УДК 796: 613-053.5

РОЗВИТОК ОСНОВ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Ігор ІВАНІЙ

Інститут фізичної культури Сумського державного педагогічного університету ім. А.С. Макаренка

Анотації: На основі дефінітивного аналізу ключових понять фізкультурно-оздоровчої роботи сформульовано визначення поняття «технологія розвитку основ здоров'я молодшого школяра засобами фізичної культури», яке надає системне наукове уявлення про стратегічні завдання особистісно орієнтованого підходу до інтеграції фізичного, психічного та духовного розвитку учня в системі фізичного виховання початкової школи.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, фізична культура особистості, педагогічна технологія, молодший школяр, фізичне виховання.

Постановка проблеми. Протягом останнього десятиріччя в Україні склалися такі соціально-економічні умови, які призвели до різкого погіршення стану здоров'я дітей різного віку, негативного їхнього ставлення до основних принципів здорового способу життя. З огляду на це, у сучасних педагогічних дослідженнях підкреслюється важливість цілеспрямованого вирішення завдань формування у підростаючого покоління свідомого і відповідального ставлення до власного здоров'я, вдосконалення фізичного розвитку та стану.

На вирішення цих проблем звертає увагу Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту, в якій до основних завдань держави відноситься вдосконалення системи фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах. При цьому підкреслюється, що фізична культура, маючи великий потенціал, не тільки надає покращення фізичної підготовленості, здоров'я, але й як засіб формуючого впливу на особистість учня, як ніяка інша галузь діяльності, може бути направлена на вирішення психофізичних, естетичних, соціально-психологічних завдань.

В даний час інноваційна діяльність в галузі освіти здійснюється в контексті особистісно орієнтованого підходу через впровадження технологій, відмінною рисою яких є визнання учня як самоцінності, як носія суб'єктивного досвіду, через призму якого він сприймає педагогічних вплив. Але вказаний потенціал майже не використовується в практиці фізичного виховання учнів. Тому наукові психолого-педагогічні дослідження, що пов'язані з проблемами впровадження особистісно орієнтованих технологій фізичного виховання в практику діяльності освітніх закладів України, є актуальними.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Відомі здоров'язберігаючі технології роботи вольфдорських шкіл, методологія Штайнера, Фроренського, система музичних рухів К. Орфа та більш сучасні – як навчання в русі О. Дубогай [1], розвитку рухових якостей дітей В. Іванова [2] та ін. В окремих шкільних навчальних закладах модернізуються програми фізичного виховання, створюються «школи здоров'я» [3]. Ці дослідження виходять, із того, що головною функцією першого ступеня (1-4 кл.) шкільного фізичного виховання є введення учнів у світ фізичної культури за допомогою формування у них «школи рухів», оскільки потреба в русі виникає одночасно з народженням дитини, а її рухова активність реалізується (як і в гомеостазі) переважно біологічними мотиваціями, які формуються на основі механізмів спадковосі (М. Амосов, 1998; О. Дубогай, 2005; Н. Седих, 2006 та ін.).

Потреба в конкретних формах руху формується в процесі виконання учнями певних соціальних функцій, тобто рухома активність є змінною функцією в ході онто-

© Іваній І., 2008

[illegible] і обумовлена як біологічними, так і соціальними факторами. Це означає, що вона [illegible] індивідуально в процесі громадянського виховання. Завдання фізичного виховання – спрямувати цей процес в поле культури, забезпечуючи поступове накопичення особистістю цінностей фізичної культури, пріоритетними серед яких є здоров'я (О. Ак[illegible], 2005; В. Бальсевич, 1997; Т. Круцевич, 2006; Б. Шиян, 2002 та ін.). Важливим у цьому зв'язку виступає період молодшого шкільного віку (сенситивний період), коли закладаються основи формування цілісного ядра особистості як концентрованого відбиття змісту людського буття в багатогранній культурі людини.

У низці робіт [4-6 та ін.] наведені ідеї реформування системи шкільного фізичного виховання, суттю яких є змінення його змісту з урахуванням біологічних і педагогічних закономірностей управління фізичним станом організму учня під час навчального процесу. Натомість ще й досі до кінця не визначені поняття технології та провідні завдання і функції особистісно орієнтованого фізичного виховання, ефективність впливу [illegible] соціальну, духовну і психічну сферу учня багато в чому залежить від планування [illegible], а також правильного вибору методів і засобів (тактики) управління фізкультурно-педагогічним процесом.

Мета дослідження полягає в науковому обґрунтуванні поняття «педагогічна технологія інтегрованого розвитку фізичного, психічного та духовного здоров'я (основ здоров'я) молодшого школяра засобами фізичної культури» як особистісно орієнтованої технології.

Методи дослідження. Відповідно до мети нами був використаний дефінітивний [illegible] ключових понять фізкультурно-оздоровчої роботи «здоров'я», «здоровий спосіб життя», «особиста фізична культура», «педагогічна технологія» у напрямку їх теоретичної [illegible] із застосуванням логічних методів, підходів, а саме: аналізу і синтезу, узагальнення, індукції і дедукції.

Результати дослідження та їх обговорення.

Здоров'я є поняття багатогранне, єдине його визначення ще не сформульовано і [illegible] більш ніж 60 різних варіантів (В. Марков, 2001), що пояснюється відсутністю в [illegible] уявлень про самого носія здоров'я – людину, як складне і суперечливе [illegible].

У загальноосвітніх школах використовують визначення здоров'я за такими [illegible] [7]:

– *фізичне* (соматичне) здоров'я – медичні показники, фізичний розвиток, функціональна [illegible], фізична підготовленість, темпи біологічного та статевого розвитку учнів тощо;

– *психічне* здоров'я – відсутність психічних захворювань, наявність гармонії між [illegible] організації психіки, наявність резерву психічних можливостей та оптимальний психічний стан;

– *соціальне здоров'я* – соціальна захищеність, права людини на вільний вияв і [illegible] своїх біологічних і соціальних можливостей.

Тому цілісна оцінка здоров'я має на увазі не тільки єдність організму, оскільки [illegible] показників здоров'я залежить також від особистісних якостей людини, [illegible] поведінки, що приносять зміцнення, або шкоду здоров'ю. Тому в цілісній [illegible] здоров'я необхідно врахувати особистісні можливості, які можуть бути представлені [illegible] морально – вольових і ціннісно-мотиваційних установок [8].

В оцінці стану індивідуального здоров'я виділяють дві сутнісні сторони, одна із [illegible] діяльну сферу життєдіяльності людини, друга – результуючу [8]. Це співпадає [illegible] Г. Апанасенко (2005), який розглядає здоров'я учня як процес збереження [illegible] фізіологічних, біологічних та психічних функцій. При цьому стверджується, [illegible] здоров'я – це не тільки спосіб організації всіх сторін життєдіяльності, [illegible] на виконання норм та правил здорового способу життя, але й напрацювання [illegible], пріоритетними серед яких є здоров'я та на цій основі вибір особистістю

своєї поведінки в різних сферах діяльності, що дозволять будувати фізичні, психічні та соціальні відносини.

Одним із найефективніших та доступних засобів зміцнення та розвитку основ здоров'я дітей є на сьогодні фізична культура, яка формує здоровий спосіб життя (ЗСЖ). На підставі аналізу завдань фізичного виховання в школі, автори [9] визначають ЗСЖ як сукупність форм і способів повсякденного культурного життя особистості, яке ґрунтується на моральних нормах, цінностях та практичній діяльності, спрямованій на зміцнення адаптивних можливостях організму. У такому підході особистість учня постає не тільки як об'єкт зовнішніх зусиль учителя, а і як суб'єкт активної діяльності щодо засвоєння норм загальнолюдської культури, а ЗСЖ це рівень, якість, стиль та уклад життя. Це означає, що розвиток учня та його здоров'я є процесом динамічним і тією категорією, що управляється, тобто на нього можливо цілеспрямовано впливати засобами фізичної культури та досягати певного ефекту. Завдання фізичного виховання полягає не тільки в конкретному впливі на організм учня, але й формуванні у нього стійких мотивацій до ЗСЖ, а в загальному підході – виховання його особистої фізичної культури.

За Ю. Євсеєвим «фізична культура – це частина (підсистема) загальної культури людства, яка являє собою творчу діяльність по засвоєнню минулих і створенню нових цінностей переважно у сфері розвитку, оздоровлення і виховання» [10, с. 174]. Б. Шиян визначає фізичну культуру як «сукупність досягнень суспільства у раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого фізичного та духовного удосконалення людини» [5, с. 23].

З метою розвитку, виховання й удосконалення людини, фізична культура використовує можливості індивідума, природні чинники, конкретні наукові результати медицини, гігієни, анатомії, фізіології, психології, педагогіки і т.ін. Фізична культура органічно втілюється в усі відносини людства, виконуючи гуманістичну та культуротворчу місію, що сьогодні, у період реформування освіти, має особливе значення.

Розглядаючи фізичну культуру у більш вузькому значенні Б. Шиян визначає «фізичну культуру особистості» як «сукупність властивостей людини, які набуваються у процесі фізичного виховання і вираження в її активній діяльності, спрямованій на всебічне удосконалення своєї фізичної природи та ведення здорового способу життя» [5, с. 24]. Очевидно, що таке розуміння значення особистої фізичної культури постає актуальним по мірі зростання та накопичення потенціалу соціокультурного розвитку особистості, що детермінує процес пошуку, становлення та присвоєння ціннісних орієнтацій у галузі фізичної культури.

Молодший шкільний вік є частиною цілісного вітального циклу, в рамках якого відбувається формування фундаменту (основ) здоров'я учня. Ця обставина слугує додатковою причиною звернення до сучасних оздоровчих технологій. Технологічний підхід до навчання передбачає точне інструментальне управління навчальним процесом та гарантоване досягнення поставленої мети і уявляє собою «впровадження в педагогіку системного мислення» [11]. При цьому поняття «освітня технологія» є більш ширшим, ніж поняття «педагогічний процес», оскільки освіта включає, окрім педагогічних, ще й соціальні, культурологічні психолого-педагогічні, медико-педагогічні та інші аспекти [15].

Аналіз сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, смислового змісту категорій педагогіки (за Г. Селевко [12], О. Пєхотою [11] – це освіта, навчання, виховання, формування, розвиток) показує, що тільки дві із них – формування і розвиток можуть бути використані в якості змістовної основи фізкультурно-оздоровчих технологій в початковій школі. Як вказує О. Дубогай фізичний розвиток і здоров'я молодшого школяра потребують „...знайти, підтримати, розвинути індивідуальність, механізми самореалізації, самоствердження, самовиховання, потрібні для становлення особистості та її взаємодії з іншими, з природою, культурою, цивілізацією" [1, с. 27].

Але первинною ознакою, що визначає всю стратегію педагогічної діяльності в освітньо-розвиваючому просторі фізичної культури молодшого школяра є розвиток, що

служує логічною підставою для надання оздоровчій технології життя учня періоду початкової школи назви – „розвиток основ здоров'я". Реалізація потенційного розвитку здоров'я молодшого школяра в рамках традиційної педагогічної парадигми неможливо, так як передбачає зміну направленості мети та, як наслідок, модернізацію змісту складових її компонентів. Це означає відхід від початкової направленості педагогічного процесу лише на збереження здоров'я учнів, на користь його зміцнення, розвитку, тобто перехід від здоров'язберігаючої педагогічної системи до технології розвитку основ здоров'я молодшого школяра, методологічною основою якої є здоровий спосіб життя.

Ефективність педагогічної технології в фізкультурній освіті детермінується змістом фізичних вправ, природних і соціальних факторів, які в сукупності відіграють провідну роль у формуванні акмеологічного рівня морфофункціонального і психофізичного удосконалення особистості учня в процесі засвоєння ним цінностей фізичної культури. Влив ціннісних аспектів фізкультурно-оздоровчої діяльності на розвиток фізичного і інтелектуального потенціалу учня в освітньому просторі має об'єктивний характер, але його специфіка полягає в тому, що він може підсилитися, або зменшитися в залежності від активності конкретної особистості (учня, учителя тощо), яка в певних умовах може свідомо впливати на протікання цього процесу.

Аналіз чисельних досліджень з фізичного виховання (О. Аксьонова, 2005; С. Барбашова, 2000; В. Шилько, 2003; Б. Шиян, 2002 та ін.) надає підстави стверджувати, що підвищення мотивації до фізкультурно-оздоровчої діяльності учнів можливе при виконанні наступного: комплексному підході до вирішення проблеми оптимізації огранізаційно-методичного, інформаційно-освітнього, кадрового та матеріального забезпечення; умові впровадження в практику фізичного виховання засобів, які підсилюють процеси самовиховання і самовдосконалення; стимулюванні потреби учнів в творчій діяльності на когнітивному, емоційному та моторно-поведінковому рівнях.

Таким чином, формуючий потенціал фізичної культури молодшого школяра характеризується не стільки станом його громадянського здоров'я та кількісними параметрами фізичного розвитку, скільки досягненнями оптимального рівня «тілесних конвенцій, здоров'я та активної позиції в задоволенні інтересів і потреб в рухомій активності» [13, с. 48].

Все вище зазначене дозволяє сформулювати визначення поняття технологія розвитку основ здоров'я молодшого школяра засобами фізичної культури". Це комплекс *педагогічного забезпечення готовності особистості до розвитку фізичної культури,* яка є інтегральною характеристикою особистості та виявляється через стан *громадянського здоров'я* (рівень та характер захворюваності), *фізичного здоров'я* (фізичний розвиток, функціональний стан систем організму, фізична підготовленість) та *мотивації* до здорового способу життя і рухової активності. В цьому контексті здоровий спосіб життя розглядається як рухома, динамічна, заснована на ціннісних орієнтаціях особистості програма проективного характеру. Ця програма є сукупністю форм і способів повсякденного культурного життя особистості і передбачає її розвиток засобами фізичної культури у відповідності з особливостями вікового розвитку моторики та психіки учня, його індивідуальними морфофункціональними особливостями, фізкультурними нахилами і інтересами.

Ряд дослідників [14, 15] в акмеологічному аналізі результатів освіти визначають основні психолого-педагогічні умови педагогічного забезпечення, які сприяють становленню готовності учня до отримання заданих якостей, що формуються результатом цілісної системи педагогічних впливів та умов життєдіяльності. Ці умови можливо представити у наступному узагальненому вигляді: *аксіологічна* забезпеченість; *інформаційна* забезпеченість; *діяльнісна* забезпеченість; *особистісні* умови. Поняття готовності учня до того чи іншого виду діяльності автори [14, 15] розглядають як певний психологічний стан учня (стан психологічної готовності) та особистісну освіту, що забезпечує ефективність діяльності (стан особистісної готовності).

Вищезазначене дозволяє зробити висновки: педагогічне забезпечення готовності учня до розвитку фізичної культури це є формування особливого особистісного стану учня в процесі фізичного виховання, що надає ту нову цілісну якість, яка полягає в наявності мотивів, орієнтованих на ЗСЖ та рухову активність, у володінні спеціальними знаннями, вміннями, навичками, рефлексією, котрі вкрай важливі для його фізкультурно-оздоровчої діяльності. Це означає, що результативність готовності особистості до розвитку фізичної культури вбачається у *мотиваційному*, *когнітивному*, *операційному* та *рефлексивному* її компонентах [15].

Мотиваційний компонент готовності учня визначається як комплекс взаємопов'язаних мотивів учня до занять фізичною культурою та ведення ЗСЖ. Когнітивний компонент характеризується кількістю і якістю засвоєних знань із комплексу дисциплін, які інтегрує предмет „Фізична культура". Операційний компонент характеризується сформованою системою умінь і навичок, які використовуються учнем у фізкультурно-оздоровчій діяльності. Рефлексивний компонент готовності знаходить свій вплив у наявності в учня вмінь аналізувати наслідки, позитивні надбання в процесі фізичного виховання. При цьому кожна із умов педагогічного забезпечення є визначальною для певного компоненту готовності: аксіологічна забезпеченість – для мотиваційного, інформаційна – для когнітивного, діяльнісна – для операційного, особистісні умови – для рефлексивного компонентів, але частково впливає і на всі інші компоненти, вносячи певний внесок у формування цілісної готовності до розвитку особистої фізичної культури.

Визначене нами поняття „технологія розвитку основ здоров'я школяра" є продуктивним для теорії і методики фізичного виховання, так як орієнтує на напрацювання у школярів педагогічними засобами і методами цінностей, пріоритетними серед яких є здоров'я та мотивації до ЗСЖ. Такий підхід відповідає виниклій нещодавно міждисциплінарній галузі науки – „педагогіці здоров'я", принципами функціонування якої є антропоцентричність, інтегрованість, гуманістичність [16]. Реалізація запропонованого підходу потребує відповідної програми дій – проектування технології (розробка моделі технології, яка повинна включати: дидактичні принципи; програмно-нормативну базу; засоби, методи, форми та механізми її здійснення на практиці).

Висновки

1. На основі теоретичного аналізу ключових понять фізкультурно-оздоровчої роботи сформульовано визначення поняття «технологія розвитку основ здоров'я школяра», яке надає системне уявлення про стратегічні завдання особистісно орієнтованого підходу до інтеграції фізичного, психічного та духовного розвитку учня в системі фізичного виховання початкової школи.

2. Розвиток основ здоров'я учня в такому процесі необхідно спроектувати та практично реалізувати як «комплекс педагогічного забезпечення готовності особистості до розвитку фізичної культури...» через інноваційну педагогічну технологію, а педагогічне проектування розглядати як програму реалізації такої технології.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку вбачаємо в обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці ефективності технології розвитку основ здоров'я школяра в практиці фізичного виховання початкової школи.

Список літератури

1. *Дубогай О.Д.* Навчання в русі. Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі. – К.: Шкільний світ, 2005. – 110 с.

2. Фізкультура від 4 до 9: педагогіка спільного успіху. – К.: Шкільний світ, 2006. – 114 с.

3. Спецвипуск «Зберігаємо здоров'я» / завуч. – К.: Шкільний світ, 2006. – № 23 – 24.

4. Методичні рекомендації щодо підвищення ефективності різних експериментальних програм фізичного виховання в школі, їх зміст та технології реалізації / Т.Ю. Круцевич та ін. – К.: Наук. світ, 2006. – 25 с.

5. *Шиян Б.М.* Теорія і методика фізичного виховання школярів: У 2 ч. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – Ч. 2. – 248 с.

6. *Аксьонова О.П.* Формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання // Автореф. дис... к. пед. наук. – Тернопіль, 2005. – 20 с.

7. *Солончук Д.М.* Дефініція здоров'я і його оцінка // Молода спортивна наука України. Зб. наук. ст. – Л.: ЛДІФК, 2004. – Вип. 8. – Т. 4. – С. 317–321.

8. *Казин Э.М., Блинова Н.Г., Поргорный А.М.* Основы индивидуального здоровья человека. Введение в общую и прикладную валеологию. – М.: ВЛАДОС, 2000. – 192 с.

9. *Солопчук М.С., Заїкін А.В., Солопчук Д.М.* Сучасні вітчизняні та зарубіжні підходи до формування здорового способу життя школярів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. моногр. за ред. проф. О.Ф. Ермакова. – Харків, ХДАДМ (ХХПІ), 2006. – №10. – С. 72-79.

10. *Евсеев Ю.И.* Физическая культура. – Ростов Н/Д: Феникс, 2002. – 384 с.

11. *Пехота Е.Н.* Технологический подход в образовании с позиции педагогики выживания и развития // Науковий вісник ПДПУ ім. К.Д. Ушинського. – Одеса, 1999. – С. 119-121.

12. *Селевко Г.К.* Энциклопедия образовательных технологий. – М.: НИИ Школьных технологий, 2006, – Т. 1. – 475 с.

13. *Шилько В.Г.* Методология построения личностно ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности студентов // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 9. – С. 45–50.

14. *Шамова Т.И., Третьяков П.И., Капустин М.П.* Управление образовательными системами. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 320 с.

15. *Лохтяева О.В.* Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. – М.: Педагогика, 2001. – 280 с.

16. *Сериков Г.Н., Сериков С.Г.* Здоровьесбережение в гуманном образовании / Монография. – Екатеринбург – Челябинск: ЧГУ, 2002. – 242 с.

РАЗВИТИЕ ОСНОВ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Игорь ИВАНИЙ

Институт физической культуры Сумского государственного педагогического университета им. А.С. Макаренко

Аннотация. На основании дефинитивного анализа ключевых понятий физкультурно-оздоровительной работы сформулировано определение понятия «технология развития основ здоровья младшего школьника средствами физической культуры», которое дает научное представление о стратегических задачах личностно ориентированного процесса и интеграции физического, психического и духовного развития учащегося в системе физического воспитания начальной школы.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура, педагогическая технология, младший школьник, физическое воспитание.

DEVELOPMENT OF HEALTH FUNDAMENTALS OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE AS A PEDAGOGICAL PROBLEM

Ihor IVANIY

Physical Culture Institute of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko

Abstract. On basis of definitive analysis of the key concepts of physical culture and health promotion work there has been formulated the definition of the notion of technology of the development of health fundamentals of primary school children's by means of physical culture, which gives the systematic scientific conception of the strategically tasks of the personality oriented approach to the integration of pupils' physical, mental and spiritual development in the system of primary school physical education.

Key words: health, healthy life-style, personality physical culture, pedagogical technology, primary school child, physical education.