

Reflexivity and activity criterion rationale of the future physical-education teachers' readiness for realizing sustainable health activities

Обґрунтування діяльнісно-рефлексивного критерію готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності

Iuliia Tanasiichuk,

*lecturer of Medical and Biological Fundamentals of Physical Culture
Department of Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University
(Uman State Pedagogical University)*

Yliyatanasiychuk@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-7772-1509>

*Uman State Pedagogical University
street, Sadova 2
Uman, Cherkasy region 20300*

Танасійчук Юлія

*викладач кафедри медико-біологічних основ фізичної культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
(Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини)*

Yliyatanasiychuk@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-7772-1509>

*Уманський державний педагогічний університет
вул. Садова 2
м.Умань, Черкаська обл., 20300*

ABSTRACT. The reflexivity and activity criterion of the future physical education teachers' readiness to realize sustainable health activities is proved in the article. The justification criteria were selected: professional orientation, professional education, professional and valuable orientation, professional reflection. Professional orientation features are: motivational (sustainable psychological attitude and focus on sustainable health activities; a strong interest in the child's personality); targeted (willingness to self-education, self-development, self-actualization; desire to use pedagogical results in practice); personal (presence of character traits: balance, activity, dialogue, congruence, empathy) aspects; professional education (theoretical (system of skills and abilities in

the field of concepts, approaches, methods, upbringing forms of health bases (nutrition, psycho-emotional stability, self-esteem and level of aspiration, motivation of achievement, physical activity, etc.), readiness to correlate with them in practice; methodical (professional competence to realize sustainable health activities, ability to apply knowledge in practice; presence of health problems in the methodological work of teachers); behavioral (presence of intellect needs and ability to plan and design the educational process of interaction with adolescents, developing constructive methods of interaction) aspects, professional value orientations (valuable attitude to pedagogical activity (axiological orientation, definition of purpose and personal activity); valuable attitude to the teenager's personality, valuable attitude to colleagues, to yourself as an educator); professional reflection (reflexive evaluation (the need and ability of the teacher to self-analysis and self-esteem of one's own activity as a subject); communicative (ability to analyze and reflect the communicative situation, communication style, as well as evaluate the results of communication with teenagers and their own state) aspects.

KEYWORDS: reflexivity and activity criterion, readiness, future teacher, physical education, sustainable health activities.

АНОТАЦІЯ. У статті обґрунтовано діяльнісно-рефлексивний критерій готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язберезувальної діяльності. Критеріями обґрунтування обрано: професійну спрямованість, професійну освіченість, професійно-ціннісні орієнтації, професійну рефлексію. Ознаками професійної спрямованості є: мотиваційний (стійка установка та спрямованість на здоров'язберезувальну діяльність; стійкий інтерес до особистості дитини); цільовий (готовність до самоосвіти, саморозвитку, самопізнання; бажання застосовувати педагогічні знахідки в своїй практиці); особистісний (наявність рис характеру: врівноваженості, активності, діалогічності, конгруентності, емпатії) аспекти; професійної освіченості (теоретичний (система знань, умінь в області концепцій, підходів, методів, форм виховання основ цінностей здоров'я (харчування, психоемоційна стійкість, самооцінка і рівень домагань, мотивація досягнення,

рухова активність тощо), готовність співвіднести з ними свою практику; методичний (професійна компетентність до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, здатність застосовувати знання в практичній діяльності; наявність проблематики здоров'я в методичній роботі педагогів); поведінковий (наявність інтелектуально-творчої ініціативи; потреби і здатності до планування і проектування виховного процесу щодо взаємодії з підлітками, виробленні конструктивних прийомів взаємодії) аспекти; професійно-ціннісних орієнтацій (ціннісне ставлення до педагогічної діяльності (аксіологічна спрямованість, визначення мети і особистісного сенсу даної діяльності); ціннісне ставлення до особистості підлітка, ціннісне ставлення до колег, до себе самого як педагога); професійної рефлексії (рефлексивно-оцінний (потреба і здатність педагога до самоаналізу і самооцінки власної діяльності і самого себе як її суб'єкта); комунікативний (уміння аналізувати і рефлексувати комунікативну ситуацію, стиль спілкування, а також оцінювати результати спілкування з підлітками і власний стан) аспекти.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: діяльнісно-рефлексивний критерій, готовність, майбутній вчитель, фізична культура, здоров'язбережувальна діяльність

Постановка проблеми. Визначення структурних характеристик ціннісного ставлення до здоров'я, виділення показників зазначених характеристик і вибір методик їх вивчення є одним із напрямів дослідження ціннісного ставлення до здоров'я, що розробляються в даний час. На наш погляд, оскільки розвиток ціннісного ставлення до здоров'я має на меті зміну поведінки людини в цій сфері.

Всі компоненти ставлення до здорового способу життя взаємообумовлені і взаємозалежні між собою, причому цей зв'язок носить не сумарний, а інтеграційний характер. Це пояснюється тим, що ставлення до здорового способу життя є цілісним інтегративним утворенням. Однак, поряд з взаємозв'язком, виділені компоненти структури даного відносини мають і певну самостійність [Сорокіна, 2010: 42].

В межах ціннісно-орієнтаційної функції полюсами ціннісного ставлення є цінність, яка набуває форми мотиву (мотиваційний критерій готовності), і оцінки (рефлексивний критерій). В процесі оцінки досягається результат (практичний критерій), метою якого є вже не просто результат діяльності, а цінності цього результату (визначеність результату

як ознака здоров'язбережувальної діяльності). Завдяки практичному критерію готовності, стає можливим відтворення здоров'язбережувальної освітньої діяльності (відтворюваність як ознака здоров'язбережувальної діяльності).

Виходячи з вищесказаного, можна визначити основні ознаки готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, зокрема:

- у когнітивному аспекті - пізнання змісту і технологій здійснення здоров'язбережувальних функцій фізичної культури з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей учнів, їх потреб у руховій активності;

- в мотиваційно-діяльнісному аспекті - відповідальне ставлення до виконання функцій з організації фізичної активності дітей, ініціативність в підборі і впровадженні в режим навчального дня засобів фізичної культури, що дають необхідний для збереження здоров'я і забезпечення успішності дітей рівень фізичної активності;

- в творчому аспекті - здатність до відбору і грамотної реалізації найбільш ефективних здоров'язбережувальних технологій, заснованих на фізичній активності, в режимі навчального дня, а також до проектування відповідних авторських технологій.

У нашому дослідженні критеріями обґрунтування діяльнісно-рефлексивного критерію готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності обрано: професійну спрямованість, професійну освіченість, професійно-ціннісні орієнтації, професійну рефлексію.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Сформовані мотиваційні і когнітивні характеристики готовності утворюють особистісно-сміслову поле, яке проектується на здоров'язбережувальну діяльність вчителя фізичної культури і реалізується в її практичному здійсненні. Цей перехід визначає діяльнісно-рефлексивний критерій готовності, який інтегрує зміст критеріїв діялісного аспекту, визначених науковцями (О. Гришина [1], П. Гусак, Н. Зимівець [2], С. Давидова [3], Г. Іванова [6], Л. Іванова [7], С. Карасевич [8], І. Кенсицька [9], Н. Козак [10], М. Козуб [11], С. Крошка [12], В. Лобачев [13], О. Пашин [16], Н. Попова [17], Н. Свірщук [19], Н

Степанченко [22], О. Філіпп'єва [24]) і виявляється в уміннях, необхідних вчителю для здійснення здоров'язбережувальної діяльності в педагогічній практиці школи.

Погоджуючись з В. Сластєніним, що практичний компонент готовності виражається в уміннях, в прикладних знаннях [Сластєнин, 1978], вважаємо за необхідне зазначити, що у майбутнього вчителя фізичної культури повинні бути не просто сформовані вміння, що дозволяють йому здійснювати здоров'язбережувальну діяльність. Він повинен творчо використовувати знання про здоров'язбереження і інші знання, на базі яких формується здатність до здійснення здоров'язбережувальної діяльності. Знання та вміння, як підкреслював Л. Рубінштейн, як тільки вони освоєні людиною, перетворюються в особисте надбання, приводять до розвитку здібностей. У навчанні через знання і вміння формуються здібності [Рубінштейн, 2002], розвивається творчий потенціал студентів. Все це і визначає зміст діяльнісно-рефлексивного критерію готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності.

Мета. Розкрити сутність та критерії обґрунтування когнітивно-змістового критерію, визначити його місце у структурі готовності майбутніх учителів фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності.

Методи дослідження - *теоретичні* – аналіз наукових джерел із проблеми дослідження, що дало змогу розкрити сутність та критерії обґрунтування когнітивно-змістового критерію та визначити його місце у структурі готовності майбутніх учителів фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності.

Результати дослідження. Обґрунтовуючи діяльнісно-рефлексивний критерій готовності, ми керувалися твердженням, що правильно сформовані вміння засновані на знанні способу дії. Це підтверджується дослідженням М. Козуб, у якому, обґрунтовані уміння, необхідні для педагогічної діяльності:

- вміння систематично поповнювати знання про здоров'язбережувальну діяльність шляхом самоосвіти і аналізу реального педагогічного процесу для оптимального планування діяльності з урахуванням раціональних форм, методів, прийомів організації навчальної діяльності учнів;

- вміння вивчати особистість кожної окремої дитини, особливості мікрогрупи і класу в цілому для передбачення можливих труднощів і вибору необхідних здоров'язберезувальних впливів з урахуванням цих особливостей і рівня навченості;

- вміння вивчати переваги і недоліки власної особистості і стилю професійної діяльності для найкращої організації навчального процесу з дотриманням принципів наукової організації і здоров'язберезувального характеру навчання;

- вміння досліджувати зміст навчального матеріалу, засобів навчання, творчо їх використовувати для створення індивідуального стилю здоров'язберезувальної педагогічної діяльності [Козуб, 2007].

Серед умінь, необхідних вчителю фізкультури для виконання поставлених перед ним професійних завдань, важливу роль відіграє володіння технологією навчання школярів руховим діям і розвитку фізичних якостей, проведення основних видів фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми, здійснення медико-біологічного і психолого-педагогічного контролю стану організму в процесі фізкультурно-спортивних занять, використання різних засобів і методів фізичної реабілітації організму, організація і проведення методичної роботи з проблем фізичного виховання, оздоровчої фізичної культури і спортивного тренування, володіння навичками раціонального застосування навчально-спортивного обладнання та інвентарю, застосування методів лікарсько-педагогічного контролю, надання першої допомоги при травмах в процесі виконання фізичних вправ тощо [Малорошвило, 2004:51].

З усіх здоров'язберезуваних умінь, які необхідні майбутньому вчителю фізичної культури, Г. Остапенко виокремлює такі: вміння та навички впроваджувати здоров'язберезувальні технології в навчально-виховне середовище загальноосвітньої школи, пропагувати здоровий спосіб життя серед учнів; організувати здоров'язберезувальну інфраструктуру загальноосвітньої школи; складати положення про проведення Свята «День здоров'я»; проводити фізкультурно-оздоровчу роботу в умовах оздоровчих таборів, які функціонують у літній період у загальноосвітній школі тощо [Остапенко, 2012:83].

Звернення до роботи В. Філанковського, дозволяє якісно доповнити відносно самостійні групи умінь, зокрема виділити особливе в підготовці майбутнього вчителя фізичної культури.

1. Уміння «переводити» зміст об'єктивного процесу фізичного виховання в конкретні завдання виховання фізичної культури особистості школяра: вивчення особистості і колективу з метою визначення рівня підготовленості (здоров'я, статури, фізичних якостей і рухових здібностей) до ефективного сприйняття педагогічних впливів, прогнозування і проектування на цій основі розвитку фізичної культури колективу і окремих вихованців; виділення комплексу фізично культурних і педагогічних завдань і визначення домінуючого завдання - фізичної досконалості.

2. Уміння побудувати і привести в рух логічно завершену систему виховання фізичної культури особистості школяра: комплексне планування педагогічних завдань; відбір оптимального змісту освіти, навчальних та позакласних фізкультурно-масових виховних заходів; оптимальний вибір і поєднання форм, методів і засобів фізичного виховання.

3. Уміння виділяти і встановлювати взаємозв'язки між компонентами і факторами фізичної культури особистості, приводити їх в дію: створення оптимальних умов (матеріальних, морально-психологічних, організаційних, гігієнічних та ін.); активізація особистості школяра розвиток його фізкультурної діяльності, що перетворює його з об'єкта в суб'єкт виховання; розвиток колективної фізкультурної діяльності; забезпечення зв'язку школи з громадськими організаціями в сфері фізичної культури.

4. Уміння враховувати та оцінювати результатів виховання фізичної культури особистості учнів: самоаналіз діяльності та аналіз процесів і результатів фізичної досконалості [Филанковский,2000:153].

До умінь, необхідних майбутньому вчителю фізичної культури, Н. Попова відносить такі: самостійне зміцнення і розвиток здоров'я, самостійність і відповідальність вибору способу життя; оволодіння способами діяльності, спрямованими на підвищення рухової активності через фізичні вправи, рухливі та спортивні ігри для розвитку фізичних якостей і попередження гіподинамії, набуття

досвіду організації самостійних систематичних занять фізичною культурою з дотриманням правил техніки безпеки та профілактики травматизму; вміння надавати першу долікарську допомогу собі та іншим при легких травмах; збагачення досвіду спільної діяльності в організації і проведенні занять фізичною культурою, форм активного відпочинку і дозвілля, вміння організувати доцільний режим рухової активності з метою підтримки і вдосконалення своїх фізичних якостей і рівня тренуваності; вміння організовувати свій побут з урахуванням оздоровчого впливу природних факторів середовища; навички та вміння самооцінки функціонального стану систем свого організму (серцево-судинної, дихальної), пульсу, ЧСС, АТ, частоту дихання тощо [Попова, 2015:82];

Узагальнення умінь, необхідних майбутнім учителям фізичної культури до формування в учнів ціннісного ставлення до власного здоров'я дало можливість виокремити такі: проєктувальні, конструктивні, комунікативні, організаторські, гностичні, дослідницькі, практичні, методичні вміння, які мають свою специфіку та відображені у таблиці 1.

Таблиця 1

Уміння, необхідні майбутнім учителям фізичної культури до формування в учнів ціннісного ставлення до власного здоров'я

Групи		Сутність
1.	Проєктувальні	уміння планувати і використовувати найбільш ефективні форми і методи організації здорового способу життя учнів у з урахуванням санітарно-гігієнічних, кліматичних, регіональних і національних умов; планування власної діяльності з формування ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я; планування фізкультурно-оздоровчих заходів
2.	Конструктивні	володіння засобами і методами формування ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я, здорового способу життя на основі потреби у фізичній активності; формування фізичної активності школярів; застосування навичок науково-методичної діяльності для вирішення конкретних завдань, що виникають в процесі формування здорового способу життя школярів
3.	Організаторські	уміння організовувати позакласні заходи та різні профілактичні тренінги по здоров'язберігаючих технологій навчання, власну діяльність формування ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я, зниження стресогенності уроків

4.	Гностичні	використання в професійній діяльності науково-теоретичних і методичних рекомендацій з формування здорового способу життя школярів; оцінка ефективності фізкультурно-оздоровчих занять з формування здорового способу життя учнів, уміння оцінити фізичний розвиток і стан здоров'я школярів
5.	Дослідницькі	організація і проведення науково-дослідницької роботи; пошук оптимальних варіантів досягнення результатів з формування ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я, визначення мотивів і інтересів учнів; оцінка індивідуально-психічних особливостей і підготовленості учнів, уміння використовувати методи педагогічних досліджень щодо формування здорового способу життя (анкетування, тестування тощо)
6.	Комунікативні	уміння проводити бесіду з питань оптимального режиму дня, харчування та здорового способу життя, профілактики соціально значущих захворювань (ВІЛ, гепатити та ін.), співробітництво на основі довіри з школярами, батьками, колегами, спонсорами; передбачення і запобігання конфліктним ситуаціям з учнями; <u>формування правильного ставлення до здорового способу життя</u>
7.	Методичні	уміння використовувати в своїй роботі передовий досвід провідних вчителів щодо формування здорового способу життя в учнів, організація методичної роботи з проблем фізичного виховання, формування здорового способу життя школярів; організація пропаганди здорового способу життя
8.	Практичні	володіння технікою фізичних вправ в рамках шкільної програми з формування здорового способу життя школярів; вміння надавати першу допомогу при травмах в процесі виконання фізичних вправ; зміцнення фізкультурно-матеріальної бази, вміння здійснювати пошук елементів по формуванню здорового способу життя школярів через засоби фізичної культури, розробляти власний творчий проект по формуванню здорового способу життя школярів з застосуванням фізкультурно-оздоровчих засобів
9.	Рефлексивні	корекція власної діяльності в процесі формування здорового способу життя школярів; критично-конструктивний і позитивний аналіз підсумків спільної діяльності, аналіз власної навчально-пізнавальної діяльності, її оцінювання, зіставлення результатів діяльності до основної мети і завдань заняття

Вміння, які проявляються в проектній діяльності поділяються на три групи:

- вміння, пов'язані з проектуванням знань, рухових умінь, навичок, з завданнями планування навчального матеріалу на більш-менш тривалий термін (складання річного графіка навчального процесу, поурочного планування);

- вміння, пов'язані з проектуванням пізнавальної та практичної діяльності учнів.

Ці вміння тісно пов'язані з дослідницькою діяльністю вчителя;

- вміння, які стосуються планування власної діяльності вчителя з керівництва, пізнавальною і практичною діяльністю учнів, які оволодівають необхідними знаннями, руховими вміннями та навичками.

Конструктивні вміння розкриваються в: конструктивно-оперативній, конструктивно-змістовій, конструктивно-матеріальній діяльності.

Конструктивно-оперативна діяльність майбутнього вчителя фізичної культури пов'язана з плануванням методики і організацією проведення занять, вмільм підбором і застосуванням форм, методів, засобів виховання фізичної культури особистості, з урахуванням індивідуальних особливостей учнів, віку, ступеня їх фізичної підготовленості тощо.

Конструктивно-змістова діяльність полягає у відборі, аналізі навчально-виховного матеріалу відповідно до цілей і завдань навчання, виховання, враховуючи рівень навченості і вихованості учнів. У цьому виді діяльності значне місце займає планування позакласної і масової фізкультурної роботи, педагогічно доцільне визначення доручень для окремих учнів і колективу тощо. Конструктивна діяльність у позакласній роботі отримує вираження в перспективному і поточному плануванні. Перспективний план дозволяє попередньо намітити найбільш важливі фізкультурні заходи і включає планування: роботи секцій, внутрішньошкільних змагань з урахуванням плану-календаря району, міста, підготовку інструкторів-громадських працівників і суддів зі спорту, проведення оздоровчих заходів в режимі дня (фізкультхвилинки, гімнастика під час змін, гімнастика до занять) і у позакласних заходах.

Конструктивно-матеріальна діяльність майбутнього вчителя фізичної культури полягає в проектуванні і створенні матеріальної, технічної бази для занять фізкультурою і спортом: облаштування спортивних залів, конструкцію і використання різного спортивного інвентарю та обладнання, раціональних технічних засобів і обладнання на місцях занять для учнів молодших, середніх, старших класів. Ця діяльність також пов'язана з залученням всього учительського колективу для спільної участі у виготовленні різних технічних засобів навчання.

Комунікативні вміння вчителя фізичної культури дозволяють встановлювати правильні педагогічно доцільні відносини зі школярами та вчителями різних предметів, з батьками, з представниками громадськості. У цій діяльності повинні виявлятися вміння налагоджувати внутрішньокolleктивні і міжколективні відносини

в класі, школі, трудовій і дослідницькій діяльності учнів. Комунікативні вміння майбутнього вчителя фізичної культури проявляються у: встановленні контактів з учнями (окремими учнями, активом і командами, колективом фізкультури тощо), управлінським персоналом (директор, завуч тощо) і партнерами по роботі (вчителями, з батьками учнів, з громадськими організаціями району, міста).

Організаторські вміння майбутнього вчителя фізичної культури полягають в практичній реалізації та коригуванні проєктів конструктивної діяльності. Організаторські вміння являють собою систему знань, психічних і практичних дій, спрямованих на координацію діяльності організатора і взаємозв'язку його з колективом. Учитель фізичної культури повинен повною мірою володіти практичними діями, які складаються з цілого ряду прийомів і операцій, спрямованих на створення необхідних умов для здійснення навчально-виховної роботи з учнями (розподіл обов'язків членів колективу, визначення місця роботи і проживання учнів, послідовність діяльності учнів, створення умов для самоконтролю і взаємоконтролю, порядок зміни видів діяльності або етапів виконання завдань).

Дослідницькі вміння майбутнього вчителя фізичної культури спрямовані на передачу свого досвіду іншим (активна участь в методичних, науково-практичних конференціях тощо), прагнення до професійного вдосконалення. Дослідницькі вміння включають: вивчення об'єкта діяльності (учнів), вміння аналізувати навчальний матеріал, вивчення змісту, засобів, форм і методів, за допомогою яких ця діяльність здійснюється, аналіз власного досвіду і досвіду інших вчителів.

Гностичні вміння включають: вміння оцінювати фізичний стан власного організму і його систем, підібрати найбільш прийнятний спосіб ведення здорового способу життя, застосовувати засоби, методи і навички здорового способу життя, необхідні для збереження і відновлення свого здоров'я, проявляти самостійність, самоорганізованість, самоосвіту, самовиховання і самовдосконалення в здоровому способі життя.

Практичні вміння передбачають опанування різноманітними прийомами методами здоров'язбережувальної діяльності, але основною метою всієї роботи з підготовки

майбутнього вчителя до професійної діяльності є не стільки відтворення знань, умінь і навичок, скільки творче використання їх в процесі впровадження в освітній процес.

На думку О. Єжової, збереження, зміцнення й формування здоров'я передбачає діяльність із забезпечення здоров'я учасників навчально-виховного процесу, причому не просто його (здоров'я) утримання на постійному рівні, а й намагання зробити організм міцнішим, стійкішим до негативних чинників довкілля. Тому діяльність педагогічного й учнівського колективів має бути спрямована на забезпечення здоров'я [Єжова, 2011:45].

Під здоров'яспрямованою діяльністю О. Єжова розуміє сукупність планомірних освітніх дій та заходів, зосереджених на збереженні й зміцненні здоров'я учнів шляхом сприяння формуванню в них ціннісного ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших [Єжова, 2011:54].

Поняття «здоров'язбережувальна діяльність» передбачає консолідацію всіх зусиль школи, націлених на формування, виховання та зміцнення здоров'я учнів, і характеризується як «модель здоров'язберігаючої педагогіки» Реалізація даної моделі передбачає формування в школі здоров'язбережувального простору [Козуб, 2007: 34].

Таким чином, під здоров'язбережувальною діяльністю розумітимемо спеціальним чином організований і контрольований вид діяльності освітнього закладу, який має на меті збереження і розвиток здоров'я учасників педагогічного процесу, спрямований на реалізацію таких форм, методів і засобів, які сприяють збереженню і зміцненню здоров'я дітей, орієнтують на здоровий спосіб життя за допомогою включення їх в практику здоров'язбережувальної діяльності.

Методичні вміння включають: уміння використовувати в своїй роботі передовий досвід провідних вчителів щодо формування здорового способу життя в учнів, організація методичної роботи з проблем фізичного виховання, формування здорового способу життя школярів; організація пропаганди здорового способу життя

Рефлексивні уміння передбачають корекцію власної діяльності в процесі формування в учнів ціннісного ставлення до власного здоров'я, критично-

конструктивний і позитивний аналіз підсумків спільної діяльності, аналіз власної здоров'язбережувальної діяльності, її оцінювання тощо.

Зміст рефлексивного складника готовності студентів утворюють цінності, функціями яких є функція створення образу, ескізу майбутнього і функція оцінки, здійснення якої неможливе без рефлексії, як найважливішого якості регуляції, вибору і оцінки педагогічних дій по створенню та реалізації здоров'язберігаючих освітніх технологій [Гришина, 2005:183].

З філософських позицій рефлексія визначається, як здатність індивіда зосередитися на утриманні своїх думок як властивість розуму зводити свій погляд всередину себе і як аналіз деяких знань, що призводять до отримання нового знання [Елисеєва, 2005:67].

Стосовно до фізкультурної освіти рефлексію В. Лобачев представляє у вигляді сукупності окремих елементів: вміння контролювати свої дії, відслідковувати логіку судження; розпізнавати протиріччя, які є причиною руху думки; здійснювати діалектичний підхід до аналізу ситуації; перетворювати пояснення спостережуваного або аналізованого явища в залежності від мети і умов; використовувати теоретичні методи пізнання з метою аналізу знання, його структури та змісту [Лобачев, 2006:48]

Рефлексивний складник відображає ступінь усвідомлення учителем фізичної культури ефективності його діяльності в ланцюжку зв'язків: здоров'язбережувальна діяльність вчителя => стан здоров'я учня, його психологічна комфортність => здоровий спосіб життя як якість і результат діяльності учня. Рефлексивна функція може бути охарактеризована як рефлексивно-оцінна і включає рефлексію через діагностику здоров'я учнів; саморефлексію діяльності; рефлексію через ставлення і думка батьків та інших учасників педагогічного процесу [Козуб, 2007:69].

Показниками діяльнісно-рефлексивного критерію готовності майбутніх учителів фізичної культури до формування в учнів ціннісного ставлення до власного здоров'я обрано: володіння уміннями (вміння оцінювати фізкультурно-оздоровчу роботу, навантаження, режим дня школярів тощо; вміння формувати потребу учнів у здоровому способі життя; вміння створювати сприятливий психологічний клімат в освітньому процесі; вміння раціонально використовувати

засоби і форми фізичного виховання; вміння пропагувати здоровий спосіб життя; вміння вести спостереження за динамікою розвитку основних фізичних якостей: оцінювати поточний стан організму і визначати тренувальних дій на нього занять фізичною культурою за допомогою використання стандартних фізичних навантажень і функціональних проб, визначати індивідуальні режими фізичного навантаження тощо), сукупністю прийомів і способів для досягнення мети здоров'язбережувальної діяльності, рефлексія як особистісне осмислення сутності проблеми та нових перспектив її вирішення і здатність до розуміння інших людей, вмотивованість рефлексивних дій, які спонукають педагога здійснювати рефлексивну діяльність.

Висновки. У дослідження критеріями обґрунтування діяльнісно-рефлексивного критерію готовності майбутнього вчителя фізичної культури до здійснення здоров'язбережувальної діяльності обрано: професійну спрямованість, професійну освіченість, професійно-ціннісні орієнтації, професійну рефлексію. Ознаками професійної спрямованості є: мотиваційний (стійка установка та спрямованість на здоров'язбережувальну діяльність; стійкий інтерес до особистості дитини); цільовий (готовність до самоосвіти, саморозвитку, самопізнання; бажання застосовувати педагогічні знахідки в своїй практиці); особистісний (наявність рис характеру: врівноваженості, активності, діалогічності, конгруентності, емпатії) аспекти; професійної освіченості (теоретичний (система знань, умінь в області концепцій, підходів, методів, форм виховання основ цінностей здоров'я (харчування, психоемоційна стійкість, самооцінка і рівень домагань, мотивація досягнення, рухова активність тощо), готовність співвіднести з ними свою практику; методичний (професійна компетентність до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, здатність застосовувати знання в практичній діяльності; наявність проблематики здоров'я в методичній роботі педагогів); поведінковий (наявність інтелектуально-творчої ініціативи; потреби і здатності до планування і проектування виховного процесу щодо взаємодії з підлітками, виробленні конструктивних прийомів взаємодії) аспекти; професійно-ціннісних орієнтацій (ціннісне ставлення до педагогічної діяльності (аксіологічна спрямованість, визначення мети і особистісного сенсу даної діяльності); ціннісне ставлення до особистості підлітка, ціннісне ставлення до колег, до себе самого як педагога); професійної рефлексії (рефлексивно-оцінний (потреба і здатність педагога до самоаналізу і самооцінки

власної діяльності і самого себе як її суб'єкта); комунікативний (уміння аналізувати і рефлексувати комунікативну ситуацію, стиль спілкування, а також оцінювати результати спілкування з підлітками і власний стан) аспекти

Література

1. Гришина Е. П. Формирование готовности будущего учителя физической культуры к созданию и реализации здоровьесберегающих образовательных технологий : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Самара, 2005. 231 с.
2. Гусак П. М., Зимівець Н. В., Петрович В. С. Відповідальне ставлення до здоров'я : теорія та технології : монографія / за ред. П. М. Гусака. Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2009. 219 с.
3. Давыдова С. А. Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры к формированию здоровьесберегающей стратегии обучающихся : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Махачкала, 2017. 211 с.
4. Єжова О. О. Формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів : монографія. Суми : МакДен, 2011. 412 с.
5. Елисеева Л. А. Подготовка учителя физической культуры к использованию нетрадиционных средств оздоровления учащихся на уроках и во внеурочное время : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Барнаул, 2005. 209 с.
6. Іванова Г. І. Характеристика поняття та компонентів культури здоров'я майбутніх вчителів. *Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології : реалії і перспективи* : матеріали III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. (Полтава, 9 лист. 2017 р.). Полтава : ПолтНТУ ім. Юрія Кондратюка, 2017. С. 111–113.
7. Іванова Л. І. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи з учнями з відхиленнями у стані здоров'я : теорія та методика : монографія. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. 600 с.
8. Карасевич С. А. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-спортивної діяльності у закладах загальної середньої освіти : монографія. Умань : ВПЦ «Візаві», 2018. 204 с.

9. Кенсицька І. Модель формування цінностей здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 4. С. 69–76.
10. Козак Н. Г. Здоров'язберігаюче виховання підлітків основної школи в навчально-виховному процесі : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Полтава, 2016. 240 с.
11. Козуб М. В. Формирование профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в школе : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Елец, 2007. 223 с.
12. Крошка С. А., Борисенко Л. Л., Єршов С. І. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до впровадження здоров'язбережувальних технологій на уроках. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2014. Вип. LXIX. С. 205–212.
13. Лобачев В. В. Формирование здоровьесберігающей компетенции в профессиональной подготовке будущего педагога физической культуры : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01; 13.00.08. Воронеж, 2006. 210 с.
14. Малоросовило Л. Н. Формирование готовности студентов вузов физкультурно-спортивного профиля к здоровьесбережению учащихся : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Челябинск, 2004. 171 с.
15. Остапенко Г. О., Циганок О. В., Жестков С. Г. Структурні компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до організації здоров'язбережувального навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи. *Вісник Запорізького національного університету. Серія : Фізичне виховання та спорт*. 2012. № 1. С. 78–85.
16. Пашин А. А. Формирование ценностного отношения к здоровью в физическом воспитании учащейся молодежи : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Москва, 2011. 413 с.
17. Попова Н. Г. Формирование ценностного отношения учащихся к здоровому образу жизни в образовательном процессе современной школы : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Великий Новгород, 2015. 253 с.

18. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 720 с.
19. Свірщук Н. С. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-рекреаційної роботи в школі : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Вінниця, 2013. 23 с.
20. Слостенин В. А. Формирование личности учителя советской школы в процессе профессиональной подготовки. Москва : Просвещение, 1978. 160 с.
21. Сорокина В. М. Формирование у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Волгоград, 2010. 241 с.
22. Степанченко Н. І. Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Вінниця, 2017. 629 с.
23. Филанковский В. В. Теория и практика формирования профессиональной готовности учителя физической культуры : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01; 13.00.04. Ставрополь, 2000. 459 с.
24. Філіпп'єва О. А. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до валеологічного виховання учнів : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Кіровоград, 2008. 23 с.

References

1. Grishina E. P. (2005). Formirovanie gotovnosti budushhego uchitelja fizicheskoy kul'tury k sozdaniju i realizacii zdorov'esberegajushhih obrazovatel'nyh tehnologij. *Candidate's thesis*. Samara[in Russian].
2. Husak P. M., Zymivets N. V., Petrovych V. S. (2009) .Vidpovidalne stavlennia do zdorov'ia : teoriia ta tekhnolohii. P. M. Husaka (Ed.). Lutsk : VAT «Volynska oblasna drukarnia» [in Ukrainian].
3. Davydova S. A. (2017). Professional'naja podgotovka budushhih uchitelej fizicheskoy kul'tury k formirovaniju zdorov'esberegajushhej strategii obuchajushhihsja. *Candidate's thesis*. Mahachkala[in Russian].

4. Yezhova O. O. (2011). Formuvannia tsinnisnogo stavlennia do zdorov'ia v uchniv profesiino-tekhnichnykh navchalnykh zakladiv. Sumy: MakDen [in Ukrainian]
5. Eliseeva L. A. (2005). Podgotovka uchitelja fizicheskoy kul'tury k ispol'zovaniju netradicionnykh sredstv ozdorovlenija uchashhihsja na urokah i vo vneurochnoe vremja. *Candidate's thesis*. Barnaul [in Russian].
6. Ivanova H. I. (2017). Kharakterystyka poniattia ta komponentiv kultury zdorov'ia maibutnikh vchyteliv. *Fizychna rehabilitatsiia ta zdorov'iazberezhivalni tekhnolohii : realii i perspektyvy* : proceedings of the 3rd All-Ukrainian Scientific and Practacal Conference. Poltava : PoltNTU im. Yurii Kondratiuka, 111–113[in Ukrainian].
7. Ivanova L. I. (2013). Profesiina pidhotovka maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury do roboty z uchniamy z vidkhyleniamy u stani zdorov'ia : teoriia ta metodyka. Kyiv : NPU imeni M. P. Drahomanova [in Ukrainian].
8. Karasievych S. A. (2018). Pidhotovka maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury do fizkulturno-sportyvnoi diialnosti u zakladakh zahalnoi serednoi osvity. Uman : VPTs «Vizavi» [in Ukrainian].
9. Kensytska I.(2017) Model formuvannia tsinnosti zdorovoho sposobu zhyttia studentiv u protsesi fizychnoho vykhovannia. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu, issue № 4, 69–76* [in Ukrainian].
10. Kozak N. H. (2016). Zdorov'iazberihaiuche vykhovannia pidlitkiv osnovnoi shkoly v navchalno-vykhovnomu protsesi. *Candidate's thesis*. Poltava[in Ukrainian].
11. Kozub M. V. (2007). Formirovanie professional'noj gotovnosti budushhih uchitelej fizicheskoy kul'tury k osushhestvleniju zdorov'esberegajushhej dejatel'nosti v shkole. *Candidate's thesis* Elec [in Russian].
12. Kroshka S. A., Borysenko L. L., Yershov S. I. (2014). Pidhotovka maibutnikh uchyteliv pochatkovykh klasiv do vprovadzhennia zdorov'iazberezhivalnykh tekhnolohii na urokakh. *Humanizatsiia navchalno-vykhovnoho protsesu, issue LXIX, 205–212* [in Ukrainian].

13. Lobachev V. V. (2006). Formirovanie zdorov'esbersgajushhej kompetencii v professional'noj podgotovke budushhego pedagoga fizicheskoi kul'tury. *Candidate's thesis*. Voronezh [in Russian].
14. Maloroshvilo L. N. (2004). Formirovanie gotovnosti studentov vuzov fizkul'turno-sportivnogo profilja k zdorov'esberezheniju uchashhihsja. *Candidate's thesis*. Cheljabinsk [in Russian].
15. Ostapenko H. O., Tsyhanok O. V., Zhestkov S. H. (2012). Strukturni komponenty hotovnosti maibutnikh uchytelev fizychnoi kultury do orhanizatsii zdorov'iazberezhuvalnogo navchalno-vykhovnogo seredovyscha zahalnoosvitnoi shkoly. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnogo universytetu. Seriiia : Fizychno vykhovannia ta sport, issue № 1, 78–85* [in Ukrainian]
16. Pashin A. A. (2011). Formirovanie cennostnogo otnoshenija k zdorov'ju v fizicheskom vospitanii uchashhejsja molodezhi. *Doctor's thesis*. Moskva [in Russian].
17. Popova N. G. (2015). Formirovanie cennostnogo otnoshenija uchashhihsja k zdorovomu obrazu zhizni v obrazovatel'nom processe sovremennoj shkoly. *Candidate's thesis*. Velikij Novgorod [in Russian].
18. Rubinshtejn S. L.(2002). *Osnovy obshhej psihologii*. Sankt-Peterburg : Piter [in Russian].
19. Svirshchuk N. S. (2013). Pidhotovka maibutnikh uchytelev fizychnoi kultury do fizkulturno-rekreatsiinoi roboty v shkoli. *Extended abstract of candidate's thesis*. Vinnytsia [in Ukrainian].
20. Slastenin V. A. (1978). Formirovanie lichnosti uchitelja sovetskoj shkoly v processe professional'noj podgotovki. Moskva : Prosveshhenie [in Russian].
21. Sorokina V. M.(2010). Formirovanie u studentov otnoshenija k zdorovomu obrazu zhizni kak professional'noj cennosti. *Candidate's thesis*. Volgograd [in Russian].
22. Stepanchenko N. I.(2017). Systema profesiinoi pidhotovky maibutnikh uchytelev fizychnoho vykhovannia u vyshchych navchalnykh zakladakh *Doctor's thesis*. Vinnytsia [in Ukrainian].

23. Filankovskij V. V.(2000). Teorija i praktika formirovanija professional'noj gotovnosti uchitelja fizicheskoj kul'tury *Doctor's thesis*. Stavropol' [in Russian].
24. Filipp'ieva O. A.(2008). Pidhotovka maibutnikh uchyteliv pochatkovykh klasiv do valeolohichnoho vykhovannia uchniv *Extended abstract of candidate's thesis* Kirovohrad [in Ukrainian].