

# ІЄРАРХІЯ ПОНЯТЬ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» ТА «ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ» МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ

## THE HIERARCHY OF THE CONCEPTS OF «PHYSICAL CULTURE» AND «SPORTS ACTIVITIES» FUTURE TEACHER

Карасєвич С. А.

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, м. Умань, Україна*

Karasyevych S. A.

*Uman Pavlo Tychna State Pedagogical University, Uman, Ukraine*

**Науковий керівник:** професор, доктор пед. наук Совгіра С. В.

**Abstract** this article discusses the concept of "physical culture" and "sports activities" of future teachers. Analyzed the concept that with the concurrence of "physical culture" and "sports culture" form the key term - "sports activities". It was determined that for the solution of all these tasks is the relevant professional training of future teachers of physical culture.

**Ключові слова:** фізична культура, спортивна культура, фізична культура і спорт, вчитель фізичної культури.

У науковій і навчально-методичній літературі під поняттям «фізична культура майбутнього вчителя» знайшла досить широке висвітлення. Наприклад, В. Ільїнич, І. Грінченко, Р. Маслюк розуміють таку якість майбутнього вчителя, для формування якої задіяно комплекс заходів, спрямованих на «зміцнення здоров'я, загартування організму, гармонійний розвиток фізичних можливостей особистості, формування життєво важливих рухових умінь та навичок» [5, с. 33].

Під поняттям «фізична культура майбутнього вчителя» розуміємо комплексне особистісне утворення, що характеризує високий рівень оволодіння життєво важливими руховими знаннями і вміннями, необхідними для підтримки повноцінного здоров'я; загартування організму, гармонійного розвитку фізичних можливостей особистості, і передбачає реалізацію загальнопедагогічних (навчальну, виховну, організаційну, розвивальну, планувальну, контрольну, комунікативну, дослідницьку) та специфічних (функцію допомоги і страховки при виконанні учнями фізичних вправ,

*здоров'язберезувальну, профілактичну та суддівську) функцій у майбутній педагогічній діяльності в загальноосвітньому навчальному закладі.*

У дослідженні актуальними є спортивні аспекти фізичної культури майбутнього вчителя. Поєднавши фізичну культуру з спортивною освітою, в результаті отримуємо повноцінну освіту фахівця, що володіє знаннями, вміннями, навичками фізичної культури і одночасно – цінностями спортивної культури.

Згідно з концепцією Л. Лубишевої, у процесі виховання відбувається конверсійне проникнення елементів спортивної культури в культуру фізичну, створюються об'єктивні передумови й умови для психофізичної підготовки дітей та підлітків засобами спорту [4].

На нашу думку, спортивна культура особистості визначається насамперед, ступенем освіченості, компетентності в обраному виді спорту, самодисципліною і спортивним стилем життя, що зумовлює наявність усвідомленої потреби в спортивному і фізичному тренуванні протягом усього життя.

Основу спортивної культури особистості становить таке позитивне ціннісне ставлення до спорту, в рамках якого еталони, цінності і норми культури, пов'язані зі спортом, інтеріоризовані юним спортсменом, тобто стають надбанням його внутрішнього світу. У відповідності до ціннісного підходу до структури спортивної культури входять різні соціальні явища, пов'язані зі спортом: якості та здібності людини, емоційні реакції, знання, переконання, мотиви, інтереси, потреби, різноманітні форми діяльності, її засоби, механізми і результат, певні типи поведінки, правила, санкції.

Сутність перетворення змісту фізичної культури в спортивну полягає в переміщенні акценту з навчання фізичним вправам на збалансований вплив як на рухову, так і на психічну функції, на інтелектуальні та фізичні якості, спортивні здібності особистості.

При узгодженні поняття «фізична культура» та «спортивна культура» утворюють ключовий термін – «фізкультурно-спортивна діяльність», при

аналізі якого необхідно мати на увазі, що людська діяльність є особливою соціальною активністю людини, що спрямована на перетворення природи, суспільства і самої себе.

Виділені специфічні ознаки фізичної культури дозволили І. Нікуліну сформулювати робоче визначення терміна в такому трактуванні: фізкультурна діяльність учнів – це добровільна рухова активність з використанням фізичних вправ, спрямована на поліпшення психофізіологічної працездатності, розваги і різнобічне вдосконалення особистості школярів [9, с. 34].

В результаті дослідження та аналізу літературних джерел, які вивчають проблему фізичної культури, нами дано визначення *фізкультурної діяльності майбутнього вчителя – як педагогічно організованого процесу рухової активності з використанням фізичних вправ, що виконуються в певній послідовності, спрямованих на відновлення психофізичного стану школярів, їх розваги і активного відпочинку.*

Спортивну діяльність А. Гомельський розглядає як основу побудови та індивідуалізації навчально-тренувального процесу підготовки фахівців, зокрема баскетболістів. Під індивідуалізацією автор розуміє «таку побудову процесу фізичного виховання і таке використання його важливих засобів, методів і форм занять, при яких здійснюється індивідуальний підхід до вихованців і створюються умови для найбільшого розвитку їх здібностей» [2, с. 37]. Автором виділяються і розглядаються три основні умови забезпечення ефективності підготовки спортсмена як особистості: високий рівень самооцінки; індивідуалізація процесу підготовки спортсмена; активна участь у змагальній, спортивній діяльності [2].

Спортивна діяльність – це завжди спеціальна діяльність в певному виді спорту. Якості, які виробляються в її процесі, залежать від особливостей даного виду спорту. У будь-якому виді спорту особливості діяльності визначаються спеціальними вимогами до її виконання. В одних видах спорту основні вимоги спрямовані на точність і техніку виконання, в інших – на тимчасові, просторові чи силові параметри виконання, в третіх – на узгодженість дій, четвертих –

висувають вимоги одночасно до декількох видів тощо. Різні вимоги, які висуваються до діяльності, активізують психічну діяльність особистості в різних напрямках. Так, наприклад, вимоги до технічної точності виконання активізують функцію уваги спортсмена; вимоги регулювання різних параметрів руху – чуттєво-рухового контролю; вимоги, пов'язані з передбаченням дій противника, активізують інтелектуальні функції; вимоги максимальної напруги – різні напруження волі тощо [3, с. 84].

*Отже, спортивну діяльність розуміємо як науково обґрунтовану діяльність педагога, спрямовану на створення педагогічних умов, що дозволяють спортсменам досягти максимально можливого спортивного результату в навчально-тренувальному процесі та спортивних змаганнях.*

Використання в нашому дослідженні понять «фізкультурно-спортивна діяльність», «фізкультурна діяльність» і «спортивна діяльність» було обумовлено певними відмінностями в їх змісті. Перше поняття – більш ємне, відображає предметно-ціннісний, діяльнісний та результативний зміст фізкультурної діяльності, що забезпечує широкий спектр задоволення потреб особистості в освіті, вихованні, оздоровленні та розвитку. Її спрямованість не обмежується розвитком і вдосконаленням рухових здібностей особистості, а виконує гігієнічну, реабілітаційну, професійно-прикладну, пізнавальну, ціннісно-орієнтаційну, естетичну та інші функції [8, с. 45].

Друге і третє поняття мають більш вузький зміст, що відображає основну спрямованість фізкультурної діяльності на досягнення певного рівня фізичного вдосконалення, що відображається в спортивних показниках, нормативах, які виявляються в системі спортивних змагань. У зазначеному контексті і використовувалися в дослідженні три поняття.

Переваги фізкультурно-спортивної діяльності полягають в тому, що вона є ціннісно-значущою, формує навички напруженої праці, великі фізичні навантаження, що готують студента до подолання труднощів, тим самим сприяють розвитку морально-вольових якостей; розвиває якості особистості, необхідні в будь-якому іншому виді діяльності, в тому числі і навчально-

пізнавальної (вміння зосередитися на досягненні мети; концентрацію і стійкість уваги, моторний інтелект тощо); дає можливість студенту набути навичок самостійно координувати свої дії, нести відповідальність не тільки за свої дії, але і за дії колективу – команди [8, с. 47].

Заняття фізичними вправами в режимі навчального дня і позакласної роботи з фізичного виховання в школі Л. Матвєєв, А. Новіков розглядають як фізкультурно-оздоровчі заходи, а позакласну роботу з фізичного виховання як самодіяльну фізкультурно-спортивну роботу [10; 11]. Вони пропонують класифікаційну схему окремих форм занять в різних сферах фізкультурної практики: урочні форми занять і форми занять позаурочного типу: 1) великі форми занять (впорядкована рухова активність в широкому обсязі) - розгорнуті форми самодіяльних занять (індивідуальні, групові) фізкультурно-кондиційного або спортивно-тренувального характеру; змагальні форми організації занять – власне спортивні та подібні до них фізкультурно-спортивні змагання; фізкультурно-спортивні форми занять, які мають характер розширеного відпочинку (великі рухливі зміни, спортивно-ігрові заняття вільного регламенту, самостійні туристські походи у вихідні дні тощо); 2) малі форми занять (типові для нетривалих серій фізичних вправ в повсякденному режимі дня) - гімнастика, фізкультпаузи, фізкультхвилинки; загальногігієнічні сеанси зарядки в режимі дня (ранкова гімнастика тощо) [6, с. 323].

Л. Матвєєв, С. Мельников вважають, що систему взаємопов'язаних форм організації фізичного виховання складають: уроки фізичної культури; фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня школи (гімнастика до занять, фізкультурні хвилинки на уроках, ігри і фізичні вправи на перервах, щоденні фізкультурні заняття в групах продовженого дня, щомісячні дні здоров'я і спорту); позакласна спортивно-масова робота (заняття в гуртках фізичної культури, групах загальної фізичної підготовки, спортивні секції, спортивні змагання, туристські походи); позашкільна фізкультурно-оздоровча та спортивно-масова робота (заняття за місцем проживання учнів, в дитячо-юнацьких спортивних школах, на дитячих туристських станціях, в спортивних

товариствах); самостійні заняття фізичними вправами в сім'ї (ранкова гігієнічна гімнастика, ігри на свіжому повітрі, туристські походи тощо) [7].

Все вищевикладене дозволяє зробити висновок, що найважливіша роль у залученні школярів до щоденних занять фізичними вправами належить усвідомленню значення фізкультурно-спортивної роботи в режимі навчального дня, позакласної та позашкільної фізкультурно-спортивної роботи.

Такий апріорний підхід до тлумачення цих понять і відповідна інтерпретація їх складових та змісту визначили першочергове завдання – виробити конкретні формулювання понять «фізкультурно-оздоровча робота» і «спортивно-масова робота».

Аналізуючи ці поняття, робимо висновок, що *спортивно-масова робота в ЗНЗ – це організація і проведення масових спортивних заходів для учнів з метою сприяння поліпшенню фізичної підготовленості, виявленню найсильніших спортсменів, пропаганді здорового способу життя*. В основу спортивно-масової роботи закладені масові фізкультурні заходи (простота правил і умов участі, доступність змісту кожному учаснику незалежно від його підготовленості) і свята фізичної культури (масові видовищні заходи показового і розважального характеру, що сприяють пропаганді фізичної культури).

У науковій і навчально-методичній літературі питання фізкультурно-оздоровчої роботи знайшли досить широке висвітлення. Наприклад, М. Віленський, Р. Сафін трактують фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня як заходи, що становлять першу частину комплексної програми фізичного виховання школярів і використовуються як елементи раціональної організації їхнього навчального дня [1, с. 45].

Ми погоджуємося із думкою В. Ляха, Г. Мейсона, що *«головна роль фізкультурно-оздоровчої роботи полягає у сприянні нормальному фізичному розвитку організму, прищепленні та удосконаленні різних рухових навичок з метою зміцнення здоров'я та масовому охопленню школярів заняттями фізичною культурою»* [13, с. 177].

Виходячи із завдань цієї діяльності, можна констатувати, що фізкультурно-оздоровчі та спортивно-масові заходи у режимі навчального дня розглядаються як складові фізкультурно-спортивної діяльності з учнями загальноосвітніх навчальних закладів.

Кілька підходів до тлумачення сутнісних характеристик фізкультурно-спортивної діяльності пропонує виділити І. Нікулін. У кожній групі підходів відзначимо найбільш суттєві особливості фізкультурно-спортивної діяльності в контексті цього дослідження.

1. Підходи, які розглядають фізкультурно-спортивну діяльність як сполучну ланку між працею і вільним часом людини. Встановлено, що умови сучасного життя, зокрема, впровадження нових технологій, механізація і автоматизація виробничих процесів прискорили загальний режим життя, різко збільшивши кількість емоційних і розумових напружень. Виникла небезпека фізичного детренування, яке неухильно знижує опірність організму до негативних впливів зовнішнього середовища. Що стосується школярів, то для профілактики фізичного детренування і патологічних змін в їх стані здоров'я велике значення мають фізкультурно-спортивні заходи, що систематично проводяться в режимі навчального дня і під час позакласної роботи.

2. Підходи, що зачіпають аксіологічні аспекти фізкультурно-спортивної діяльності з учнями загальноосвітньої школи, які спираються на знання, ідеї, концепції і орієнтири, і виступають в якості створених людством цінностей. Цінності задають спрямованість будь-якої діяльності і визначають її зміст, ефективність, результативність, відображаючи тим самим внутрішній світ людини. Цінність фізкультурно-спортивної діяльності робить її здатність до прояву людської індивідуальності в фізичному, психічному і соціальному аспектах, де людина перетворює не тільки біологічну сутність, а й духовну. Головними мотивами участі в фізкультурно-спортивній діяльності є збереження і зміцнення здоров'я, відновлення фізичних і психічних сил, відпочинок, розваги та видовищність заходів, самовдосконалення, можливість неформального рівноправного партнерського спілкування.

3. Підходи, які розглядають організаційно-управлінські аспекти та соціально значущі результати фізкультурно-спортивної діяльності. Необхідно відзначити, що існують відмінності в трактуванні ступеня свободи вибору регламенту і змісту фізкультурно-спортивних занять. Так, в якості провідної відмітної ознаки досліджуваного феномена І. Нікулін виділяє вільну, обрану за бажанням діяльність, відзначаючи повну свободу вибору видів, форм, засобів, змісту занять, часу, місця і їх тривалості, свободу вибору партнерів, необов'язковість регламентації і обліку фізичної підготовленості особистості [9, с. 38].

Вільний регламент фізкультурно-спортивної діяльності можливий лише за умови, що навантаження на особистість помірні, не супроводжуються вираженим стомленням або виснажливим впливом, а зміст узгоджується між учасниками цієї діяльності. Дійсно, повну свободу вибору форм і регламенту не можна надати особистості, зокрема шкільного віку, яка ще не закріпила в своїй поведінці суспільно-корисні прагнення і навички, пов'язані з фізичною активністю. Фізкультурно-спортивна діяльність школярів повинна спиратися на закономірності цілісного педагогічного процесу, забезпечувати регулювання навантаження, попередження травм і виключення інших небажаних явищ, мати виражену оздоровчу спрямованість.

Використані зі спортивною метою фізичні вправи забезпечують виховний ефект, оскільки сприятливо впливають на режим навчального та трудового дня, вносять в нього дисциплінуючий чинник, протидіють відхиленням від робочого ритму, прищеплюють необхідні навички і сприяють формуванню і закріпленню в учнів норм моральної суспільної поведінки.

Виділені нами три групи підходів до визначення сутнісних характеристик фізкультурно-спортивної діяльності носять досить умовний характер, оскільки вони доповнюють один одного, сприяючи цілісному розумінню досліджуваного явища, дозволяють ширше розкрити його сутність.

На думку С. Жумагамбетова, І. Манжелей, Н. Назарової, В. Находкіна, О. Ольховської, В. Філіна, З. Черних, фізкультурно-спортивна діяльність є



чинником і умовою морально-вольового розвитку особистості, що забезпечує формування та розвиток їх ціннісних орієнтацій, на основі яких виховуються морально-вольові якості (завзятість, самовладання, громадська ініціатива, почуття обов'язку і відповідальності перед колективом і товаришами тощо) і готовність до активної спільної діяльності в колективі. Науковці вважають, що фізкультурно-спортивна діяльність є цілеспрямованою соціальною діяльністю, що вирішує протиріччя між актуальним і потенційним рівнем фізкультурної досконалості, через задоволення особистісно і суспільно значущих потреб людини в умовах різних форм соціальних відносин.

Нам імponує визначення фізкультурно-спортивної діяльності, подане Н. Назаровою, яка вважає, що – це освітня галузь, що забезпечує здоровий і гармонійний розвиток особистості та її ефективну самореалізацію в суспільстві. Вона виступає комплексним засобом її гармонійного розвитку, сприяючи отриманню додаткових знань, умінь, формування відносин до предметного середовища, до людей, до себе, накопичення досвіду здорового способу життя [12, с. 39].

Аналіз вищезазначеного дало нам можливість трактувати *фізкультурно-спортивну діяльність, як комплексний засіб який сприяє задоволенню соціально і особистісно значущих фізкультурно-спортивних потреб, мотивації і цілепокладання через реалізацію внутрішніх (розумових) і зовнішніх (моторних) дій, що супроводжуються оцінкою, корекцією і переживанням певних відносин до процесу та результатів цієї діяльності.*

Фізкультурно-спортивна діяльність має такий педагогічний зміст: формування у майбутніх вчителів потреби в заняттях фізкультурою і спортом і зміцнення фізичних сил і здоров'я; збагачення їх системою знань про сутність і суспільне значення фізкультури і спорту та їх вплив на всебічний розвиток особистості; формування у майбутніх вчителів санітарно-гігієнічних навичок організації праці і розумного відпочинку, правильного чергування розумових занять з фізичними вправами і різноманітною практичною діяльністю; розвиток у

них фізичних здібностей і прагнення до занять різними видами фізкультури і спорту.

Вищезазначене доводить, що головним напрямом фізичного виховання є формування здорової, соціально-активної, морально стійкої, фізично досконалої і грамотно підготовленої до майбутньої професії людини.

Саме тому ключем до вирішення завдань докорінного перегляду процесу цілісного, гармонійного розвитку особистості є відповідна професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури.

#### **Список використаних джерел:**

1. Виленский М. Я. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей: учеб. пособ. / М. Я. Виленский, Р. С. Сафин. – М.: Высшая школа, 1989. – 159 с.
2. Гомельский А. Я. Управление командой в баскетболе / А. Я. Гомельский. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 144 с.
3. Емец А. И. Формирование педагогической направленности личности учителя физической культуры в процессе спортивной специализации: дисс. ... кандидата пед. наук: 13.00.01 / Емец Александр Иосифович. – К., 1984. – 138 с.
4. Лубышева Л. И. Педагогические условия формирования спортивной культуры личности в общеобразовательной школе / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 5. – С. 36–41.
5. Маслюк Р. В. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури в системі «педагогічний коледж – педагогічний університет»: дис. ... кандидата пед. наук: 13.00.04 / Маслюк Руслан Вадимович. – Умань, 2015. – 286 с.
6. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: [учеб. для ин-тов физ. культуры] / Л. П. Матвеев– М.: Физкультура и спорт, 1993. – 338 с.
7. Матвеев Л. П. Методика физического воспитания с основами теории : учеб. пособ. / Л. П. Матвеев, С. Б. Мельников. – М.: Просвещение, 1991. – 191 с.

8. Находкин В. В. Педагогические условия формирования нравственно-волевых качеств у подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности: дисс. ... кандидата пед. наук: 13.00.01 / Находкин Василий Васильевич. – Якутск, 2003. – 151 с.
9. Никулин И. Н. Подготовка будущего учителя к физкультурно-рекреативной деятельности с учащимися общеобразовательной школы: дисс. ... кандидата пед. наук: 13.00.08 / Никулин Игорь Николаевич. – Белгород, 2000. – 212 с.
10. Теория и методика физического воспитания: [учеб. для ин-тов физ. культуры: в 2 т.] / под ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – [2-е изд., перераб. и доп.]. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1: Общие основы теории и методики физического воспитания. – 302 с.
11. Теория и методика физического воспитания: [учеб. для ин-тов физ. культуры: в 2 т.] / под ред. А. Д. Новикова, Л. П. Матвеева. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – Т. 1: Общие основы теории и методики физического воспитания. – 398 с.
12. Трофимов О. Б. Подготовка будущих учителей физической культуры к тренерской деятельности (на примере спортивной гимнастики): дисс. ... кандидата пед. наук: 13.00.08 / Трофимов Олег Борисович. – Пенза, 2010. – 163 с.
13. Физическое воспитание учащихся 5–7 классов: пособ. для учителя / под ред. В. И. Ляха, Г. Б. Мейксона. – М.: Просвещение, 2002. – 192с.