

УДК 613/614:005.336.2:[159.923.2-027.561:378.011.3-051:796]
DOI <https://doi.org/10.32782/1992-5786.2025.98.22>

М. О. Медве

викладач фізичної культури
Фахового коледжу Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II

Д. Й. Коврей

доктор філософії,
старший викладач кафедри педагогіки, психології, початкової,
дошкільної освіти та управління закладом освіти
Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II

І. К. Орбан

викладач фізичної культури Фахового коледжу
Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II

А. Д. Візавер

директор Спортивно-оздоровчого центру
Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті обґрунтовано здоров'язбережувальну компетентність, яку автори вважають основою професійного становлення майбутніх учителів фізичної культури. Акцентовано увагу на зростаючій ролі вчителя фізичної культури, який повинен бути для учнів зразком для наслідування, а його здоровий спосіб життя, фізична підготовленість і позитивний настрій – мотивувати їх до здорового способу життя. Зауважено, що учитель фізичної культури – це не просто тренер, а й педагог, покликаний сформувати у підростаючого покоління ціннісне ставлення до здоров'я, фізичної активності, здорового способу життя тощо. Саме тому професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури, зокрема, питання їхнього професійного становлення, формування професійної компетентності є, на думку авторів, надвагомим сьогодні. Представлено найбільш актуальні для дослідження трактування вітчизняними науковцями понять «професійне становлення майбутнього вчителя», «здоров'язбережувальна компетентність»; алгоритм здійснення методичного супроводу професійного становлення майбутніх учителів в умовах університетської освіти та компоненти здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури. Однією із вагомих професійних компетентностей, які слід сформувати у майбутніх учителів фізичної культури, автори визнають здоров'язбережувальну, яку визначають як особистісну і професійну якість, що забезпечує готовність до здійснення професійної діяльності, спрямованої на формування у підростаючого покоління ціннісного ставлення до здорового способу життя, фізичної культури, рухової активності на основі сучасних інноваційних здоров'язберігаючих технологій. Переконані, що сформована належним чином здоров'язбережувальна компетентність дозволяє вчителю фізичної культури грамотно організувати освітній процес, враховувати індивідуальні особливості розвитку школяра, керувати його працездатністю за рахунок оптимального поєднання розумових та фізичних навантажень, формувати ціннісне ставлення до фізичної культури як основи збереження здоров'я тощо. Отже, досліджувана компетентність – вагова складова професійного становлення майбутніх учителів фізичної культури, маркер їхньої професійної компетентності.

Ключові слова: майбутні учителі фізичної культури, професійна підготовка, професійна компетентність, здоров'язбережувальна компетентність, культура здоров'я, професійне становлення майбутнього вчителя.

Постановка проблеми. Аналізуючи сучасні виклики та тенденції, які визначають фізичне та психічне здоров'я підростаючого покоління, не можемо не погодитись з А.Проценко та Д.Гарбар з приводу того, що:

– здоров'язбереження стає стратегічно вагомим через зростання малорухливого способу

життя та епідемію ожиріння серед дітей та молоді. Вчителі фізичної культури відіграють ключову роль у протидії цим тенденціям, надаючи учням навички та знання для активного способу життя та збереження здоров'я;

– компетенція в сфері здоров'язбереження стає важливою у зв'язку з розвитком техноло-

гій та високим рівнем використання гаджетів. Забезпечення рухової активності та ефективного управління стресом, який виникає у школярів в умовах війни, відіграють важливу роль у підтриманні фізичного та емоційного здоров'я учнів;

– здоров'язбереження стає комплексним завданням через взаємозв'язок фізичного та психічного здоров'я. Вчителі фізичної культури повинні розуміти психологічні аспекти мотивації до здорового способу життя, створюючи позитивне середовище для розвитку емоційного благополуччя учнів [8, с.163-164].

Відповідно, надзвичайно зростає роль вчителя фізичної культури, який повинен бути для учнів зразком для наслідування, а його здоровий спосіб життя, фізична підготовленість і позитивний настрій – мотивувати дітей до здорового способу життя. Учитель фізичної культури – це не просто тренер, а й педагог, покликаний сформувати у підростаючого покоління ціннісне ставлення до здоров'я, фізичної активності, здорового способу життя тощо. Саме тому професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури, зокрема, питання їхнього професійного становлення, формування професійної компетентності – на часі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Вагомість формування професійної компетентності майбутніх вчителів та їхнього професійного становлення доведена М.Гринців, І.Зязюном, І.Княжевою, В.Орловим та ін. Зокрема, питанню професійної майстерності учителя фізичної культури присвячені напрацювання В.Вовчанської, Ю.Коваленко, Т.Матвійчук, Т.Чиженок, О.Шалар та ін. Різні аспекти професійної діяльності вчителів фізичної культури дослідили А.Боляк, Д.Балашова, Т.Бугаєнко, С.Данило, Т.Круцевич, І.Максимчук, Л.Никифорової, Л.Сущенко, Т.Хоми та ін. Враховуючи вагомість проблеми збереження та зміцнення фізичного здоров'я підростаючого покоління, першочергової ролі у цьому процесі вчителів фізичної культури, вважаємо за доцільне привернути увагу науковців і практиків саме до здоров'язбережувальної компетентності, яку вважаємо основою професійного становлення цих фахівців.

Мета статті полягає в обґрунтуванні феномену здоров'язбережувальної компетентності яку вважаємо основою професійного становлення майбутніх учителів фізичної культури.

Виклад основного матеріалу. Науковці акцентують увагу на тому, що культура здоров'я «багато в чому залежить від мотивації у запровадженні здорового способу життя, а керівна роль у цьому процесі належить вчителю, який повинен: бути добре обізнаним із сучасними освітніми технологіями, щоб використовувати ті з них, які містять здоров'язбережувальну складову; володіти методикою впровадження здоров'язбережуваль-

них технологій; досконало знати індивідуальні особливості учнів, щоб рівномірно розподіляти фізичне й духовне навантаження; володіти інформацією про стан фізичного здоров'я учнів, його динаміку за період навчання; бути самому прикладом людини, яка веде здоровий спосіб життя» [9, с.128].

Погоджуємося з А.Петровим, що «для ефективного впровадження в педагогічну практику ідей здоров'язбереження необхідно, щоб відбулися зміни: ставлення вчителя до учнів. Педагог повинен повністю приймати учня таким, яким він є, і на цій основі намагатися зрозуміти, які його особливості, схильності, вміння та здібності, який можливий шлях розвитку; світогляду вчителя, його ставлення до себе, свого життєвого досвіду в бік усвідомлення власних почуттів, переживань з позиції проблем здоров'язбереження; ставлення вчителя до завдань навчального процесу педагогіки оздоровлення, яка передбачає не тільки досягнення дидактичних цілей, а й розвиток учнів з максимально збереженим здоров'ям» [5, с.206].

Слід також зауважити, що «позитивна роль учителя у формуванні мотивації учнів до здорового способу життя зумовлюється багатьма факторами і можлива тоді, коли вчитель сам переконаний в користі здорового способу життя, а питання здорового способу життя – його кредо. Сформувати себе в цьому напрямі майбутній учитель може шляхом самовиховання, підвищення ерудованості з питань охорони здоров'я, розширення знань із фізіології зростаючого організму. Головним джерелом знань є вивчення під час навчання в закладі вищої освіти дисциплін із здоров'язбережувальними елементами» [9, с.128].

Мета професійної діяльності вчителя полягає в «організації навчання та виховання здобувачів освіти під час здобуття ними повної загальної середньої освіти шляхом формування у них ключових компетентностей і світогляду на основі загальнолюдських і національних цінностей, а також розвитку інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, необхідних для успішної самореалізації та продовження навчання» [7]. Переконані, що виконання поставленої мети можливе за умови якісної професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у закладах вищої освіти, результатом якої є сформована на високому рівні здоров'язбережувальна компетентність, яка, на наш погляд, є основою їхнього професійного становлення. Пояснимо свою думку, розкривши зміст поняття «професійне становлення».

Професійне становлення майбутнього вчителя, як вважає В.Орлов, – «складне і багатовимірне явище перетворення особистості, що починається зі вступу у заклад вищої освіти та передбачає виникнення тих професійних якостей, яких раніше не було, але які відповідають вимогам

професії» [4]. Згідно із визначення С.Петрусенко, професійне становлення особистості молодого вчителя, – це процес його входження у професійну діяльність, у ході якого відбувається привласнення ролі вчителя, формується його професійна позиція й визначаються шляхи самореалізації у подальшій педагогічній діяльності. Визначальним етапом цього процесу є професійна адаптація [6].

І.Княжева розуміє професійне становлення майбутнього педагога як «процес його професіоналізації, поступового включення в умови закладу вищої освіти до підготовки і реалізації функцій професійно-педагогічної діяльності через проходження певних етапів професійного розвитку» [3, с.101]. Авторка переконана, що професійне становлення в умовах університетської освіти здійснюється під впливом різнопланових суб'єктивних і об'єктивних чинників та залежить від низки умов, серед яких суттєве місце посідає забезпечення якісного методичного супроводу здобувачів освіти. Послугуємося розробленим І.Княжевою алгоритмом здійснення методичного супроводу професійного становлення майбутніх учителів в умовах університетської освіти, що включає: проведення діагностики сутності ново-посталої проблеми, індивідуальних особливостей суб'єкта її вирішення, його особистісних ресурсів; розроблення індивідуальної програми саморозвитку та самовдосконалення майбутніх учителів з метою зняття наявних і потенційних бар'єрів професійної самоактуалізації; здійснення діалогічної взаємодії, спрямованої на спільний пошук можливостей вирішення проблеми (завдання, ситуації); обговорення спектру знайдених варіантів вирішення проблеми та допомога в обранні найбільш доцільного; підтримка і допомога у здійсненні намченого варіанту діяльності як шляху до методично спрямованого професійного саморозвитку; допомога в корекції (у разі потреби) [3, с.103].

Як стверджує М.Гринців, професійне становлення є «однією з форм тривалого розвитку особистості, що відбувається у системі взаємопов'язаних професійно значущих видів діяльності, починаючи від появи професійних намірів і завершуючи повною самореалізацією у професійній діяльності. Це процес поетапного розв'язання низки суперечностей, які задаються базовим протиріччям між соціально-професійними вимогами, що ставляться до індивіда, та його бажанням і можливостями їх реалізації» [3, с.24]. У своєму дослідженні авторка зазначає, що професійне становлення є «тривалим і динамічним процесом, який має певні стадії. Стадія професійної підготовки або навчання є ключовою, позаяк саме тоді кристалізується і поглиблюється інтерес до обраної професії, відбувається накопичення і розвиток знань, умінь і навичок, формування компетентностей за обраною спеціальністю, виникає

певне уявлення про професійно важливі якості, необхідні для майбутньої діяльності. Окрім цього, відбувається розвиток особистості засобами професійного навчання (через формування професійного мислення, почуття професійної відповідальності, професійних домагань і самооцінки, тренування професійно значущих психічних процесів і станів) тощо. Відтак, суб'єктом діяльності людина стає через взаємодію «професійного» і «особистісного»» [3, с.24-25].

Погоджуємося з О.Тринус, що розвиток професійної компетентності, набуття педагогічної майстерності, оволодіння формами, методами і засобами педагогічної діяльності, які сприяють успішній творчій праці, є важливою умовою професійного становлення вчителя [10, с.427].

Солідарні з А.Петровим що раніше основною метою підготовки вчителя фізичної культури було технологічне зростання, а сьогодення змінило орієнтири на його особистісний розвиток, що є наслідком самоорганізації та узагальнення діяльнісного та особистісного досвіду майбутнього фахівця. З цих позицій компетентність розглядається науковцем як «категорія, обумовлена рівнем професійної освіти, досвідом та індивідуальними здатностями педагога, і припускає, поряд з технологічно-педагогічною готовністю до розв'язання професійних завдань, його гуманну педагогічну позицію, ціннісне ставлення до педагогічної діяльності й високий рівень загальної й професійної культури» [5, с.204].

Відповідно, однією із вагомих професійних компетентностей, які слід сформувати у майбутніх учителів фізичної культури, є – здоров'язбережувальна, яка у професійному стандарті «Вчитель закладу загальної середньої освіти» визначена як «здатність організовувати безпечне освітнє середовище, використовувати здоров'язбережувальні технології під час освітнього процесу; здійснювати профілактично-просвітницьку роботу з учасниками освітнього процесу щодо безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни; формувати в здобувачів освіти культуру здорового й безпечного способу життя; підтримувати особисте фізичне та психоемоційне здоров'я під час професійної діяльності; надавати домедичну допомогу учасникам освітнього процесу» [7]. Науковці цю компетентність ще називають «краєвидною в універсальній місії вчителя фізичної культури, який не лише формує фізичну активність, а й стимулює до здорового способу життя та загального благополуччя учнів» [8, с.164].

Як вважають Л.Романишина та співавтори, здоров'язбережувальні компетентності «базуються на понятті «здоров'я», причому з урахуванням усіх його аспектів: фізичне здоров'я – правильне функціонування всіх ознак діяльності організму; психічне – відповідність когнітивної діяльності

віку учнів; соціальне, що ґрунтується на рівні сформованості громадянської відповідальності за поведінку в суспільстві; духовне – наявність орієнтації на різні види цінностей (освітні, мистецькі, релігійні, загальнолюдські)» [9, с.126], а у процесі їх формування обов'язковим фактором є запровадження здоров'язбережувальних технологій. Погоджуємося з авторами, що «такі технології будуть дієвими у випадку: створення сприятливих умови для навчання на основі відповідного освітнього середовища; чіткої й повноцінної організації процесу навчання з логічною послідовністю заходів, що мають на меті формування важливих складових здоров'я; високого рівня готовності вчителя / викладача до впровадження здоров'язбережувальних технологій» [9, с.126]. Науковці переконані, що «формування здоров'язбережувальних компетентностей ґрунтується на педагогічній валеології» [там само, с.126] і пояснюють це тим, що «головними завданнями педагогічної валеології є: збереження здоров'я та психіки дитини; формування в майбутніх учителів початкової школи уявлення про унікальність та специфіку світу учнів, складності їх входження у світ дорослих; валеологічні ознаки дорослішання дитини, особливо в підлітковому віці; створення сприятливих умов для формування валеологічної культури підростаючого покоління» [9, с.126].

Під здоров'язбережувальною компетентністю учителя фізичного виховання А.Петров розуміє «систему професійних умінь, готовності і мотивації до здійснення здоров'язбережувальної діяльності на основі професійного застосування здоров'язбережувальних технологій» [5, с.205]. Автор акцентує увагу на тому, що здоров'язбережувальна компетентність учителя фізичної культури «охоплює: спрямованість особистості педагога; мотивацію до належного виконання професійних обов'язків; професійні уміння; здатність до подолання стереотипів; готовність здійснювати здоров'язбережувальну діяльність; принциповість, здатність доводити задуми до завершення; самостійність, цілеспрямованість, вольові якості» [5, с.205] і реалізується переважно через його вміння використовувати здоров'язбережувальні технології (технології боротьби зі втомою; фізкультурно-оздоровчі; створення здоров'язбережувального середовища; профілактика порушень постави, стопи, зору; загартування та гігієни; профілактики захворювань) у практиці освітньо-виховного процесу школи [5, с.206].

Здоров'язбережувальні технології визначаються А.Петровим як «комплекс засобів, що цілеспрямовано й гарантовано забезпечують формування в суб'єктів педагогічного процесу в ході їхньої взаємодії готовності до здоров'ятворення та сприяють формуванню здоров'язбережувальних компетенцій як мети й результату здорового

способу життя» [5, с.206], а володіння і застосування їх є, на думку автора, важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога.

Вагомими для нашого дослідження є визначені А.Проценко та Д.Гарбар компоненти здоров'язберігаючої компетентності:

- аксіологічний (охоплює формування таких цінностей, як активний спосіб життя, регулярна фізична активність, важливість правильного харчування та психоемоційне благополуччя [1]. Майбутній вчитель фізичної культури повинен мати глибоке розуміння цих цінностей та передавати їх своїм учням);

- мотиваційний (вчителю важливо виявити індивідуальні мотиви кожного учня, щоб стимулювати їхню зацікавленість у заняттях фізичною культурою. У формуванні мотивації велику роль відіграє власний ентузіазм, здатність створювати позитивну атмосферу та підтримувати учнів в їхньому прагненні до активного способу життя);

- інформаційно-когнітивний (охоплює засвоєння та передачу фахових знань, розуміння принципів збереження здоров'я та їхньої інтеграції у педагогічну практику);

- психофізіологічний (включає в себе розуміння взаємозв'язку між фізичною активністю та психічним станом, а також врахування індивідуальних особливостей учнів для оптимального підходу до їхнього фізичного та психологічного розвитку);

- фізкультурно-оздоровчий (передбачає розвиток та впровадження педагогічних підходів, спрямованих на зміцнення здоров'я та загального фізичного розвитку учнів; впровадження систематичних фізичних навантажень з метою зміцнення організму та профілактики захворювань);

- культурологічний (передбачає розуміння важливості культурних аспектів та традицій у формуванні фізичного здоров'я та активного способу життя; розуміння ролі фізичної культури в суспільстві та її взаємодії з іншими аспектами культури, такими як мистецтво, музика, національні свята та релігійні обряди);

- комунікативний (передбачає передачу інформації про значущість фізичної активності, здорового способу життя та впливу на здоров'я, з метою зацікавлення та мотивування учнів) [8].

Висновки і пропозиції. Отже, на основі вищезазначеного, здоров'язбережувальну компетентність майбутніх учителів фізичної культури визначаємо як особистісну і професійну якість, яка забезпечує готовність до здійснення професійної діяльності, спрямованої на формування у підростаючого покоління ціннісного ставлення до здорового способу життя, фізичної культури, рухової активності на основі сучасних інноваційних здоров'язберігаючих технологій. Сформована належним чином здоров'язбережувальна компетентність дозволяє вчителю фізичної культури

грамотно організувати освітній процес, враховувати індивідуальні особливості розвитку школяра, керувати його працездатністю за рахунок оптимального поєднання розумових та фізичних навантажень, формувати ціннісне ставлення до фізичної культури як основи збереження здоров'я тощо. Це вагома складова його професійного становлення, маркер професійної компетентності.

Список використаної літератури:

1. Белікова Н.О. Підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до здоров'язберігавальної діяльності: теорія та методика: [монографія]. К.: ТОВ «Козарі», 2012. 584 с.
2. Гринців М.В. Особливості саморегуляції майбутніх психологів як чинник їхнього професійного становлення: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07. Київ, 2016. 262 с.
3. Княжева І.А. Методичний супровід професійного становлення майбутніх учителів в умовах університетської освіти. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*, 2022. Випуск 88. С. 101-104.
4. Орлов В.Ф. Професійне становлення вчителя як предмет педагогічних досліджень. *Педагогіка і психологія*, 2005. №1. С. 42-51.
5. Петров А.О. Формування здоров'язберігавальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури в процесі професійної підготовки. *Психолого-педагогічні науки*, 2014. № 1. С. 203-207.
6. Петрусенко С.Ю. Педагогічні умови професійного становлення молодих учителів у загальноосвітньому навчальному закладі: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2008. 293 с.
7. Про затвердження професійного стандарту «Вчитель закладу загальної середньої освіти». Наказ МОН України № 1225 від 29.08.2024. URL: <https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennia-profesiinoho-standartu-vchytel-zakladu-zahalnoi-serednoi-osvity>
8. Проценко А.А., Гарбад Д.О. Здоров'язберігаюча компетентність як складова професійної діяльності майбутнього вчителя фізичної культури. *Інноваційна педагогіка*, 2024. Випуск 67. Том 2. С. 163-167.
9. Романишина Л.М., Кришук Б.С., Поліщук О.С. Здоров'язберігавальна компетентність як складова професійної компетентності майбутнього вчителя початкової школи. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*, 2022. № 2 (24). С. 123-131.
10. Тринус О. Професійне становлення молодого вчителя в Україні: виклики сучасності, потреби майбутнього. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/709247/1/тринус3.pdf>

Medve M., Kovrei D., Orban I., Vizaver A. Health-preserving competence as a basis for professional development of future physical education teachers

The author of the article has substantiated the health-saving competence, which he/she considers to be the basis for the professional development of future physical education teachers. Attention has been focused on the growing role of the physical education teacher, who should be a role model for students, and his healthy lifestyle, physical preparedness and positive attitude should motivate them to a healthy lifestyle. It has been noted that a physical education teacher is not just a coach, but also a teacher who is called upon to form a value-based attitude towards health, physical activity, healthy lifestyle, etc. in the younger generation. That is why the professional training of future physical education teachers, in particular, the issues of their professional development and the formation of professional competence, is, in the authors' opinion, extremely important today. The article has presented the most relevant for the research interpretations of the concepts of "professional formation of future teacher" and "health-saving competence" by national scientists; algorithm of methodological support of professional formation of future teachers in the conditions of university education and components of health-saving competence of future physical education teachers. One of the important professional competencies that should be formed in future physical education teachers, the authors have recognized health-saving, which has been defined as a personal and professional quality that ensures readiness for professional activities aimed at forming in the younger generation a value attitude to a healthy lifestyle, physical culture, physical activity based on modern innovative health-saving technologies. We have no doubt that a properly formed health-preserving competence allows a physical education teacher to competently organize the educational process, take into account individual peculiarities of a student's development, manage his/her performance through an optimal combination of mental and physical activities, form a value attitude to physical culture as a basis for health preservation, etc. Thus, the studied competence is a significant component of the professional development of future physical education teachers, a marker of their professional competence.

Key words: future physical education teachers, professional training, professional competence, health-saving competence, health culture, professional development of future teachers.