

У досліджуваному віці хлопчикам важко виконувати тривалі різноманітні рухи та навантаження максимальної потужності, оскільки вони негативно впливають на кровообіг і дихання, викликають значні психологічні напруження. Це, в свою чергу призводить до генералізації збудження у нервових центрах, також до роботи залучаються зайві м'язові групи, що викликає швидку втому м'язів. Виконання роботи максимальної потужності призводить до підвищення пульсу на 26%; також напруження граничної інтенсивності є небезпечними для здоров'я [7].

Отже, важливою особливістю морфологічного розвитку хлопчиків 11-14 років є прискорення темпів росту тіла в довжину, помітне збільшення маси тіла, екскурсії грудної клітки (ЕГК) і динамометричних показників. Вважається, що ці зміни впливають на розвиток рухових здібностей хлопчиків 11-14 років [7].

Список використаних джерел:

1. Антонюк С.Д. Соматичний тип як генетичний маркер деяких функціональних показників організму молодших підлітків / С.Д. Антонюк // Генетичні маркери в антропогенезі

- тиці і медицині : тези 4-го Всесоюзного симп. – Хмельницький, 1992. – 123 с.
2. Волков Л.В. Методика виховання фізичних здібностей учнів / Л.В. Волков. – К. : Рад. школа, 1980. – 103 с.
3. Волков Л.В. Основи спортивного підготовки дітей і підлітків / Л.В. Волков. – К. : Вища школа, 1993. – 152 с.
4. Волков Л.В. Теорія спортивного відбору: здібності, обдарованість, талант / Л.В. Волков. – К. : Вежа, 1997. – 128 с.
5. Узинберг Р.С. Основи психології спорту та фізичної культури / Р.С. Узинберг, Д. Тоулд. – К. : Олімпійська література, 1998. – 334 с.
6. Сергієнко Л.П. Генетичні фактори в розвитку і фізичному вихованні людини : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Л.П. Сергієнко. – К., 1993. – 35 с.

Period 11-14 is celebrated as the best for the start of classes in different types of motor activity. During this period actively creates favorable conditions for the development of motor skills, the totality of which makes possible the child to be successful in a certain kind of motor activity.

Key words: period, motor skills, research, load.

Отримано: 03.04.2017

УДК 378.147.091.31–051:796:613

О. О. Алексєєв, викладач

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ

Вивчення проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків ще під час навчання у вищих навчальних закладах, передбачає: окреслення основних тенденцій підготовки студентів у сучасних ВНЗ; здійснення аналізу наукових праць щодо визначення психолого-педагогічних особливостей сучасних школярів підліткового віку та формування у них здорового способу життя; визначення впливу суб'єктивних і об'єктивних чинників сьогодення на виховання здорової особистості.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, підлітки, підготовка майбутніх учителів фізичної культури.

Вивчення проблеми підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків ще під час навчання у ВНЗ, передбачає: окреслення основних тенденцій підготовки студентів у сучасних ВНЗ; здійснення аналізу наукових праць щодо визначення психолого-педагогічних особливостей сучасних школярів підліткового віку та формування у них здорового способу життя; визначення впливу суб'єктивних і об'єктивних чинників сьогодення на виховання здорової особистості.

Особливого значення набуває й питання підготовки педагогічних кадрів у галузі фізичної культури, здатних враховувати вікові особливості та потреби тієї категорії учнів (наприклад, підлітків), які не завжди готові зробити адекватний вибір у життєвих ситуаціях, протистояти середовищу і групі, інколи асоціальної спрямованості.

Майбутньому вчителю фізичної культури необхідно від самого початку навчання у ВНЗ опанувати ефективними практичними фермами та засобами спортивних та інноваційних фізкультурно-оздоровчих технологій, які б вони мали змогу використовувати в процесі підготовки підлітків до здорового способу життя підлітків для їхнього гармонійного розвитку.

Нові вимоги, які в сучасних умовах висуваються до вищої освіти, визначають перспективні напрями – підготовку майбутніх учителів фізичної культури нового типу, які органічно поєднують широкий науковий світогляд із професіоналізмом, високий рівень творчих здібностей соціально зрілої, готової до педагогічної праці [4, с.20], збереження здоров'я учнівської молоді.

Для оновлення змісту професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, на думку І. Іваній, необхідним є формування підготовленості випускників до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів та творчого вирішення завдань здоров'язбережувальної освіти майбутніх учителів фізичної культури [2, с.44-45]. Досягнення високого рівня професійної підготовленості майбутнього вчителя ФК досягається, як зазначає І. Шаповалова, шляхом створення механізму стійкого розвитку педагогічної системи професійної підготовки науково-педагогічних фізкультурних кадрів, яка відповідає

розвитку і запитам особистості, суспільства та держави й дозволяє істотно підвищити якість освіти, соціокультурну і здоров'яформуючу роль фізичної культури та спорту [6, с. 435]. Таким чином, підготовка майбутнього вчителя ФК – це процес, спрямований на досягнення кінцевого результату, зумовлений соціальним замовленням суспільства, який виявляється в понятті «готовність вчителя до професійної діяльності».

Як влучно зазначає О. Діканова, підготовка – це процес формування та вдосконалення знань, умінь, якостей особистості, необхідних для виконання конкретної діяльності, а готовність – кінцевий результат цього процесу [1, с.122]. На основі цього, у контексті дослідження підготовки майбутніх учителів ФК розглядаємо як цілеспрямований процес формування готовності студентів до зміцнення, збереження і формування здоров'я учнів підліткового віку.

Нам імпонує думка А. Турчака, що специфіка професії вчителя фізичної культури в сучасних умовах потребує від нього професійних знань, умінь, творчого та критичного мислення, ефективної діяльності, оскільки він виконує важливу соціальну функцію – здійснює духовний, розумовий, фізичний розвиток і виховання особистості, формує готовність до здорового способу життя учнівської молоді, а його праця спрямована не лише на проведення навчально-пізнавального процесу, а й на організацію позакласної фізкультурно-оздоровчої, освітньо-виховної діяльності учнів. Основні напрями розбудови сучасної загальноосвітньої школи вимагають пошуку ефективних шляхів здійснення вчителем фізичної культури навчально-виховної діяльності серед учнів. Зазначимо, що головним завданням вчителя є не тільки якісне проведення уроків та передача учням необхідних знань, умінь навичок зі свого навчального предмету, а й формування культури здоров'я, активне пропагування здорового способу життя [3, с.322].

Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя підлітків базується на їхній готовності застосовувати принципи, форми, методи і засоби навчальної роботи, які не завдають шкоди здоров'ю школярів; формувати у підлітків основи знань про здоров'я і способи його зміцнення та збереження; сприяти усвідомлен-

ню учнями потреби у здоровому способі життя та вироблення ними необхідних здоров'язбережувальних навичок; мотивувати підлітків до фізкультурно-оздоровчої діяльності, що передбачає набуття навичок педагога-організатора фізкультурно-масової роботи в школі з організації та проведення тренувань у фізкультурно-оздоровчих гуртках. Таким чином, підготовка майбутніх учителів фізичної культури передбачає опанування ними знаннями стосовно організації та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з метою формування здорового способу життя підлітків.

Узагальнюючи вищезазначене, зауважимо, що більшість науковців наголошують на необхідності підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здорового способу життя учнів загальноосвітніх шкіл. Це зумовлено тим, що від того, наскільки успішно вдається сформувати і закріпити в свідомості навички ЗСЖ у молодому віці, залежить подальший реальний спосіб життя, що перешкоджає або сприяє розкриттю потенціалу особистості [5, с.9]. Отже, підготовка майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ підлітків передбачає опанування студентами сукупністю педагогічних дій на основі вибору адекватних методів, форм і засобів забезпечення збереження, зміцнення і формування фізичного, психічного і соціального здоров'я учнів з урахуванням їхніх вікових і психофізичних особливостей. Тоді як готовність майбутніх учителів ФК до формування ЗСЖ – це інтегральне особистісне утворення, яке формується в процесі цілеспрямованої професійної підготовки і дає змогу майбутнім учителям фізичної культури здійснювати особисту, а в подальшому і професійну здоров'язбережувальну діяльність.

Список використаних джерел:

1. Диканова Е.Г. Подготовка будущего учителя к формированию культуры здоровья младшего школьника в условиях

педколледжа : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Е.Г. Диканова. – Волгоград, 2004. – 182 с.

2. Іваній І. І. Компетентнісний підхід до професійної підготовки вчителя фізичної культури / І. І. Іваній // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2013. – № 1 (21). – С. 43-48.
3. Турчак А.Л. Підготовка майбутнього вчителя фізичної культури до роботи з попередження шкідливих звичок учнів : навч.-метод. посіб. / А.Л. Турчак. – Кіровоград : РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2013. – 212 с.
4. Ушмарова В.В. Die Evolution des soziokulturellen Phänomens «Lehrerfortbildung» in der Ukraine / В.В. Ушмарова, Т.Й. Бабюк, Н.В. Бахмат // Педагогічна освіта : теорія і практика. – 2015. – Вип. 18 (1). – С. 17-22.
5. Формування здорового способу життя молоді : навч.-метод. посіб. для працівників соц. служб для сім'ї, дітей та молоді / Т.В. Бондар, О.Г. Карпенко, Д.М. Дикова-Фаворська та ін. – К. : Український ін-т соц. дослідж., 2005. – 116 с.
6. Шаповалова І. Формування фахової компетентності майбутніх учителів фізичної культури в контексті підготовки до професійного самовдосконалення / І. Шаповалова // Педагогічний дискурс. – 2014. – Вип. 17. – С. 204-208.

Studies on the preparation of future teachers of physical education for healthy lifestyle teens while studying in higher education, provides: outline the major trends of training students in modern universities; analyzing scientific papers to determine the psychological and pedagogical features modern adolescent students and the formation of their healthy lifestyles; determine the effect of subjective and objective factors present in a healthy individual education.

Key words: health, healthy lifestyle, teens, training future teachers of physical culture.

Отримано: 06.04.2017

УДК 796.071.4

С. М. Бабюк, кандидат педагогічних наук

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті автор визначає та характеризує професійні якості учителя фізичної культури, які реалізуються через пов'язані функції діяльності педагога.

Ключові слова: учитель фізичної культури, професійні якості, функції, діяльність.

Модель спеціаліста за профілем «учитель фізичної культури» визначається згідно зі структурою діяльності педагога в сфері фізичного виховання. Структурний аналіз діяльності учителя фізичної культури дозволяє виділити цілий ряд тісно пов'язаних між собою елементів-функцій, які визначають модель спеціаліста за профілем «учитель фізичної культури» (В.Ф. Медведєв, С.Ю. Балбенко, Ю.Г. Васін, В.Г. Григоренко, Б.В. Сермеєєв, Б.М. Шиян, О.С. Куц, Е.С. Вільчковський).

Метою статті є визначення та характеристика професійних якостей учителя фізичної культури, що у подальшому допоможе уточнити та удосконалити технологію формування знань і навичок у студентів факультету фізичної культури в процесі вивчення дисципліни «Гімнастика з методикою викладання».

Професійно важливі якості вчителя фізичної культури реалізуються через тісно пов'язані між собою елементи-функції. Здійснена аналітична робота дала змогу виділити наступні функції учителя фізичної культури.

1. Освітня функція (інформативна функція). Освітня функція учителя фізичної культури реалізується через озброєння учнів теоретичними знаннями про предмет фізичної культури, уміннями і навичками виконання різноманітних фізичних вправ.

Головними методами, через які передається інформація, є методи слова та наочності. За допомогою слова учням повідомляють нові знання, активізують і поглиблюють сприйняття, ставлять завдання, формують вірне ставлення до них, аналізують і оцінюють досягнуті результати.

Значне місце у науковій інформації займають методи наочності, за допомогою яких забезпечується вплив на першу

сигнальну систему. До методів наочності належать: демонстрація і термінова інформація про виконання фізичних вправ в просторі, часі та за ступенем м'язових напружень.

Обсяг наукової інформації, яку одержують учні, залежить від наукової підготовки учителя фізичної культури.

2. Розвиваюча функція учителя фізичної культури. Розвиваюча функція учителя фізичної культури полягає в тому, щоб розвивати розумові якості учнів. Функція реалізується через:

- формування уміння міркувати, здатність аналізувати, порівнювати, зіставляти, узагальнювати, критично оцінювати набутий руховий досвід;
- уміння створювати у процесі навчання проблемні ситуації, які потребують самостійного мислення дітей; встановлення причинно-наслідкових зв'язків.

3. Організаційна функція учителя фізичної культури. Функція пов'язана з організацією:

- а) уроку фізичної культури;
- б) секційних занять з видів спорту, які культивуються в школі;
- в) ранкової гігієнічної гімнастики;
- г) фізкультхвилинки;
- д) рухливих ігор та розваг на майданчику;
- е) спортивних змагань;
- ж) спортивних свят;
- з) колективу фізичної культури.

4. Господарська функція учителя фізичної культури. Функція реалізується в процесі обслуговування і підготовки до занять спортивних майданчиків, залів та спортивного обладнання.