: ЧНУ, 2017. 84 с.
11. Мосейчук Ю. Ю. Використання потенціалу акмеології та акмеологічного підходу під час формування належного рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Гуманізація навчально-виховного процесу*: зб. наук. праць. Харків: ТОВ «Видавництво НТМТ», 2016. № 6 (80). С. 80–90.
12. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування необхідності цілеспрямованої діяльності по формуванню культури здоров'я майбутніх учителів. *Педагогічні науки*: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2016. Вип. LXXIII, т. 2. С. 94–98.
13. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні підходи до сутності культури здоров'я. *Гірська школа Українських Карпат*: наук. фах. вид. Івано-Франківськ: ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2016. № 15. С. 233–236.
14. Dudnyk O., Yarmak O., Dotsyuk L., Mykhaylyshyn G., Zoriy Ya., Moseychuk Yu. Assessment of human psychophysiological responses to intense exercise: a survey of Greco-Roman wrestlers and unqualified competitors. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. 17 Supplement issue 4. pp. 2089–2096. DOI:10.7752/jpes.2017.s4212.
15. Galan Ya., Nakonechnyi I., Moseichuk Yu, Vaskan I., Paliichuk Yu., Yarmak O. The analysis of physical fitness of 13-14 years in the process of physical education. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. 17 Supplement issue 5. pp. 2244–2249. DOI:10.7752/jpes.2017.s5237.
16. Мосейчук Ю. Ю. Формирование высокого уровня культуры здоровья у будущих учителей физической культуры: теоретические и практические аспекты. *Modern Science: scientific journal*. Praha, 2017. № 1. P. 126–133.

17. Мосейчук Ю. Ю. Компонентно-структурна характеристика культури здоров'я студентів. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Сер.: Педагогічні науки. Хмельницький: НАДПСУ, 2017. № 4 (11). С. 305–317.
18. Мосейчук Ю. Ю. Контент-аналіз зарубіжного досвіду професійної підготовки майбутніх учителів у контексті формування культури здоров'я. *Педагогічні науки: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]*. Херсон, 2017. Вип. LXXIX, т. 1. С. 159–164.
19. Мосейчук Ю. Ю. Міждисциплінарний характер наукової дефініції «здоров'я»: теоретико-методологічні ракурси. *Гірська школа Українських Карпат: наук. фах. вид.* Івано-Франківськ: ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2017. № 16. С. 113–117.
20. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування потреби моніторингового дослідження стану сформованості культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Сер.: Педагогічні науки. Луганськ, 2017. № 8 (313), ч. II. С. 168–176.
21. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал інноваційних технологій під час формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогічні науки: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]*. Херсон, 2017. Вип. LXXVII, т. 2. С. 204–208.
22. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал компетентнісного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Професійна освіта: методологія, теорія та технології: зб. наук. праць*. Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2017. Вип. 5/1. С. 169–183.

23. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти реалізації системи формування культури здоров'я студентів факультетів фізичного виховання. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*: зб. наук. праць. Сер.: Педагогічні науки. Ізмаїл: РВВ ІДГУ, 2017. Вип. 36. С. 162–166.

24. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти розробки та впровадження концепції професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем культури здоров'я на засадах неперервності та наступності. *Педагогічні науки*: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXX, т. 2. С. 175–180.

25. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні аспекти вдосконалення професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у контексті неперервної освіти. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. Хмельницький: ХІСТ, 2017. № 13. С. 53–57.

26. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні засади професійного та особистісного розвитку студентів в процесі професійної підготовки у вищих навчальних закладах. *Педагогічний дискурс*: зб. наук. праць. Хмельницький: ХГПА, 2017. Вип. 22. С. 118–123.

27. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні підходи до педагогічного проектування професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем сформованої культури здоров'я. *Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти*: зб. наук. праць [Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету]. Рівне: РДГУ, 2017. Вип. 17 (60). С. 236–240.

28. Мосейчук Ю. Ю. Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури як вимога часу. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*: наук. журн. Сер.: Педагогічні науки. Луганськ, 2017. № 1 (306), ч. II. С. 136–144.

29. Мосейчук Ю. Ю. Системний та праксеологічний підходи у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури: загальнотеоретичні розвідки. *Науковий вісник Ужгородського університету: зб. наук. праць. Сер.: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2017. Вип. 1 (40). С. 164–167.*

30. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методологічні проєкції у дослідженні потенціалу культури здоров'я для успішної реалізації професійної діяльності майбутніми учителями фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету: зб. наук. праць. Сер.: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2017. Вип. 2 (41). С. 172–175.*

31. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика концептуальних підходів, покладених в основу розробки системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. *Педагогічні науки: зб. наук. праць [Херсонський державний університет]. Херсон, 2017. Вип. LXXVI, т. 2. С. 100–105.*

32. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика перспективних методів та форм формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». Хмельницький: ХІСТ, 2017. № 14. С. 40–45.*

33. Мосейчук Ю. Ю., Мороз О. О. Вплив рекреаційно-оздоровчих занять по системі хатха-йоги на показники фізичного та психоемоційного стану жінок першого періоду зрілого віку. *Молодий вчений: наук. журн. 2017. № 3.1 (43.1). С. 218–221.*

34. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування доцільності та практичні механізми впровадження організаційно-педагогічних умов у процес формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Ужгородського університету: зб. наук. праць. Сер.: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород, 2018. Вип. 1 (42). С. 332–336.*

Опубліковані праці апробаційного характеру

35. Мосейчук Ю. Ю. Особливості естетичного виховання школярів засобами фізичного виховання. *Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн*: матеріали I міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 13–15 трав. 2010 р.). Чернівці: Технодрук, 2010. С. 188–192.

36. Мосейчук Ю. Ю., Мардар Г. І. Інноваційні технології адаптації студентів до навчання. *Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України*: зб. наук. праць VII всеукр. наук. конф. (Чернівці, 12–13 трав. 2011 р.). Чернівці: Технодрук, 2011. С. 227–231.

37. Мосейчук Ю. Ю. Актуальність процесу адаптації першокурсників до навчання у ВНЗ. *Věda a vznik – 2011/2012: materiály VIII mezinárodní vědecko-praktická konference*. (Praha, 27.12.2011–05.01.2012 r.). Praha: Education and Science, 2012. Díl 18: Pedagogika. S. 34–36.

38. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методичні особливості побудови мікроциклів у футболі. *Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України*: зб. наук. праць VIII всеукр. наук. конф. (Чернівці, 10–11 трав. 2012 р.). Чернівці: Технодрук, 2012. С. 347–351.

39. Мосейчук Ю. Ю. Формування особистісного стилю діяльності майбутніх педагогів. *Věda a vznik – 2011/2012: materiály VIII mezinárodní vědecko-praktická konference*. (Praha, 27.12.2011–05.01.2012 r.). Praha: Education and Science, 2012. Díl 18: Pedagogika. S. 31–33.

40. Мосейчук Ю. Ю., Ніколайчук О. М., Мороз О. М. Інноваційні технології адаптації студентів до навчання у ВНЗ. *Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн*: матеріали II міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 22–23 трав. 2013 р.). Чернівці: Технодрук, 2013. С. 142–144.

41. Мардар Г. І., Мосейчук Ю. Ю. Показники здорового способу життя (ЗСЖ) та рівня фізичного стану (РФС) студентів. *Природничі читання*

та фізичне виховання, спорт та здоров'я людини у сучасному суспільстві: матеріали наук.-практ. конф. (Чернівці, 20–21 трав. 2014 р.). Чернівці: Медуніверситет, 2014. С. 148–149.

42. Мосейчук Ю. Ю. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності підлітків. *Актуальні проблеми впровадження здоровязберігаючих технологій у навчальних закладах*: матеріали III міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 15–16 трав. 2014 р.). Чернівці: Технодрук, 2014. С. 124–130.

43. Moroz E., Moseichuk Yu., Muzhychok V. The efficiency of the fitball aerobics for the health of high school age girls of special medical group. *Trends and perspectives in physical culture and sports: the VIth Edition international scientific conference* (Suceava, 26th-27th of May 2016). Suceava: University «Ștefan cel Mare», 2016. P. 216–219.

44. Мосейчук Ю. Ю. Значення культури здоров'я у реалізації професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури. *Теорія і методика виховання*: наук.-пед. вісн. Херсон: Грінь Д. С., 2016. Вип. 6. С. 27–30.

45. Мосейчук Ю. Ю. Культура та професійна культура майбутніх учителів: нові виміри наукового пізнання. *Психологія і педагогіка на сучасному етапі розвитку наук: актуальні питання теорії і практики* : зб. наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Одеса, 16–17 груд. 2016 р.). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2016. С. 92–94.

46. Мосейчук Ю. Ю. Основні проєкції дослідження феномена культури здоров'я студентів університетів. *Педагогіка і психологія: методика та проблеми практичного застосування*: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 16–17 груд. 2016 р.). Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2016. С. 72–74.

47. Мосейчук Ю. Ю. Формування культури здоров'я студентської молоді: реалії та перспективи. *Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування*: зб. тез наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (Львів, 23–24 груд. 2016 р.). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2016. С. 148–150.

48. Moseichuk Yu. Justification of the necessity of formation of health culture in future teachers of physical education in the context of competence approach. *VIRTUS: scientific journal*. 2017. № 14. P. 91–93.

49. Мосейчук Ю. Ю. Практичні аспекти розробки мультимедійних презентацій для формування культури здоров'я у майбутніх фахівців під час навчання у ВНЗ. *Модифікація концепції соціально-педагогічної діяльності та соціальної роботи в Україні у контексті реалізації цілей сталого розвитку суспільства*: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Харків – Куряж, 14 груд. 2017 р.). Харків: ФОП Петров В. В., 2018. С. 86–90.

50. Мосейчук Ю. Ю. Використання інноваційних педагогічних технологій під час формування культури здоров'я в майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогіка і сучасні аспекти фізичного виховання*: зб. наук. праць III міжнар. наук.-практ. конф., (Краматорськ, 18–19 квіт. 2017 р.). Краматорськ: ДДМА, 2017. С. 329–335.

51. Мосейчук Ю. Ю. Використання праксеологічного підходу у процесі формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Педагогіка здоров'я*: зб. наук. праць VII всеукр. наук.-практ. конф. (Чернігів, 7–8 квіт. 2017 р.). Чернігів, 2017. Т. 2. С. 200–204.

52. Мосейчук Ю. Ю. Використання системного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Освіта і наука в умовах глобальних трансформацій*: матеріали всеукр. наук. конф. (Дніпро, 24–25 лист. 2017 р.). Дніпро, 2017. С. 266–267.

53. Мосейчук Ю. Ю. Впровадження компетентнісного підходу під час навчання студентів на факультетах фізичного виховання в контексті формування культури здоров'я. *Сучасна освіта та інтеграційні процеси*: зб. наук. праць міжнар. наук.-метод. конф. (Краматорськ, 22–23 лист. 2017 р.). Краматорськ: ДГМА, 2017. С. 141–143.

54. Мосейчук Ю. Ю. Загальні наукові підходи до розробки системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Льотної академії*: зб. наук. праць. Сер. : Педагогічні науки. Кропивницький: КЛА НАУ, 2017. Вип. 1. С. 449–454.

55. Мосейчук Ю. Ю. Методичні основи формування культури здоров'я у майбутніх фахівців спеціальності «Середня освіта. Фізична культура». *Україна в гуманітарних і соціально-економічних вимірах*: матеріали II всеукр. наук. конф. (Дніпро, 24–25 берез. 2017 р.). Дніпро: СПД «Охотнік», 2017. Ч. II. С. 257–259.

56. Мосейчук Ю. Ю. Методологічні підходи до проектування концепції неперервності професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з високим рівнем сформованої культури здоров'я. *Теорія і методика виховання*: наук.-пед. вісн. Херсон: Грінь Д. С., 2017. Вип. 7. С. 15–19.

57. Мосейчук Ю. Ю. Науково-методологічні засади організації професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Наукові досягнення, відкриття та шляхи розвитку педагогічної науки*: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Запоріжжя, 26–27 трав. 2017 р.). Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2017. С. 94–97.

58. Мосейчук Ю. Ю. Науково-методологічні парадигми формування культури здоров'я під час професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Modern methods, innovations and operational experience in the field of psychology and pedagogy*: proceedings of International research and

practice conference. (Lublin, October 20–21, 2017). Lublin: Baltija publishing, 2017. S. 104–107.

59. Мосейчук Ю. Ю. Необхідність впровадження інноваційних педагогічних технологій під час формування належного рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Фізична культура і спорт: досвід та перспективи*: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (Чернівці, 6–7 квіт. 2017 р.). Чернівці: ЧНУ, 2017. С. 124–126.

60. Мосейчук Ю. Ю. Необхідність формування високого рівня культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури під час професійної підготовки в університетах. *Сучасні тенденції та фактори розвитку педагогічних та психологічних наук*: зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 3–4 лютого 2017 р.). Київ: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2017. С. 100–102.

61. Мосейчук Ю. Ю. Обґрунтування потенціалу інтерактивного навчання у формуванні культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури. *Професійна педагогіка і андрагогіка: актуальні питання, досягнення та інновації*: зб. тез наук. робіт міжнар. наук.-практ. конф. (Кривий Ріг, 26–27 жовт. 2017 р.). Кривий Ріг: Криворізький державний педагогічний університет, 2017. С. 204–205.

62. Мосейчук Ю. Ю. Перспективи впровадження діяльнісного підходу під час розроблення системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури в процесі неперервної професійної підготовки. *Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології*: зб. тез наук. робіт міжнар. наук.-практ. конф. (Львів, 23–24 черв. 2017 р.). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2017. С. 95–98.

63. Мосейчук Ю. Ю. Потенціал акмеологічного підходу у формуванні культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури. *Психологічна*

культура вчителя в контексті викликів сучасності: зб. матеріалів всеукр. наук.-практ. конф. (Тернопіль, 5–6 квіт. 2017 р.). Тернопіль: СМП «Тайп», 2017. С. 179–181.

64. Мосейчук Ю. Ю. Потреба формування високого рівня культури здоров'я у студентів факультетів фізичного виховання у психологічному контексті. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі*: зб. тез доповідей всеукр. наук.-практ. конф. (Мукачево, 17–18 трав. 2017 р.). Мукачево: вид-во МДУ, 2017. С. 118–120.

65. Мосейчук Ю. Ю. Практичні можливості компетентнісного підходу під час формування у майбутніх учителів фізичної культури високого рівня культури здоров'я. *Психолого-педагогічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців на компетентнісній основі*: зб. наук. праць IV міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. (Переяслав-Хмельницький, 28 лютого 2017 р.): у 2-х ч. Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2017. Ч. 2. С. 4–8.

66. Мосейчук Ю. Ю. Системний підхід як сучасний орієнтир для формування культури здоров'я у майбутніх фахівців фізичного виховання. *Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення та підходи*: зб. матеріалів II міжнар. наук.-практ. конф. Баку – Ужгород – Дрогобич: Посвіт, 2017. С. 286–288.

67. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методичні засади неперервності формування культури здоров'я. *Перспективні напрямки розвитку сучасних педагогічних і психологічних наук*: зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. (Харків, 10–11 лютого 2017 р.). Харків: Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2017. С. 68–71.

68. Мосейчук Ю. Ю. Фізична культура та фізичне виховання як основоположні площини формування культури здоров'я студентів. *Сучасна українська освіта: стратегії та технології навчання молоді і дорослих*: зб.

наук. праць V міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. (Переяслав-Хмельницький, 27 лютого 2018 р.). Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2018. С. 76–80.

69. Мосейчук Ю. Ю. Характеристика професійного розвитку майбутніх учителів фізичної культури в контексті формування культури здоров'я. *Розвиток професійної майстерності педагога*: зб. матеріалів міжнар. наук.-практ. конф. (Тернопіль, 26–27 квіт. 2018 р.). Тернопіль: СМП «Тайп», 2018. С. 209–211.

70. Романишина Л. М., Мосейчук Ю. Ю. Мотивація ціннісного відношення до культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. *Актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі*: зб. наук. праць всеукр. наук.-практ. конф. (Ужгород, 19–20 квіт. 2018 р.). Ужгород, 2018. С. 43–45.

Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

71. Мосейчук Ю. Ю. Особливості соціально-психологічної адаптації студентської молоді. *Фізична культура, спорт та здоров'я*: зб. наук. праць. Вінниця: ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2009. Вип. 8, т. 1. С. 229–234.

72. Мосейчук Ю. Ю. Динаміка показників розумової працездатності студентів з наявними ознаками порушення соціально-психологічної адаптації. *Слобожанський науково-спортивний вісник*: наук.-теорет. журн. Харків, 2010. № 1. С. 124–127.

73. Мосейчук Ю. Ю. Особливості здоров'я людини як критерію оцінювання індивідуальних можливостей організму. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць. Львів: ЛДУФК, 2010. Вип. 14, т. 4. С. 127–131.

74. Мосейчук Ю. Ю. Зміни функціональних показників студентів з ознаками порушення соціально-психологічної адаптації впродовж навчального року. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць. Львів: ЛДУФК, 2011. Вип. 15, т. 2. С. 176–180.

75. Мосейчук Ю. Ю. Особливості динаміки показників психічного навантаження у студентів з ознаками порушення соціально-психологічної адаптації впродовж навчального року. *Слобожанський науково-спортивний вісник*: наук.-теорет. журн. Харків: ХДАФК, 2011. № 1. С. 114–118.

76. Мосейчук Ю. Ю. Формування мотиваційних потреб студентської молоді до фізкультурної діяльності. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт*. Київ: вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. Вип. 13. С. 400–403.

77. Мосейчук Ю. Ю. Самостійні заняття як засіб покращення стану здоров'я студентської молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць Волинського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк: ВНУ, 2012. № 3 (19). С. 230–232.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати проведеного дослідження були предметом обговорень під час виступів на наукових, науково-практичних, науково-методичних конференціях та семінарах різного рівня, серед яких: *міжнародні* – «Education and Science», (Прага, 2011, 2012), «Фізична культура та спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн» (Чернівці, 2010, 2013), «Актуальні проблеми впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальних закладах» (Чернівці, 2014, 2015), «Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та здоров'я людини (Чернівці, 2015), «Актуальні проблеми спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції» (Тернопіль, 2016), «Психологія і педагогіка на сучасному етапі розвитку наук: актуальні

питання теорії і практики» (Одеса, 2016), «Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування» (Львів, 2016), «Психолого-педагогічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців на компетентнісній основі» (Переяслав-Хмельницький, 2017), «Проблеми та перспективи професійної підготовки фахівців в умовах євроінтеграції» (Кропивницький, 2017), «Педагогика и современные аспекты физического воспитания» (Краматорск, 2017), «Сучасні тенденції та фактори розвитку педагогічних та психологічних наук» (Київ, 2017), «Фізична культура і спорт: досвід та перспективи» (Чернівці, 2017), «Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення та підходи» (Ужгород, 2017), «Гуманітарна парадигма як стратегія інноваційного розвитку освіти» (Рівне, 2017), «Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології» (Львів, 2017), «Професійна педагогіка і андрагогіка: актуальні питання, досягнення та інновації» (Кривий Ріг, 2017), «Сучасні методики, інновації та досвід практичного застосування у сфері психології та педагогіки» (Люблін, 2017), «Сучасна освіта та інтеграційні процеси» (Краматорськ, 2017), «Сучасна українська освіта: стратегії та технології навчання молоді і дорослих» (Переяслав-Хмельницький, 2018), «Розвиток професійної майстерності педагога» (Тернопіль, 2018); *всеукраїнські*: «Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України» (Чернівці, 2011, 2012), ««Природничі читання» та «Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини у сучасному суспільстві»» (Чернівці, 2014), «Педагогіка і психологія: методика та проблеми практичного застосування» (Запоріжжя, 2016), «Перспективні напрямки розвитку сучасних педагогічних і психологічних наук» (Харків, 2017), «Педагогіка здоров'я» (Чернігів, 2017), «Україна в гуманітарних і соціально-економічних вимірах» (Дніпропетровськ, 2017), «Психологічна культура вчителя в контексті викликів сучасності» (Тернопіль, 2017), «Психолого-

педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі» (Мукачево, 2017), «Наукові досягнення, відкриття та шляхи розвитку педагогічної науки» (Запоріжжя, 2017), «Освіта і наука в умовах глобальних трансформацій» (Дніпро, 2017), «Модифікація концепції соціально-педагогічної діяльності та соціальної роботи в Україні у контексті реалізації цілей сталого розвитку суспільства» (Харків, 2017), «Актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі» (Ужгород, 2018).

Матеріали та результати дослідження обговорювалися й були схвалені на засіданнях і семінарах кафедри теорії і методики фізичної культури та валеології Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії (2014–2018 рр.) та на засіданнях кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (2012–2018 рр.).



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

вул. Підгірна, 46, м. Ужгород, Закарпатська область, 88000
тел.: (03122) 3-33-41, факс: (03122) 3-42-02
e-mail: official@uzhnu.edu.ua Код ЄДРПОУ 02070832

18.04.18 № 1369/01-12

На № _____ від _____

ДОВІДКА

про впровадження результатів дисертаційного дослідження кандидата наук з фізичного виховання і спорту, доцента, завідувача кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича **Мосейчука Юрія Юрійовича на тему «Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки»**

Результати дисертаційного дослідження Ю.Ю. Мосейчука впроваджено в освітній процес ДВНЗ «Ужгородський національний університет» шляхом ознайомлення викладачів кафедри фізичного виховання та студентів спеціальностей «014.11 - Середня освіта. Фізична культура» та «017 - Фізична культура і спорт» з матеріалами, які висвітлюють теоретико-методологічні та практичні аспекти формування культури здоров'я. Зокрема студенти випускних курсів бакалаврату та магістратури були залучені до проведення констатувального експерименту щодо з'ясування стану сформованості культури здоров'я. Протягом 2012-2018 років Ю.Ю. Мосейчуком розроблено комплекс наукових матеріалів для викладачів, які висвітлювали методичні засади формування культури здоров'я у студентів факультету здоров'я та фізичного виховання. Структура та зміст авторських матеріалів забезпечили ґрунтовне ознайомлення викладачів із формами та методами практичної діяльності щодо формування у студентів компонентів культури здоров'я. Матеріали науково-методичних посібників «Вступ до спеціальності (фізичне виховання, здоров'я людини)», «Відновлювальні засоби у фізичній культурі та спорті», «Теоретичні основи здоров'я», «Професійний саморозвиток майбутніх учителів фізичної культури», «Теоретичні та методичні основи викладання фітнесу», автором та співавтором яких є Ю.Ю. Мосейчук, використовуються викладачами кафедри фізичного виховання у ході організації професійної підготовки студентів з навчальних дисциплін «Вступ до спеціальності», «Теорія і методика фізичного виховання» та «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності». Результати дисертаційної роботи Ю.Ю. Мосейчука обговорювалися на І науково-практичній конференції з міжнародною участю «Актуальні питання

вдосконалення системи фізичного виховання і спортивної роботи у вищій школі» (2018 р., м. Ужгород) та отримали позитивні відгуки від її учасників.

Враховуючи актуальність проблеми, яка стосується зростання впливу культури здоров'я на виконання майбутніми учителями фізичної культури своїх професійних обов'язків вважаємо, що дослідно-експериментальна робота, виконана Юрієм Юрійовичем Мосейчуком, є ефективною та її матеріали можуть бути рекомендовані для використання в освітньому процесі для підготовки майбутніх учителів.

Проректор з наукової роботи
доктор фізико-математичних наук



професор

Студеняк І.П.

Завідувач кафедри теорії і методики
фізичного виховання
кандидат педагогічних наук, доцент

Товт В.А.



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, 73003. Тел.: +38(0552) 32-67-05, 32-67-31; факс 49-21-14; e-mail: office@ksu.ks.ua; http://www.kspu.edu
МФО 820172 код за ЄДРПОУ 02125609 р/р 3522 7222 000120; 3521 2022 000120 банк Держказначейська служба України, м. Київ

2304 2018 р. № 44-31/746
На № _____ від _____ 201__ р.

Довідка
про впровадження результатів дисертаційної роботи
Юрія Юрійовича Мосейчука
«Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної
культури у процесі неперервної професійної підготовки» в освітній процес
Херсонського державного університету

Матеріали дисертаційної роботи Мосейчука Ю.Ю. протягом 2012–2018 н.р. впроваджено в освітній процес факультету фізичного виховання і спорту Херсонського державного університету.

У процесі експериментального дослідження було здійснено апробацію авторської системи формування культури здоров'я в майбутніх вчителів фізичної культури на засадах неперервності та наступності. Упровадження теоретичних і практичних матеріалів автора в освітній процес шляхом використання окремих лекційних текстів, організації семінарських занять, впровадження спецкурсу «Теорія і методика формування культури здоров'я» сприяло формуванню знань студентів, необхідних для забезпечення підвищення якості підготовки майбутніх учителів фізичної культури.

Аналіз отриманих результатів на основі діагностики дозволив встановити вихідний стан сформованості у студентів усіх показників культури здоров'я.

Результати наукової роботи Мосейчука Ю.Ю. «Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки» обговорено й затверджено на засіданні кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту (протокол від 02 квітня 2018 року №8).

Проректор з наукової роботи,
професор



С.А. Омельчук

Возний С.С.
(0552)3267565



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА
вул. Огієнка, 61, м. Кам'янець-Подільський, 32300; тел.: (03849) 3-05-13, факс: (03849) 3-07-83, E-mail: post@kpnpu.edu.ua
Web: http://www.kpnpu.edu.ua код ЄДРПОУ 02125616

Від 27.04.2018 № 34/18

На № _____ від _____

ДОВІДКА

**про впровадження результатів дисертаційного дослідження
«Система формування культури здоров'я майбутніх учителів
фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки»
на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук
зі спеціальності 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти
МОСЕЙЧУКА ЮРІЯ ЮРІЙОВИЧА**

На базі факультету фізичної культури Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка впродовж 2015–2018 н.р. було проведено емпіричне дослідження, яке присвячене вивченню процесу формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки. Автор здійснив комплексну та системну діагностику, що дозволила визначити початковий стан сформованості у студентів усіх показників культури здоров'я.

Ю.Ю. Мосейчук здійснив науково-практичну апробацію авторської системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури на засадах неперервності та наступності професійної підготовки, організаційно-педагогічних умов її дієвості. Викладачі, які були залучені до експериментального дослідження, мали змогу використовувати авторські методичні матеріали з метою формування у студентів високого рівня культури здоров'я. Зокрема, схвальні відгуки отримано про тренінгову програму «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова учителя фізичної культури».

Констатуємо, що запропоновані автором теоретичні та практичні матеріали отримали високу позитивну оцінку студентів факультету фізичної культури, а тому й надалі будуть використовуватися в освітньому процесі.

Отже, наслідки впровадження науково-методичних розробок Ю.Ю. Мосейчука дають підстави стверджувати, що вони є значущими для успішного професійного розвитку студентів у контексті формування в них культури здоров'я.

Результати впровадження наукових досліджень обговорено та схвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (протокол № 7 від 26.04.2018 року)

**Проректор з наукової роботи,
доктор фізико-математичних наук, професор**



І.М. Конет



Міністерство освіти і науки України
Державний вищий навчальний заклад

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

вул. Шевченка, 57, м. Івано-Франківськ, 76018, тел. (0342) 75-23-51, факс: (0342) 53-15-74
e-mail inst@pu.if.ua Код ЄДРПОУ 02125266

05.05.2018 № 01-15/03/689
На № _____ від _____

Довідка

про впровадження результатів дисертаційного дослідження
на тему «Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної
культури у процесі неперервної професійної підготовки» на здобуття
наукового ступеня доктора педагогічних наук
зі спеціальності 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти
МОСЕЙЧУКА ЮРІЯ ЮРІЙОВИЧА

Цією довідкою підтверджується, що результати дисертаційного дослідження Юрія Юрійовича Мосейчука за темою «Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки» впроваджувалися впродовж 2012–2018 навчальних років у професійну підготовку студентів факультету фізичного виховання і спорту Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. На основі розроблених діагностичних методик на констатувальному етапі було проведено моніторингове дослідження стану сформованості компонентів культури здоров'я.

Під час викладання навчальних дисциплін «Теорія і методика оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика викладання спортивних ігор», «Теорія і методика обраного виду спорту», впроваджувалися навчально-методичні розробки автора, які спрямовані на формування у студентів високого рівня культури здоров'я. Викладачі, які залучені до організації та проведення експериментального дослідження, позитивно оцінили авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я» та тренінгову програму «Культура здоров'я як особистісна та професійна складова учителя фізичної культури».

Впровадження навчально-методичних матеріалів наукового дослідження Ю.Ю. Мосейчука позитивно вплинуло на якість професійної підготовки майбутніх фахівців, суттєво вдосконаливши теоретичні знання та практичні уміння студентів факультету фізичного виховання і спорту в галузі культури здоров'я.

Проректор з наукової роботи ДВНЗ
«Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника»

Зав. кафедри
спортивно-педагогічних дисциплін



проф. А.В. Загороднюк

доц. А.В. Синиця



від "14" 05 2018 р. № 655-83/14

**Акт про впровадження
в освітній процес Тернопільського національного педагогічного університету імені
Володимира Гнатюка результатів дисертаційного дослідження
Юрія Юрійовича Мосейчука на тему «Система формування культури здоров'я
майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки»**

Результати дисертаційного дослідження Юрія Юрійовича Мосейчука за темою «Система формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури у процесі неперервної професійної підготовки» були апробовані та впровадженні в професійну підготовку студентів факультету фізичного виховання Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка впродовж 2016–2018 н.р. Зокрема викладачі кафедри теоретичних основ і методики фізичного виховання використовували авторські методичні матеріали та навчально-методичні посібники під час підготовки до лекційних занять з навчальних дисциплін «Вступ до спеціальності», «Новітні технології у фізичному вихованні», «Теорія і методика фізичного виховання» з метою формування у майбутніх учителів фізичної культури високого рівня культури здоров'я. Використання таких інноваційних педагогічних технологій як проектна, інтерактивна, інформаційна, тренінгова сприяли поглибленню теоретичних знань студентів під час формування культури здоров'я засобами фізичного виховання. Автор представив свої напрацювання та отримав схвальні відгуки на V Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції» (Тернопіль, 2016 р.).

Практичне застосування результатів наукового дослідження Ю.Ю. Мосейчука дозволили вдосконалити процес формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури та суттєво підвищити ефективність професійної підготовки студентів факультету фізичного виховання.

Результати впровадження наукових досліджень обговорено та схвалено на засіданні кафедри теоретичних основ і методики фізичного виховання Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (протокол № 8 від 26.04 2018 р.)

Завідувач кафедри теоретичних основ
і методики фізичного виховання,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

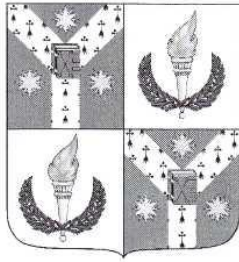
Боднар Я. Б.

Проректор з наукової роботи
та міжнародного співробітництва,
доктор біологічних наук, доцент

Фальфушинська Г. І.



100702



UNIVERSITATEA "ALEXANDRU IOAN CUZA" din IAȘI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Strada Toma Cozma Nr. 3 / 700554 - Iași
tel. 40 32 201026 fax 40 32 201126
e-mail asf.sport@uaic.ro
<http://www.sport.uaic.ro>

Adeverință
despre implementarea rezultatelor de cercetare
ale domnului Yuriy Moseychuk
„Sistemul de formare a culturii sănătății viitorilor profesori de educație fizică în
procesul de formare profesională continuă”

Prin prezenta, Facultatea de Educație Fizică și Sport din cadrul Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași (România) confirmă că suportul de curs (prelegeri, proiecte, prezentări, seminare, cursuri situaționale, cursul special al autorului „Teoria și metodică formării culturii sănătății”), elaborat de către domnul conferențiar, șeful catedrei de Educație fizică și bazele sănătății din cadrul Universității Naționale „Yuriy Fedkovych” din Cernăuți **Yuriy Moseychuk**, a fost aplicat în practică. Sistemul de formare a culturii sănătății viitorilor profesori de educație fizică, care se bazează pe continuitatea formării profesionale, propus de către domnul Yuriy Moseychuk a fost apreciat pozitiv. Certificăm faptul că metodele practice și tehnicile propuse de autor au un impact pozitiv asupra procesului de formare a culturii sănătății studenților.

Rezultatele implementării rezultatelor cercetărilor științifice au fost discutate și aprobate la Ședința Biroului Consiliului Facultății în data de 18.05.2018.

Decan,

Conf. univ. dr. **Beatrice-Aurelia ABALĂȘEI**





МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА

58002, м. Чернівці, вул. М. Коцюбинського, 2, тел. (0372) 584810, 584811, факс (0372) 552914, e-mail: rector@chnu.edu.ua

25.05.2018 № 2018/1425

На № _____

**ДОВІДКА
ПРО ВПРОВАДЖЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЙНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ МОСЕЙЧУКА ЮРІЯ
ЮРІЙОВИЧА «СИСТЕМА ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОЦЕСІ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ»**

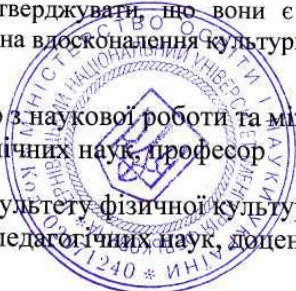
Цією довідкою засвідчується, що протягом 2012–2018 навчальних років на базі факультету фізичної культури та здоров'я у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича Мосейчук Юрій Юрійович проводив наукову дослідну роботу, спрямовано на вивчення оптимальних шляхів формування у майбутніх учителів фізичної культури високого рівня культури здоров'я. Автором проведено емпіричне дослідження рівня сформованості культури здоров'я студентів спеціальності 014 Середня освіта (фізична культура), а також здійснено науково-практичну апробацію організаційно-педагогічних умов формування культури та визначено особливості їх впровадження. У процесі дослідження Ю.Ю. Мосейчуком розроблено авторський спецкурс «Теорія і методика формування культури здоров'я», та ряд методичних рекомендацій щодо вдосконалення процесу формування культури здоров'я у студентів у процесі їхньої неперервної професійної підготовки.

Під час практичної діяльності розроблені автором науково-методичні матеріали активно використовувалися викладачами кафедр фізичної культури та основ здоров'я, фізичної реабілітації та ерготерапії, а також теорії методики фізичного виховання та спорту для організації професійної підготовки студентів. Запропонований Ю.Ю. Мосейчуком науковий підхід, який базується на проектуванні цілісної системи формування культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури на засадах неперервності та наступності професійної підготовки отримав високу позитивну оцінку викладачів та студентів, які задіяні у констатувальному та формуальному етапах експериментального дослідження, а тому і у подальшому буде використовуватися в освітньому процесі під час викладання навчальних предметів професійної підготовки («Загальна теорія здоров'я», «Основи здорового способу життя», «Теорія і методика фізичного виховання різних груп населення», «Методика викладання предмету «Основи здоров'я»» – у бакалавраті; «Професійна майстерність викладача фізичної культури», «Інноваційні технології у фізичній культурі», «Наукові засади здорового способу життя», «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні», «Основи оздоровчого харчування», «Методика фізкультурно-оздоровчої роботи» – у магістратурі).

Констатуємо, що результати впровадження науково-методичних розробок Ю.Ю. Мосейчука дають підстави стверджувати, що вони є значущими для вдосконалення освітнього процесу та суттєво впливають на вдосконалення культури здоров'я майбутніх учителів фізичної культури.

Проректор з наукової роботи та міжнародних зв'язків
доктор хімічних наук, професор

Декан факультету фізичної культури та здоров'я людини
кандидат педагогічних наук, доцент



Фочук П. М.

Зорій Я. Б.