

reconstruction of these relations in each case, every social institution of the society. The article reveals the finding transformations in modern society as well as to establish the need for gender education perspective as a natural process that is associated with the changes leading ideologies regarding «special purpose articles» on their ideas about equality.

The prospects for further research are due to far-reaching changes in the positions of the researchers on gender issues in pedagogy. Thus, gender education, meeting the requirements of a modern democratic society and the development of the law involves a departure from the concept of undoubted «innate sex differences between boys' and girls' education and the idea of innate gender roles», shifting the emphasis on the institutional context and environment context equitable interaction of gender relations.

Key words: *gender, primary school, primary school age, socialization, the stereotypes, the problems and prospects.*

УДК 373.31:053.5

О. А. Ситник

Сумський державний педагогічний
університет імені А. С. Макаренка

ІННОВАЦІЙНІ ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У фізкультурно-оздоровчій практиці використовується широкий спектр оздоровчих технологій, але стан здоров'я продовжує погіршуватись. Учитель фізичної культури може змінити ситуацію на краще, застосовуючи оздоровчі технології як на уроках фізичної культури, так і в позаурочний час. Запропонований комплекс оздоровчого спрямування на основі сучасної програми з фізичної культури вказує шляхи діяльності вчителя, які можуть бути спрямовані на вирішення оздоровчого завдання уроку. У позаурочний час учитель фізичної культури має можливість контролювати фізкультурно-оздоровчий процес через створення власного розділу на сторінці школи.

Ключові слова: *оздоровчі технології, інновації, учитель фізичної культури, програма з фізичної культури, здоровий спосіб життя, Internet.*

Постановка проблеми. Учитель фізичної культури поряд з іншими педагогічними працівниками повинен сприяти формуванню традицій і культури здорового способу життя, престижу здоров'я, залучати учнів до активних занять фізичною культурою.

Професійні функціональні компетентності вчителів фізичної культури в даних літератури розглядаються як інтегративні характеристики особистісних і професійних якостей, що дозволяють реалізовувати загальнопедагогічні (навчальну, виховну, організаційну, розвивальну, планувальну, контрольну, комунікативну, дослідницьку) та специфічні (функцію допомоги та страхівки під час виконання учнями фізичних вправ, здоров'язбережувальну, профілактичну та суддівську) функції [5, 7].

Застосовуючи інформаційно-комунікаційні технології в освіті вчитель суттєво прискорює передачу знань, підвищуючи якість навчання, дає змогу успішніше та швидше адаптуватися до навколишнього середовища, до соціальних змін. Активне й ефективне впровадження цих технологій є важли-

вим чинником створення нової системи освіти, що відповідає вимогам інформаційного суспільства та процесу модернізації традиційної системи освіти [6].

Таким чином, актуальним завданням на сьогодні є пошук шляхів впровадження оздоровчих технологій учителем фізичної культури, використовуючи сучасні засоби комунікації.

Аналіз актуальних досліджень. Нині помітно зросла кількість досліджень, предметом яких стало використання інформаційно-комунікаційних технологій у навчальному процесі. Цій темі в Україні присвячені дослідження таких науковців, як В. Ю. Бикова, Я. В. Булахова, О. М. Бондаренко, В. Ф. Заболотного, Г. О. Козлакова, О. А. Міщенко, О. П. Пінчука, О. В. Шестопал та інших [2]. Серед російських науковців це питання розглядається в роботах В. В. Зайцева, П. К. Петрова, Є. Ю. Розина, І. І. Тихонова, А. І. Федорова [1]. Серед основних тенденцій використання сучасних інформаційних технологій у професійній діяльності спеціалістів із фізичної культури та спорту дослідники виявляють [3, 5]:

- створення й використання програм контролю занять;
- навчальні мультимедійні системи;
- створення та використання баз даних;
- моделювання змагань, тактичних і технічних дій;
- використання інформаційних технологій для обслуговування тренувань і змагань, у рекламній і видавничій діяльності, в організації та проведенні наукових досліджень і моніторингу;
- організація дистанційного навчання.

У сучасних школах, з відповідним оснащенням, інформаційні технології використовуються для оздоровчої фізичної культури. Програми цього напрямку поділяються на діагностичні, діагностико-рекомендуючі та керуючі. Їх використовують для з'ясування функціонального стану досліджуваного, підбору індивідуальних завдань відповідно до стану здоров'я і, за принципом зворотного зв'язку, а за результатами нових тестів пропонуються нові рекомендації.

Процес впровадження інформаційних технологій у навчальний процес у сфері фізичної культури та спорту почався відносно нещодавно й потребує вдосконалення. Тим більше, що у школах досі слабка матеріально-технічна база, вчителі недостатньою обізнані в можливостях застосування комп'ютера, не бачать переваг і перспектив спілкування в соціальних мережах, не розуміють як можна використовувати комп'ютер в оздоровчих цілях. Тому **мета статті** - дослідити інноваційні оздоровчі технології в роботі вчителя фізичної культури.

Виклад основного матеріалу. Вивчення літературних джерел вказує, що у фізкультурно-оздоровчій практиці сучасної школи використовується широкий спектр оздоровчих технологій, але стан здоров'я продовжує погіршуватись. Учитель фізичної культури може змінити ситуацію на

краще, застосовуючи оздоровчі технології як на уроках фізичної культури, так і в позаурочний час.

У новій програмі «Фізична культура. 1–4 класи загальноосвітніх навчальних закладів» колектив авторів під керівництвом Т. Ю. Круцевич 2012 р. виділяє два розділи програмного матеріалу уроку фізичної культури це: теоретико-методична підготовка та способи фізкультурної діяльності. На відміну від попередніх, у цій програмі навчальний матеріал розподілений не за видами спорту, а за «школами», до яких увійшли вправи, об'єднані за способами рухової діяльності.

Використання різноманітних засобів оздоровчої спрямованості в діяльності вчителя фізичної культури збільшить інтерес дітей до занять із фізичної культури, що, у свою чергу, підвищить емоційність уроку та його оздоровчий вплив. Використовуючи сучасну програму з ФК, були запропоновані шляхи діяльності вчителя фізичної культури, які можуть бути спрямовані на вирішення оздоровчого завдання на уроці.

Так, для реалізації першого розділу програми «Теоретико-методична підготовка», вчитель фізичної культури може навчати основам ранкової гігієнічної гімнастики, дихальним вправам, методиці загартування тощо.

Другий розділ програми містить сім напрямів, кожен із яких може мати оздоровче підґрунтя. Так:

- «Школа культури рухів з елементами гімнастики» може реалізовуватися через стретчинг, калланетику, пілатес, звукову гімнастику.
- «Школа пересувань» - через різновиди танцювальних рухів.
- «Школа м'яча» - через вправи з футболу або елементи, що використовуються в художній гімнастиці.
- «Школа стрибків» - через вправи оздоровчої аеробіки й роуп-скіпінгу.
- «Школа активного відпочинку» - через різноманітні вправи психогімнастики, музикотерапію, кольоротерапію.
- «Школа сприяння розвитку фізичних якостей» - через вправи йоги, слайд-аеробіки, фітнесу.
- «Школа постави» - через елементи корекційної гімнастики, хореографії, йоги.

Під час проектування уроку вчитель фізичної культури може використовувати різні програмні продукти:

1. Під час підготовки та проведення уроку **використовувати стандартні програмні продукти** (енциклопедії, навчальні програми тощо).

Так, у процесі вивчення нового матеріалу на уроці фізичної культури, відкриваються широкі можливості для створення та використання складного наочно-демонстраційного супроводу. При повторенні пройденого матеріалу учень самостійно відтворює всі недостатньо засвоєні моменти, які вчитель показував на уроці. Такий підхід розвиває ініціативу та сприяє підвищенню інтересу учнів до фізичної культури та спорту.

2. Під час підготовки та проведення уроків учителеві стає в нагоді **пакет Microsoft Office**, який включає в себе Word, PowerPoint та інші. Так, текстовий редактор Word дозволяє підготувати роздатковий і дидактичний матеріал, а уроки, з використанням PowerPoint видовищні й ефективні тому, що ця програма дозволяє створити мультимедійні презентації. Використання останньої має такі переваги:

- матеріал сприймається полісенсорно, тобто задіюються слухова, зорова, дотикова система чуттів;
- учитель може фіксувати увагу на певних моментах, збільшуючи масштаб об'єкта,
- поєднання аудіо-, відео- та анімаційних ефектів у єдину презентацію сприяє комплексному засвоєнню інформації;
- заняття з презентацією проходять емоційно, породжуючи цікавість до матеріалу, сприяють розвитку зорової уваги та пам'яті.
- дозволяють оптимізувати корекційний педагогічний процес, індивідуалізувати навчання дітей II і III груп здоров'я, які не можуть виконувати вправи основної групи.

3. **Система баз даних** передбачає велику підготовчу роботу під час створення уроку, але в підсумку можна отримати ефективну й універсальну систему навчання та перевірки знань, комплекси вправ оздоровчого спрямування.

Електронні навчальні посібники можуть бути призначені для учнів, батьків і вчителів. Учні з них можуть отримувати інформацію стосовно режимних моментів, історичних аспектів і сучасного розвитку фізичної культури та спорту. На сьогодні з'явилася велика кількість книг про виховання й розвиток дітей, здоровий спосіб життя, комплексні підходи до навчання залежно від вікових особливостей. Усі вони стануть у нагоді батькам і вчителям, тому доречно створити за ними електронну базу даних, підсилюючи її короткими анотаціями.

Використовуючи вище названі програмні продукти вчитель дозволить учням по-новому поглянути на світ фізичної культури і спорту та змінити своє ставлення до власного фізичного розвитку та здоров'я. Тобто, порівняно зі стандартними програмами й підходами, використання комп'ютерних технологій має деякі переваги, а саме:

- індивідуальний підхід до навчання;
- сприяння самостійній роботі учня;
- збільшення ефективності навчання - можливість за короткий термін засвоїти більше інформації;
- отримання новітньої інформації під час використання Internet;
- підвищення мотивації та пізнавальної активності;

- можливість вести документацію, включаючи оцінювання, плани фізкультурно-оздоровчих заходів і щоденники фізичного розвитку й фізичної підготовленості учня.

У позаурочний час сучасний учитель фізичної культури має можливість контролювати фізкультурно-оздоровчий процес через створення власного розділу на сторінці школи. Там він може розміщувати інформацію про фізкультурно-спортивні заходи здоров'яспрямовуючого характеру, про нові книги, фільми, відео з фрагментами спортивних і фізкультурних репортажів і агітації здорового способу життя, спілкуватися з батьками школярів. Батьки можуть задавати питання з приводу навчального процесу, отримати поради з приводу режиму дня, правильності харчування, різних комплексів вправ для себе та своєї дитини.

Отримання новітньої інформації під час використання Internet дозволяє розширити вчителів свій потенціал. Так, беручи участь у сучасних електронних конференціях на актуальні теми, можна отримати інформацію від новаторських шкіл, налагодити контакти з головними спеціалістами галузі в нашій державі й поза її межами, тому що на сьогодні недостатньо друкованої літератури, або вона застаріла та не може бути застосована в сучасних реаліях.

Висновки. Реалізовувати оздоровчі технології необхідно з участю всіх суб'єктів педагогічного процесу – учнів, батьків, педагогів. Вагомий внесок припадає на вчителя фізичної культури, тому що оздоровча фізична культура є частиною загальної фізичної культури; її основна мета - зміцнення здоров'я, підтримка високої працездатності, відновлення порушених функцій. Запропонований комплекс оздоровчого спрямування на основі сучасної програми з фізичної культури вказує шляхи діяльності вчителя, які можуть бути спрямовані на вирішення оздоровчого завдання уроку. Також ураховуються важелі впливу через мережу Інтернет з активною участю батьків і учнів.

У перспективі подальших наукових досліджень планується розширити рекомендації щодо створення електронної бази даних для учнів і їх батьків здоров'яспрямовуючого характеру.

ЛІТЕРАТУРА

1. Инновационные компьютерные и информационные технологии в спортивной отрасли : информационно-методическое пособие. – М. : Центр инновационных спортивных технологий москомспорта, 2014. – 118 с.
2. Комп'ютерні технології в освіті : навчальний посібник / Ю. С. Жарких, С. В. Лисоченко, Б. Б. Сусь, О. В. Третьак. – К. : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2012. – 239 с.
3. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / П. К. Петров. - 3-е изд. - М. : Издательский центр «Академия», 2013. - 288 с.
4. Самсутіна Н. М. Застосування інформаційно-комунікативних технологій у процесі формування професійних функціональних компетентностей майбутніх вчителів

фізичної культури [Електронний ресурс] / Н. М. Самсутіна // Наукові записки. Бердянський державний педагогічний університет. – С. 206–210. – Режим доступу :

<http://www.bdpu.org/sites/bdpu.org/files/konferencii/ped-nau/n1/ukr/31.pdf>.

5. Ставицька І. В. Інформаційно-комунікаційні технології в освіті : тези доповідей на науково-практичній он-лайн-конференції «Новітні освітні технології» [Електронний ресурс] / І. В. Ставицька. – Режим доступу :

<http://confesp.fl.kpi.ua/node/1103>.

6. Стратегія реформування освіти в Україні : Рекомендації з освітньої політики. – К. : «К.І.С.», 2003. – 296 с.

РЕЗЮМЕ

Сытник О. А. Инновационные оздоровительные технологии в деятельности учителя физической культуры.

В физкультурно-оздоровительной практике используется широкий спектр оздоровительных технологий, но состояние здоровья продолжает ухудшаться. Учитель физической культуры может изменить ситуацию, применяя оздоровительные технологии как уроках физической культуры и во внеурочное время. Предложенный комплекс оздоровительного направления на основе современной программы по физической культуре указывает пути деятельности учителя, которые могут быть направлены на решения оздоровительной задачи урока. Во внеурочное время учитель физической культуры может контролировать физкультурно-оздоровительный процесс через создание собственного раздела на странице школы.

Ключевые слова: оздоровительные технологии, инновации, учитель физической культуры, программа по физической культуре, здоровый образ жизни, Internet.

SUMMARY

Sytynk O. Innovative Health Technologies in the Activity of a Physical Education Teacher.

The aim of the article is to investigate the innovative health technologies in the activity of a Physical Education (PE) teacher.

The study of literature indicates the usage of a wide range of health technologies in sport and health promotion practice in modern school. Nonetheless the children's health status deteriorates daily. A teacher of PE can make a difference by using health technologies not only as a part of PE classes but out-of-school activity. During PE classes we offer to combine innovative health technologies with the implementation of the program «Physical Education. 1-4 forms of contemporary school». This program includes two sections. Disclosing the content of the first section «Theoretical and Methodological Training» a PE trainer may teach the pupils the basics of hygienic morning exercises, breathing exercises, and tempering methods using cartoons, movies and animations.

The second section of the program includes seven areas, each of which can have a health promotion background. «School of motion culture with the elements of gymnastics» can be realized through stretching, Callanetics, Pilates, and sound exercises. «School of movement» can be carried out by varieties of dancing movements and «School of ball» by football exercises or by the elements of calisthenics. «School of jumps» is implemented through the exercises of health-improving aerobics and rope-skipping, and «School of active rest» – through diverse exercises of psychogymnastics, music and color therapy. «School of physical qualities promotion» can be realized through yoga, slide aerobics, and fitness as well as «School of posture» can be carried out by the elements of remedial gymnastics, yoga, and choreography.

A modern PE teacher can control sport and health promotion process in extracurricular time creating his own section on school web page thereby communicating with parents and placing information about sport and health promotion events.

So, a teacher of PE can significantly contribute to pupils' health formation and promotion. In the perspective of further scientific investigations we plan to broaden the recommendations as for the e-database creation in health promotion sector for pupils and their parents.

Key words: *health technologies, innovations, a Physical Education (PE) teacher, Physical Education curriculum, a healthy lifestyle, an Internet.*