

THE SOLUTION OF THE PROBLEM OF PHYSICAL EDUCATION OF JUNIOR PUPILS IN THE FAMILY

Alia TITARENKO

Kirovohrad State Pedagogical University named after Volodymyr Vynnychenko

Abstract. In the article the question of physical education of junior pupils in the family, the problem of activation of junior schoolchildren to physical activity and involvement of parents in common work with the teacher of Physical Education is discussed. The results of first-year pupils' investigation and the ways of optimization of physical perfection of junior schoolchildren are suggested.

Key words: junior pupils, physical education, physical activity.

ЗМІСТ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЯК ЦІННОСТІ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Анатолій РИБКОВСЬКИЙ, Еліна БРАСЛАВСЬКА

Донецький національний університет

Постановка проблеми. Епоха реформ у різних сферах життєдіяльності людини в нашій країні збіглася з самим складним періодом загальнолюдської історії – зміни типів цивілізаційного розвитку, тому що техногенна цивілізація, що стартувала приблизно 300 років тому в Європі, а потім почала активно поширюватися по усьому світі, очевидно, черпала ресурси свого розвитку. Незважаючи на безперечні успіхи науково-технічного прогресу, вона спричинила цілий ряд катастрофічних глобальних криз [1], тому що в її основі лежить споживче відношення до природи та її ресурсів. Людина змінює навколишній світ на свій розсудом, підбудовуючи його під себе, не приймаючи до уваги можливості самої природи і свої власні, наприклад, швидкої адаптації. У результаті настають не тільки екологічні, демографічні кризи, але і духовні, коли колишні світоглядні установки суперечать практиці, яка змінюється під тиском об'єктивних обставин. Головним завданням духовного відновлення суспільства стає пошук нових пріоритетів суспільного розвитку та нових світоглядних орієнтацій, покликаних забезпечити вихід з вищевказаних криз і відновлення людства в новий цикл цивілізаційного розвитку. Сьогодні вчені різних країн практично одностайні в тому, що людство зуміє перебороти екологічні та інші глобальні проблеми при переході до іншої цивілізації, побудованої на цінностях, які будуть базуватися не на антропоцентризмі, а на біосфероцентризмі, що акцентує увагу на унікальності феномена життя і необхідності підтримки біосфери в рівноважному стані [2].

Дослідження проводяться відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання університету за проблемою 2.1.3. “Управління руховою активністю людини (оздоровчі та спортивні аспекти)”, яка є частиною Зведеного плану НДР Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту на 2001–2005 рр.

Завдання дослідження – аналіз ціннісної орієнтованості на здоровий спосіб життя в сучасному суспільстві. Ціннісні орієнтації не виникають у людини раптово, а

формується поступово, протягом усього процесу соціалізації індивіда, будучи центральним стрижнем свідомості і діяльності, найважливішим компонентом структури особистості. Тому особливу увагу необхідно приділяти педагогічним впливам на механізми формування ціннісних орієнтацій для вирішення проблем мотиваційного впливу на свідомість і поведінку особистості в системі виховання і навчання. У сучасній системі фізичного виховання дітей і підлітків найбільш актуальною соціально – педагогічною проблемою є формування ціннісної орієнтації на здоров'я, здоровий спосіб життя.

Здоров'я для людини, як живої істоти, повинне бути абсолютною, природною життєвою цінністю. Від ступеня володіння здоров'ям залежить рівень задоволення практично всіх потреб людини. Тільки здоровий, життєво активний організм здатний на повну і якісну взаємодію індивіда з зовнішнім середовищем: зі світом природи і соціальними умовами існування [3]. Однак у сучасному суспільстві люди дуже безтурботно відносяться до свого здоров'я. Поколінню сучасних людей доводиться випробувати на собі безліч фізичних, хімічних, біологічних факторів забруднення навколишнього середовища, у якому частка штучного світу, створеного руками людини, постійно збільшується. Але в той же час, наприклад, інфекційні хвороби сьогодні не є основними причинами смертності, проте різко підвищилася смертність через серцево-судинні, психічні захворювання, у етіології яких однією з основних складових є спосіб життя [4]. Існують дослідження, які показують, що рівень здоров'я усього на 9,8% залежить від функціонування системи охорони здоров'я, на 16,4% від генетичних особливостей людини, на 21,3% від впливу факторів навколишнього середовища і на 52,5% від способу життя [4]. Але, на жаль, у сучасному суспільстві відповідальність за збереження здоров'я, як учні, так і їхні батьки на себе, на свій спосіб життя не приймають факторами, які негативно впливають на здоров'я, сучасні дівчата (15–16 років) вважають екологію, стресові ситуації, спадковість і паління; юнаки: екологію, спадковість, стресові ситуації і наркотики. На думку їхніх батьків, такими факторами є: екологія, наркотики і низька якість медичної допомоги [5]. Ці дані свідчать про те, що більшість людей у нашій країні мають дуже поверхневе уявлення про фізичну культуру в цілому, про рухову активність, як базову складову стійкості організму до впливу несприятливих екологічних умов, про фізичні вправи як необхідні умови збереження фізичної і розумової працездатності, біологічної і психологічної надійності. Іншими словами можна сказати, що в сучасному суспільстві в даний час здоров'я поки ще не є ідеальною категорією. Справа в тому, що цінності знаходять соціальний зміст, реалізуються і впливають на свідомість і поведінку лише в тому випадку, коли глибоко усвідомлюються, сприймаються особистістю як ціннісні орієнтації. У іншому випадку нереалізована цінність існує сама по собі, незалежно від індивідуальної свідомості, яка служить одним із джерел різного роду протиріч між суспільними та індивідуальними цінностями, між свідомістю і практичною поведінкою людини.

Проблемою формування ціннісної орієнтації на здоров'я, здоровий спосіб життя повинна займатися система фізичного виховання дітей і молоді. Однак, сьогодні спостерігається неузгодженість у діяльності окремих підрозділів цієї системи. Наприклад, у Донецьком національному університеті, як і в ряді інших вищих навчальних закладів нашої країни, існує розподіл студентів за медичними відділеннями для занять із фізичного виховання: основне, спеціальне медичне і відділення лікувальної фізичної культури [6]. Причому в останні роки відзначається стійка тенденція до росту числа студентів у спеціальному медичному відділенні та ЛФК [6]. У більшості шкіл така градація за станом здоров'я відсутня, і нинішні студенти

груп лікувальної фізкультури в період навчання в школі були або звільнені від уроків фізкультури, або займалися з основною групою з великою кількістю обмежень у виконанні фізичних вправ. У результаті такі студенти мають низький рівень фізкультурної освіти та не володіють методиками збільшення ремісійного періоду за допомогою використання засобів фізичної культури. У процесі вивчення даної проблеми був виявлений прямий взаємозв'язок між станом здоров'я, рівнем фізичної підготовленості абітурієнтів і їхнім відношенням до занять з фізичного виховання [7]. Відсутність у багатьох студентів груп лікувальної фізичної культури належного інтересу до фізичних вправ нерідко виявляється в пасивності на заняттях з фізвиховання, невмінні виконувати елементарні вправи, відсутності віри у свої можливості, прагненні уникнути фізичних навантажень, а іноді й у стійкому переконанні в протипоказанні для них занять фізичною культурою.

Про низький рівень фізичної культури особистості студентів груп ЛФК свідчать результати опитування про вибір форм занять фізичним вихованням у вищому навчальному закладі: 54% опитаних вибрали обов'язкові навчальні заняття, 28% – факультативні, 14% – самостійні та 4% – інші форми занять. Причому в обов'язкових заняттях наших студентів в основному приваблюють: високий професіоналізм викладачів (36%), залікові вимоги (30%) і гарна спортивна база (16%). Зацікавленість у факультативних заняттях виявляється в наявності хорошої спортивної бази (40%), можливості займатися системою фізичних вправ чи видом спорту на вибір (20%), залікових вимогах (18%). До самостійних занять спонукають такі фактори: наявність поблизу місця проживання спортивної бази для занять (32%), високий матеріальний добробут (18%), професійний добір, що включає показники здоров'я і фізичної підготовленості (12%), можливість займатися в зручний вільний час (10%), можливість самому вибирати системи фізичних вправ чи види спорту для занять (8%) [7]. Результати цього дослідження свідчать про низький рівень самоорганізації студентів, відсутність свідомого відношення до свого здоров'я і слабку теоретичну інформованість в питаннях здорового способу життя. Для підвищення ефективності процесу фізичного виховання необхідно особливу увагу приділяти систематичному формуванню мотивацій до занять фізичними вправами, залученню до фізичного самовиховання.

Висновки. Таким чином, сьогоденне безтурботне відношення людей у нашому суспільстві до свого здоров'я, що наносить соціально-економічний і морально-психічний збиток сім'ї, виробничому колективу і суспільству в цілому, багато в чому залежить від недоліків у функціонуванні системи фізичного виховання дітей і молоді в недалекому минулому. В цей час у нашій та інших країнах вчені і фахівці порушують питання про необхідність істотної перебудови системи фізичного виховання для вирішення важливих соціальних і педагогічних проблем [8]. У першу чергу, мова йде про перехід від системи, яка орієнтована на формування лише певних фізичних якостей, життєво необхідних рухових умінь і навичок, до системи, що дає людині глибокі знання про свій організм, засоби цілеспрямованого впливу на фізичний стан, збереження і зміцнення здоров'я, а також формує потреби в здоровому способі життя і фізичному удосконалюванні, в активних заняттях фізичними вправами і спортом [4, 8, 9]. Іншими словами, цілеспрямоване та інтенсивне засвоєння дітьми і підлітками цінностей національної і світової культури фізичної активності, актуалізованих у здоровому способі життя – є найважливішим завданням виховання та освіти підростаючого покоління, вирішальною умовою формування нового рівня культури життєдіяльності населення.

Література

1. Степин В.С. Российская философия сегодня: проблемы настоящего и оценки прошлого // Вопросы философии. – 1997. – №5. – С. 3-14.
2. Философия. Ч.2. Основные проблемы философии: Учеб. пособие для вузов / Под ред. проф. В. И. Кириллова. – М.: Юристъ, 2000. – 304 с.
3. Базалук О.А. Из теории жизни... – Харьков: Основа, 1999. – 352 с.
4. Платонов В.М. “Спорт для всіх” в структурі здорового способу життя // Матеріали пленарної доповіді на міжнар. наук.-практ. конф. “Актуальні проблеми розвитку руху “Спорт для всіх” у контексті європейської інтеграції України”. – Тернопіль, 24-25.06.2004.
5. Быков В.С. Теория и практика формирования потребности в физическое самовоспитании у школьников // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2000. – №1. – С. 2-7.
6. Романова Л.Б., Рыбковский А.Г. Мотивация студентов на оздоровительные программы по результатам медицинского осмотра // Материалы II Всеукр. науч.-практ. конф. “Здоровье и образование: проблемы и перспективы” / Гл. ред. А.Г. Рыбковский. – Донецк: ДонНУ, 2000. – С. 339-343.
7. Браславская Э.В. Взаимосвязь отношения к физической активности в группах ЛФК и изменения в состоянии здоровья // Зб. наук.-метод. праць викладачів кафедри фізвиховання і спорту / Під ред. А.Г. Рибковського. – Донецьк: ДонНУ, 2003. – С. 16-17.
8. Столяров В.И., Быховская И.М., Лубышева Л.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) // Теория и практика физической культуры. – 1998. – №5. – С. 11-15.
9. Рыбковский А.Г., Браславская Э.В., Пащевский Ю.Г. Психологические характеристики состояния здоровья учащейся молодежи в Донецком регионе / Материалы III Междунар. конф. “Проблемы экологии и безопасности жизнедеятельности в условиях высокой техногенной нагрузки в Донбассе”. Вып. 97. – Донецк: НИИГМ им. М.Федорова, 2003. – С.108-110.

THE CONTENTS OF ABLE-BODIED LIFESTYLE AS VALUES IN A MODERN SOCIETY

Anatoliy RIBKOVSKY, Elina BRASLAVSKA

Donetsk National University

Abstract. The formation in system of physical training of children and youth of orientations to health, able-bodied lifestyle – urgent social – pedagogical problem, which successful decision will promote an establishment of able-bodied mutual relation of a society and nature.

Key words: able-bodied lifestyle, health, pedagogical problem, modern society.