

## ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРИНЦИПИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ

### ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL PRINCIPLES OF FORMATION OF THE HEALTH CULTURE OF FUTURE FITNESS COACHES

Статтю присвячено організаційно-педагогічним принципам формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів закладів вищої освіти. Зазначено, що факт погіршення здоров'я студентської молоді активізував пошук дієвіших методів оздоровлення та, відповідно, питання формування в майбутніх фахівців культури здоров'я як активного чинника його зміцнення та збереження протягом життя.

У статті окреслено гостру потребу підготовки здорової, високоосвіченої, компетентної, культурної та фізично підготовленої особистості студентів до професійної діяльності, яка б відповідально ставилася як до власного здоров'я, так і до результатів свого навчання та майбутньої професійної діяльності.

З'ясовано, що останнім часом роль фізичного виховання як навчальної дисципліни потребує модернізації освітнього процесу відповідно до сучасних вимог сьогодення. Визначено, що програми з фізичного виховання майбутніх фітнес-тренерів мають теоретичні, методичні й практичні невідповідності сучасним вимогам модернізації системи вищої освіти. Виявлено існування наявних суперечностей між високим рівнем наукових досліджень із питань використання сучасних педагогічних фізкультурно-оздоровчих технологій і застарілими принципами й підходами до розв'язання освітніх завдань із метою оздоровлення сучасної молоді.

Установлено відсутність організаційно-педагогічних принципів формування саме культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів. Розкрито сутність загальнодидактичних принципів (принцип науковості й доступності; принцип системності й наступності; принцип свідомості; принцип безперервності; принцип гуманізації; принцип індивідуалізації; принцип культуровідповідності) й специфічних принципів (принцип адаптивності; принцип інтегративності; принцип холистичності; принцип полікультурності; принцип комунікативності) формування культури здоров'я студентів. Розглянуто основні педагогічні підходи щодо формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів (особистісно зорієнтований; компетентісний; системний; культурологічний; акмеологічний; праксеологічний та аксіологічний), які стали засадничими під час

формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів.

**Ключові слова:** професійна освіта, різнопрофільні заклади вищої освіти, культура здоров'я, організаційно-педагогічні принципи, майбутні фітнес-тренери.

The article is devoted to the organizational and pedagogical principles of forming the health culture of future fitness trainers of higher education institutions. It is noted that the fact of deteriorating health of student youth has intensified the search for more effective methods of recovery and, accordingly, the formation of future health culture as an effective factor in strengthening and maintaining it throughout life.

The article outlines the urgent need to prepare a healthy, highly educated, competent, cultured and physically prepared student personality for professional activities, which would be responsible for their own health, as well as for the results of their studies and future professional activities. It was found that recently the role of physical education as a discipline requires the modernization of the educational process in accordance with modern requirements of today. It is determined that the programs of physical education of future fitness trainers have theoretical, methodological and practical inconsistencies with modern requirements for the modernization of higher education. The existence of existing contradictions between the high level of scientific research on the use of modern pedagogical sports and health technologies and outdated principles and approaches to solving educational problems in order to improve the health of modern youth.

There is a lack of organizational and pedagogical principles for the formation of a culture of health of future fitness trainers.

The essence of general didactic principles (principle of scientificity and accessibility; principle of system and continuity; principle of consciousness; principle of continuity; principle of the main pedagogical approaches to the formation of the culture of health of future fitness trainers (personality-oriented; competence; system; culturalological; acmeological; praxeological and axiological), which became fundamental in the formation of the health culture of future students, are considered.

**Key words:** professional education, various institutions of higher education, health culture, organizational and pedagogical principles, future fitness trainers.

УДК [378.172/796.011]-057.875  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2021/35.26>

**Соїна І.Ю.**,  
канд. філол. наук,  
доцент кафедри української та іноземних мов  
Харківської державної академії  
фізичної культури

**Петрусенко Н.Ю.**,  
доцент кафедри української та іноземних мов  
Харківської державної академії  
фізичної культури

**Максимова К.В.**,  
старший викладач кафедри української та іноземних мов  
Харківської державної академії  
фізичної культури

**Постановка проблеми в загальному вигляді.** Останнім часом майже в усіх країнах світу можна спостерігати стрімке погіршення стану здоров'я населення, особливо сучасної студентської молоді. Це пов'язано з погіршенням різних умов життя, зокрема економічних, політичних, соціокультурних, що спричинило реальну загрозу збереження та відтворення людського потенціалу як важливого фактору національної безпеки кожної держави [2].

Водночас постала необхідність впровадження новітніх інноваційних підходів до освітньої діяльності студентів в системі вищої професійної освіти, а саме впровадження феномену фітнес-культури як ефективного засобу формування належного стану здоров'я та культури здоров'я студентів, що ґрунтується на культурно-оздоровчих принципах, які спрямовані на формування в студентській молоді основ і культури здоров'я, а також цінностей, потреб, знань, умінь і навичок щодо збере-

ження та зміцнення здоров'я оздоровчими засобами фітнес-технологій.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Останнім часом спостерігається стрімке погіршення стану здоров'я населення України, зокрема студентської молоді, у зв'язку зі значними недоліками в системі охорони здоров'я, соціальною та економічною кризою, різким падінням рівня та якості життя на тлі поганої екологічної та політичної ситуації в країні в цілому [6]. Серед головних причин погіршення стану здоров'я сучасної молоді окремі науковці (С. Гаркуша, В. Жамардїй, Т. Жлобо, Є. Захарїна, Г. Іванова) вбачають неефективність сучасної організації фізичного виховання в різних закладах вищої освіти (далі – ЗВО) України [5].

Деякі вчені (Ю. Бойчук, Д. Воронїн, Г. Грибан, Г. Карпенко, М. Носко) стверджують про те, що головною причиною погіршення всіх компонентів здоров'я студентів є відсутність сформованого поняття «культури здоров'я» як провідного чинника його зміцнення та збереження протягом життя [7]. У зв'язку із цим на сучасному етапі розвитку нашої держави першочерговим завданням є зміцнення здоров'я студентської молоді шляхом формування їх культури здоров'я (Ю. Мельник, В. Горащук, І. Сорокіна, Г. Капранова, Е. Блашко, Л. Вовк; Н. Грибок, Ю. Усачов, С. Іванчикова [5]).

**Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.** У процесі навчання у ЗВО студент поступово набуває досвіду професійної діяльності. Успішність цього процесу визначається результатами цілеспрямованої діяльності з вибору професії. У системі вищої професійної освіти під час реалізації стратегії гармонійного розвитку студентів пріоритет надається фізичному розвитку й здоров'ю, яке натепер має низький показник серед інших країн [3].

Відомо, що чинна програма з фізичного виховання студентів має теоретичні, методичні й практичні невідповідності сучасним вимогам модернізації системи вищої освіти, а саме існують суперечності між високим рівнем наукових досліджень у галузі розробки, використання сучасних педагогічних фізкультурно-оздоровчих технологій і застарілими принципами й підходами до розв'язання освітніх завдань. Освітній компонент змісту дисципліни не відповідає дійсності, оскільки відсутні дієві організаційно-педагогічні принципи формування культури здоров'я студентів.

Таким чином, наукове обґрунтування організаційно-педагогічних принципів формування культури здоров'я студентів у процесі вищої професійної освіти становить важливість, актуальність і проблематику наукового дослідження.

**Метою статті** є викладення організаційно-педагогічних принципів формування культури здоров'я як головного механізму формування культури здоров'я студентів.

**Виклад основного матеріалу.** Нині система вищої освіти України знаходиться на етапі фундаментальних змін, які характеризуються новим розумінням принципів і методів навчання, усвідомленням необхідності модернізації багатьох навчальних дисциплін, зокрема фізичного виховання, новими сучасними методами й прийомами ефективної освітньої та оздоровчої діяльності майбутніх фітнес-тренерів із метою створення якісної вищої освіти й формування здорового молодого покоління освіченого загалу й високої культури, а саме культури здоров'я.

Крім того, поява високих освітніх вимог до рівня знань та якості вищої освіти призвела до значних розумових навантажень і високої відповідальності під час освітнього процесу студентів, що стало однією з головних причин погіршення стану здоров'я, зниження рівня адаптаційних можливостей і рухової активності, втратою ціннісних орієнтацій сучасною молоддю на здоровий спосіб життя [3].

Державна програма «Освіта» («Україна XXI століття») [4] серед головних стратегічних завдань щодо створення національної освіти визначила першочерговим досягнення якісно нового рівня змісту освіти, для реалізації якого необхідне впровадження принципово нових підходів до змісту освітніх знань щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді.

У зв'язку із цим перед педагогічною наукою особливо гостро постала проблема підготовки здорових, високоосвічених, компетентних, культурних і фізично підготовлених студентів до професійної діяльності, які б відповідально ставилися до власного здоров'я, результатів свого навчання та майбутньої професійної діяльності [6].

Основними науковими принципами формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів слугували загальнодидактичні й специфічні принципи [2]. Загальнодидактичні принципи містять: принцип гуманізації; принцип індивідуалізації; принцип культуровідповідності, принцип науковості й доступності; принцип системності й наступності; принцип свідомості; принцип безперервності. Кожний із принципів має особливе значення під час формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів.

Згідно з принципом науковості в майбутніх фітнес-тренерів повинні формуватися конкретні наукові знання з культури здоров'я. Він реалізується в змісті освітнього процесу, зокрема в його навчальному матеріалі, який зафіксовано в навчальних програмах і навчальних підручниках [1].

Згідно з принципом доступності формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів полягає в доборі таких методів і засобів навчання, які відповідають рівню розумового, морального й фізичного розвитку майбутніх фахівців фітнес-галузі. Так, навчальний матеріал повинен містити таку

освітню складову частину, яка б спонукала студентів до напруження пізнавальних зусиль із метою подальшого розвитку знань із культури здоров'я.

Відповідно до стрімкого збільшення обсягу наукових знань і появи новітніх фітнес-технологій, які надають нові можливості для всебічного розвитку майбутніх фітнес-тренерів, виступає такий принцип – принцип безперервності. Він як провідний принцип оновлення освіти полягає в засвоєнні студентами знань із культури здоров'я, які вони будуть використовувати систематично впродовж життя, що й формує наступний елемент моделі формування культури здоров'я студентів.

Згідно з принципом системності й наступності виклад основних тем і модулів повинен містити логічні зв'язки між засвоєнням знань студентами навчального матеріалу в послідовності від нижчого до вищого ступеня викладання, між формами й методами навчанням і подальшими формами й методами контролю або самоконтролю знань майбутніх фітнес-тренерів.

Принцип гуманізації передбачає ставлення до студентів як до найвищої цінності. У його основі лежить переконання в безмежних можливостях кожної особистості студента та її здатності до вдосконалення власного здоров'я. Цей принцип повністю охоплює зміст освіти, способи її здобування, кінцеву мету, яка й розкриває всебічний потенціал кожного студента з його індивідуальними здібностями щодо збереження та зміцнення свого здоров'я, а врешті – формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів.

Принцип індивідуалізації полягає в організації освітнього процесу таким чином, що під час добору методів, форм, прийомів, способів і темпів навчання враховуються індивідуальні особливості кожного студента, рівень розвитку їх вікових, фізичних, розумових, психічних здібностей, а також їх уподобань і побажань.

Принцип культуровідповідності передбачає міцний і нерозривний зв'язок фізичного виховання з культурними надбаннями людства, зокрема зі знаннями про особливості розвитку й становлення загальної культури людства й культури здоров'я.

Щодо специфічних принципів, то до них було віднесено: принцип адаптивності; принцип інтегративності; принцип холістичності; принцип полікультурності; принцип комунікативності. Принцип адаптивності полягає в здатності пристосування майбутніх фітнес-тренерів до різних умов навчання з боку функціональної, структурної та поведінкової позиції, а також до змін освітнього процесу.

Принцип інтегративності передбачає єдність освітнього, культурного, фізичного, родинного й суспільного виховання як єдиного цілого, що формує майбутнього фітнес-тренера як цілісну систему. Цей принцип забезпечує доцільне об'єднання та синтез компонентів змісту

навчання за розробленою вибірковою навчальною дисципліною, яка має міжпредметний характер і містить цілісну систему узагальнених знань, способів і видів діяльності з культури здоров'я та наявних фітнес-технологій. Принцип холістичності спирається на цілісність сприйняття студентом інформації через поєднання фізичного, психічного, соціального й духовного засвоєння знань впродовж навчання.

Принцип полікультурності розглядається як синтез освітнього, культурного, фізичного, лінгвістичного й соціального компонентів, що мають свій механізм втілення, серед яких освітній компонент набуває особливо важливого значення в освітньому процесі, оскільки саме в процесі навчання формується культура здоров'я майбутніх фітнес-тренерів.

Принцип комунікативності розглядається як аксіологічна основа розвитку особистості й методологічна основа освіти, тобто суттю цього підходу є розгляд освітніх явищ у контексті освітньо-педагогічної комунікації. Цей принцип є системоформувальним та об'єднуювальним фактором, який полягає в мовленнєвому спрямуванні освітнього процесу формування культури здоров'я студентів, спрямованого на розв'язання відповідних освітньо-педагогічних і валеологічних завдань.

Усі вищезазначені принципи спирались на такі педагогічні підходи [2]: особистісно-зорієнтований; компетентісний; системний; культурологічний; акмеологічний; праксеологічний та аксіологічний. Так, особистісно-зорієнтований підхід передбачає співпрацю викладача зі студентом, необхідною умовою для цілісного розвитку якого є створення певного освітнього простору, який дає можливість самореалізації кожному студенту завдяки створенню позитивної атмосфери й психологічного клімату під час формування культури здоров'я студентів. Компетентісний підхід спрямований на досягнення інтегральних результатів у навчанні, а саме опанування загальними, спеціальними, професійними й фаховими компетенціями майбутніх фітнес-тренерів.

Системний підхід полягає в сукупності відношень і зав'язків між ними, які розглядаються як модель, за якою саме й будується система формування культури здоров'я студентів за певним системним принципом, оскільки культура здоров'я розглядається як складна система, яка має свої особливості формування.

Культурологічний підхід спирається на вивчення внутрішнього світу майбутнього фітнес-тренера в контексті його культурного існування та культурної реальності, в якій він зростає, соціалізується та формується як особистість. Акмеологічний підхід передбачає досягнення студентами найвищих вершин у життєдіяльності й самореалізації творчого потенціалу, який складає основу

загальнолюдських потенційних можливостей і зорієнтований на «акме» – вдосконалення на всіх етапах життєдіяльності.

Праксеологічний підхід ґрунтується на філософській концепції діяльності майбутніх фітнес-тренерів в освітньому процесі в аспекті її ефективності відповідно до професійної діяльності. Через практичні дії студентів під час навчання реалізується праксеологічний підхід. Аксиологічний підхід визначає студента не лише як найвищу цінність суспільства, але й дозволяє вивчати явища з боку закладених у них можливостей щодо збереження здоров'я.

**Висновки.** Таким чином, сформовані організаційно-педагогічні принципи формування культури здоров'я майбутніх фітнес-тренерів є важливою умовою формування культури здоров'я студентів в умовах здобуття вищої професійної освіти.

Перспективами подальшої роботи є удосконалення освітнього процесу майбутніх фітнес-тренерів з урахуванням організаційно-педагогічних принципів і прийомів освітньої діяльності.

#### БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Білокур В.Є. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах освіти : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 ; Рівненський держ. гуманітарний ун-т. Рівне, 2002. 18 с.

2. Беспалько В.П. Педагогика и прогрессивные технологии обучения. Москва : Изд-во

ин-та профтехобразования Минобразования России, 1995. 280 с.

3. Грибан Г.П. Управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю студентів в умовах трансформації України в європейський освітній простір. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2019. № 8. С. 336–341.

4. Про державну національну програму «Освіта» («Україна XXI століття») : Постанова Кабінету Міністрів України від 03 листопада 1993 р. № 896 / Кабінет Міністрів України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/896-93-%D0%BF#Text>.

5. Максимова К.В., Мулик К.В. Соціокультурні передумови застосування засобів оздоровчого фітнесу в системі вищих навчальних закладів України. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. Випуск 147. Том I. Чернігів, 2017. С. 151–154.

6. Максимова К.В. Необхідність формування фітнес-культурної компетентності студентів вищої школи в процесі фізичного виховання. *Сучасні проблеми та перспективи розвитку психології і педагогіки* : мат. міжн. наук. конф., м. Київ, 1–2 грудня 2017 р. Київ, 2017. С. 101–104.

7. Максимова К.В. Нормативно-правові засади формування фітнес-культури студентів в системі вищої освіти України. *Актуальні питання гуманітарних наук. Міжвузівський збірник праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. 2018. Том 1. № 19. С. 181–185.