

УДК 796.071:612:373.3/5

Баштовенко О.А.¹

¹ д-р філ., доц., Ізмаїльський державний гуманітарний університет

ВАЖЛИВІСТЬ АНАТОМІЧНИХ І ФІЗІОЛОГІЧНИХ ЗНАНЬ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО НАВЧАННЯ НА УРОКАХ

Розглядаючи питання значення анатомічних і фізіологічних знань у системі підготовки майбутніх учителів фізичної культури, можемо визначити, що основні напрями використання цих знань у навчальному процесі, педагогічній практиці та професійній діяльності є основою для створення безпечного, ефективного й здоров'язбережувального навчального процесу. Дослідження доводять необхідність міждисциплінарної інтеграції анатомії, фізіології та педагогіки рухової діяльності, яка є основою професійної компетентності педагога, що опікується руховою активністю, здоров'ям і розвитком дітей [1].

Анатомічні знання забезпечують розуміння морфологічних основ руху – будови кісткової системи, суглобів, м'язів, зв'язок між формою і функцією. Такі знання є необхідними при складанні комплексів вправ, оцінюванні техніки рухів, формуванні правильної постави та профілактиці травм [2]. Особливо важливою є анатомічна підготовка при роботі з учнями з особливими освітніми потребами або з порушеннями опорно-рухового апарату, де потрібна індивідуалізація вправ і чітке розуміння можливостей тіла [3], що і вирішує адаптивне фізичне виховання. Фізіологія вивчає процеси, які відбуваються в організмі під час фізичних навантажень: роботу серця, легенів, нервової системи, обмін речовин і механізми відновлення. Для педагога це є основою дозування навантажень, планування тренувань, розуміння реакцій організму на стрес і втому [4]. Компетентний учитель забезпечує ефективне та безпечне проведення занять, враховуючи вік, стать, рівень підготовленості школярів і стан їхнього здоров'я.

У сфері адаптивного фізичного виховання фізіологічні знання необхідні для оцінювання функціонального стану організму і можливостей виконання фізичних вправ без шкоди для здоров'я, надає змогу добирати індивідуалізації навантаження, контролювати межі працездатності. Знання анатомії та фізіології допомагають майбутнім учителям комплексно підходити до здійснення професійної діяльності та правильно визначати

рівень фізичної підготовленості учнів за результатами тестів і спостережень, здійснювати профілактику травматизму на уроках, адаптувати навчальні програми до можливостей дітей із різним рівнем розвитку, з урахуванням біоритмів, стану серцево-судинної та дихальної систем [3].

Лише інтегроване навчання: поєднання анатомічних, фізіологічних й педагогічних дисциплін, формує справжню компетентність майбутніх учителів фізичної культури [4]. Сучасні моделі підготовки фахівців передбачають використання 3D-анатомічних моделей, цифрових лабораторій, візуалізацій біомеханіки руху, що підвищує якість засвоєння матеріалу [5]. Останні роки спостерігається тенденція до практикоорієнтованого вивчення анатомії та фізіології. Використання інтерактивних технологій, кейс-методів і моделювання реальних педагогічних ситуацій дозволяє майбутнім учителям застосовувати знання для вирішення конкретних завдань уроку сприяє розвитку критичного мислення та здатності до самостійного прийняття рішень у професійній діяльності [5].

Анатомічні й фізіологічні знання – це не допоміжна, а базова складова професійної компетентності вчителя фізичної культури, можливість забезпечити наукову обґрунтованість педагогічних дій, сприяють збереженню здоров'я учнів і формуванню культури рухової активності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Круцевич Т.Ю., Пангелова Н.С., Кривчикова О.Д. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 т. / за ред. Т.Ю. Круцевич. – 2-ге вид. Київ : Олімпійська література, 2017. Т. 1. 390 с.

2. Іващенко О.В., Худолій О.М. Моделювання процесу навчання і розвитку рухових здібностей у дітей шкільного віку. Теорія та методика фізичного виховання. 2019. № 3. С. 11–19.

Логвиненко О. Б. Формування ціннісних орієнтацій учнівської молоді засобами фізичної культури в діяльності закладу загальної середньої освіти. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. 6К (135). С. 136-139.

3. Шиян Б.М., Петришин Ю.В. Педагогічні основи підготовки майбутніх учителів фізичної культури до формування здоров'язбережувальної компетентності учнів. Молодь і ринок. 2021. № 7(198). С. 112–118.

4. Бондар А., Петренко І., Томенко О. Сучасні тенденції управління фізичною культурою і спортом в Україні. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2021. № 6(86). С. 57-63. doi:10.15391/snsv.2021-6.009