

Шиян О. І., Сливка Є. М.
Львівський державний університет фізичної культури
slyvkazhenya@gmail.com
Львів-Винники, Україна

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я: АСПЕКТИ МІЖДИСЦИПЛІНАРНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ

*Розумове та фізичне повинно знаходитись
в єдиному цілому, будь – який односторонній
розвиток обов'язково порушить гармонію в освіті
і не створить умови для розвитку цілісної особистості*
П. Р. Лесгафт

Основним завданням освіти є підготовка молоді до сучасного життя, тобто формування в неї необхідних компетентностей, одним із засобів формування яких є інтеграція навчальних дисциплін. Тому, з огляду на потребу постійного пошуку шляхів покращення здоров'я школярів, розглянемо міждисциплінарну інтеграцію фізичної культури та основ здоров'я, як можливість формування їх здоров'язбережної компетентності. В Україні за останні роки зібрані суттєві напрацювання в організації та впровадженні системи освіти з питань здоров'я. Чимало років над зазначеною проблемою працюють досвідчені педагоги, психологи, медики, соціологи та інші фахівці, зокрема: В. Горашук, С. Волкова, Т. Усатенко, В. Колбанов, Т. Бойченко, Н. Вадзюк, В. Оржеховська, С. Страшко, М. Гриньова, В. Петленко, Т. Воронцова, С. Пономаренко та багато інших науковців, однак питання міждисциплінарної інтеграції дисциплін «Фізична культура» та «Основи здоров'я», особливо для учнів середньої та старшої школи, не було предметом комплексних наукових досліджень, що і зумовило вибір теми нашого дослідження.

Інтеграція знань з основ здоров'я у фізичну культуру – процес створення зв'язку між структурними компонентами змісту освіти з метою формування цілісного розуміння світу, що спрямовується на саморозвиток дитини. Вона також забезпечує вибір і побудову освітнього контенту таким чином, щоб уникнути перевантаження учнів, з урахуванням їх індивідуальних потреб та особистісного підходу до кожного з них. Інтеграція може вирішити основні суперечності освіти – протиріччя між безмежністю знань і обмеженими людськими ресурсами.

Метою нашого дослідження є визначення шляхів здійснення міждисциплінарної інтеграції дисциплін «Основи здоров'я» та «Фізична культура» як можливості формування здоров'язбережної компетентності школярів. **Цільову аудиторію** нашого дослідження складають учні 5–9 класів (віком 10–14 років) оскільки, саме у цьому віці обсяг фізичної активності в українських школярів зменшується на 75% впродовж дня, що відбувається на глі різкого збільшення навчального навантаження та

ускладнюється значними фізіологічними змінами у їх організмі (World Bank, 2009).

Актуальність нашого дослідження підтверджується низкою суперечностей, зокрема:

– Між доведеним фактом про те, що збільшення рівня фізичної активності та здоров'я сприяє кращим досягненням у навчальній діяльності (Wilshaw, 2012) та різким зниженням показників здоров'я в українських школярів протягом років навчання у школі (Мельниченко, 2011). Так, відповідно до спеціальних медичних епідеміологічних спостережень, в період шкільного навчання, в чотири рази збільшується частота порушень зору в дітей, в два рази – органів травлення, в три з половиною рази – нервової і ендокринної систем і функціональних порушень серцево-судинної системи. В середньому по Україні лише 10,0 % випускників шкіл можна вважати здоровим, 52,6 % – мають серйозні морфологічні відхилення, а 36,0 % – 40,0 % дітей шкільного віку страждають від хронічних захворювань (Няньковський, Яцула, Чекайло, Пасічник, 2012).

– Між постійним збільшенням навчального навантаження в зв'язку з вимогами часу, що висуваються до школярів і нездатністю прийняти таке навантаження через особливості їх фізіологічного розвитку (Денисенко, Аксьонова, 2009). Перевантаження навчальної програми поряд з комп'ютеризацією повсякденного життя та високою швидкістю надходження інформації, викликають потребу в швидких і точних рішеннях від школярів. збереження концентрації їх уваги протягом тривалого часу і готовності до екстремальних дій на тлі одноманітних операцій. В результаті, виникає підвищення вимог до функціональних можливостей дитячого організму, особливо його нервової, серцево-судинної та зорової системи, а також стану їх фізичної працездатності. Базарний (2005) визначає такі чинники шкільного стресу, що систематично впливають на дітей в умовах освітнього процесу як: а) класичний сигнал лівої півкулі (вербальний) в основі побудови навчального процесу; б) пригнічення сенсорно – інформаційних та нейро – моторних ритмів в умовах систематичного статичного положення дитячого організму; в) демпфування можливості координації добровільних рухів в просторі, яка збільшується від покоління до покоління; г) напруженість, викликана порушенням санітарно-гігієнічних умов; д) емоційна та духовна депресія, яка лежить в моделі навчально-дисциплінарної освіти; е) постійний вплив сенсорно виснажливого середовища навчання – фактори закритих приміщень. Вчені Оржеховська, Овчиннікова, Волкова, Глушанюк та ін. у свою чергу основною причиною виникнення негативних наслідків для здоров'я і благополуччя школярів визначають відсутність скоординованої технологічної системи в освітньому просторі, яка би сприяла формуванню їх здоров'я збереженої компетентності.

– Між наявністю науково-теоретичних досягнень, практичного досвіду, великою кількістю підготовлених викладачів з фізичної культури та відсутністю позитивного результату в контексті «фізичне виховання – здоров'я дітей шкільного віку» (Сінгаєвський, 2010). Незважаючи на здійснені кроки у модернізації системи фізичного виховання в напрямку покращення здоров'я школярів, як і раніше основний акцент ставиться на розвиток рухових навичок, які нівелюють інтелектуальні та соціальні компоненти. З однієї сторони ситуація зумовлена небажанням вчителів виходити за рамки їх попереднього досвіду, з іншої – відсутністю критеріїв оцінки і діагностики впливу навчально-виховного процесу на здоров'я дітей шкільного віку (Смірнов, 2006).

– Між необхідністю у кваліфікованих вчителів для викладання дисципліни «Основи здоров'я» та нереалізованим потенціалом вчителів фізичної культури у цьому процесі (Шиян, Сливка, 2015). Фізична культура по своїй суті вже є потужним інструментом для формування, збереження та зміцнення здоров'я школярів, а основною метою вчителя фізкультури в роботі зі школярами є формування об'єктивно необхідного рівня обов'язкового фізичного виховання (в тому числі і здорового способу життя), профілактики захворювань, травм і навичок особистої гігієни та фізичних тренувань, тобто формування компетентності через оволодіння знаннями, уміннями та навичками. Проте, на сьогоднішній день в Україні склалася ситуація, за якої викладання дисципліни «Основи здоров'я» здійснюється вчителями, для яких зазначений предмет є додатковим до основного і, здебільшого, для довантаження навчальними годинами. Як приклад, у Львівській області викладання предмета «Основи здоров'я» здійснюється в 34 % вчителями біології, в 12,9 % – хімії, у 11,1 % – географії, в 10,5 % – трудового навчання, в 8,2 % – фізики, в 5,8 % – математики, 5,8 % – фізичної культури, в 4,7 % – історії, в 2,3 % – світової літератури, 2,3 % – української мови, 1,2 % – християнської етики, в 0,6 % – образотворчого мистецтва, 0,6 % – економіки (дані Львівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти, 2015).

Наявність представлених суперечностей актуалізує необхідність визначення шляхів їх вирішення. Для цього ми використовували такі методи порівняльно-педагогічних досліджень як: вивчення офіційних документів, статистичних даних, вивчення документальних та науково-педагогічних джерел.

Аналіз теоретичного наповнення дисциплін «Фізична культура» та «Основи здоров'я» був здійснений з урахуванням матриці змісту за 5–9 класи в контексті базових та життєвих навичок, що формують здоров'я школярів. Аналіз двох навчальних програм підтверджує безумовну приналежність зазначених дисциплін до однієї освітньої галузі через простеження спільної наскрізної змістової лінії та спільною метою

навчання – формування стійкої мотивації щодо збереження свого здоров'я через розвиток здоров'язбережної компетентності учнів. Спільні теми в обох програмах включають питання загальних втомостей про здоров'я та здорового способу життя, впливу шкідливих звичок на здоров'я, фізичного розвитку підлітка, навички надання першої медичної допомоги при травмах. Однак, незважаючи на велику кількість спільних тем у програмах двох дисциплін, у фізичній культурі пріоритетним залишається формування фізичного здоров'я школярів через розвиток фізичних здібностей, нівелюючи питання їх духовного та соціального розвитку.

Враховуючи такі факти як: а) змістове наповнення предмету «Фізична культура» навчальний заклад формує самостійно; б) програми позбавлені жорсткого поурочного поділу і вчителі можуть обирати послідовність розкриття навчального матеріалу в межах окремої теми, без порушення логіки його викладу [Лист МОН України від 26.06.2015 № 1/9-305 «Про вивчення базових дисциплін у загальноосвітніх навчальних закладах у 2015/2016 навчальному році»], пропонуємо впровадження інтегрованих уроків ФК та ОЗ, при цьому не порушуючи структури наповнення навчальної програми, в якій обов'язковою умовою є включення двох інваріантних (обов'язкових) модулів – теоретико – методичні знання і загальна фізична підготовка – та декількох варіативних модулів.

Інтеграція надає додаткову можливість вчителям фізичної культури розвинути усі аспекти їх педагогічних компетентностей: організаційних, дидактичних, сприйнятливих, комунікативних, сугестивних, науково-дослідницьких та науково-пізнавальних та реалізувати ідею «Здоров'я через освіту». Окрім того, зазначена міждисциплінарна інтеграція може вирішити ряд протиріч: між наявністю науково-теоретичних надбань, значного досвіду, великої кількості підготовлених вчителів у галузі фізичного виховання та відсутністю позитивних результатів в контексті фізична культура – здоров'я школярів; між об'єктивними потребами суспільства у фахівцях, здатних кваліфіковано здійснювати викладання дисциплін валеологічної спрямованості та низькою базовою валеологічною освітою як важливого компонента формування здоров'язбережного ставлення до життя у дітей та молоді.