

УДК 378:796.011.1-055.1

АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ МОНІТОРИНГУ РОЗВИТКУ ОЗДОРОВЧОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

©Соколюк О.В.

КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради

Інформація про автора

Соколюк Ольга Василівна: ORCID: 0000-0002-7471-4589; [kharkivska hgpa@ukr.net](mailto:kharkivska_hgpa@ukr.net); викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання; КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, провулок Руставелі, 7, м. Харків, 61001, Україна.

У статті розглянуто та проаналізовано визначення різними науковцями терміну «оздоровча рухова активність». Методом аналізу досліджено різність понять моніторингу фізичного розвитку та моніторингу оздоровчої рухової активності. Проаналізовано основні аспекти моніторингу розвитку оздоровчої рухової активності (ОРА) майбутніх викладачів фізичного виховання. Надано визначення поняття «моніторинг розвитку оздоровчої рухової активності». Визначено ступінь необхідності ОРА.

Автор приходять до висновку, що моніторинг розвитку оздоровчо-рухової активності майбутніх учителів фізичного виховання – це науково обґрунтована, неперервна, діагностико-прогностична комплексна система збору, зберігання, аналізу і розповсюдження інформації про фізичний розвиток та його роль у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичного виховання на основі їх відповідності визначеним цілям та отриманим результатам (комплексне відстеження розвитку за всіма показниками фахової підготовки).

Ключові слова: моніторинг, фізичне виховання, оздоровча рухова активність, майбутні вчителі фізичного виховання.

Соколюк О.В. «Анализ проблемы мониторинга развития оздоровительной двигательной активности будущих учителей физического воспитания»

В статье рассмотрены и проанализированы определения различными учеными термина «оздоровительная двигательная активность». Методом анализа исследовано различие понятий мониторинга физического развития и мониторинга оздоровительной двигательной активности. Проанализированы основные аспекты мониторинга развития оздоровительной двигательной активности (ОДА) будущих преподавателей физического воспитания. Дано определение понятия «мониторинг развития оздоровительной двигательной активности». Определена степень необходимости ОДА.

Автор приходит к выводу, что мониторинг развития оздоровительно-двигательной активности будущих учителей физического воспитания - это научно обоснованная, непрерывная, диагностико-прогностическая комплексная система сбора, хранения, анализа и распространения информации о физическом развитии и его роль в профессиональной подготовке будущих учителей физического воспитания на основе их соответствия определенным целям и полученным результатам (комплексное отслеживание развития по всем показателям профессиональной подготовки).

Ключевые слова: мониторинг, физическое воспитание, оздоровительная двигательная активность, будущие учителя физического воспитания.

Sokolyuk O.V. "Analysis of the problem of monitoring the development of health-improving physical activity of future physical education teachers"

The article considers and analyzes the definitions of the term "health-improving motor activity" given by different scientists. By means of carrying out an analysis the difference between the concepts of monitoring physical development and monitoring motor activity has been studied. The main aspects of monitoring the development of health-improving motor activity (HIMA) of

future physical education teachers are analyzed. The definition of "monitoring of the development of health-improving motor activity" is given. The degree of the importance of HIMA is defined.

The author has come to the conclusion that monitoring of the development of health-improving motor activity of future physical education teachers is a scientifically substantiated, continuous, diagnostic and prognostic comprehensive system of gathering, storing, analyzing and disseminating information on physical development and its role in the professional training of future physical education teachers on the basis of their conformity with the identified goals and expected outcomes (integrated tracking of their development in accordance with all the indicators of professional training).

Keywords: monitoring, physical education, health-improving motor activity, future physical education teachers.

Постановка проблеми. Зміни, що відбуваються в Україні протягом останніх десяти років уплинули на всі сфери суспільного життя. Значних трансформацій зазнала і система освіти, у тому числі, вищої освіти. Останнім часом в Україні почала превалювати негативна тенденція до погіршення здоров'я молоді, що пов'язана зі зниженням фізичних навантажень, які задовольняють біологічну потребу в рухах та недотриманням елементарного рухового режиму, а також зниженням якості харчових продуктів, екологічною забрудненістю повітря, переважною комп'ютеризацією навчання.

Результати всеукраїнського опитування свідчать, що на початку XXI століття достатній рівень оздоровчої рухової активності (не менше 4-5 занять на тиждень, із тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мали лише 3% населення віком від 16 до 74 років, середній рівень (2-3 заняття на тиждень) – 6%, низький рівень (1-2 заняття на тиждень) – 33% населення. Для більшої частини дорослого населення характерною є гіпокінезія. Серед дітей зростає популярність малорухомого способу проведення дозвілля [7].

Таким чином, виникає нагальна потреба у формуванні навичок до ведення молоддю здорового способу життя, а саме: збільшувати кількість практичних занять фізичною культурою, упроваджувати в практику роботи загальноосвітніх і вищих навчальних закладів широке коло різноманітних фізичних вправ, інноваційних форм занять оздоровчою фізичною культурою, використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології.

Отже, необхідність моніторингу якості оздоровчої рухової активності, актуальна сьогодні, як ніколи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Зазначимо, що дослідженню різних аспектів розглядуваної теми, свого часу приділяли увагу багато науковців, як вітчизняних так і зарубіжних. Так педагогічні аспекти спортивно-оздоровчої діяльності молоді проаналізовано в наукових працях таких учених як: О. Бичук, А. Бондар, В. Горашук, А. Дубогай, С. Закопайло, І. Когут, С. Лапаєнко, В. Маринич, М. Набок, І. Сопівник та ін. Проблему оздоровлення учнів середньої школи досліджували О. Андреева, М. Бердус, О. Богініч, А. Васильчук, Л. Іващенко, Н. Пангелова, І. Работін, Л. Сущенко.

Аналіз літературних джерел показав, що науковцями вивчалися різні аспекти означеної проблеми дослідження: наукові підходи до професійної підготовки вчителя фізичної культури (Л. Безкоровайна, Л. Демінська, О. Демінський, С. Дмитренко, Ю. Железняк, Р. Карпюк, Л. Кацова, К. Козлова, Т. Круцевич, В. Пристинський, Л. Сущенко); положення щодо підготовки спеціалістів із оздоровчої фізичної культури (В. Баранов, О. Бірюк, А. Корх, Т. Круцевич, Є. Крючек, К. Купер, Т. Лисицька, Г. Максименко, Ю. Менхін, Т. Ротерс, Л. Сіднева, Б. Френкс, Е. Хоулі); теорії оздоровчої фізичної рекреації, оздоровчої гімнастики й фітнесу (В. Видрін, Є. Ільїн, Л. Калінкін, Ю. Менхін, Ю. Рижкін, Ж. Холодов та ін.) та оздоровчого тренування (Т. Круцевич, В. Платонов, Б. Френкс, Ж. Холодов, Е. Хоулі).

Запровадження моніторингових досліджень у різних сферах діяльності здійснюються й потрактовуються в студіях Є. Антосенкова, А. Ахмадєєва, А. Бичкова, І. Вавілова, І. Галяминої, С. Горбаткова, Л. Грибанової, В. Гудкової, М. Гузаїрова, Г. Єльнікової, Т. Козлової, В. Левашова, Н. Морозової, Г. Савельєвої.

Мета. Проаналізувати основні аспекти моніторингу розвитку оздоровчої рухової активності (ОРА) майбутніх викладачів фізичного виховання. Надати визначення поняття «моніторинг розвитку оздоровчої рухової активності». Визначити ступінь необхідності ОРА.

Виклад основного матеріалу. Питання оздоровчо-рухової активності свого часу активно досліджувалося багатьма науковцями, проте кожен із них визначав сутність поняття «оздоровча рухова активність» по-своєму. Для того, щоб чітко розуміти суть досліджуваного питання, розглянемо кілька подібних визначень, та шляхом аналізу спробуємо вивести узагальнену дефініцію оздоровчо-рухової активності.

Отже, для початку зазначимо, що оздоровча рухова активність людини ґрунтується на її руховій діяльності. Ці поняття слід розглядати у невід'ємній єдності, оскільки сутність оздоровчо-рухової активності полягає у активній руховій діяльності, що допомагає підтримувати тонус м'язів та сприяє загальному оздоровленню організму.

Так на думку Н. Павлової, оздоровча рухова активність – це рекреація, відновлення сил за допомогою засобів фізичного виховання (заняття фізичними вправами, рухливі і спортивні ігри, туризм, полювання, фізкультурно-оздоровчі розваги). Термін “рекреація” (від лат. *rescreatio*) означає відпочинок, відновлення сил людини, витрачених у процесі праці, тренувальних занять або змагань. Щоб відітнути специфіку цього терміна у сфері фізичної культури, часто говорять “фізична рекреація [9].

І. Нікулін у своїй роботі «Сутнісні характеристики та підходи до обґрунтування феномену «фізкультурно-рекреативна діяльність»» оздоровчу рухову активність визначає як, спрямовану на емоційно-активний відпочинок, розвагу, отримання задоволення від рухової діяльності, відновлення психічних і фізичних сил, неформальне спілкування з природою або партнерами в процесі рухової активності входить до змісту фізичної рекреації. Науковець стверджує, що «фізкультурно-рекреативна діяльність – це добровільна оздоровча рухова активність із використанням фізичних вправ, спрямованих на покращення психофізіологічної працездатності, розвагу і всебічне удосконалення особистості» [8].

Отже, термін «оздоровча рухова активність» є вживаним у галузі науки з фізичної культури і спорту, але його змістова частина потребує удосконалення на засадах комплексності та всебічності з дотриманням сучасних положень логіки та методології наукових досліджень [5; 7; 11; 12; 13].

Таким чином, розглянувши та проаналізувавши різноманітні наукові дослідження з питання оздоровчо-рухової активності та фізкультурної діяльності, можемо зробити висновок, що рухова активність значною мірою сприяє дотриманню людиною здорового способу життя, а також в окремих випадках зменшенню негативного впливу на організм людини шкідливих звичок, підвищенню працездатності та відволікає від асоціальної поведінки.

Оздоровча рухова активність є основним чинником мотивації у системі здорового способу життя, має важливе значення для вдосконалення фізичного розвитку і підготовленості особи. Оздоровча-рухова активність сприяє також розвитку економіки і суспільства загалом.

Останнім часом в Україні спостерігається позитивна тенденція до зростання кількості осіб, які використовують різні види та форми оздоровчої рухової активності. Враховуючи викладене, на сьогодні актуальним є схвалення Національної стратегії, у якій узагальнено існуючі прогресивні тенденції та передовий світовий досвід.

Розглянувши сутність поняття «оздоровча рухова активність». Перейдемо до аналізу другої складової означеної теми – моніторингу.

У сучасному розумінні моніторинг доволі часто виконує роль діагностування. Однак вимагає уточнення те, що діагностика не займала провідного місця у практиці освіти [2; 6].

На сучасному етапі моніторинг є одним із нових управлінських механізмів, і розуміється як система заходів щодо збору та аналізу інформації з метою вивчення та

оцінки якості професійної підготовки і прийняття рішень про розвиток навчально-виховного процесу на основі аналізу виявлених типових особливостей та тенденцій.

Якщо брати моніторинг у визначеній сфері (у нашому випадку – фізичне виховання), то слушною є думка В. Богданова, який зазначає, що моніторинг стану фізичного розвитку студентів протягом їх навчання становить складну інформаційно-аналітичну систему, що включає спостереження за станом фізичного розвитку студента на рівні індивіду й соціальної групи, оцінці його результатів і прогнозування стану фізичного розвитку й здоров'я в майбутньому, тобто моніторинг за станом фізичного розвитку студентів це процес спостереження за об'єктом, оцінювання його стану, здійснення контролю за характером подій, що відбуваються, й попередження негативних тенденцій у подальшому розвитку [1]. Однак, науковець розглядає моніторинг власне фізичного розвитку, не приділяючи достатньо уваги оздоровчій руховій активності. Тому, думка В. Богданова може враховуватися нами лише частково.

На думку К. Смірнова, моніторинг фізичного розвитку є найважливішим елементом у системі збереження здоров'я вищого навчального закладу, він виступає як метод відстеження, оцінювання, коригування й прогнозування освітньої діяльності. У цей час, існує певна методика моніторингових досліджень, яка дозволяє сподіватись, що рівень показників фізичного розвитку студентської молоді покращиться за рахунок вчасно прийнятих державними органами превентивних мір. [10].

Проте, так само як і В. Богданов, К. Смірнов розглядає моніторинг фізичного розвитку для ВНЗ, не виділяючи окремо спортивно-фізкультурну спеціалізацію та не виводячи оздоровчу рухову активність як складову їх фахової підготовки. Однак, не зважаючи на те, що зазначені науковці не приділяють достатньо уваги саме фізкультурним спеціальностям та оздоровчій руховій активності, їх розуміння моніторингу стану фізичного розвитку видається нам досить ґрунтовним, отже ми будемо і надалі спиратися на їхні думки протягом нашого дослідження.

Таким чином, проаналізувавши науково-педагогічні та спеціальні джерела, можемо зазначити, що моніторинг фізичного розвитку загалом, та оздоровчо-рухової активності зокрема, виступає інструментом коригування оздоровчої складової у навчальному процесі та процесі фахової підготовки майбутніх учителів фізичного виховання.

Розглянувши та проаналізувавши складові досліджуваного питання перейдемо безпосередньо до основного поняття, а саме до моніторингу розвитку оздоровчої рухової активності. Так М. Дутчак зазначає, що моніторинг розвитку оздоровчо-рухової активності – це система організаційних заходів, спрямованих на забезпечення періодичного збирання, опрацювання та аналізу показників про стан використання рухової активності у повсякденній діяльності різних груп населення з урахуванням їхніх потреб та цінностей, а також про основні чинники, які стримують процес залучення людей до рухової активності як важливої складової здорового способу життя. На думку науковця, моніторинг проводиться з метою надання органам управління сферою фізичної культури і спорту повної, своєчасної та достовірної інформації про оцінку та прогноз соціальної ситуації із залучення населення до спорту для всіх, механізмів підтримки прогресивних тенденцій, шляхів попередження та усунення негативних процесів [4].

Спираючись на дослідження М. Галайджук, Г. Грибана, А. Драчука, І. Дуб, Л. Зацерковної, О. Куца можна вважати, що еталоном динаміки розвитку ОРА є тижневий індекс відповідної рухової активності, основою якого є хронометраж з наступним групуванням усіх видів рухів: до першої групи віднесені побутові рухи, до другої - рухи, пов'язані з заняттями фізичними вправами та спортом [3].

Отже, спираючись на все вищезазначене, можемо дійти висновку, що моніторинг розвитку оздоровчо-рухової активності майбутніх учителів фізичного виховання – це науково обґрунтована, неперервна, діагностико-прогностична комплексна система збору, зберігання, аналізу і розповсюдження інформації про фізичний розвиток та його роль у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичного виховання на основі їх відповідності

визначеним цілям та отриманим результатам (комплексне відстеження розвитку за всіма показниками фахової підготовки).

Висновки. Моніторинг рівня залучення населення до спорту для всіх – це система організаційних заходів, спрямованих на забезпечення періодичного збирання, опрацювання та аналізу показників про стан використання рухової активності у повсякденній діяльності різних груп населення з урахуванням їхніх потреб та цінностей, а також про основні чинники, які стримують процес залучення людей до рухової активності як важливої складової здорового способу життя. Нами було проаналізовано проблему моніторингу розвитку оздоровчо-рухової активності майбутніх учителів фізичного виховання в теорії та практиці педагогіки. Зокрема розглянуто сучасну ситуацію розвитку оздоровчої рухової активності серед студентської молоді, та визначено сутність поняття «моніторинг розвитку оздоровчої рухової активності майбутніх викладачів фізичного виховання».

Список використаних джерел

1. Богданов В. М. Использование современных информационных технологий в теоретической и методико-практической подготовке студентов по физическому воспитанию / В. М. Богданов, В. С. Пономарев // Материалы Всерос. науч.-практ. конф. – СПб., 2000. – С. 35-65.
2. Моніторинг навчальної діяльності : навч. посіб. / Д. М. Бодненко, О. Б. Жильцов, О. Л. Лещинський, Н. П. Мазур. – Київ : Київ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2014. – 276 с.
3. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів : монографія / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009. – 594 с.
4. Дутчак М. В. Моніторинг в системі державного управління спортом для всіх в Україні / М. В. Дутчак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2008. – № 9. – С. 34-43.
5. Лапиков В. В. Основы логики теоретической науки / В. В. Лапиков. – Минск : Экономпресс, 2006. – 464 с.
6. Моніторинг якості освіти: світові досягнення та українські перспективи / за заг. ред. О. І. Локшиної. – Київ : К.І.С., 2004. – 128 с.
7. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація" [Електронний ресурс] : схвалено Указом Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>
8. Никулин И. Н. Сущностные характеристики и подходы к обоснованию феномена «физкультурно-рекреативная деятельность» / И. Н. Никулин // Термины и понятия в сфере физической культуры : тез. докл. Междунар. конф. (20-22 декабря 2006 года). – СПб., 2007. – С. 282-284.
9. Павлова Н. Основні напрями та принципи оздоровчої фізичної культури Н. Павлова, О. Зендик // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. / Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк : Вид-во Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 3. – С. 110-113.
10. Смірнов К. М. Важливість моніторингу фізичного стану студентів на початковому етапі навчання з фізичного виховання [Електронний ресурс] / К. М. Смірнов. – Режим доступу : http://fv.fbmi.kpi.ua/documents/smironov_77.pdf. – Назва з екрана.
11. Столяров В. И. Теория и методология современного физического воспитания : состояние разработки и авторская концепция : монография / В. И. Столяров. – Киев : Олимп. лит., 2015. – 704 с.
12. Харківська А. А. Теоретичні та методичні засади управління інноваційним розвитком вищого навчального педагогічного закладу : дис. ... д-ра. пед. наук : 13.00.06 / Харківська Алла Анатоліївна ; ДЗ «Луганський нац. ун-т імені Т. Шевченка». – Луганськ, 2012. – 596 с.
13. Шиян Б. М. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. [для ф-тів фіз. виховання і спорту вищ. навч. закл. II–IV рівнів акредитації] / Б. М. Шиян, Г. А. Єдинак, Ю. В. Петришин. – Кам'янець-Подільський : Рута, 2012. – 280 с.

References

1. Bogdanov, VM & Ponomarev, VS 2000, 'Ispolzovanie sovremennyh informacionnyh tehnologij v teoreticheskoj i metodiko-prakticheskoj podgotovke studentov po fizicheskomu vospitaniju' [The use of modern information technologies in the theoretical and methodological and practical training of students in physical education], *Materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii*, Sankt-Peterburg, pp. 35-65.

2. Bodnenko, DM, Zhylytsov, OB, Leshchynskyy, OL & Mazur, NP 2014, *Monitorynh navchalnoyi diyalnosti* [Monitoring of educational activities], Kyivskyy universtyet imeni Borysa Hrinchenka, Kyiv.
3. Hryban, HP 2009, *Zhyttyedyalnist ta rukhova aktyvnist studentiv* [Life activity and student mobility], Ruta, Zhytomyr.
4. Dutchak, MV 2008, 'Monitorynh v systemi derzhavnoho upravlinnya sportom dlya vsikh v Ukraini' [Monitoring in the system of state management of sports for all in Ukraine], in Yermakov, S (ed.), *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya ta sportu*, Kharkiv, no. 9, pp. 34-43.
5. Lapikov, VV 2006, *Osnovy logiki teoreticheskoy nauki* [Fundamentals of the Logic of Theoretical Science], Jekonompress, Minsk,
6. Lokshyna, OI (ed.) 2004, *Monitorynh yakosti osvity: svitovi dosyahnennya ta ukrayinski perspektyvy*, [Monitoring the quality of education: world achievements and Ukrainian perspectives] K.I.S., Kyiv.
7. Lozhkin, B 2016, *Natsionalna stratehiya z ozdorovchoyi rukhovoyi aktyvnosti v Ukraini na period do 2025 roku Rukhova aktyvnist - zdorovyy sposib zhyttya - zdorova natsiya* [National Strategy for Motor Rehabilitation in Ukraine up to 2025 "Motor activity - a healthy lifestyle - a healthy nation"], <<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>>.
8. Nikulin, IN 2007, 'Sushhnostnye harakteristiki i podhody k obosnovaniju fenomena fizkulturno-rekreativnaya dejatel'nost' [Essential characteristics and approaches to the substantiation of the phenomenon of "physical culture and recreation"], *Terminy i ponjatija v sfere fizicheskoy kultury*, Sankt- Peterburg, pp. 282-284.
9. Pavlova, N & Zandyk, O 2008, 'Osnovni napryamy ta pryntsypy ozdorovchoyi fizychnoyi kultury' [Main directions and principles of physical fitness, *Fizychno vykhovannya, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi*, vol. 3, pp. 110-113.
10. Smirnov, KM 2015, *Vazhlyvist monitorynhu fizychnoho stanu studentiv na pochatkovomu etapi navchannya z fizychnoho vykhovannya* [The importance of monitoring the physical condition of students at the initial stage of physical education].
11. Stoljarov, VI 2015, *Teorija i metodologija sovremennoho fizicheskogo vospitaniya : sostojanie razrabotki i avtorskaja koncepcija* [Theory and methodology of modern physical education: the state of development and the author's concept], Olimpijskaja literatura, Kiev.
12. Kharkivska, AA 2012, 'Teoretychni ta metodychni zasady upravlinnya innovatsiynym rozvytkom vyshchoho navchalnoho pedahohichnoho zakladu' [Theoretical and methodical principles of management of innovative development of higher educational pedagogical institution], Derzhavnyy zaklad Luhanskyy natsionalnyy universytet imeni Tarasa Shevchenka, Doct.ped.n. thesis, Luhansk.
13. Shyyan, BM, Yedynak, HA & Petryshyn, YuV 2012, *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports], Ruta, Kamyanets-Podilskyy.

Стаття надійшла до редакції 15.03.2017р.