



Передумови розробки концепції здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку

Гончарова Н.М.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.1342445>

Abstract

Goncharova N. M. Preconditions of the concept of health forming technologies in the process of physical education of primary school-aged children.

On the basis of the data from scientific and methodological resources as well as systematic approach, the most challenging issues of contemporary development of physical education system in general secondary education establishments are reviewed, unsolved issues concerning implementation of health forming technologies into the process of children's physical education are considered. *The aim* of the research is to examine preconditions of developing the concept of health forming technologies in the process of physical education of primary-school aged children. *Research methods.* The complex of research methods, including analysis and generalization of the data from scientific and methodological resources, normative and regulatory documents, Internet sources in order to gain scientific information regarding terminology of health formation; systematic approach and forecasting in order to analyze changing phenomena as well as defining promising directions is used. *Results.* The basic causes of the necessity to introduce health forming technologies in the process of physical education of primary-school aged children are determined. Social, biological and personal preconditions of the activity regarding formation of school-aged children health are defined. Social preconditions include society's need for harmoniously developed personality, low level of formation of healthy lifestyle principles, revealing social request for population health. The group of biological preconditions contains a low level of children's motor activity, a high level of their morbidity, display of violations in children's adaptation to school conditions, the change of the children's static dynamics in connection with the beginning of systematic schooling. Personal preconditions reveal absence of a children's careful attitude towards their own health and of their need for systematic health forming activity. *Conclusions.* The defined preconditions and their characteristics are the tool of developing and implementing the concept of health forming technologies in the process of physical education of primary-school aged children.

Key words: health, children, formation, healthy lifestyle, conditions.

Анотація

На основі даних науково-методичної літератури та системного підходу розглянуті проблемні питання сучасного етапу розвитку системи фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти, висвітлені невирішені питання у напрямку впровадження здоров'яформуючих технологій у процес фізичного виховання школярів. *Метою дослідження* було визначено розгляд передумов розробки концепції здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. *Методи дослідження.* В процесі дослідження було використано комплекс методів дослідження, серед яких аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, програмно-нормативних документів, ресурсів мережі Інтернет для вивчення наукової інформації щодо понятійного апарату здоров'яформування; системний підхід та прогнозування для аналізу змінних явищ та визначення перспективних напрямків розвитку розглянутих питань. *Результати.* Визначені основні першопричини необхідності впровадження здоров'яформуючих технологій в процес фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Сформульовані соціальні, біологічні та особистісні передумови діяльності у напрямку формування здоров'я дітей шкільного віку. Серед соціальних передумов було окреслено потребу суспільства у гармонійно-розвинутій особистості, низький рівень сформованості засад здорового способу життя, що розкривають соціальний запит щодо здоров'я населення. В групу біологічних передумов увійшли низький рівень рухової активності дітей, високий рівень їх захворюваності, прояви порушення адаптації у дітей до умов навчання в школі, зміна статодинамічного режиму учнів у зв'язку з початком систематичного навчання в школі. Особистісні передумови окреслювали не сформованість дбайливого ставлення дітей до власного здоров'я та потреби у систематичній здоров'яформуючій діяльності. *Висновки.* Виявлені передумови та надана їх характеристика є інструментом розробки та впровадження концепції здоров'яформуючих технологій в процес фізичного виховання молодших школярів.

Ключові слова: здоров'я, діти, формування, здоровий спосіб життя, передумови.

Аннотация

Гончарова Н. Н. Предпосылки разработки концепции здоровьесформирующих технологий в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста.

На основе данных научной-методической литературы и системного подхода рассмотрены проблемные вопросы современного этапа развития системы физического воспитания в учреждениях общего среднего образования, освещены нерешенные вопросы в направлении внедрения здоровьесформирующих технологий в процесс физического воспитания школьников. *Целью исследования* было определено рассмотрение предпосылок разработки концепции здоровьесформирующих технологий в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста. *Методы исследования.* В процессе исследования был использован комплекс методов исследования, среди которых анализ и обобщение данных научно-методической литературы, программно-нормативных документов, ресурсов сети Интернет для изучения научной информации по понятийного аппарата здоровьесформирования; системный подход и прогнозирование для анализа переменных явлений и определение перспективных направлений развития рассматриваемых вопросов. *Результаты.* Определены основные первопричины необходимости внедрения здоровьесформирующих технологий в процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста. Сформулированы социальные, биологические и личностные предпосылки деятельности в направлении формирования здоровья детей школьного возраста. Среди социальных предпосылок были обозначены потребность общества в гармонично-развитой личности, низкий уровень сформированности основ здорового образа жизни, раскрывающие социальный запрос о здоровье населения. В группу биологических предпосылок вошли низкий уровень двигательной активности детей, высокий уровень их заболеваемости, проявления нарушения адаптации у детей к условиям обучения в школе, смена статодинамического режима учащихся в связи с началом систематического обучения в школе. Личностные предпосылки определяли несформированность бережного отношения детей к своему здоровью и потребности в систематической здоровьесформирующей деятельности. *Выводы.* Выявленные предпосылки и предоставленная их характеристика является инструментом разработки и внедрения концепции здоровьесформирующих технологий в процесс физического воспитания младших школьников.

Ключевые слова: здоровье, дети, формирование, здоровый образ жизни, предпосылки.



Вступ.

Інтерес до проблеми здоров'я особистості ніколи не втрачав актуальності, до того ж істотно зріс зі вступом нашого суспільства у нову, надзвичайно відповідальну стадію свого історичного розвитку, принципова новизна якої пов'язана з глобальними перетвореннями в соціально-економічній галузі країни (Волскобойникова, 2014).

У світі перетворень соціально-економічних умов життя не залишається осторонь система загальної середньої освіти та безпосередньо процес фізичного виховання. Ініціативні пошуки науковців розкривають можливості впровадження освітніх інновацій, що реалізують сучасні тенденції розвитку сфери фізичної культури та спорту (Добридень, 2016; Погребняк & Согоконь, 2017).

Але сучасна система фізичного виховання в школі не позбавлена проблемних питань пов'язаних з застарілою концепцією системи фізичного виховання в школі, яка потребує нового трактування мети, завдань і принципів фізичного виховання; не обґрунтованими науковими підходами до регламентації фізичних навантажень з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дітей; низьким рівнем організаційної структури педагогічного управління, яка забезпечує координацію та взаємодію адміністрації, батьків, педагогічного колективу, органів учнівського самоврядування (Бас, 2015). Потребують перегляду засоби та методи фізичного виховання у бік впровадження інноваційних технологій, які ґрунтуються на засадах здоров'яформуючої діяльності дітей молодшого шкільного віку (Andrieieva, O., Galan, Y., Hakman, A., & Holovach, I., 2017).

Досвід науковців по здійсненні здоров'яформуючої діяльності потребує своєї реалізації у процесі фізичного виховання з позиції комплексного підходу. Окремі дослідження у напрямку обґрунтування теоретичних засад здоров'яформуючої діяльності, індивідуалізації та диференціації освітнього процесу за гендерною ознакою (Зайцев, Крамской, & Олейник, 2009), у напрямку впровадження інноваційних засобів фізичного виховання (Калакаускене, 2007) та створення здоров'яформуючого освітнього середовища (Лубышевой & Черепова, 2016) не вичерпують потенціал здоров'яформуючих технологій в процесі фізичного виховання.

Мало вивченими залишаються питання системного підходу до організації здоров'яформуючої діяльності в процесі фізичного виховання дітей з метою підвищення фізичного стану зазначеного контингенту. Обмежене

використання інноваційних засобів фізичного виховання, неефективне планування та формальне відношення до проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у школі є перепонами для формування гармонійно розвинутої, морально та фізично здорової особистості (Кашуба, Гончарова & Бутенко, 2016).

Таким чином, аналіз наявних досліджень означеної наукової проблеми, недостатність розробленості сучасних здоров'яформуючих технологій в процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку та необхідність впровадження концептуальних засад реалізації здоров'яформуючих технологій, що визначає актуальність обраної теми, шляхи подальшого наукового пошуку і дозволяє сформулювати мету дослідження.

Зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Тема статті розроблена згідно Зведеного плану НДР Національного університету фізичного виховання та спорту України на 2016-2020 рр. за темою 3.13. «Теоретико-методичні основи здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U001615).

Мета дослідження – розглянути передумови розробки концепції здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Методи дослідження: аналіз та систематизація науково-методичної літератури, програмно нормативних документів, ресурсів мережі Інтернет для систематизації наукової інформації відносно понятійного апарату здоров'яформування; системний підхід та прогнозування для аналізу змінних явищ та визначення перспективних напрямків розвитку розглянутих питань.

Результати.

Теоретичне обґрунтування концепції здоров'яформуючих технологій передбачає урахування особливостей сучасного стану сфери фізичної культури та спорту, передумов її виникнення.

Відповідно до наукового визначення, передумова – це попередня умова існування, виникнення, діяння і та іншого чого-небудь («Словник української мови», 1975). В рамках нашого дослідження було визначено соціальні, особистісні та біологічні передумови, які формують цілісну систему причинно-наслідкових зв'язків діяльності у напрямку формування здоров'я дітей молодшого шкільного віку.



Рис. 1. Передумови розробки концепції здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання учнів початкових класів

Соціальні передумови концепції здоров'яформуючих технологій характеризують потребу суспільства у гармонійно-розвинутій особистості, соціального запиту на формування, підтримку здоров'я членів суспільства. Соціальна значущість питань формування здоров'я підростаючого покоління підкреслена нормативно-правовими актами України, які визначають їх як пріоритетні для формування здорової нації та створюють державний механізм регулювання здоров'яформуючої діяльності, функціонування сфери фізичної культури та спорту.

Потреба розробки концепції здоров'яформуючих технологій в процесі фізичного виховання обумовлена загальною тенденцією низького рівня сформованості засад здорового способу життя серед населення. Здоров'яформуючі технології в даному контексті містять інструментарій набуття теоретичних знань та навичок практичної діяльності у напрямку дотримання засад здорового способу життя.

Звертаючи увагу на низький рівень сформованості здорового способу життя у суспільстві в цілому та окремо у житті дитини не може залишатися без розгляду наявності сімейних традицій у напрямку дотримання засад здорового способу життя. Результати власних попередніх досліджень, у яких прийняли участь батьки 102 учнів першого класу у напрямку визначення родинних традицій занять фізичними вправами засвідчує наявний досвід занять спортом у 52,9 % (n=54) родин, серед яких 29,4 % (n=30) батьків заохочують дітей до такого виду діяльності. На жаль, тільки 10,8 % (n=11) родин на сьогодні залучено до систематичної спеціально організованої рухової активності. Відсутність

взаємодії у здійсненні оздоровчих заходів між батьками та дітьми значно знижує арсенал здоров'яформуючої діяльності учнів у позанавчальний час, знижує увагу до самостійної фізкультурно-оздоровчої діяльності (Гончарова Н. М., Костюченко О. М., Прокопенко А. О., Родіоненко М. В., 2018).

Стосовно біологічних передумов розробки концепції здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку, слід звернути увагу на низький рівень рухової активності дітей молодшого шкільного віку. Потреба в руховій активності є природною для дітей молодшого шкільного віку. Її життєва необхідність для виховання здорового підростаючого покоління підтверджується багатьма дослідниками, які стверджують, що оцінювати здоров'я потрібно не з боку наявності або відсутності захворювань, а з боку життєстійкості, тобто якості адаптаційних можливостей організму, рухова активність є основним засобом на шляху до здоров'я (Иерусалимова, 2016).

Малорухливий спосіб життя негативно відбивається на стані опорно-рухового апарату, а також на функціонуванні багатьох систем організму, перш за все дихальної та серцево-судинної (Бар-Ор, 2009). Недостатня рухова активність у молодшому шкільному віці призводить до зниження працездатності всього організму, в тому числі і мозку, що негативно позначається на якості розумових операцій (Ермолаев, 2001).

Незважаючи на досить пильну увагу науки, медицини і педагогіки до кількості та якості рухової активності (Global recommendations 2010;



Ferguson, 2013), проблема малорухливого способу життя дітей, яка призводить до зниження рівня фізичного стану і здоров'я підростаючого покоління, залишається сьогодні досить гострою і актуальною. Дані попереднього власного дослідження підтверджують, що рухова активність високого рівня дітей молодшого шкільного віку становить від добової кількості часу 4,4% у режимі навчального дня з уроком фізичної культури, 1,65% у режимі навчального дня без уроку фізкультури і 2,15% у режимі вихідного дня (Гончарова, Бутенко & Усиченко, 2016).

Дана тривалість рухової активності високого рівня в режимах різних днів є недостатньою і свідчить про малорухомий спосіб життя дітей молодшого шкільного віку, що призводить до зниження рівня фізичного стану і до проблем зі здоров'ям (Бар-Ор, 2009; Круцевич & Безверхня, 2010).

В даному контексті зниження рівня здоров'я дітей вже з початкових періодів навчання в школі, пов'язане з впливом гіподинамії та інших чинників, та має тенденцію погіршення у віковому аспекті.

Нажаль, слід констатувати, поступове зменшення кількості дітей, які відносяться до основної медичної групи та збільшення кількості дітей у підготовчій та спеціальній медичній групі за період навчання в школі. Існуюча система фізичного виховання з повній мірі не виконує свою оздоровчу та превентивну функцію. Проведене констатувальне дослідження дозволяє виявити факти прояву хронічних захворювань у дітей вже за період навчання у початковій школі.

Розглядаючи питання формування здоров'я дітей молодшого шкільного віку, не можна залишити без уваги складний період у житті кожної дитини, набуття статусу учня. Початок навчання в школі супроводжується зміною провідного виду діяльності дітей, проявами адаптаційних реакцій систем організму до умов навчання.

Також мало вивченим залишається питання прогнозування перебігу адаптаційних процесів у дітей до умов навчання та їх урахування під час початку навчання. В повній мірі не реалізується потенціал засобів фізичного виховання для нівелювання чинників порушення адаптації в процесі здоров'яформуючої діяльності (Кашуба, Гончарова & Бутенко, 2017). В унісон до вивчення перебігу адаптаційних процесів, додаткової уваги потребує питання урахування у педагогічній практиці фізичної готовності дитини до умов навчання, яка характеризується позитивними показниками стану здоров'я; гармонійним фізичним розвитком; розвитком функціональних систем у відповідності до віку; високим рівнем

фізичної підготовленості; високим рівнем навичок самообслуговування та оволодіння культурно-гігієнічними навичками (Якименко, 2007) та є відправною точкою для розробки заходів впливу.

До особистісних передумов впровадження здоров'яформуючих технологій в процес фізичного виховання належать формування фізичної культури дитини, дбайливого ставлення до свого здоров'я, розуміння здоров'я як цінності (Зимівець, 2008). Саме в період навчання в молодшій школі під впливом фізіологічних, психологічних та соціальних факторів починаються процеси становлення дбайливого відношення дитини до власного здоров'я, яке поступово переходить в тип поведінки.

Трансформація суспільного життя у напрямку інформатизації, змінила відношення дорослих і як наслідок дітей до систематичної фізкультурно-оздоровчої діяльності, спеціально-організованої рухової активності. Тривале знаходження в положенні сидячи під час навчання, користування комп'ютером та перегляд телевізору скороти час на рухливі ігри, самостійне виконання фізичних вправ. Зміна даної ситуації, у напрямку збереження здоров'я, потребує впровадження здоров'яформуючих технологій, що ґрунтуються на глибокому розумінні мотивів та інтересів дітей.

Дискусія.

Розглядаючи проблему здоров'яформування дітей молодшого шкільного віку з системної позиції слід звернути увагу на недостатнє її вивчення як у теоретичному, так і у практичному аспектах. Аналіз науково-методичної літератури та практичного досвіду підтверджує низку невирішених питань та протиріч в рамках функціонування системи фізичного виховання в школі, які мають велике соціальне значення: між потребами суспільства у гармонійно-розвинутій особистості та недостатнім усвідомленням дітьми здоров'я як найвищої цінності; між низьким станом здоров'я дітей молодшого шкільного віку та відсутністю реалізації комплексних заходів здоров'яформуючої діяльності у початковій школі.

Проведене дослідження показало, що одним із напрямів підвищення ефективності фізичного виховання у напрямку збереження здоров'я може бути широке застосування в процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Теоретичне обґрунтування заходів по розробці концепції здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку передбачало розгляд основних її передумов, які включають соціальні, біологічні та особистісні.



Соціальні передумови сформовані соціальним запитом суспільства у гармонійно-розвинутій особистості. Недоліки функціонування системи фізичного виховання в школі не залишаються непоміченими у суспільстві, перш за все низький рівень здоров'я дітей є маркером наявності недоліків, та обумовлює відокремлення біологічних передумов розробки концепції здоров'яформуючих технологій. Особистісні передумови розробки концепції здоров'яформуючих технологій пов'язані з необхідністю сприйняття дитини як цілісної особистості, формування у неї усвідомленого

прагнення до сприйняття здоров'я як цінності та дбайливого ставлення до нього.

Висновки. В процесі проведення дослідження показана критична ситуація стану здоров'я дітей молодшого шкільного віку, визначені можливі шляхи подолання даної ситуації через впровадження здоров'яформуючих технологій. Реалізація здоров'я формуючих технологій в процесі фізичного виховання передбачає урахування передумов її розробки. Серед провідних слід визначили соціальні, біологічні, особистісні.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів.

References

1. Bar-Or O., & Rouland T. (2009). Children's health and motor activity: from physiological bases to practical application: translate with English. Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2009. 528 p. (In Russian)
2. Bas YU. YU. (2015). Modern state of health of children of elementary school age and factors that determine it. *Naukovyy chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15 : Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoy kul'tury (fizychna kul'tura i sport)*, 5(1), 18-22. (In Ukrainian)
3. Bashavets' N. A. (2013). Modern problems of healthcare in physical education. *Visnyk Chernihivs'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu. Ser. : Pedahohichni nauky. Fizychnye vykhovannya ta sport*, 112(3), 78-80. (In Ukrainian)
4. Voskoboinikova H. L. (2014). The concept of integrated assessment of adaptation opportunities in the formation and preservation of individual human health. *Nauka i osvita*, 8, 35-39. (In Ukrainian)
5. Goncharova N., Butenko H., & Ushchenko V. (2016). Features of motor activity of children of junior school age. *Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya*, 3, 39-42. (In Ukrainian)
6. Goncharova N. M., Kostyuchenko O. M., Prokopenko A. O., Rodionenko M. V. (2018). Features of the motor regime of the students of the first class of the secondary school. *Molod' ta olimpiys'ky rukh: Zbirnyk tez dopovidey XI Mizhnarodnoyi konferentsiyi molodykh vchenykh, 10-12 kvitnya 2018 roku*. 299-300.
7. Dobryden' O. V. (2016). Potential of human health in modern conditions. *Hrani*, 4, 45-50. (In Ukrainian)
8. Zaytsev V. P., Oleynik N. A., & Kramskoy S. I. (2009). *Health forming technologies in the context of the gender approach: monograph*. Kharkov: KHGFK. (In Russian)
9. Zimovets N. V. (2008) Socio-pedagogical technologies of formation of responsible attitude towards health in student's youth: author's abstract. dis for obtaining sciences. Degree Candidate ped Sciences : 13.00.05. Lugansk, 23 p. (in Ukrainian)
10. Iyerusalimova M. V., Kalinina T. V., & Kazakova O. A. (2016). Motor activity and its influence on the health of preschool children. *Olympus. Gumanitarnaya versiya*, 2, 9-12. (In Russian)
11. Kashuba V. O., Goncharova N. M., & Butenko H. O. (2016). Organizational-methodical conditions for the implementation of recreational and recreational activities of schoolchildren in the process of physical education. *Visnyk Zaporiz'koho natsional'noho universytetu: Zbirnyk naukovykh statey. Fizychnye vykhovannya ta sport*, 2, 19-26. (In Ukrainian)
12. Kashuba V. O., Goncharova N. M., & Butenko H. O. (2017). The potential of health tourism to optimize the process of adaptation of children to school conditions. *Visnyk Prykarpats'koho universytetu. Seriya: Fizychna kul'tura*, 25-26, 148-154. (In Ukrainian)
13. Krutsevych T. YU. & Bezverkhnya H. V. (2010). Recreation in Physical Culture of Different Groups of the Population. *Kyiv: Olimpiys'ka literature*. (In Ukrainian)
14. Lubyshva L. I., & Cherepov Ye. A. (2016). A rationale for designing the health forming educational space of the school on the basis of sporting physical education. *Chelovek. Sport. Meditsina*. Vol. 16, 2, 52-61. (In Russian)
15. Pohrebnyak O. I., & Sohokon' O. A. (2017). Modern scientific and practical approaches to healthcare of student youth. *Zdorov'e, sport, reabylytatsyya*, 3, 34-38. (In Ukrainian)
16. Dictionary of the Ukrainian language: in 11 volumes. (1975). Vol. 6, 178. (In Ukrainian)
17. Usatova I. F. (2014). *Formation of the readiness of future teachers of physical culture for the implementation of health-saving technologies in special medical groups: on-method. manual*. Cherkasy : Publisher Chabanenko YU.A., 2014. (In Ukrainian)
18. Yakimenko V. A. (2007). Pedagogical conditions for the formation of the physical readiness of senior preschool children for schooling author's abstract. dis for obtaining sciences. Degree Candidate ped Sciences : 13.00.01. Kaliningrad, 18 p. (In Russian)



19. Andrieieva, O., Galan, Y., Hakman, A., & Holovach, I. (2017). Application of Ecological Tourism in Physical Education of Primary School Age Children. *Journal of Physical Education and Sport*, 17 (1), 7-15.
20. Ferguson K. T., Cassells R.C., MacAllister J.W., & Evans G.W. (2013). The physical environment and child development: An international review. *International Journal of Psychology*. 2013; 48(4): P. 437–468. Available from: <http://dx.doi.org/10.1080/00207594.2013.804190>.
21. Global recommendations on physical activity for health. Geneva : World Health Organization, 2010. 57 p.

Информация об авторе

Гончарова Н.М.

<http://orcid.org/0000-0002-3000-9044>

nataliinfiz@gmail.com

Національний університет фізичного виховання і спорту України

03150, вул. Фізкультури, 1, м. Київ, Україна, 0442876349

Information about the author

Goncharova N.M.

<http://orcid.org/0000-0002-3000-9044>

nataliinfiz@gmail.com

National University of Physical Education and Sports of Ukraine

03150, st. Fizkultury, 1, Kyiv, Ukraine, 0442876349

Принята в редакцию 16.06.2018

Received: 16.06.2018