

Отже, специфічні закономірності виховання швидкісно-силових якостей зобов'язують особливо ретельно поєднувати зазначені вище методи у доцільних співвідношеннях. У методиці виховання швидкісно-силових якостей центральне місце займає проблема оптимального поєднання методів, що включають відносно стандартні й варіативні форми вправ.

### Література:

1. Пашкевич С. А., Матвієнко Я. В. Засоби розвитку швидкісно-силових здібностей, що проявляються у відштовхуванні в стрибках, на заняттях фізичної культури з учнями 10-х класів [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://core.ac.uk/download/pdf/230907642.pdf>
2. Розвиток сили і швидкісно-силових якостей в учнів середніх класів [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/rozvitok-sili-i-svidkisno-silovih-akostej-v-ucniv-serednih-klasiv-31355.html>
3. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. Харків: «ОВС», 2007. 406 с.
4. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2001. С. 177–196.

## ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ СУЧАСНОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

**С. Щербина**

*здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
Полтавського національного педагогічного університету  
імені В. Г. Короленка*

**Науковий керівник: Согоконь О. А.** – кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і фізичного виховання  
Полтавського національного педагогічного університету  
імені В. Г. Короленка

Професійна підготовка майбутніх учителів фізичного виховання є цілісною системою природничонаукових та професійно-педагогічних компонентів та передбачає органічну єдність духовного, фізичного та морального виховання. Різні трактування аспектів здоров'язбережувальної освіти висвітлювали такі науковці: В. Бабич, Д. Воронін, В. Горащук, О. Дубогай, О. Іванова, О. Кучай; розробці моделей фахівців фізичної

культури зі здоров'язбережувальним компонентом присвятили свої роботи: О. Аксьонова, Е. Вільчковський, О. Солтис, В. Наумчук, В. Пристинський, Б. Шиян; наукові основи формування здоров'язбережувальної та валеологічної компетенції студентів розглядали: Н. Бишевець, В. Бобрицька, О. Ішук, Л. Кравченко, А. Міненко, О. Овчарук, П. Хоменко та інші [2-5].

Актуальність дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури визначається сучасними тенденціями розвитку фізкультурної освіти та необхідністю підготовки висококваліфікованих кадрів, спроможних ефективно реалізувати завдання формування, збереження і зміцнення здоров'я учнів. Сучасними вченими здоров'язбережувальна компетентність розглядається як інтегральна риса особистості, що виявляється в здатності організувати й регулювати свою здоров'язбережувальну діяльність; оцінювати свою поведінку; зберігати та реалізовувати власні здоров'язбережувальні позиції, виходячи з особисто усвідомлених і засвоєних моральних норм та принципів [1, с. 156].

Мета нашої статті полягає у теоретичному обґрунтуванні сутності здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури. Здоров'язбережувальну компетентність вчителя фізичної культури необхідно розглядати як ключову, надпредметну компетентність, здатність здійснювати складні поліфункціональні, поліпредметні види діяльності, ефективно розв'язувати широкий спектр проблем формування, збереження і зміцнення здоров'я та організації здорового способу життя. Ми уважаємо, здоров'язбережувальну компетентність складним новоутворенням, що поєднує професійний і особистісний аспекти, насамперед – професіоналізм, культуру здоров'я, професійну компетентність, що становить особистісну і соціально-професійну зрілість та позицію вчителя фізичної культури.

Ми визначаємо здоров'язбережувальну компетентність, як інтегративну якість особистості майбутнього фахівця, складну системну організацію, що виступає як сукупність та взаємодія таких компонентів:

- уявлення про здоров'я та чинники, що впливають на здоров'я, володіння знаннями про здоровий спосіб життя;
- значущість здоров'я як загальнолюдської цінності;
- уміння відстежувати і фіксувати позитивні та негативні зміни в стані власного здоров'я і здоров'я навколишніх;

- уміння створювати здоров'язбережувальне середовище в системі навчально-тренувального процесу;
- володіння способами організації і реалізації програми з профілактики і здоров'язбереження;
- складання ефективної та дієвої програми збереження здоров'я учнів;
- володіння різними здоров'язбережувальними технологіями тощо.

Під здоров'язбережувальною компетентністю ми розуміємо високий рівень майстерності виконання вчителем здоров'язбережувальної діяльності, що характеризується глибокими знаннями щодо збереження та зміцнення здоров'я, можливість вільного володіння відповідними компетенціями.

Фахівець з фізичного виховання має бути конкурентноспроможним у сучасних ринкових відносинах, вміти застосовувати набуті знання в своїй професійній діяльності, володіти сучасною методологією обґрунтування рішень і вибору стратегії діяльності з урахуванням загальнолюдських цінностей, особистісних, суспільних, державних та виробничих інтересів. Вчитель фізичного виховання повинен уміло користуватися усім арсеналом різноманітних методів та методик сучасної педагогіки, психології та методики викладання фізичного виховання під час вирішення практичних завдань. У кожному педагогічному ЗВО необхідно створювати оптимальні моделі теоретичної та методичної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, які поєднують такі складові:

- перегляд змісту навчальних дисциплін задля переносу акценту на формування в майбутніх учителів методичних умінь і креативного мислення;
- урахування інтегрованого характеру методів викладання та варіативних підходів під час засвоєння методичних знань;
- створення принципово нового методичного забезпечення, що сприятиме розкриттю творчого потенціалу студентів шляхом удосконалення мотивації навчання, його індивідуалізації, диференціації, систематичного контролю підготовки в межах державних стандартів і світового досвіду;
- різноманітні види навчальної діяльності, де тісно переплітаються природничонаукові й професійні складники, у тому числі широке використання сучасних освітніх та інформаційних технологій.

Нами визначено, що здоров'язбережувальна компетентність є виявом учительської культури здоров'я, основою соціально-педагогічної зрілості, що набуваються в процесі професійної підготовки та діяльності. Обґрунтовано, що здоров'язбережувальна компетентність вчителя фізичної культури є складним інтегрованим утворенням у структурі особистості фахівця [3, с. 26].

Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури ми відобразили в кваліфікаційній характеристиці випускника факультету фізичного виховання:

- визначати рівень фізичного розвитку та оцінювати стан соматичного здоров'я школярів;
- науково вірно оцінювати вплив фізичних вправ на організм людини;
- розуміти закономірності взаємодії організму з навколишнім середовищем;
- раціонально дозувати фізичне навантаження;
- проводити кваліфіковану консультацію серед населення з питань вибору найбільш корисного для кожної людини рухового режиму і форм занять фізичними вправами.

На основі проведеного дослідження та узагальнення літературних джерел ми пропонуємо розглядати здоров'язбережувальну компетентність, як інтегративну якість особистості майбутнього фахівця фізичної культури, що має складну системну організацію і становить взаємодію мотиваційного, когнітивного та діяльнісного компонентів, про сформованість яких свідчить здатність майбутнього вчителя фізичної культури до збереження фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я учнів.

Ми вважаємо, що здоров'язбережувальна компетентність майбутнього фахівця є основою його культури, тому перспективу подальших досліджень убачаємо в пошуку найбільш ефективних засобів та методів здоров'язбереження сучасної молоді.

### **Література:**

1. Аксьонова О. П. Особливості розвитку здоров'яформувальної та здоров'язбережувальної учнівської компетентності в умовах освітнього простору школи сприяння здоров'ю [Личность в едином образовательном пространстве: сборник научных статей 1 Международного образовательного Форума / под науч. ред. проф.

К. Л. Крутий] (г. Запорожье, 5-7 мая 2010 года). Часть 3. Конференции Личность и здоровьесберегающее пространство. Запорожье: ООО «ЛИПС» ЛТД, 2010. С. 155–158.

2. Бишевец Н., Сергієнко К., Усиченко В. Застосування технологій здоров'язбереження в освітньому процесі студентів ВНЗ. Фізична культура і спорт: досвід та перспективи: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Чернівці 6-7 квіт.) / за ред. Я. Б. Зорія. Чернівці, 2017. С. 181–182.

3. Іщук О. А. Формування здоров'язберезувальної компетенції студентів вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.02/ Луцьк, 2015. 20 с.

4. Кравченко Л., Корносенко О. Ресурсно-диференційований науковий підхід до професійної підготовки фахівців фізичної культури. *Гуманізація навчально-виховного процесу*: зб. наук. пр. Слов'янськ, 2011. С. 83–90.

5. Овчарук В. В. Науковий аналіз проблеми створення здоров'язберігаючого середовища вищої школи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. 2018. Вип. 10 (104). С. 65–71.