

ПРОБЛЕМА ВИХОВАННЯ ОСНОВ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я УЧНІВ У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ

Півненко Ю.В.

Запорізька обласна академія післядипломної педагогічної освіти

Анотація. У статті викладено основні підходи до проблеми виховання основ фізичного здоров'я учнів у навчально-виховному процесі.

Ключові слова: здоров'я; фізичне здоров'я, виховання основ фізичного здоров'я.

Постановка проблеми. Здоров'я — одна з головних умов, що визначають повноцінний розвиток дитини. У той же час реальний стан здоров'я громадян свідчить про те, що вирішення державного завдання щодо його формування та збереження залишається на декларативному рівні. Захворюваність дитячого населення України має стійку тенденцію до зростання. Зниження рівня здоров'я характерно для всіх вікових періодів життя дитини.

Аналіз досліджень і публікацій. Наукові дослідження свідчать, що навчально-виховний процес негативно впливає на різні складові здоров'я дітей і потребує педагогічного переосмислення (М.Амосов, М.Безруких, В.Базарний, С.Громбах, Н.Денисенко, М.Смірнов, А.Хрипкова та ін.). Проблемі виховання здорової особистості в умовах навчально-виховного процесу присвячені численні наукові дослідження. Зокрема, І.Брехман, Г.Зайцев, О.Дубогай, Л.Нагавкіна, Л.Татарнікова розглядають валеологічний підхід до формування здоров'я особистості; шляхи збереження та зміцнення здоров'я учнів через впровадження у навчально-виховний процес здоров'язбережувальних технологій розкривають Н.Денисенко, В.Ковалько, П.Симонов, М.Смірнов, М.Сократов; організації цілісного педагогічного процесу як основи формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я присвячені праці М.Безруких, В.Касаткіна, С.Чечельницької та ін. Багатьма авторами доведено, що фізичне здоров'я є фундаментом для подальшого повноцінного розвитку особистості. Аналіз наукової літератури свідчить про численні дослідження проблеми збереження саме фізичного здоров'я учнів (П.Лесгафт, 1889; І.Мурахов, 1985; Е.Вільчковський, 1988; В.Базарний, 1989; Б.Шиян, 1993; Г.Апанасенко, 1995; О.Дубогай, 2002; І.Чупаха, 2002; Н.Денисенко, 2003; О.Аксьонова, 2005 та ін.).

У той же час оздоровча стратегія школи фактично зводиться до виконання санітарно-гігієнічних вимог, збільшення різних форм фізичного виховання у навчальному плані, фрагментарного проведення виховних заходів з тематики формування навичок здорового способу життя. Практика свідчить, що зазначені заходи не вирішують проблему виховання фізичного здоров'я учнів.

Мета статті: здійснити аналіз основних підходів до тлумачення дефініції «здоров'я», надати визначення дефініціям «основи фізичного здоров'я» та «виховання основ фізичного здоров'я» у навчально-виховному процесі.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел; вивчення психолого-педагогічного досвіду в контексті зазначеної проблеми.

Результати дослідження та їх обговорення. З метою здійснення аналізу основних підходів до тлумачення дефініції «здоров'я», визначення дефініцій «основи фізичного здоров'я» та «виховання основ фізичного здоров'я» у навчально-виховному процесі ми визначили, яке місце займає здоров'я в освітньому процесі.

На нашу думку, показники здоров'я мають бути не тільки джерелом якості освітнього процесу, а і його метою, і результатом. Означена позиція ґрунтується на результатах досліджень ряду авторів, за якими здоров'я визначається: як результат (М.Сократов зі співавтор., 1998; В.Касаткін, С.Чечельницька, Ф.Харісов, 1999;); як мета (В.Касаткін, 2003, О.Севрук, О.Юніна, 2004, 1); як умова реалізації можливостей дитини (Е.Вайнер, 2002, 2); Ю.Конаржевський, 2000, 3); як засіб, індикатор правильності педагогічних дій (В.Касаткін, 2003, 4).

У статуті ВООЗ (1968) здоров'я визначається як «повне психічне, фізичне, біологічне, соціальне благополуччя, а не тільки відсутність хвороби або дефекту». Проте для наукових розробок і практичного використання дефініція «здоров'я» повинна

мати більш чітке тлумачення. Визначення цього поняття представлені в медичній, педагогічній, психологічній, соціальній, філософській науковій літературі. Однак численні спроби різних авторів знайти точне й єдине визначення самого поняття «здоров'я» не привели до бажаного результату. На думку І.Чупахи, це пояснюється відсутністю методологічного базису, загальноновизначених критеріїв, методів дослідження, багатозначністю характеристик здоров'я як в науці, так і в різних сферах життєдіяльності людини. На сьогодні існує близько 300 інших визначень, автори яких роблять акцент на різні аспекти здоров'я, проте це поняття ще не сформульовано до такого ступеня, щоб стати загальноприйнятим.

Група вчених (О.Аксьонова, Г.Апанасенко, Т.Бойченко, Н.Денисенко, Е.Казін, Н.Блінова, Н.Літвінова), говорячи про категорію «здоров'я», розглядають феномен здоров'я з позиції його відтворення, формування, споживання, відновлення (Г.Апанасенко; Е.Булч, І.Мурахов; В.Казначеев, Саскачеванська провінційна Рада здоров'я, 1994) і як стан (ВООЗ, 1968; Л.Брусіловський; Є.Гольдсміт, 1980; С.Павленко; А.Семенко, В.Єрмаков).

Авторитетною в аспекті нашого дослідження є позиція В.Базарного, який визначає здоров'я як категорію резервів життя, життєздатності людини як цілісної істоти в єдності її тілесних і психічних характеристик. Автор зазначає, що ця життєздатність формується в процесі виховання. Отже, здоров'я — категорія педагогічна [5, с. 70].

Аналіз психолого-педагогічних робіт дає підстави узагальнити підходи до визначення дефініції «здоров'я», а саме: лікарі та фізіологи здійснюють акцент на роботу організму й психофізіологічні особливості (Г.Билич, Л.Назарова, 1998; П.Вартапетова, 1999; В.Казначеев, 1989; Ю.Лісіцин, 1974; А.Малигін, 2001; Ю.Мельник, 2000; Г.Овчаров, 2000), психологи — на гармонійний особистісний розвиток (К.Абульханова-Славська, 1980; Б.Ананьєв, 1996; Л.Анциферова, 1978; А.Асмолов, 1990; Л.Божович, 1972; Б.Братусь, 1988; Л.Виготський, 1956; А.Орлов, 1995; А.Петровський, 1992; В.Петровський, 1997; С.Рубінштейн, 1946).

Для нашого дослідження особливо важливим є сутність поняття «здоров'я дитини». Аналізуючи його визначення в інтерпретації різних авторів, встановили наступне. За С.Громбахом (1993), показниками здоров'я дітей є відсутність захворювань; нормальний рівень (стан) основних функцій організму; своєчасний і гармонійний розвиток; висока реактивність організму. У розумінні Ю.Вельтищева, здоров'я дитини — це відповідний віку сталий фізичний та інтелектуальний добробут зростаючої людини в процесі реалізації генетичної програми розвитку в конкретних умовах соціального та еко-

логічного середовища, харчування та виховання. Дослідники І.Воронцов (1990), Ю.Вельтищев (1994) до критеріїв здоров'я дитини відносять оптимальний для конкретного віку показник досягнутого розвитку дитини — фізичного, нервово-психічного та інтелектуального; достатній рівень проявів функціональної та соціальної адаптації, високий ступінь опірності по відношенню до несприятливих впливів зовнішнього середовища, відповідні віку показники імунобіологічної реактивності; відсутність донозологічних синдромів, ризику для здоров'я; елімінацію та корекцію факторів ризику на наступні періоди життя; оптимальні темпи онтогенезу (тобто зростання, інтелектуального і функціонального розвитку) на фоні впливу сім'ї, виховання й оточення, які забезпечують відсутність хронічних захворювань і значущих аномалій розвитку [6].

Ми приймаємо позицію тих вчених, які звертають увагу на інтегративний характер дефініції «здоров'я» (Ю.Вельтищев, І.Воронцов, Н.Денисенко, І.Залеський, В.Єрмаков, В.Казначеев, Ю.Лісіцин, А.Семенко, А.Щедрина та ін.), оскільки всебічний розвиток особистості можливий за умови гармонійного поєднання її внутрішнього духовного світу з фізичним здоров'ям.

В численних дослідженнях фізичне здоров'я дитини визначається як такий стан її організму, коли показники основних фізіологічних систем перебувають у межах норми й адекватно змінюються в процесі її взаємодії з навколишнім середовищем; це — оптимальна взаємодія всіх органів і систем, їхня динамічна врівноваженість із навколишнім світом (В.Бароненко, В.Горашук, Н.Денисенко, М.Корольчук, Л.Рапопорт, М.Сократов). При цьому поняття «фізичне здоров'я» вчені пов'язують із умінням володіти своїм тілом, фізичною витривалістю, високим рівнем працездатності.

На підставі вищезазначеного аналізу, тлумачимо фізичне здоров'я дитини як динамічний стан органів і систем організму дитини, показники якого дозволяють адекватно функціонувати у навколишньому середовищі.

Вважаємо, що в умовах навчально-виховного процесу недоцільно визначати всі показники. Тому виділяємо основні з них, які торкаються адаптаційних можливостей та визначають ступінь гармонійності морфологічних показників. Аналіз наукових досліджень (М.Амосов, В.Горашук, Ю.Вельтищев, І.Воронцов, Н.Денисенко, М.Корольчук та ін.) дозволив виокремити такі показники — складові фізичного здоров'я дитини:

— індивідуально оптимальний рівень морфо-фізіологічного розвитку дитини, необхідний і достатній для якісного функціонування організму дитини;

— індивідуально оптимальний рівень фізичної підготовленості, необхідний і достатній для якісної працездатності дитини;

— індивідуально оптимальний рівень адаптаційних можливостей організму дитини, необхідний і достатній для компенсації патологічних процесів оточуючого середовища.

Вчені Н.Абаскалова, Т.Орехова, розглядаючи теоретичні аспекти проблеми здоров'я, великого значення надають навчально-виховному процесу в формуванні цінностей людини. При цьому вони відзначають виняткову значимість здоров'я як загальнолюдської та особистісної цінності [7].

На нашу думку, з метою досягнення максимальної ефективності у розв'язанні даної проблеми роботу доцільно починати у початковій ланці, оскільки молодший шкільний вік — сенситивний період, який необхідно плідно використати для пробудження інтересу до фізичної та валеологічної культури як невід'ємної частини загальної культури людини. Підтвердження позиції щодо величезних можливостей виховання у молодшому шкільному віці ми знаходимо у працях М.Амосова: «Дуже цікаво простежити «траєкторію» формування особистості, спостереження такі є, але, на жаль, вони охоплюють лише дитячий вік — до 7-12 років» [8].

З опорою на тлумачення дефініції «виховання» в Українському радянському енциклопедичному словнику, а також авторами Т.Єфремовою, Д.Ушаковим, ми визначаємо виховання основ фізичного здоров'я як соціально значущий процес узгоджених взаємодій суб'єктів навчально-виховного процесу, спрямованих на досягнення індивідуально оптимального рівня показників фізичного здоров'я дитини.

Позицію виховання здоров'я ми знаходимо у працях М.Амосова, який визначає цей процес як управління розвитком дитини з метою переведення його з вихідного стану в бажаний [8].

Досягти означеної мети виховання основ фізичного здоров'я можливо за умови, якщо дитина здатна й готова до педагогічної взаємодії, тобто їй притаманна така якість особистості як виховуваність. Вчений О.Бодалев «виховуваність» у широкому розумінні слова характеризує як стан психологічної підготовленості особистості до швидкого формування пізнавальних, комунікативних та поведінкових відповідей на педагогічні впливи. Виховуваність як психологічна якість особистості не має глобального характеру, відрізняється вибірковістю сприйняття і реагування людини на зовнішні дії, іншими словами, вона виявляється парціально [9, с. 14].

Означене можливо, на нашу думку, за умов здійснення компетентнісного підходу. Зокрема І.Анохіна, А.Гогоберідзе серед початкових ключових компетентностей пріоритетне місце відводять здоров'язбережувальній компетентності й визначають її як готовність самостійно розв'язувати завдання, пов'язані з підтримкою, зміцненням та збереженням здоров'я як свого, так і оточуючих, що передбачає не тільки медично-валеологічну інформативність, але й застосування здобутих знань на практиці, володіння методиками зміцнення здоров'я й запобігання захворюванням (Д.Воронін) [10, с 7].

Таким чином, здоров'язбережувальна компетентність — це спеціальна система знань, умінь, навичок і ставлень, яка дозволяє людині ідентифікувати й самостійно розв'язувати завдання, пов'язані

Нова книжка

Сергієнко Л.П.

С32 Практикум з психології спорту: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОБС», 2008. — 256 с. (МОН України, лист № 1-4/18-Г-1054 від 14 травня 2008 р.) ISBN 966-7858-51-0.

У навчальному посібнику викладено зміст практикуму з психології спорту та програми з даної навчальної дисципліни. У практикумі наведено короткий зміст лекцій. Фактично це конспекти лекцій, які особливо потрібні студентам заочного відділення та тим, хто навчається дистанційно. На практичних заняттях студентам пропонується виконання психологічних та дидактичних тестів. Навчальний посібник доцільно використовувати під час підготовки до семінарських занять, заліків та іспитів.

Навчальний посібник рекомендовано студентам вищих навчальних закладів освітнього напрямку «Фізичне виховання і спорт» та «Психологія». Може бути корисним для викладачів, фахівців у галузі психології, тренерів, спортсменів високої кваліфікації, широкого кола читачів.



з формуванням, збереженням, зміцненням і відновленням індивідуального здоров'я та здоров'я навколишнього середовища.

Висновки. Виходячи з вищесказаного, рівень вихованості основ фізичного здоров'я учнів є інтегральним показником основ фізичного здоров'я (кількісний показник основ фізичного здоров'я) та рівня здоров'язбережувальної і здоров'яформувальної компетентності (якісний показник основ фізичного здоров'я).

Перспективи подальших досліджень у даному напрямі. наявність зазначених вище суперечностей та потреби практики визначають актуальність розробки методики моніторингу навчально-виховного процесу у контексті вивчення рівня фізичного здоров'я учнів.

Список літератури

1. *Севрук А.И., Юнина Е.А.* Здоровьесберегающий урок // Школьные технологии. — 2004. — №2. — С. 200—207
2. *Вайнер Э.Н.* Валеология: Учебник для вузов. 2-е изд., испр. — М.: Флинта: Наука, 2002. — 416 с.
3. *Конаржевский Ю.А.* Анализ урока. — М.: Центр «Педагогический поиск», 2000. — 336с.
4. *Касаткин В.Н.* Школа здоровья: «костыль» или «компас» в системе образования? // Школа здоровья. — 2003. — № 11. — С. 5—12.
5. *Казаковцева Т.С., Косолапова Т.Л.* К вопросу здоровьтворческой деятельности в образовательных учреждениях // Начальная школа. — 2006. — №4 — С. 68—74
6. *Вельтищев Ю.Е.* Проблемы охраны здоровья детей России: Доклад на Конгрессе педиатров России. Февраль 1999 г. [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://nature.web.ru/db/msg.html?mid=1171060&uri=index2.html> — Назва з екрану.
7. *Абаскалова Н.П.* Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса «школа — вуз»: монография / Н.П. Абаскалова. — Новосибирск Издательство НГПУ, 2001. — 316 с.
8. *Амосов Н.М.* Здоровье и счастье ребенка . [Электронный ресурс] / Режим доступа: // http://www.icfst.kiev.ua/AMOSOV/child1_u.html — Назва з екрану.
9. *Бодаев А. А.* Личность и общение. — М.: Педагогика, 1983. — 272 с.
10. *Белікова Н.О.* Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутнього фахівця з фізичної реабілітації. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту — 2010. — №11 — С. 7—10.

Надійшла до редакції 12.11.2011 р.

Пивненко Ю.В. Проблема воспитания основ физического здоровья учащихся в учебно-воспитательном процессе

В статье изложены основные подходы к проблеме воспитания основ физического здоровья учащихся в учебно-воспитательном процессе.

Ключевые слова: здоровье; физическое здоровье, воспитание основ физического здоровья.

Pivnenko Y.V. Problem of education of bases of physical health of studying in the educational process.

The article outlines the main approaches to education foundations of physical health of students in the educational process.

Key words: health, physical health, education foundations of physical health.