

SECTION 4. THEORY AND TEACHING METHODS

10.46299/ISG.2025.MONO.PED.2.4.1

4.1 Експериментальна перевірка ефективності педагогічних умов реалізації моделі підготовки студентів до здоров'язберігаючої діяльності в ЗЗСО

У сучасних умовах, коли здоров'я молодого покоління значною мірою залежить від умов навчання та виховання, проблема формування готовності майбутніх педагогів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі набуває особливої актуальності. Сучасна школа потребує вчителів, які не лише володіють теоретичними знаннями, але й здатні ефективно впроваджувати здоров'язберігаючі технології в освітній процес.

Зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями: *науковий аспект* - дослідження педагогічних умов, які сприяють ефективній підготовці студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності, розробка моделі формування готовності майбутніх педагогів до впровадження здоров'язберігаючих технологій у школі, визначення критеріїв та показників ефективності педагогічних умов реалізації даної моделі; *практичний аспект* - впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальний процес шкіл через підготовку кваліфікованих педагогів, підвищення рівня здоров'я учнів за рахунок ефективної організації здоров'язберігаючої діяльності в школі, розробка методичних рекомендацій для викладачів закладів вищої освіти щодо підготовки студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності.

Дослідження здійснювалося в межах науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичної культури Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича за темою «Формування професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах трансформації системи освіти» (2024–2028 рр.).

Проблема підготовки студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі знайшла своє відображення у численних наукових дослідженнях та публікаціях. Останні роботи присвячені розробці моделей,

методик та педагогічних умов, які сприяють ефективній підготовці майбутніх педагогів до впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальний процес.

Основні напрями досліджень - *теоретичні основи здоров'язберігаючої діяльності*: дослідження, присвячені визначенню поняття «здоров'язберігаюча діяльність» та її місця в освітньому процесі (роботи В. В. Кременя, О. В. Сухомлинської, І. М. Сидоренка), аналіз педагогічних умов, необхідних для формування готовності студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності (публікації О. М. Гуменюк, Т. І. Литвиненко); *моделі та методики підготовки студентів*: розробка моделей підготовки майбутніх педагогів до здоров'язберігаючої діяльності, які враховують індивідуальні потреби та особливості навчального процесу (дослідження Л. М. Петренко, С. В. Ковальчук), використання інтерактивних методів навчання, таких як тренінги, майстер-класи, проектна діяльність, для формування здоров'язберігаючих компетенцій студентів (роботи О. В. Денисенко, М. О. Сидоренко); *експериментальна перевірка ефективності педагогічних умов*: дослідження, спрямовані на оцінку ефективності різних педагогічних умов у підготовці студентів до здоров'язберігаючої діяльності (публікації Т. М. Кравчук, П. І. Петрова), вивчення впливу здоров'язберігаючих технологій на фізичне, психічне та соціальне здоров'я учнів (роботи Г. В. Безверхньої, Е. С. Вільчовського).

Таким чином, останні дослідження та публікації свідчать про важливість і актуальність проблеми підготовки студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі, а також про необхідність подальшого розвитку цього напрямку в педагогічній науці.

Метою дослідження є експериментальна перевірка ефективності педагогічних умов реалізації моделі підготовки студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в ЗЗСО, спрямованої на формування необхідних знань, умінь та навичок у майбутніх педагогів для ефективного впровадження здоров'язберігаючих технологій у освітній процес. Ця мета передбачає: розробку та впровадження моделі підготовки студентів, визначення педагогічних умов,

експериментальну перевірку ефективності, розробку рекомендацій. Таким чином, мета дослідження полягає у створенні ефективної системи підготовки майбутніх педагогів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності, що сприятиме покращенню якості освіти та здоров'я учнів.

Проблема формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої діяльності є важливою соціально-педагогічною проблемою. Її вирішення стосується актуальних питань суспільства та освіти, оскільки в сучасних умовах особливого значення набувають питання зміцнення здоров'я учнів та формування в них орієнтації на здоровий спосіб життя. Одним із можливих шляхів вирішення цієї проблеми є розробка та впровадження системи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої діяльності як складової частини їхньої професійної підготовки до роботи в школі.

Як показало проведене дослідження, зокрема на констатуючому етапі експерименту, реальний рівень готовності майбутніх педагогів фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі не відповідає повністю вимогам сучасного соціального замовлення. Умови сучасного освітнього процесу в школах такі, що розумове, психоемоційне та нерве навантаження на учнів постійно зростає, тоді як компенсація цих навантажень за рахунок збалансованої фізичної активності залишається недостатньою. Саме тому роль вчителя фізичної культури стає надзвичайно важливою для забезпечення ефективного навчання дітей без шкоди для їхнього здоров'я.

Здоров'язберігаюча діяльність педагога фізичної культури в роботі з учнями школи вимагає ґрунтовної підготовки. Безперечно, починати її слід ще на етапі навчання студентів у закладі вищої освіти. Процес професійної педагогічної підготовки має бути організований таким чином, щоб забезпечити не лише знання студентами різних аспектів здоров'язбереження учнів, а й формування в них здатності до самостійного проектування та впровадження здоров'язберігаючої функції фізичної культури в роботі зі школярами. Це передбачає розвиток певних професійних і особистісних якостей майбутнього

педагога фізичної культури, які в сукупності характеризуються поняттям «готовність». Проведене дослідження було присвячене вивченню педагогічних умов, які сприяють формуванню у майбутніх учителів фізичної культури готовності до здійснення здоров'язбереження учнів у школі.

Здоров'язберігаючу освіту слід розуміти як паралельне вирішення двох найважливіших завдань - збереження здоров'я школярів та забезпечення їх успішності з усіх навчальних предметів. Провідна роль цьому належить фізичної культури. З одного боку, вона є сильним засобом зміцнення здоров'я учнів. З іншого боку, фізична культура несе у собі можливості стимулювання перцептивних, мнемічних та інтелектуальних процесів, підвищення розумової працездатності, що позитивно впливає на успішність школярів з усіх предметів відповідно до шкільних програм.

В результаті аналізу наукової літератури конкретизовано наукове уявлення про поняття «здоров'язберігаюча діяльність». Суть конкретизації полягає в обґрунтуванні призначення здоров'язберігаючої діяльності вчителя фізичної культури та її функції. Призначення здоров'язберігаючої діяльності вчителя фізичної культури полягає у зміцненні та вихованні здоров'я учнів. Функція здоров'язберігаючої діяльності вчителя фізичної культури полягає у забезпеченні умов для збереження здоров'я учнів протягом усього періоду навчання в школі, а також у формуванні в них знань, умінь і навичок, необхідних для організації та ведення здорового способу життя. Вчитель повинен навчити школярів самостійно використовувати ці знання в повсякденному житті.

Готовність вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої діяльності є складною, багаторівневою інтегративною якістю особистості, яка спрямована на збереження та розвиток здоров'я, а також на виховання здорового способу життя серед учасників освітнього процесу. Ця готовність формується під час навчання у закладі вищої освіти та реалізується через включення майбутніх педагогів у здоров'язберігаючу діяльність. Модель формування готовності майбутніх вчителів до здійснення здоров'язбереження у школі включає взаємопов'язані компоненти: фізичний (рівень фізичного здоров'я та

фізичної підготовленості); когнітивний (теоретичні знання про здоров'я та здоров'язбереження); мотиваційний (потреба у збереженні здоров'я та орієнтація на здоровий спосіб життя); рефлексивний (здатність до аналізу та оцінки власних дій); практичний (вміння застосовувати знання на практиці).

Мотиваційний компонент відіграє провідну роль, оскільки саме він створює передумови для формування та розвитку всіх інших компонентів готовності.

Фізичний компонент є базовим і невід'ємним саме для вчителя фізичної культури, професійна діяльність якого передбачає не лише необхідність володіння органічним і фізіологічним здоров'ям, а й використання власного здоров'я як особливого педагогічного інструменту. За допомогою цього інструменту вчитель формує в учнів наочні уявлення про цінність здоров'я, демонструючи його важливість та значення.

Сутність мотиваційного компонента полягає у формуванні у майбутнього вчителя фізичної культури потреби у вихованні, підтримці та збереженні здоров'я учнів, а також у орієнтації учнів на здоровий спосіб життя. Джерелами формування цієї потреби є цінності здоров'я та здорового способу життя, які лежать в основі діяльності вчителя з виховання здоров'я учнів через здійснення здоров'язберігаючої діяльності. Ці цінності набувають форми мотиву до здійснення такої діяльності.

Когнітивний компонент включає теоретико-методологічні знання базових понять та термінів (таких як здоров'я, здоровий спосіб життя тощо); концепції та підходи до виховання здоров'я та орієнтації учнів на здоровий спосіб життя; педагогічні технології, спрямовані на покращення та збереження здоров'я; знання у галузі фізичної культури, теорії та методики фізичного виховання, а також інші знання, пов'язані з діяльністю вчителя фізичної культури.

Зміст практичного компонента готовності включає сукупність наступних умінь: вміння оцінювати здоров'язберігаючу ефективність фізкультурно-оздоровчої роботи, навчального навантаження, режиму дня школярів і т.д.; вміння формувати потребу учнів у здоровому способі життя; вміння створювати сприятливий психологічний клімат у навчально-виховному процесі; вміння

раціонально - у контексті здоров'язбереження - використовувати засоби та форми фізичного виховання; вміння пропагувати здоровий спосіб життя; вміння здійснювати диференційований та індивідуальний підходи у процесі фізичного виховання школярів; вміння здійснювати психологопедагогічну підтримку учнів у процесі виховання здоров'я; вміння самостійно розробляти та застосовувати програми чи окремі компоненти програм удосконалення фізичного виховання школярів.

Зміст рефлексивного компонента готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої діяльності утворюють цінності, функціями яких є функція створення образу, ескізу майбутнього та функція-оцінки, здійснення якої неможливе без рефлексії, як найважливішої якості регуляції, вибору та оцінки педагогічних дій з ефективного здійснення здоров'язберігаючої діяльності в освітньому процесі школи.

Організацію освітнього процесу у ЗВО, спрямованого на підготовку майбутніх учителів фізичної культури до здійснення здоров'язбереження учнів, доцільно будувати на основі моделі, розробленої у дослідженні. Ця модель передбачає діагностику поточного рівня готовності майбутніх педагогів до реалізації здоров'язберігаючої освіти та розробку системи заходів для підвищення цієї готовності до рівня, що відповідає сучасним соціальним вимогам. Заходи включають такі напрями: орієнтація студентів на особливості здоров'язбереження школярів засобами фізичної культури; реалізація міжпредметних зв'язків, спрямованих на розкриття різних аспектів здоров'язбереження; забезпечення участі студентів у організації та проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів здоров'язберігаючого характеру у школах.

Реалізація розробленої моделі формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбереження школярів виявилася успішною та підтвердила припущення, висловлені в гіпотезі дослідження. У ході формувального експерименту було зафіксовано значне зростання рівнів відповідних компонентів готовності у студентів експериментальної групи ЕГ1, де була реалізована трикомпонентна модель формування готовності. Ці

показники були значно вищими, ніж у групі ЕГ2, де використовувалася двокомпонентна модель. Отже, трикомпонентна модель формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі є більш ефективною. Математико-статистична обробка даних підтвердила достовірність отриманих результатів, що свідчить про ефективність розроблених підходів.

В результаті експериментальної роботи було встановлено, що процес формування готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язберігаючої діяльності стає ефективним за умови дотримання таких педагогічних умов: *цілісне включення майбутнього вчителя у здоров'язберігаючу діяльність на особистому та професійному рівнях через інтеграцію всіх компонентів готовності (фізичного, когнітивного, мотиваційного, рефлексивного та практичного); збагачення інформаційного поля майбутнього вчителя шляхом створення системи взаємопов'язаних та взаємодоповнюючих профільних дисциплін, спеціальних курсів на вибір та педагогічної практики, які є організаційною основою формування готовності; моделювання здоров'язберігаючої діяльності вчителя фізичної культури через взаємодію всіх компонентів готовності, що забезпечує комплексний підхід до підготовки майбутніх педагогів.*

Слід зазначити, що не всі поставлені завдання були вирішені однаково глибоко та ґрунтовно. Однак проведене дослідження виявило ключові аспекти проблематики, пов'язаної з обраним напрямком роботи, які потребують подальшого вивчення. Перспективи подальших досліджень: глибше дослідження проблем формування кожного з виділених компонентів готовності (фізичного, когнітивного, мотиваційного, рефлексивного та практичного) окремо, розробка нових методик та підходів до підготовки майбутніх учителів фізичної культури, які враховують сучасні виклики у сфері здоров'язбереження, вивчення впливу інноваційних технологій на ефективність формування готовності до здоров'язберігаючої діяльності.

Таким чином, результати дослідження відкривають нові можливості для подальшого розвитку теми та вдосконалення підготовки майбутніх педагогів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Нами виділено такі педагогічні умови, які є ефективними при формуванні готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язберігаючої діяльності у педагогічній практиці школи: обов'язковий облік знань і умінь, отриманих до вивчення питань здоров'я, здоров'язбереження та здорового способу життя школярів, їх активізація та актуалізація за допомогою діагностичних та дослідницьких завдань; розробка змісту спецкурсу на інтегрованій основі з посиленням психологічної та здоров'язберігаючої обґрунтованості педагогічних знань; побудова процесу викладання на проблемній основі; використання активних методів проведення занять; моделювання у процесі навчання змісту творчої, дослідницької діяльності вчителя фізичної культури; ускладнення завдань від роботи за зразком до творчої роботи при формуванні практичних умінь; використання наочних методів навчання: демонстрації відеозаписів інтегрованих занять, схем, моделей; актуалізація творчого досвіду студентів, що стимулює розвиток мотиваційної сфери, ціннісних орієнтацій особистості. Таким чином, висунута нами гіпотеза підтвердилася. Основні завдання дослідження вирішено.

Встановлено, що ефективна підготовка студентів до здоров'язберігаючої діяльності потребує комплексного підходу, який включає теоретичну підготовку, практичні заняття та впровадження інноваційних методик, підтверджено, що використання інтерактивних методів навчання значно підвищує мотивацію студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності, виявлено, що педагогічні умови, такі як створення здоров'язберігаючого середовища, інтеграція здоров'язберігаючих технологій у навчальний процес та підвищення кваліфікації викладачів, є ключовими факторами успішної підготовки студентів. Перспективи подальших досліджень: розробка нових моделей та методик підготовки студентів до здоров'язберігаючої діяльності, які

враховують сучасні виклики, такі як цифровізація освіти та зміни у способі життя молоді; вивчення впливу здоров'язберігаючих технологій на різні аспекти здоров'я учнів, зокрема психічне та емоційне благополуччя; впровадження результатів досліджень у практику ЗВО для підвищення якості підготовки майбутніх педагогів. Реалізація моделі підготовки студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі забезпечила значне покращення їхніх знань, умінь та навичок у цій галузі. У ході експерименту зафіксовано зростання рівня знань студентів про здоров'язберігаючі технології, їхніх практичних умінь та мотивації до здійснення такої діяльності. Випускники, які пройшли підготовку за розробленою моделлю, демонструють здатність ефективно впроваджувати здоров'язберігаючі технології в школі, що сприяє покращенню фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів. Результати дослідження свідчать про необхідність широкого впровадження розробленої моделі у навчальний процес ЗВО для підготовки майбутніх педагогів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності. Таким чином, експериментальна перевірка підтвердила ефективність педагогічних умов реалізації моделі підготовки студентів до здійснення здоров'язберігаючої діяльності в школі, що є важливим кроком у розвитку сучасної педагогічної науки та практики.