

## **Особливості уроків фізичного виховання та формування здорового способу життя в навчальних закладах країн Західної Європи**

*Здійснено аналіз особливостей програмного та нормативного забезпечення фізичного виховання у школах різних країн Європейського Союзу. Розглянуто особливості національних стратегій і програм розвитку фізичної культури і спорту, цілей і завдань шкільного фізичного виховання в різних країнах.*

**Ключові слова:** фізичне виховання, Європейський Союз, програмне та нормативне забезпечення, школа.

**Nechporuk O. V. Features of Physical Education Lessons and the Formation of Healthy Lifestyle in the Educational Institutions of Western Europe.**

*The article reveals the features of the software and regulatory provision of physical education in schools in different countries of the European Union. Also, there are presented the focus of national strategies and programs for the development of physical culture and sports, the goals and objectives of school physical education in different countries.*

**Key words:** physical education, European Union, software and regulatory provision, school.

**Постановка проблеми.** Реформування освіти в Україні є невід'ємною частиною оновлення освітніх систем, що відбуваються у європейських країнах. Визнання значимості знань – основа суспільного добробуту та прогресу. Без перейняття й апробації досвіду інших держав сьогодні не може успішно розвиватися будь-яка країна, без знання нового у своїй професії не може бути конкурентоздатним будь-який фахівець [12].

Ідеї збереження найбільшої цінності, якою є здоров'я і життя людини, певною мірою привертати увагу суспільства на різних етапах його розвитку. Як відзначається в низці державних програмно-нормативних документів, європейська інтеграція України передбачає приєднання до конвенцій Ради Європи, які стосуються:

- розвитку фізичної культури і спорту;
- необхідності проведення аналізу ефективності співпраці та визначення дієвого механізму впровадження в Україні міжнародних програм, досвіду роботи іноземних держав із розвитку зазначеної галузі [15].

**Мета публікації** – здійснити аналіз та виокремити особливості фізичного виховання й формування здорового способу життя в навчальних закладах країн – учасниць Європейського Союзу для обґрунтування можливостей використання їх досвіду на сучасному етапі реформування системи середньої освіти України.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз науково-методичної літератури та інтернет-джерел.

**Результати дослідження та їх обговорення.**

У всіх європейських країнах визнають важливість формування здорового способу життя та занять фізичною культурою учнів навчальних закладів. Ця дисципліна – на центральних позиціях у навчальних планах для всіх без винятку загальноосвітніх шкіл.

Фізичне виховання є обов'язковим у початковому та середньому рівнях освіти. Знання та широке застосування здоров'язберезних технологій становить основну компетентність особистості. В країнах Північної Європи, Великобританії, Німеччині та Португалії на уроках фізичного виховання досить широко застосовують міждисциплінарний підхід, тобто певні аспекти соціальних і природничих наук вивчаються безпосередньо під час фізичного виховання і навпаки [16].

В Австрії, Іспанії, Італії, Фінляндії, Франції, країнах Східної Європи, пострадянських державах відповідальність за розвиток фізичного виховання і спорту несуть державні органи. У тих країнах, де немає міністерств спорту, за його розвиток відповідають інші державні органи. Спорт знаходиться під контролем міністерств з освіти, культури, молоді (Бельгія, Греція, Португалія, Фінляндія, Естонія). У Німеччині питаннями спорту опікується міністерство внутрішніх справ, у Швеції – міністерство фінансів [3, с. 8].

Більшість конституцій країн ЄС включають питання фізичного виховання і спорту. Рада Європи намагається стежити за тим, щоб у новому законодавстві та інших актах, а тим більше – в конституціях було враховано принципи Європейської спортивної хартії (Греція, Іспанія, Португалія, країни Східної Європи). Закони про спорт прийнято також в Італії, Фінляндії, Франції та ін. Крім основних положень, загальних для більшості країн (відповідальність держави, цілі й завдання, організаційна структура, фінансування, розподіл повноважень між центром і регіонами, підготовка кадрів), у «спортивних» законах ряду з них відображено питання шкільного та студентського фізичного виховання [1].

З 90-х років ХХ століття в більшості країн Східної та Центральної Європи почалося реформування середньої і вищої освіти, в тому числі модернізація системи фізичного виховання школярів.

У Бельгії, Італії, Люксембурзі, Португалії, Франції мета і стратегія розвитку фізичного виховання й дитячо-юнацького спорту формуються на державному рівні, а в Німеччині та Іспанії – на регіональному або місцевому. Але при всіх цих підходах у країнах європейського співтовариства на перше місце поставлені особистість дитини і молодшої людини, їх соціальний розвиток, спортивна і соціально активна дія [1, с. 10].

Характерними особливостями політики держав ЄС щодо розвитку фізичного виховання та спорту в початковій школі на сучасному етапі є визнання фізкультури як загального права для всіх дітей, статусу фізичного виховання як обов'язкового предмета шкільної програми, що сфокусований переважно на:

- здоров'я, тілобудові, активізації рухової діяльності;
- винятковій ролі фізичної культури у збереженні здоров'я, досягненні загального розвитку та безпеки життєдіяльності;
- взаємозв'язку між якістю фізичної культури та підготовкою викладачів і збалансованістю навчального плану;
- потенціалу фізкультурної освіти для формування соціальних навичок учнів;
- необхідності розширення співробітництва між школами, спортивними клубами та федераціями;
- компетенції у спорті – як чинника сталого розвитку суспільства [10].

Близько половини освітніх систем ЄС мають національні стратегії сприяння розвитку фізичного виховання й активності, дві третини – великомасштабні присвячені цьому ініціативи. Це чітко відображає політичну волю до розробки та заохочення таких заходів як визначального чинника соціального добробуту і здоров'я. У керівних документах із фізичного виховання його основні цілі включають фізичний, особистісний і соціальний розвиток учнів. Здоров'я, здоровий спосіб життя часто підкреслюється в національних цілях і результатах навчання. Європейські країни активно розробляють і впроваджують національні та регіональні стратегії просування фізичного виховання й фізичної активності різних цільових груп (діти, молодь, усе населення).

Національні стратегії більшою мірою зосереджені на конкретних питаннях: наприклад, здоров'я школярів і фізичний розвиток перебувають у центрі поточних стратегій в Австрії, Румунії, Словенії та Сполученому Королівстві (зокрема, в Уельсі). Деякі стратегії зосереджено на важливості модернізації спортивних споруд та обладнання, як у Латвії та Хорватії. В цілому стратегії підкреслюють необхідність поліпшення якості та доступності спортивної інфраструктури для школярів і широкої громадськості [17].

Мета й завдання шкільного фізичного виховання подібно сформульовані в більшості країн, у деяких доповнені з урахуванням національних особливостей.

Зокрема, фізичне виховання не розглядається тільки як засіб поліпшення кондицій і фізичних здібностей. Воно містить емоційну і соціальну складову, когнітивні процеси, мотиваційні та моральні аспекти. Серед основних завдань фізичного виховання також є сприяння гармонійному фізичному та психічному розвитку, задоволення потреб у рухах, сприяння загальному розвитку особистості в інтелектуальній, емоційній, поведінковій, соціальній, а також у тілесній і руховій сферах.

Окрім вищезазначеного, у країнах Західної Європи до мети й завдань фізичного виховання належать знайомство дітей і молоді з навколишнім середовищем, правилами поведінки під час відпочинку. Рухова активність розглядається як можливість для контактів, узгоджених і кооперативних дій не лише учасників занять, але і за участю вчителів, вихователів, батьків, іншого оточення [18].

Пріоритетними завданнями, які повинні вирішувати європейські вчителі фізкультури, залишається підвищення фізичного розвитку і підготовленості учнів. Однак у програмах фізичного виховання країн Євросоюзу особлива увага приділяється піднесенню знань і вмінь у сфері здоров'я й здорового способу життя, проводиться екологічна освіта [17].

Відмітною рисою програм фізичного виховання у більшості країн є великий ступінь варіативності. Відсутня деталізація уроків, які мають не навчальний, а швидше тренувальний характер із використанням ігор, естафет, змагань. У деяких країнах певні види фізичної активності є обов'язковими, у той час як в інших школах учні можуть обирати види спорту [7].

В Європі сучасне суспільство надає великого значення спорту, різними способами виробляючи у людей бажання ним займатися. Важливим аргументом на користь спортивності є обов'язкові заняття загальною фізичною підготовкою в школах, коледжах і вузах. Базовими нормативними програмами є «Спорт для всіх» та «Єврофіт» (для дітей і дорослих). Ці нормативи – основа для створення програм фізичного виховання [7].

Шляхом спеціальних програм здійснюється активна підтримка фізкультурно-спортивного руху. Зокрема, в Австрії програму «Озі спорт» зорієнтовано на партнерство молодих сімей, учителів, тренерів та формування у дітей навичок фізичної культури [6].

У Фінляндії існує Асоціація фізкультурно-оздоровчої роботи з дошкільнятами та молодими матерями, яка пропонує декілька курсів: «Гімнастика для малюків» – від місячного віку до двох років; «Доросла дитина» – від 2 до 4 років, «Чарівна гімнастика» – від 4 до 6 років.

Фізичне виховання школярів тут будується на концепції оздоровчої спрямованості. Її розробники мають на меті виховання активного стилю життя, що взаємопов'язаний із формуванням здорового покоління. На переконання фінських фахівців, школа повинна забезпечити можливість участі дітей і підлітків у різних формах позакласної та позашкільної спортивної активності. На їхню думку, найбільш важливим є не тільки і не стільки оволодіння дітьми

та молоддю цими вміннями, скільки забезпечення умов участі їх у різноманітних формах рухової активності. Фінський навчальний план передбачає окреме вивчення двох дисциплін, що мають відношення до перетворення фізичної природи людини, – «physical education» і «health education» [4].

У Великій Британії домінує концепція фізичного виховання, в якій увага акцентується на формуванні спортивних знань та умінь, участі у змаганнях і підготовці до них, досягненні результатів, прояві фізичної і спортивної активності упродовж усього життя. При цьому заняття спортом розглядаються і як засіб формування особистісних якостей, і як засіб формування соціальних здібностей.

Реалізація програми «Фанфіт Перселля» передбачає розвиток у дітей гнучкості та координації; особлива увага приділяється загартуванню. Для тих, які успішно освоюють програму, передбачено золоті, срібні та бронзові нагороди. Також під керівництвом департаменту охорони здоров'я Великої Британії розроблено програму «Зміни в способі життя» (2009 р.). Це перша національна програма, спрямована на боротьбу з ожирінням серед дорослих і дітей [5].

У Португалії протягом 1–4 років початкової освіти фізичне виховання (*expressão físico-motora*) викладається в межах освітньої галузі «Самовираження» і не має спеціально виділеного часу в програмі. Починаючи з 5-го класу, фізвиховання отримує статус самостійної дисципліни з формальним оцінюванням навчальних досягнень учнів, і працювати з дітьми мають право лише дипломовані вчителі фізичного виховання [3].

У Бельгії, Люксембурзі, Німеччині, Франції в школах дотримуються офіційних програм і директив із фізичного виховання [20].

Зокрема, у Німеччині існує багатоступенева система шкільних змагань. Найбільші її програми – це «Молодь тренується для Олімпіади» (для учнів початкових класів, проводиться за 12 олімпійськими видами спорту) і «Федеральні ігри молоді» (змагання для учнів середньої школи, що приваблюють не лише професійно зацікавлених осіб, але і всіх громадян, які цікавляться спортом). Діти можуть також додатково відвідувати шкільні спортивні секції і товариства, які взаємодіють зі спортивними клубами. Такі пропозиції є у переважній більшості шкіл (щоправда, використовують їх лише близько 16 % учнів). Завдання взаємодії шкіл і клубів – пошук та сприяння спортивно обдарованим, підтримка дітей-інвалідів, розвиток спорту як форми активного відпочинку.

Доволі жваво впроваджується в практику фізичного виховання шкіл цієї країни комплекс програм, що наголошує на творчих, естетичних і художніх компонентах рухової активності (театр рухів, поєднання спорту та пантоміми): «Виховання здоров'я» («Gesundheitserziehung»), «Рухове виховання» («Bewegungserziehung»), «Спортивне виховання» («Sporterziehung») [9].

Навчально-виховний процес у Румунії здійснюється відповідно до вимог документів, схвалених Міністерством національного виховання. Закон «Про фізичне виховання

та спорт» зазначає, що «шкільне фізичне виховання – це обов'язковий предмет навчання у планах навчання з різною кількістю годин, згідно з курикулумом, установленим спільно Міністерством молоді та спорту і Міністерством національного виховання». Фізичне виховання – єдина діяльність, яка адресується фізичній сфері учнів, на яку виділено всього один урок на тиждень для всіх класів і, крім цього, один або більше – на розсуд директора школи, якщо клас займається за спортивною програмою [2, с. 16].

Значну роль у покращенні фізичного виховання у Греції, зокрема, підвищенні інтересу учнів до занять фізкультурою й спортом, мали Олімпійські ігри 2004 року.

З 2002 року в усіх школах введено програму «Олімпійська освіта». Крім того, значно поширилася масовість позакласних занять фізкультурою й спортом (гуртки та секції), а також проведення змагань із різних спортивних дисциплін, починаючи з першого класу.

З 2008 року для загальноосвітніх шкіл започатковано нову програму «Kallipateira», зміст якої доповнюють навчальні матеріали щодо прав дитини, протидії расизму та ксенофобії, про рівність прав жінок і чоловіків та ін. Учителі фізичного виховання також подають учням відомості з окремих тем цієї програми.

Державна програма «Спортивні заняття» функціонує у Греції понад 20 років. Завдяки їй для близько 9 тис. юних спортсменів створено секції в 120 загальноосвітніх школах. Найбільш здібним пропонують навчатись у спортивних ліцеях. Усе це дає змогу добирати кандидатів майже з усіх олімпійських дисциплін до збірних команд Греції [4].

У Франції метою програм фізичного і спортивного виховання у школах є оволодіння різними видами діяльності, які сприяють зміцненню здоров'я школярів та їх гармонійному розвитку. Програми передбачають насамперед розвиток швидкості, сили, витривалості, координації рухів, рівноваги та гнучкості. Мінімальний обсяг занять у початковій школі складає 6 годин на тиждень.

Основним організаційним осередком структури шкільного спорту в цій країні є спортивна асоціація, яка існує у кожній школі. Французькі фахівці вважають, що така система дає змогу краще проводити роботу в рамках обов'язкового навчання фізичної культури і занять спортом. Участь школярів у змаганнях, відповідно до їх рівня фізичного розвитку й інтересів, дозволяє удосконалювати набуті рухові уміння і навички. Чемпіонати зі шкільного спорту проводяться на трьох рівнях: шкільному (академічному), департаментському і національному. Їх організовують Національний союз шкільного спорту, Спортивний союз навчальних закладів і Головний спортивний союз вільної освіти [8].

На відміну від фінської концепції, в якій рухова активність розглядається виключно як засіб забезпечення здоров'я, у Нідерландах пріоритет надається концепції «рухової освіти (виховання)», згідно з якою найважливіше значення для людини має рухова культура і здатність використовувати її впродовж усього життя, враховуючи можливість різнобічного впливу на розвиток особистості й забезпечення міжособистісного спілкування з навколишнім світом [15].

У Польщі найширше представлений підхід до фізичного виховання як педагогічної діяльності, пов'язаної із соціокультурною модифікацією тіла людини. Міністерством народної освіти Польщі було визначено базовий мінімум із предмета «Фізичне виховання», до якого додається «шкільний компонент», який опрацює сам учитель, складаючи авторську частину програми. Для цього Міністерством народної освіти щороку пропонується 6-8 програм педагогів із різних регіонів Польщі.

Початок реформування системи фізичного виховання в загальноосвітніх школах цієї країни почався з прийняттям Закону про фізичну культуру в 1996 році й Національної програми здоров'я – в 1997-му. Закон передбачав поступове збільшення уроків фізичного виховання до п'яти на тиждень, незалежно від типу навчального закладу. При цьому в розкладі введено три обов'язкові години на тиждень і два обов'язкових заняття – в позаурочний час. Зміст цих занять залежить від можливостей спортивної бази школи, географічних і кліматичних умов воєводства, інтересів учнів, професійної підготовленості вчителя фізичного виховання. Кожен має право самостійно вибирати заняття в групі після уроків. Їх можуть проводити за такими видами: рекреаційні та спортивні; рухливі та

спортивні ігри; коригувальна гімнастика і лікувальна фізкультура, плавання, аеробіка, художня чи спортивна гімнастика, туризм [11].

**Висновки.** Усе більша кількість європейських країн на всіх щаблях освіти вимагає від школярів обов'язкового відвідування уроків фізкультури. Уряди різних країн вживають заходи з пропаганди фізичної культури, впроваджуючи національні програми для популяризації фізичного виховання та створення умов для занять спортом для молоді.

Цілі й завдання фізичного виховання в більшості країн ЄС передбачають фізичний, особистісний і соціальний розвиток учнів, а також зміцнення здоров'я і формування здорового способу життя. Оздоровчу спрямованість фізичного виховання визначено у Фінляндії, Румунії, Франції, Нідерландах, Польщі, Італії (молодша і середня школа), спортивну – у Великобританії, Німеччині, Греції, Італії (старша школа).

Неоднозначна ситуація спостерігається з реформами, які визначають мінімальну кількість годин на предмет «Фізичне виховання» в школі.

**Перспективи подальших досліджень** полягають в аналізі організаційних аспектів шкільного фізичного виховання країн Європейського Союзу для перейняття Україною позитивного досвіду цих держав.

### Література

1. Аникеев Д. М. Формирование современных концепций физического воспитания в странах Западной Европы во II половине XX – начале XXI века. *Физическое воспитание студентов*. 2012. № 4. С. 9–12.
2. Арделеан Г. І. Реформування системи фізичного виховання школярів Румунії: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Луцьк, 2000. 20 с.
3. Бобровник С. І. Концепції сучасного фізичного виховання школярів. *Пед. науки*. 2014. Вип. 117. С. 15–21.
4. Волинець Л. Принципи освітньої політики Фінляндії щодо забезпечення якості загальної середньої освіти. *Порівняльно-педагогічні студії*. 2013. № 1 (15). С. 69–75.
5. Вяземский Е. Е. Современная система образования в Великобритании. *Проблемы современного образования*. 2012. № 6. С. 68–84.
6. Гринченко И. Б. Физическое воспитание в странах Европы: образовательный аспект. *Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях*: сб. статей XI Междунар. науч. конф., 23–24 апреля 2015 г.: в 2 ч. Харьков, 2015. Ч. 2. С. 123–134.
7. Жданова О., Чеховська Л., Фляк А. Фізичне виховання в школах країн Європи. *Молода спортивна наука України*. 2015. Т. 2. С. 311–319.
8. Животовская И. Г. Три десятилетия реформ образования в Европе: Особенности модернизации образовательной системы. *Актуальные проблемы Европы*. 2013. № 2. С. 13–49.
9. Кананькина Е. С. Система управления образованием Германии. *НВ: Административное право и практика администрирования*. 2013. № 7. С. 100–136. DOI: 10.7256/2306-9945.2013.7.686. URL: [http://e-notabene.ru/al/article\\_686.htm](http://e-notabene.ru/al/article_686.htm)
10. Савина А. К. Образование в Европейском Союзе. *Проблемы современного образования*. 2014. № 2. С. 53–64.
11. Сороколит Н. Особенности физического воспитания в общеобразовательных школах Украины и Польши. *Kulturfizică: probleme științifice ale învățământului și sportului: materiale le conferinței științifice internaționale adocranzilor*. Chișinău, 2012. S. 285–290.
12. Турчик І., Вацєба О., Бірюк С. Урок фізичної культури у системі початкової шкільної освіти Польщі. *Молода спортивна наука України*. 2009. Вип. 13. Т. 2. С. 187–191.
13. Турчик І. Х. Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті Англії: автореф. дис. ... канд. фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Львів, 2005. 21 с.
14. Цибанюк О. О. Особливості нормативно-правового регулювання системи фізичного виховання Румунії. *Вісн. Кам'янець-Поділ. нац. ун-ту ім. І. Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2016. Вип. 9. С. 397–404.
15. Ярова О. Б. Фізкультурна освіта і спорт у початковій школі Євросоюзу: сучасний стан і тенденції розвитку. *Пед. науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2014. № 4. С. 401–412.
16. Hardman K. An up-date on the status of physical education in schools worldwide: technical report for the World Health Organization. Geneva, Switzerland: World Health Organisation, 2003. 14 p.
17. Hardman K. The Situation of Physical Education in Schools: A European Perspective. *Human Movement*. 2008. Vol. 9. No 1. P. 5–18.
18. Looze R. Physical education in EU schools. URL: <http://www.europeactive.eu/content/physical-education-eu-schools>
19. Naul R. Concepts of Physical Education in Europe. *Physical Education: Deconstruction and Reconstruction*. Issues and Directions, Edition: 1st, Publisher: Schorndorf: Hofmann, Editors: Hardman K., P. 35–52. URL: [https://www.researchgate.net/publication/260096002\\_Concepts\\_of\\_Physical\\_Education\\_in\\_Europe](https://www.researchgate.net/publication/260096002_Concepts_of_Physical_Education_in_Europe)
20. Physical Education and Sport at School in Europe: Eurydice Report. Luxembourg: Publications Office of the European Union. 2013. 76 p.