

# I. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

## ДО ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ОПТИМАЛЬНОЇ СТРУКТУРИ СВІТОГЛЯДНИХ УЯВЛЕНЬ І ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАТЬ ВАЛЕОЛОГІЧНОГО ХАРАКТЕРУ У ШКОЛЯРІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Ганна Кириленко, Олександр Кириленко, Наталія Власенко  
Полтавський національний педагогічний університет  
імені В.Г.Короленка



### Анотація

Необхідність розробки методики формування оптимальної структури валеологічних знань в процесі фізкультурного формування молодших школярів обумовлена виникненням небезпечної тенденції постійно прогресуючого погіршення стану здоров'я дітей, соціальним замовленням з боку суспільства, яке об'єктивно зацікавлене у формуванні у молодших школярів потреби, знань, умінь і навиків збереження і зміцнення свого здоров'я, відсутністю науково обґрунтованого програмно-організаційного забезпечення даної концепції оздоровлення.

### Annotation

The necessity of creation the methods of forming the optimum structure of valeology knowledge in the process of physical culture education of elementary schoolchildren is motivated by the appearance of the dangerous tendencies to constant decreasing the elementary schoolchildren knowledge and abilities to conserve and strengthen their health.

**Постановка проблеми.** Вивчення проблеми формування валеологічних знань у процесі фізкультурної освіти молодших школярів обумовлене небезпечними тенденціями постійно прогресуючого погіршення стану здоров'я дітей, соціальним замовленням з боку суспільства, яке об'єктивно зацікавлене у формуванні у молодших школярів потреби, знань, умінь і навиків збереження і зміцнення свого здоров'я, відсутністю науково обґрунтованого програмно-організаційного забезпечення даної концепції оздоровлення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Виявлення певної цільової, змістовної і методичної схожості фізичного виховання і валеології як шкільних навчальних дисциплін дозволяє істотно оптимізувати процес фізкультурної освіти.

Процес формування звичок здорового способу життя і фізкультурно-валеологічних знань у дітей молодшого шкільного віку є педагогічним процесом і, як вважає більшість педагогів, успішність навчання залежить від дотримання системи принципів, розроблених у дидактиці.

Валеологічний підхід В.В. Колбанова, Г.К. Зайцева базується на 3-х принципах, визначених ученими як формування, збереження і зміцнення здоров'я. Реалізація цих

принципів пов'язана з дотриманням ряду вимог: наявність оптимальних для людини біологічних, соціальних і природних чинників; раціональний спосіб життя, в який органічно входять елементи неспецифічної профілактики хвороб і шкідливих звичок [4].

Що стосується формування особи дитини в молодшому шкільному віці, то особливе значення, як відзначають фахівці, має стимулювання і максимальне використання мотивації досягнення успіхів в навчальній, трудовій, ігровій діяльності.

Актуальність поставленого питання зростає у зв'язку з тим, що однією з фундаментальних проблем сучасності є пошук шляхів розвитку і вдосконалення здоров'я людей відповідно до умов зовнішнього середовища, виробництва, широким впровадженням техніки і комп'ютерів в побут людини [5].

**Мета статті** – обґрунтувати методику формування системи теоретичних знань валеологічного характеру в структурі навчального процесу по фізичній культурі для учнів молодшого шкільного віку.

Педагогічний експеримент проводився на базі ЗОШ № 31 м. Полтави. Його завдання полягало в перевірці ефективності методики формування системи теоретичних знань валеологічного характеру на уроках фізичної культури у



молодших школярів. У педагогічному експерименті взяло участь 22 учня 4 класу, які були розділені на експериментальну (10 чоловік) і контрольну групу (12 чоловік).

Ідентичність груп визначалася початковим рівнем фізкультурно-валеологічних знань, рівнем фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

У кінці навчального року (квітень 2010 р.) були проведені контрольні педагогічні випробування і тестування, за результатами яких визначився вплив запропонованої методики навчання на динаміку показників.

Оцінка ефективності експериментальної методики формування системи теоретичних знань валеологічного характеру в процесі фізкультурної освіти молодших школярів визначалася за наступними показниками. По-перше, порівнянням результатів експерименту за рівнем фізкультурно-валеологічних знань у дітей експериментальної і контрольної груп, по-друге, порівнянням рівня динаміки фізичної підготовленості і фізичного розвитку в даних групах, по-третє, порівнянням рівня захворюваності школярів на період 2009/2010 навчального року.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Було припущено, що методика формування системи теоретичних знань валеологічного характеру базується на поетапному і послідовному освоєнні ряду змістоформуючих категорій світогляду за допомогою їх актуалізації в процесі рухової діяльності, що дозволяє істотно підвищити рівень фізкультурно-валеологічної освіти у молодших школярів.

Найважливішим джерелом активності учня в навчальному процесі є його інтерес – імпульс цікавості, який переходить в допитливість. Його виникненню сприяють наступні чинники: оптимальне співвідношення відомого і невідомого; певний дефіцит інформації, що заповнюється асоціаціями, заснованими на уяві і особовому

досвіді; нестандартне питання, проблема, загадка.

Таким чином, провідними якостями, що відіграють роль в залученні людини до здорового способу життя, є мотивації поведінки, внутрішні стимули у виконанні тієї або іншої діяльності. Сукупність мотивів визначає спосіб життя. Для збереження здоров'я дуже важлива мотивація здорового способу життя. Але поки що в системі цінностей сучасної людини здоров'я займає провідне місце лише у тому випадку, коли з'являються ознаки його зниження, втрати.

У процесі виховання і навчання не приділяється належної уваги питанням формування відношення до здоров'я як до цінності. Заклики до підтримки здорового способу життя залишаються для багатьох школярів ще внутрішньо не зрозумілими і неприйнятими.

Негативні тенденції в стані здоров'я підрастаючого покоління, що гостро виявилися останніми роками, поставили перед навчальними закладами нові завдання. Серед них найбільш важливими стали розробка валеологічно обґрунтованої системи дошкільної і шкільної освіти, виховання в учнів потреби в здоров'ї, наукового розуміння суті здорового способу життя.

Валеологічно обґрунтованою можна вважати таку систему освіти, в рамках якої на кожному етапі дозрівання особистості забезпечується реалізація базових потреб людини, оскільки в цьому випадку вона найповніше розвиває свої здібності, пізнає власну унікальність, і безпомилково самовизначається в житті і в процесі самоактуалізації, у неї мимоволі формуються основні компоненти здоров'я.

Вирішення проблеми неготовності індивіда застосовувати фізичну культуру, а тим більше активно розвивати її форми і напрями ми вбачаємо в перетворенні фізкультурної освіти. На нашу думку, по-перше, необхідно визначити причини, що породили сучасні проблеми і негативні

явища в сфері фізичної культури; по-друге, визначити загальний напрям, що знімає або знижує рівень негативного впливу цих причин на прогресивний розвиток фізкультурної освіти; по-третє, виходячи з обраного напрямку, сформувати підходи в розробці предмету фізкультурної освіти, що є основою для творчої діяльності шкільного вчителя і, зрештою, що забезпечує фізичний розвиток підрастаючого покоління.

Аналізуючи загальноосвітні програми останнього десятиліття з фізичної культури, можна відзначити однозначну тенденцію до розширення і конкретизації завдань направлених на зміцнення здоров'я школярів, формування понять про організм людини і її здоров'я, сприяння надбанню необхідного мінімуму знань в області гігієни, медицини, фізичної культури і спорту.

У даній програмі структура знань формується за 4 блоками:

- особово-орієнтовані знання, пов'язані з саморозвитком, самовихованням, самовдосконаленням;
- знання, необхідні для виконання фізкультурно-спортивної діяльності в колективі, необхідні для правильної взаємодії з членами класу, групи і т.д.;
- знання, пов'язані зі зразками поведінки і спілкування в колективі (фізкультурно-спортивна етика);
- знання, інтегруючи фізичну культуру з іншими сферами діяльності, тобто як знання отримані на уроках фізичної культури перевтіляться в життєдіяльність індивіда.

Таким чином, аналіз програми по фізичній культурі з позиції їх валеологічної спрямованості показав, що деякі валеологічні знання в даних програмних документах існують, але істотним недоліком таких знань, на наш погляд, є їх фрагментарність і несистематичність, відсутність опори на вікові особливості сприйняття теоретич-



них відомостей і послідовність їх викладу; основний упор в більшості вивчених програм робиться на руховий розвиток школярів, а оздоровчий напрям програм носить супірядний характер.

#### **Висновки**

1. Формування системи теоретичних знань валеологічного характеру в процесі фізкультурної освіти молодших школярів базується на поетапному і послідовному освоєнні ряду змістоформуючих категорій світогляду за допомогою їх актуалізації в процесі рухової діяльності. Це дозволяє сформувати оптимальну структуру світоглядних уявлень і теоретичних знань валеологічного характеру.

Комплекс методичних прийомів і нормативних документів реалізації системи валеологічних знань в умовах загальноосвітньої школи є смисловим поєднанням базового

рухового матеріалу і валеологічного компоненту.

2. Метод оцінювання фізкультурно-валеологічних знань полягає у виявленні властивостей мислення, наочній обізнаності, фізкультурно-оздоровчій діяльності молодших школярів за допомогою єдиного тесту, який дозволяє об'єктивно оцінити рівень знань і навиків в учнів молодших класів за допомогою системи нормованих показників.

3. Ефективність методики формування системи теоретичних знань валеологічного характеру в процесі фізкультурної освіти молодших школярів виражається в підвищенні рівня фізкультурно-валеологічних знань, в поліпшенні фізичної підготовленості, в позитивному впливі на показники захворюваності дітей.

#### **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**

1. Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья: [Учебное пособие для детей дошкольного возраста]/ Леонид Баль, Виктория Ветрова. – М.: ЭКСМО, 1995. – 128 с.
2. Барладин О.Р. Формування мотивації здорового способу життя школярів з метою профілактики деяких захворювань опорно-рухового апарату/Олег Барладин // Проблеми освіти. – К., 2006. – Вип.49. – С. 58 – 63
3. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. – [2-е изд., доп., перераб] /Иван Брехман. – М.: ФКиС, 1990. – 208 с.
4. Зайцев Г.К. Уроки Айболита: [Учеб. пособие]: Растить здоровым [Под ред. В.В. Колбанова]. – СПб.: Акцидент, 1997. – 40 с.
5. Иващенко Л.Я. Программирование занятий оздоровительной направленности /Людмила Иващенко// Физкультура и здоровье. – Киев, 1998. – С. 14 – 23.

