

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ

УДК 796.012.1

РУХЛИВО-ПІЗНАВАЛЬНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОГО СВІТОГЛЯДУ В УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Пристинський В.М., Пристинська Т.М.

Слов'янський державний педагогічний університет

Анотація. Досліджується ефективність впровадження інтерактивних педагогічних технологій у фізичне виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Доведено, що оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри сприяють підвищенню ефективності розвитку валеологічного світогляду та розуміння значення оптимальної рухової активності для учнів молодшого шкільного віку.

Ключові слова: педагогічні технології, оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри, освітній і валеологічний вплив, урок фізичної культури, учні молодшого шкільного віку.

Вступ. Прагнення України до європейських стандартів в освіті пред'являє підвищенні вимоги до якості організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл. У даному контексті слід звернути увагу на положення «Кодексу спортивної етики» європейських країн, в якому проголошується право дітей та молоді на задоволення потреб від участі у спорті, ідея заохочення дітей до винайдення їх власних ігор за власними правилами і умовами проведення. Разом з тим, «Кодекс ...» вимагає від спортивних організацій (викладачів, учителів, інструкторів фізкультурно-оздоровчих центрів тощо) розробити організаційно-педагогічні умови, які б надавали можливість забезпечення персонального рівня досягнень [4].

Зважаючи на те, що за даними статистики понад 30 % першокласників мають різні відхилення в стані фізичного розвитку і психічного здоров'я, а серед випускників загальноосвітніх шкіл такими вважаються вже майже 90 % учнів України і країн СНД, проблема виховання ціннісних орієнтацій до здоров'я і здорового способу життя залишається актуальною, насамперед, в аспекті підвищення освітньої і валеологічної спрямованості уроків фізичної культури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, узагальнення науково-теоретичних і практичних здобутків з даної проблеми, дають можливість зазначити, що достатнє задоволення потреби у рухах та їх розвиненість особливо важливі в дитячому віці та є одним з показників адекватного

нервово-психічного і розумового розвитку. Поряд з цим, останнім часом, з'являється все більше наукових публікацій авторитетних учених, в яких відчувається неприховане занепокоєння станом здоров'я населення України, темпи депопуляції якого, доречі, найвищі в світі, і становлять 0,8 % на рік. Однією з причин такого становища слід вважати зовсім необґрунтоване зниження зацікавленості (або і виключення) з навчально-виховного процесу загальноосвітніх шкіл науки про здоров'я — валеології, яка повинна досліджувати і забезпечувати реалізацію закономірностей залучення кожного учня до процесу його самооздоровлення. Конструктивне розв'язання такої важливої соціально-педагогічної ситуації в загальноосвітніх навчально-виховних закладах вбачається в реалізації освітнього (інформація про здоров'я, як стати і бути здоровим), мотиваційного (формування потреби до самооздоровлення) і практичного (оптимальна рухова активність, раціональне харчування, позитивний психоемоційний клімат в колективі) аспектів [1].

Привертають увагу публікації, в яких наводяться результати досліджень, що свідчать про збільшення кількості дітей, які б свідомо займалися фізичними вправами на уроках фізичної культури (або систематично самостійно), але при умові достатньо розвиненої мотивації до таких занять на основі знань про доцільність оптимальної рухової активності, її впливу на здоров'я людини [6].

Актуальними в аспекті формування знань про благодійність впливу занять фізичними вправами на розвиток розумових і пізнавальних здібностей учнів молодшого шкільного віку слід вважати

дослідження, в яких обґрунтовується взаємозв'язок природної потреби дітей у руховій активності і забезпечення її адекватного функціонування резервними можливостями серцево-судинної системи. Виявлені міжсистемні взаємозв'язки між показниками розумової працездатності і параметрами функціонального стану системи кровообігу свідчать, що для оптимального протікання інтелектуальних процесів необхідно мати високий рівень адренергічної адаптації до фізичного навантаження. Але, поряд з цим, наголошується, що включення активних форм занять фізичною культурою до структури оздоровчих педагогічних технологій потребує подальшого наукового обґрунтування, як в аспекті розробки їх змістовного наповнення, так і визначення адекватної величини фізичного навантаження. При цьому, слід враховувати не тільки параметри поточного стану організму, а й функціональні можливості систем, що характеризують загальний фізичний статус сучасних школярів [2, 3, 5].

Отже, узагальнюючи дані літературних джерел, існуючий педагогічний досвід, практичні здобутки попередніх років з означеної проблеми зазначаємо, що одним з недостатньо збалансованих компонентів традиційних й авторських програм залишається їх дидактична спрямованість на забезпечення взаємозв'язку фізичного виховання з іншими видами навчально-виховної діяльності школярів. Потребують більш ґрунтовного вивчення психолого-педагогічні механізми, які обумовлюють взаємозв'язок у розвитку рухових здібностей та пізнавальних процесів і психоемоційної сфери учнів у процесі шкільного фізичного виховання. На наше переконання шкільні уроки

фізичної культури доцільно було б наповнити інтерактивними педагогічними технологіями, які сприяли б цілеспрямованому формуванню в учнів валеологічного світогляду.

На наш погляд, сутність такої взаємодії повинна полягати, насамперед, у підвищенні освітньої і валеологічної спрямованості уроків фізичної культури, які передбачали б інтеграцію рухових, пізнавальних і мотиваційних процесів у розвитку гармонійно розвиненої особистості школяра сучасної загальноосвітньої школи.

Мета дослідження — визначити ефективність впровадження оздоровчих рухливо-пізнавальних ігор валеологічної спрямованості у процес фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку.

Методика дослідження. Дослідження проведено за планом НДР кафедри теоретичних та методичних основ фізичного виховання і реабілітації, НДЛ «Духовного і фізичного виховання учнівської молоді та студентів» Слов'янського державного педагогічного університету відповідно основним положенням Державної національної програми «Освіта» (Україна XXI ст.). Дослідно-експериментальною базою дослідження були ЗОШ № 8, 9, дошкільні навчально-виховні заклади № 52, 56, 62 м. Єнакієве Донецької області та ЗОШ № 8 м. Слов'янська Донецької області.

У педагогічному експерименті взяли участь чотири групи дітей старшого дошкільного віку, а також учні перших класів паралелі «А» і «Б», з яких було складено контрольні та експериментальні групи (по 15 осіб в кожній).

Реалізація поставленої мети досягалась за допомогою використання наступних методів

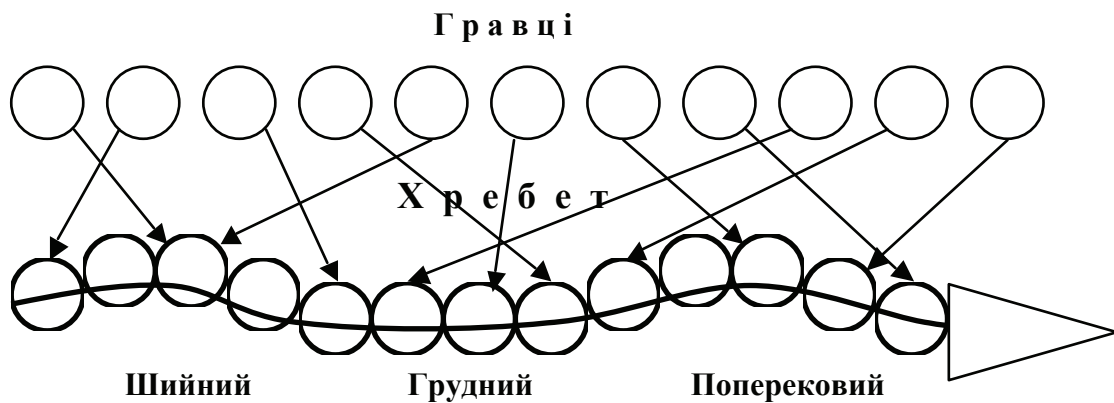


Рис. 1. Структурно-логічна схема проведення оздоровчої рухливо-пізнавальної гри «Здоровий хребет» (І. Макущенко, В. Пристинський, Т. Пристинська [4, 6])

дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел та вивчення інноваційного педагогічного досвіду; анкетування і бесіди; педагогічні спостереження; методи експертних оцінок і тестів; методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Основою авторського підходу до забезпечення розвитку пізнавальних і розумових здібностей дітей молодшого шкільного віку було впровадження оздоровчих рухливо-пізнавальних ігор, які за своєю спрямованістю відповідали завданням пріоритетного програмного матеріалу уроків фізичної культури. Ігри, що були впроваджені в процесі педагогічного експерименту, розроблялись на основі традиційних рухливих ігор в авторській інтерпретації, зважаючи на зміст розділів програмного матеріалу з валеології.

Розробляючи зміст кожної гри, ми враховували, що розвиток сприйняття у дітей молодшого шкільного віку тісно пов'язаний з їх практичною діяльністю. Дітьми, насамперед, сприймаються ті об'єкти, властивості, ознаки, які викликають яскраву психоемоційну забарвленість. Так, наприклад, при проведенні гри «Здоровий хребет», учні які побували «відділом хребта», мають більш точне уявлення про анатомічні особливості будови хребетного стовпа, про значення його фізіологічних вигинів. А, спеціально розроблені кольорові картки у вигляді «хребця» з назвою відповідного відділу та з конкретним номером учасника (шийних — 7, грудних — 12, поперекових — 5, куприкових — 6—8) дозволяли дітям більш чітко запам'ятовувати послідовність складових хребетного стовпа. Почувши сигнал (у визначений момент ігри), діти намагаються якомога швидше вишикуватись у своїх командах, на лініях «фізіологічних вигинів», відповідно до номерів хребців і відділів хребта, що стимулювало розвиток концентрації уваги та вміння управляти нею (рис. 1).

Високий оздоровчо-розвивальний, дидактичний і виховний ефект мали ігри валеологічної спрямованості, які широко застосовувались на уроках фізичної культури в класах, що склали експериментальні групи. Особливої популярності набули такі ігри, як «Макрофаги» (розроблена на основі гри «Передай — сідай!»), «Ферменти» (на основі — «Білки, жолуді, горіхи»), «Вітамінки» (на основі — «Вибий ведучого», «Встигни схопити»), «Антитіла» (на основі — «Вовки у рові»), «Стравоходик» (на основі — «Весела змійка»), «Лімфатична судинка» (на основі — «Дрібушечки») та інші. Дані ігри, поряд з розвитком фізичних якостей, сприяли активному словесно-логічному і змістовному запам'ятовуванню (у поєднанні з наочно-образним) та оволодінню свідомо управляти пам'яттю,

регулювати її проявами (пригадування), розвитку смислової пам'яті.

Рольові та сюжетні компоненти запропонованих ігор (коли діти зображують і уявляють як функціонує їх організм, як взаємодіє з зовнішнім середовищем) активізували психоемоційну забарвленість уроків, а мовлення дітей збагачувалося новими термінами, поняттями, зміст яких стає більш доступним і зрозумілим на фоні безпосереднього уявлення.

Перевірка ефективності авторської методики здійснювалась при виконанні поточних навчальних нормативів і контрольних вимог (наприкінці I півріччя), орієнтовного комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості (наприкінці навчального року) та експертному оцінюванню (за параметрами ступеню розвитку психофізіологічних функцій і пізнавальних процесів).

Узагальнюючи дані, що одержані в процесі дослідження, представляється можливим зазначити, що при виконанні комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості учнями експериментальних груп показники становили 9,98 — 11,20 балів, що дорівнює 64,4 % зростання в порівнянні з вихідними даними. У контрольних групах ці показники становили 7,35 — 8,80 балів (приріст відносно вихідних даних 39,1 %).

При виконанні контрольних завдань, що характеризують ступінь розвитку психофізіологічних функцій (фонетичний слух, координація дрібних м'язів руки, просторова орієнтація, обсяг зорового сприйняття тощо) було зафіксовано зростання показників з 4,40 до 10,59 балів (58,5 %) в учнів експериментальних груп. У контрольних групах темпи зростання були повільнішими — із 4,41 до 6,67 балів (33,7 %) по відношенню до вихідних даних.

Ступінь розвитку пізнавальних процесів визначався при виконанні стандартизованого комплексу психодіагностичних завдань для дітей молодшого шкільного віку (за методикою Р. Немова) і дозволив констатувати більш високі темпи зростання досліджуваних параметрів (стану уважності — на 35,9 %, пам'яті — на 10,1 %, процесів мислення — на 27,5 %, мовлення — на 7,8%) по відношенню до вихідних даних в експериментальних групах. У класах, де уроки проводили за традиційною програмою, приріст аналізованих показників мав менш високі темпи зростання і становив відповідно (уважності — на 17,7 %, пам'яті — на 5,5 %, мислення — на 14,9 %, мовлення — на 2,2 %) по відношенню до вихідного рівня.

Отже, застосування на уроках фізичної культури з учнями молодшого шкільного віку ігрової діяльності з вираженими елементами валеологічної спрямованості сприяло як позитивній динаміці загального стану фізичної підготовленості, так і до-

сити високим темпам розвитку психофізіологічних функцій, пізнавальних процесів та підвищенню мотивації дітей до свідомого розуміння стану свого здоров'я та турботи про його збереження.

Висновки

1. Уроки фізичної культури повинні сприяти реалізації міжпредметних зв'язків у структурі навчально-виховного процесу загальноосвітніх шкіл з використанням інтерактивних педагогічних технологій навчання і виховання.

2. Запропоновані оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри мають виражену освітню і валеологічну спрямованість, а тому повинні стати одним із дієвих чинників оптимізації рухової активності в аспекті інтеграції фізичного і розумового розвитку дітей молодшого шкільного віку.

3. Урок фізичної культури в загальноосвітній школі повинен зайняти провідне місце в структурі навчально-виховного процесу, так як сприяє формуванню в свідомості кожного учня (педагогічного колективу школи) ціннісних орієнтацій до позитивного впливу оптимальної рухової активності на виховання гармонійно розвиненої особистості.

Перспективами подальших досліджень в даному напрямку вбачається розробка науково обґрунтованих рекомендацій щодо застосування рухливо-пізнавальних педагогічних технологій для активізації позакласних форм фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи (валеологічний «Брейн-ринг», валеологічні вікторини, цитати про здоров'я, загадки і казки про здоровий спосіб життя тощо).

Список літератури

1. Апанасенко Г. Л. Наука о выживании человечества / Г. Л. Апанасенко // Сучасні досягнення спортивної медицини, лікувальної фізкультури та валеології : мат. XI між. наук.-практ. конф. — Одеса : ОДМУ, 2005. — С. 29 — 32.
2. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. О. Фролова [та ін.]. — К., 2001. — 151 с.
3. Круцевич Т. Ю. Формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом школьников с различными типами ВНД / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхняя // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць; за ред. С. С. Єрмакова. — Харків : ХДАДМ (ХХП). — 2002. — № 25. — С. 89 — 95.
4. Макущенко І. В. Інноваційні технології оздоровчо-рекреаційної фізичної культури у діяльності центрів «Спорт для всіх» : навч.-метод. посіб. / І. В. Макущенко, В. М. Пристинський, Т. М. Пристинська [та ін.]. — Донецьк; Слов'янськ : ДДІЗФВС; СДПУ, 2008. — 82 с., іл.
5. Матвеев А. П. К вопросу об оздоровительных технологиях в начальной школе / А. П. Матвеев, Л. М. Бережная // Реалізація здорового способу життя — сучасні підходи: монографія; за заг. ред. М. Лук'янченка, Ю. Шкретія, Е. Боляха, А. Матвеева. — Дрогобич : КОЛО, 2005. — С. 553 — 555.
6. Пристинський В. М. Освітньо-валеологічна спрямованість фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку / В. М. Пристинський, І. В. Макущенко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту: науково-теоретичний журнал. — 2009. — № 1. — С. 45 — 49.

Надійшла до редакції 10.04.2012 р.

Пристинський В. Н., Пристинська Т. Н. Подвижно-познавательные педагогические технологии формирования валеологического мировоззрения у учащихся общеобразовательных учебных заведений.

Исследуется эффективность внедрения интерактивных педагогических технологий в физическое воспитание учащихся общеобразовательных учебных заведений. Доказано, что оздоровительные подвижно-познавательные игры способствуют повышению эффективности развития валеологического мировоззрения, а также понимания значения оптимальной двигательной активности для учащихся младшего школьного возраста.

Ключевые слова: педагогические технологии, оздоровительные подвижно-познавательные игры, образовательное и валеологическое влияние, урок физической культуры, учащиеся младшего школьного возраста.

Pristinsky V.N., Pristinckaya T.N. Motor and cognitive educational technologies of forming valeological awareness among students of secondary schools.

The effectiveness of the implementation of interactive educational technologies in teaching secondary school students at the lessons of physical education has been investigated. It has been proved that the curative motor-cognitive games help improve the efficiency of valeological outlook, as well as understanding of the importance of optimal physical activity for pupils of primary school age.

Key words: educational technology, curative motor-cognitive games, educational and valeological influence, physical education lesson.