

Д. М. Солопчук

*кандидат педагогічних наук, доцент, Кам'янець-Подільський
національний університет імені Івана Огієнка*

С. І. Жевага

*кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник, Лабораторія
фізичного розвитку Інституту проблем виховання АПН України (м. Київ)*

В. М. Малюгін

вчитель фізичної культури, Обухівська ЗОШ І-ІІІ ступеня, Київська область

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ЗМІЦНЕННЯ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У даній роботі зроблена спроба аналізу концептуальних підходів до змісту та програмно-методичного забезпечення процесу зміцнення і збереження здоров'я школярів та ефективної реалізації їх в умовах загальноосвітніх навчальних закладів.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, проект «СпАрт», спорт, валеологічна освіта.

Вступ. Критичний аналіз досвіду оздоровчої роботи, яка діє в системі освіти сьогодні (профілактика захворювань, нещасних випадків, шкідливих звичок, психо-невротичних розладів, статевої і фізичне виховання тощо) показав, що вона є малоєфективною і побудована без урахування принципів зміцнення та збереження здоров'я, формування здорового способу життя. Зазвичай увага вчителя спрямована на проведення просвітницької роботи з профілактики тютюнокуріння, алкоголізму, наркотизації, відхилення статевої поведінки. Розробляються рекомендації з дотримання гігієнічних вимог до організації та побудови навчання з урахуванням психофізіологічних особливостей школярів та впроваджуються реабілітаційні компоненти в режим дня, побудовані на профілактичній основі, зберігається також нормативний підхід у фізичному вихованні, що в кінцевому результаті викликає відчуження від занять фізичними вправами. В той же час практично нерозв'язаними залишаються найбільш актуальні для молодого покоління завдання щодо формування здорового способу життя.

Причини цього явища різні. Головна, з них полягає у недооцінюванні значення фізичного виховання в процесі формування фізичного і духовного розвитку особистості на всіх рівнях планування і здійснення цієї роботи. Виникла суперечність між об'єктивною необхідністю розвитку фізичної культури та суб'єктивною недооцінкою її ролі у житті людини і суспільства.

Виправдання низької активності дітей заняттями фізичною культурою і спортом об'єктивними умовами (слабкою матеріально-технічною базою і відсутністю інвентарю) не підтверджується. Як показують дослідження, вирішальна роль належить суб'єктивним факторам. Багато дітей і молоді байдуже ставиться до свого здоров'я і тіла, розраховуючи на благодійність суспільства, ефективність лікування захворювань, що виникають внаслідок недотримання вимог здорового способу життя. Така поведінка пояснюється шкідливою установкою на всюдозволеність, байдужість та некритичне і невимогливе ставлення до самого себе. Школа головним чином зорієнтована тільки на вивчення програмних дис-

циплін і не виховує у школярів здорового способу життя, вимогливого ставлення до себе, свого тіла. Не ведеться систематична робота з формування звичок здорового способу життя дітей і підлітків, їхніх батьків, самих вчителів, не використовуються можливості фізичної культури і спорту у зміцненні здоров'я.

Метою дослідження є аналіз сучасних концептуальних підходів зміцнення та збереження здоров'я школярів у процесі фізичного виховання.

Методи дослідження. Для досягнення мети були використані наступні методи дослідження: аналіз актуальної літератури з проблем зміцнення та збереження здоров'я школярів, аналіз мережі Інтернет.

Результати дослідження. В нашому дослідженні виділені актуальні теоретичні напрями та їх впровадження у процес фізичного виховання в школі. Заслужують на увагу розроблені й реалізовані цікаві й перспективні програми гуманізації фізичного виховання молоді (Ю. Лебедева, О. Самусенкова, В. Столярова, Л. Філіпова, М. Шауліна та ін.). На основі наукових даних про стан здоров'я школярів створені варіанти навчальних програм, належно спланований навчальний процес з фізичного виховання, використані різноманітні шляхи підвищення його ефективності [3; 13; 22; 23]. Успіх у формуванні позитивного ставлення школярів до певних видів занять фізичною культурою великою мірою залежить від організації впливу соціального середовища на виховання [17].

Аналіз теорії і практики розвитку фізичної культури школярів зумовив обґрунтування ряду концептуальних підходів до змісту та програмно-методичного забезпечення процесу формування фізичної культури особистості, апробованих за останнє десятиріччя форм його ефективної реалізації в умовах загальноосвітньої школи. Вчені класифікують їх так: комплексний (В. Лях, Л. Кофман, Г. Мейксон, 1992); базово-варіативний (В. Лях, Г. Мейксон, 1993); освітній (В. Рябінцев, 1990); диференційований (І. Сулейманов, С. Короткова, 1993); спортивно-видовий (В. Пономарьов, 1993); тренувальний (С. Литвинов, М. Віленський, Б. Туркунов, 1996); регіональний (Ш. Ханкельдієв, 1991); спортизований (В. Бальсевич, 2000).

Така кількість підходів дає позитивні зміни у навчально-виховному процесі фізичного виховання школярів, проте не вирішує актуальних проблем виховання підлітків.

Статистичні дані свідчать: щоденно фізичною культурою займаються тільки 10% населення України. Крім цього, ще 10% мають випадкові та епізодичні відповідні заняття [18]. Факти вказують на те, що спостерігається тенденція фізичної інертності підростаючого покоління. Молодші підлітки початку ХХІ століття з м'язової сили і витривалості на 10-18% поступаються своїм ровесникам 60-х років. Акселерація підмінюється деселерацією, відставанням психофізичного розвитку організму від паспортного віку [7; 8; 10; 12; 15]. Великою проблемою для здоров'я підлітків стало тютюнопаління, вживання спиртних напоїв, наркотиків. Ці фактори, як правило, посилюють потребу в формуванні здорового способу життя [1; 2; 9; 11; 16; 22].

Особливої уваги заслуговують сучасні концепції фізичного виховання дітей і молоді, у яких акцентується питання здорового способу життя та фізичної підготовленості школярів, нові фізкультурно-спортивні, оздоровчі форми роботи з учнями, як в урочній, так і в позакласній та позашкільній діяльності. За змістом діяльності їх класифікують так: концепція олімпійської освіти; спартианський рух; валеологічна освіта та спортизація фізичного виховання.

Концепція олімпійської освіти передбачає залучення дітей до ідеалів олімпізму, які зорієнтовані на вселюдських та духовних цінностях, пов'язаних зі спортом. Як основні засоби тут використовуються різні форми інформаційної діяльності з роз'яснення і пропаганди ідей олімпізму та здорового способу життя [19].

Концепція гуманістичного проекту «СпАрт» (SpArt) побудована на ідеях спортивно-гуманістичного виховання школярів. Назва – «СпАрт» походить від трьох англійських слів: «Spirituality» – духовність, «Sport» – спорт та «Art» – мистецтво, пов'язана з головною ідеєю проекту – підвищенням духовно-моральної та естетичної цінності сучасного спорту, його гуманізації й інтеграції з мистецтвом [20]. В основу цієї концепції закладено положення про те, що тільки шляхом просвітницької роботи, за допомогою гасел і закликів неможливо вирішити проблему залучення підростаючого покоління до систематичних занять фізичною культурою. Концепція руху «Спарт» полягає у використанні нової, більш гуманної моделі спорту, яка відрізняється від інших моделей, у тому числі олімпійської, програмою змагань і складом учасників, системою визначення переможців [20].

Спартіанська концепція базується на основі інтегрованого підходу до організації спортивної роботи. На перше місце ставляться інтереси і потреби особистості та людські взаємовідносини. Мета концепції – забезпечити цілісний позитивний вплив спортивної та творчої діяльності в інтеграції з іншими видами діяльності особистості. Елементом спартіанської системи культурно-спортивної роботи є спартіанські клуби, школи, ігротеки, літні оздоровчі табори. Вони створюються на базі загальноосвітніх або спеціалізованих шкіл, палаців творчості дітей та молоді і об'єднують на добровільних засадах людей різного віку, інтересів, фізичної підготовки. Основний напрям їхньої діяльності – здоровий спосіб життя, активний відпочинок, спілкування, розвиток здібностей у різних галузях творчої діяльності (ігри, змагання, конкурси) [21].

Концепція спортизованого фізичного виховання (В. Бальсевич, Н. Булгакова, В. Булкін, М. Віленський, С. Неверкович, В. Філін та ін.) виходить з сучасної парадигми пріоритету людини як вищої цінності і різняться від раніше розроблених теорій метою, завданнями та змістом навчального процесу. Метою виховання підростаючого покоління є розвиток основ фізичної і духовної культури особистості, використання потенціалу здоров'я як системи цінностей, що активно реалізуються у здоровому способі життя.

Мета виховання визначає його основні **завдання**, які полягають у:

- 1) формуванні в учнів свідомої потреби засвоєння цінностей здоров'я, фізичної культури і спорту;
- 2) фізичному удосконаленні і зміцненні здоров'я як умови підвищення рівня особистої культури людини;
- 3) індивідуальному розвитку фізичного потенціалу кожної дитини, підлітка, юнака і дівчини. Індивідуальний розвиток забезпечує досягнення необхідного і достатнього рівня рухових здібностей, системи рухових умінь і навичок;
- 4) загальній фізкультурній освіті учнів, спрямованій на засвоєння ними інтелектуальних, технологічних, моральних, етичних і естетичних цінностей фізичної культури;
- 5) валеологічній освіті учнівської молоді як важливому факторі формування здорового способу життя;
- 6) актуалізації знань, формуванні навичок проведення самостійних занять і вміння залучати до них інших [3; 5; 6].

У розробленій В. Бальсевичем концепції спортизованого фізичного виховання у загальноосвітній школі передбачається можливість забезпечення необхідним і достатнім обсягом організованої рухової активності учнів, що гарантує засвоєння ними життєво важливих цінностей фізичної культури, зміцнення здоров'я, формування навичок здорового способу життя [3; 4].

Вчений зазначає, що практика проведення уроків, яка сформувалася у рамках шкільного розкладу суперечить гігієнічним нормам, не відповідає індивідуальним, віковим, морфофункціональним і психологічним особливостям учнів, не дозволяє використовувати сучасні прогресивні технології цілеспрямованого удосконалення основних рухових здібностей, духовно-моральних характеристик особистості дитини і підлітка на основі засобів спортивної підготовки. У даній технології традиційні уроки фізичного виховання замінюються навчально-тренувальними заняттями з окремих видів спорту. Учні об'єднуються за інтересами, потребами, рівнем фізичної підготовленості, яка забезпечує організацію повноцінного процесу їх навчання, тренування і виховання [5].

Концепція валеологічної освіти передбачає зміни шкільного фізичного виховання. З цією метою оздоровче і корекційне тренування визначаються як основний метод реабілітації дітей з послабленим здоров'ям і відхиленнями у фізичному розвитку і підготовленості. Фізкультурна і валеологічна освіта учнів здійснюється у формі обов'язкових теоретичних уроків фізичної культури і валеології, а фізична підготовка реалізується через обов'язкові навчально-тренувальні заняття за межами академічного розкладу. Групи практичних занять комплектують за віковими типологічними ознаками з урахуванням інтересу до виду фізкультурної, спортивної або оздоровчої активності [3; 5; 14].

Висновки. Аналіз реалізації зазначених концепцій фізичного виховання учнів показує, що вони не виключають, а взаємодоповнюють одна одну. Слід зазначити, що вчені і практики наполегливо шукають способи вироблення інтегрованого підходу до виховної роботи в процесі фізичного виховання учнів.

Такий підхід передбачає вирішення комплексу завдань із формування знань, емоційного, мотиваційно-ціннісного, нормативно-поведінкового ставлення учнів до фізичної культури і спорту, при цьому враховуються моральні, естетичні, фізичні аспекти культури особистості; використання комплексу методів, спрямованих на організацію фізкультурно-оздоровчих занять, змагань, конкурсів, підготовкою до них; комплексне використання форм, засобів і методів сучасних концепцій фізичного виховання.

Список використаних джерел:

1. Агаджанян Н.А. Здоровье студентов. – М.: РУДН, 1997. – 199 с.
2. Андреев Ю.Н., Сафонов А.Л., Гринева А.А. Демографическая ситуация: Подрастающее поколение без будущего... Этого нельзя допустить // Учитель. – 1998. – № 3. – С. 58-64.
3. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 23-25.
4. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
5. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 1. – С. 22-26.

6. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Перспективы развития спортивной культуры личности в контексте идей креативной антропологии // Вестник института экономики. 1999. – Челябинск: Урал ГАФК, 1999. – №1. – С. 8-10.
7. Вавилов Ю.Н. Концептуальные предпосылки перестройки школьной системы воспитания в СССР // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 10. – С. 2-9.
8. Вакулин В.К., Чемякина С.Н. Твой день – твоё здоровье. – М.: Сов. Россия, 1984. – 144 с.
9. Васильева О.С., Журавлева Е.В. Исследование представлений о здоровом образе жизни // Педагогический вестник. – 1998. – Вып. 3. – С. 420-428.
10. Виленский М.Я. Здоровый образ жизни учащейся молодежи как условие культурной жизнедеятельности // Физическая культура – основа здорового образа жизни: Матер. Всерос. науч.-практ. конф. – М.: Министерство образования Российской Федерации, 1995. – Ч.2. – С. 3-4.
11. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни. – М.: Советский спорт, 1996. – С. 133.
12. Властковский В.Г. Акселерация роста и развития детей. – М.: Медицина, 1976. – 279 с.
13. Выдрин В.М. Перестройка в области физической культуры. Проблемы и пути // Теория и практика физической культуры. – 1987. – № 8. – С. 22-25.
14. Гончаренко М.С. Валеологический словарь. – Х., 1999. – 316 с.
15. Горячев В. Здоровье детей – категория педагогическая // Воспитание школьников. – 1999. – № 1. – С. 8-12.
16. Игнатов Л.Ф. Мониторинг состояния здоровья и факторов риска детского населения // Школа здоровья. – 1997. – Т. 4. – № 3. – С. 74-78.
17. Ильин Е.П. От культуры физической к культуре здоровья // Теория и практика физической культуры. – 1994. – № 7. – С. 46-48.
18. Национальна доктрина розвитку фізичної культури і спорту // Спортівна газета. – 4 грудня 2004 р.
19. Столяров В.И. Олимпийская педагогика и теория олимпийской культуры как новые научные дисциплины // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 10. – С. 47.
20. Столяров В.И. Проект «SpArt» и новая комплексная система физкультурно-спортивной работы с целью физического и духовного оздоровления населения России // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 4. – С. 10-14.
21. Столяров В.И. Спартианские Игры и Клубы в системе образования, воспитания и организации досуга школьников (программа) // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1997. – № 1. – С. 9-14.
22. Трещева О.Л. Программно-методические основы обучения здоровому образу жизни учащихся общеобразовательных школ // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 10. – С. 29-34.
23. Физическое воспитание учащихся I-XI классов с направленным развитием двигательных способностей // Физическая культура в школе. – 1994. – № 4. – С. 43-48.

In the given work is made attempt of the analysis of conceptual approaches to the content and program-methodical support of process of strengthening and preservation of health of pupils and their effective realisation in the general educational institutions.

Key words: healthy way of life, the project «SpArt», sports, health education.

Отримано 11.10.2009