

УДК 373.015.311:796

О. В. Отравенко

**СТВОРЕННЯ МОДЕЛІ ЗДОРОВОЇ УСПІШНОЇ ОСОБИСТОСТІ
В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ШЛЯХОМ
УПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

Актуальність проблеми полягає в тому, що в Державних документах (Закон України «Про фізичну культуру і спорт», Національна доктрина розвитку освіти) передбачено реформування фізичного виховання учнівської молоді, окреслено завдання духовного, фізичного й психічного здоров'я школярів, де враховуються потреби індивідуальної корекційно-компенсаційної спрямованості навчання і виховання, утверджуються пріоритети здорового способу життя людини [1].

Але в останні десятиліття в Україні склалась важка ситуація щодо погіршення здоров'я та фізичної підготовленості школярів. У зв'язку з інтенсифікацією процесу навчання підвищується рівень розумового навантаження та його вплив на нервово-емоційну сферу учнів. При цьому шкоди завдає не сама розумова праця, а майже позбавлений рухів спосіб життя. Установлено, що дефіцит рухової активності школярів складає від 60 до 75% необхідного для підтримання нормального рівня здоров'я та фізичної кондиції [2].

Навчити школяра берегти здоров'я важливіше й економічно вигідніше, ніж потім лікувати хворого дорослого. Тому заняття з фізичної культури потрібно організовувати так, щоб вирішувати завдання розвитку рухових умінь, навичок і якостей, формувати теоретичні знання та ціннісні орієнтації на здоровий спосіб життя, свідому потребу до занять фізичними вправами.

Отже, стан національної системи фізичного виховання школярів не достатньо відповідає сучасним вимогам і міжнародним стандартам. Основними причинами такого становища є:

- зниження рухової активності школярів (уроки фізичної культури лише на 11 – 20% компенсують потребу учнів у руховій активності);
- слабка постановка навчально-виховного процесу для створення моделі здорової успішної особистості в загальноосвітніх навчальних закладах;
- відсутність науково обґрунтованих підходів щодо формування мотивації до занять фізичною культурою, національних і сімейних традицій;
- недостатня підготовленість шкільних працівників до впровадження інноваційних здоров'язберігаючих технологій;
- слабка інформаційна забезпеченість напряду «учень – учитель – батьки».

Загальнотеоретичні основи інноваційних педагогічних технологій розроблені в працях І. Дичківської, Ю. Васькова, Т. Назарової, П. Підкасистого та ін. [3].

Мета роботи – науково-методично обґрунтувати соціально-педагогічну модель розвитку здорової успішної особистості у процесі співпраці учасників навчально-виховного процесу шляхом впровадження інноваційних технологій.

У сучасних умовах забезпечується прискорений інноваційний розвиток освіти, а також створюються умови для самоствердження та самореалізації особистості школяра. Фізичне виховання має широкий спектр впливу на людину, що спроможне водночас формувати не тільки біологічну структуру особистості, а її психологічну й моральну цінність. Завдяки фізичному вихованню підвищується працездатність, поширюється діапазон рухових умінь і навичок, підвищується розумова активність, регулюється психоемоційний стан, раціоналізується організація праці, зберігається здоров'я та, нарешті, формується здоровий спосіб життя. Саме справжня краса тіла, фізична досконалість, духовне, фізичне і психічне здоров'я мають стати метою і мотивацією до активних занять фізичною культурою [4].

Розв'язання даної проблеми можливе лише за активної діяльності учня, оскільки змусити працювати на себе власні резерви людина може тільки за участю своєї волі і розуму. Залучати школярів до занять фізичною культурою необхідно на засадах диференційованого та індивідуального підходів до кожного учня з метою формування здорової успішної особистості.

Здорова успішна особистість – це особистість, яка має установки на здоровий спосіб життя, уміє будувати свої життєві плани і на основі цього розвивати в собі здатність до самооцінки, самоконтролю, самопізнання, саморозвитку, самовираження.

Фізкультурно-оздоровча система формування здорової успішної особистості створюється у співпраці з адміністрацією школи, суспільством, з учителями різних предметів, класними керівниками, психологічною і медичною службами школи та батьками й діє у наступних напрямках:

- профілактично-оздоровча та рекреативна робота;
- удосконалення методики проведення сучасного уроку;
- збільшення обсягу добової рухової активності учнів за допомогою виконання різних видів фізичних вправ, фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня і охоплення учнів позакласною та позашкільною роботою;
- підвищення мотивації школярів до занять фізичною культурою за допомогою впровадження інформаційно-комунікативних, здоров'язберігаючих технологій.

У дослідженнях В. Пілата, Є. Приступи та інших авторів визначено, що в основу створення інноваційних технологій фізичного

виховання має бути покладена національна ідея про формування морально-досконалої особистості. Цій вимозі повною мірою відповідає відроджена козацька система фізичного вдосконалення учнівської молоді. Різні форми фізичного виховання, які впроваджуються з народними танцями, співом, музичним супроводом, мають значний педагогічний потенціал у справі залучення школярів до регулярних занять фізичними вправами [5].

Вивчення праць В. Столярова, В. Бальсевича, Ю. Васькова, О. Кіяшко, Л. Лубишевої, Г. Попова та ін. дозволило визначити сутність поняття «інноваційні технології фізичного виховання». Вони є інноваційними за умов, коли: 1) елементи, які їх складають, тільки починають науково осмислюватися і не отримали достатнього поширення в сучасній практиці; 2) існуючі й загальнонавчальні засоби фізичного виховання застосовуються з інших позицій і в трансформованому контексті; 3) створюється нова концепція навчально-виховного процесу з фізичного виховання, яка ґрунтується на попередніх дослідженнях; 4) переглядаються принципи соціального життя особистості, визначаються напрямки її розвитку й індивідуально добираються відповідні засоби фізичного виховання [6].

На основі аналізу наукових праць Б. Ведмеденка, М. Зубалія, Ю. Руденка, А. Цюць були актуалізовані окремі положення фізичного виховання стосовно тих його форм, що містять елементи національної фізичної культури. Це дало можливість визначити, що інноваційні технології фізичного виховання із застосуванням народних та сімейних традицій мають високий потенціал щодо залучення школярів до регулярних занять фізичними вправами та оздоровлення [7].

Урок фізичної культури з обсягом характерних фізичних вправ є одним із основних видів фізичної підготовки школярів, що підвищує або зберігає функціональні можливості організму. Тому постає потреба пошуку вправ, які мають поєднати в собі: максимальну ефективність від їх виконання, сприяння оздоровленню дітей, можливість їх використання в усіх частинах уроку, підвищення інтересу до їх виконання. Окрім цього в школі повинна проводитись системна робота з напрямку формування в учнів здоров'язберігаючого світогляду і свідомого ставлення до власного здоров'я [8].

Отже, урок фізичної культури – це вершина майстерності роботи вчителя. Пріоритетними напрямами роботи стали *упровадження традицій, що пропагують і сприяють здоровому способу життя:*

- проведення декад фізичної культури;
- співпраця з учнівським самоврядуванням, з батьківською громадськістю;
- публікації в ЗМІ, створення проектів «Ми – за здоровий спосіб життя!», «Спортивні таланти школи», «Фізична культура особистості школяра»;
- відвідування, разом з учнями, спортивних змагань, фестивалів;

- зустрічі з відомими спортсменами, ветеранами спорту;
- створення книги спортивної слави школи;
- знайомлення учнів зі спортивними традиціями школи, народними та сімейними традиціями.

Профілактично-оздоровча робота:

- просвітницька робота серед батьків;
- профілактика і корекція соціально-шкідливих звичок (куріння, алкоголізм, наркоманія);
- навчати учнів самоконтролю за станом здоров'я та фізичним розвитком;
- профілактика порушень постави, впровадження комплексів вправ хатха-йоги для профілактики захворювань хребта;
- ознайомлення учнів з елементами самомасажу, аромотерапії та релаксації;
- виховання відповідальності учнів за свій фізичний стан;
- використання дихальних методик А. Стрельнікової, К. Бутейко.

Удосконалення методики проведення сучасного уроку фізичної культури в початковій, середній і старшій школі:

- використання інноваційних засобів оздоровчої спрямованості; створення ситуацій успіху.
- підготовка та захист індивідуальних проєктів, повідомлень, оздоровчих програм, виконання тестових та творчих завдань;
- здоров'я формуюча компетентність учнів засобами коригувальних вправ на уроках фізичної культури;
- розробка серії уроків з елементами танцювальної аеробіки, фітнесу, фіт-болу, стретчингу, хатха-йоги;
- виготовлення і використання на уроках нестандартного інвентарю й обладнання.

Збільшення рухової активності за рахунок проведення фізкультурно – оздоровчих заходів у режимі дня:

- фізкультхвилинки на уроках під музику;
- ранкова гімнастика до занять;
- рухливі перерви (нові форми – флеш-моп);
- спортивні години у групах подовженого дня.

Використання інформаційно-комунікативних технологій:

- музичний супровід до уроків;
- створення мультимедійних презентацій і дидактичного матеріалу до уроків.

Охоплення учнів позакласною й позашкільною роботою:

- моніторинг відвідування учнями занять у спортивних секціях;
- масові спортивні змагання;
- індивідуальні домашні завдання;
- спортивні свята та дні здоров'я;

- організація ефективної діяльності шкільного спортивного клубу «ГАРТ»;
- елективні курси.

Одним з найважливіших завдань учителя фізичної культури є збереження і зміцнення здоров'я учнів, тому вважаємо доцільним використовувати елементи сучасних оздоровчих систем, таких, як аеробіка, стретчинг, хатха-йога, аромотерапія і релаксація з метою підвищення інтересу та підвищення ефективності навчально-виховної, фізкультурно-оздоровчої роботи вчителя.

Отже, сучасний урок має бути здоров'язберігаючим, здоров'яформуючим, здоров'язміцнюючим, спрямованим на формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, навчання культури здоров'я на засадах розвитку життєвих навичок. Такий підхід до сучасного уроку зобов'язує вчителя бути взірцем здорової людини.

Використання інноваційних технологій у роботі вчителя фізичної культури поділяються на 3 групи: освітні, виховні та інтерактивні.

Освітні технології:

- технологія групової діяльності: робота в мікрогрупах (коригувальні вправи з предметами або без них);
- ігрові форми проведення уроку (естафети, змагання між командами, народні й рухливі ігри);
- робота в парах (відпрацьовування техніки виконання ігрових прийомів, коригувальні вправи);
- індивідуальна робота за картками (особливо для дітей зі зниженою фізичною підготовленістю).
- використання елементів сучасних оздоровчих систем, складання індивідуальних оздоровчих програм тощо;
- використання інформаційних комп'ютерних технологій;
- організація проблемного навчання;
- гендерний підхід у навчанні з 5-го класу.

Виховні технології:

- «Створення ситуацій успіху»;
- Технологія співробітництва;
- Технологія самостійного, колективного, творчого виховання.

Інтерактивні технології:

- «Навчаючи-учусь»;
- «Я-творець!»;
- Інформаційний пошук;
- Інтерв'ю у героя спорту;
- Мікрофон;
- Акваріум;
- Стоп-кадр;
- Мозковий штурм;
- Нестандартні уроки.

Тільки в тісному взаємозв'язку з учнями, батьками, медичними

працівниками, практичним психологом, соціальним педагогом й усіма тими, хто зацікавлений у збереженні та зміцненні здоров'я школярів, вчителі спроможні створити здоров'язберігаюче освітнє середовище.

Позитивному ставленню до предмета сприяє використання таких інтерактивних форм проведення уроків, як: урок-гра, урок-подорож, урок-казка, урок-конкурс, урок-змагання, інтегрований урок. Значна увага приділяється міжпредметним зв'язкам. Вирішального значення при проведенні уроків надаємо творчому підходу до вивчення навчальної теми, умінню синтезувати матеріали з різних галузей знань, органічно пов'язувати поняття з різних предметів, підпорядковувати їх головній меті. Результатом творчої роботи є постійне підвищення навчальних досягнень учнів, рівня їх фізичної підготовленості, оволодіння різноманітними руховими уміннями та навичками.

При оцінюванні навчальних досягнень з фізичної культури необхідно враховувати особисті досягнення учнів протягом навчального року; ступінь активності учнів на уроках; заняттях фізичною культурою в позаурочний час; участь у спортивних змаганнях тощо.

Поряд з роботою на уроках фізичної культури, вдало використовується позакласна робота з предмета. Позакласною роботою фізкультурно-оздоровчого напрямку охоплено 154 учні навчального закладу, що становить 41,6% від загальної кількості учнів школи. Це шкільні спортивні гуртки волейбол, баскетбол, легка атлетика, художня гімнастика, атлетична гімнастика, софтбол, тхеквондо.

Висновки.

Здорова успішна особистість – це особистість, яка має установки на здоровий спосіб життя, уміє будувати свої життєві плани і на основі цього розвивати в собі здатність до самооцінки, самоконтролю, самопізнання, саморозвитку, самовираження.

Створена система фізкультурно-оздоровчої роботи в школі дозволяє контролювати процес формування в учнів здоров'я зберігаючого світогляду, здійснювати комплексний підхід до кожної дитини в процесі співпраці учасників навчально-виховного процесу.

Інтеграція технологій дає змогу дотримуватися проєктувального компоненту, а саме: спиратися на діагностичні дані рівня підготовленості учнів, розробляти різноманітні завдання (експрес-контрольні, індивідуальні картки). Враховуючи діагностування здібностей учнів, вчитель має можливість прогнозувати подальший розвиток кожного з них, передбачити успіх навчання і виховання.

Педагогічні спостереження показали, що описана вище система роботи позитивно впливає на відвідування уроків та дисципліну учнів, формує емоційні реакції (бажання, намагання) займатись фізичними вправами.

Таким чином результати дослідження дозволяють відзначити, що описана вище система роботи функціонально виправдана, обумовлює утвердження нового, більш високого засобу педагогічної організації

навчально-виховного процесу, що відповідає зростаючим вимогам часу і основним завданням цільової програми з фізичної культури.

Подальші дослідження можуть стосуватися конкретизованої розробки окремих компонентів даної соціально-педагогічної моделі, засобів розвитку творчих здібностей учнів, розробки наочних прийомів, способів і засобів здоров'язберігаючого навчання.

Список використаної літератури

1. Виговська О. І. Сучасність спрямування навчально-виховного процесу в школі на особистісно-орієнтоване навчання / О. І. Виговська // Середня школа на порозі ХХІ століття: досвід, уроки, перспективи. – К. : НаУКМ, 2000. – С. 56-63. **2. Дубогай О. Д.** Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання й виховання школярів / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. О. Фролова, М. І. Горбенко. – К. : Оріяни, 2001. – 152 с. **3. Дичківська І. М.** Інноваційні педагогічні технології : Навчальний посібник / І. М. Дичківська – К. : Академвидав., 2004. – 352 с. **4. Отравенко О. В.** Інноваційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи школярів / О. В. Отравенко // Актуальні проблеми фізичного виховання в Україні : матеріали регіон. наук.–практ. конф. : зб. ст. / за заг.ред. Т. Т. Ротерс. – Лисичанськ : Знання, 2007. – С. 177–181. **5. Новітні** методико–педагогічні технології зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді : навч.–метод. посіб. для вчителів фізичної культури. – Л. : Українські технології, 2003. – 148 с. **6. Столяров В. І.** Модернізація фізического виховання в общеобразовательной школе./ В. І. Столяров, В. К. Бальсевич, В. П. Моченов, Л. І. Лубышева – М. : ТПФК, 2009. – 320 с. **7. Цьось А. В.** Українські народні ігри та забави : навч. посібник / А. В. Цьось. – Луцьк. – 1994. – 96 с. **8. Науменко Ю. В.** «Здоровье сберегающая деятельность школы / Ю. В. Науменко // Педагогика. 2005. № 6. – С. 37-44.

Отравенко О. В. Створення моделі здорової успішної особистості в загальноосвітніх навчальних закладах шляхом упровадження інноваційних технологій

Статтю присвячено створенню фізкультурно-оздоровчої системи формування здорової успішної особистості у співпраці з адміністрацією школи, суспільством, з учителями різних предметів, класними керівниками, психологічною і медичною службами школи та батьками. Розглянуто основи педагогічних інноваційних технологій, сучасні засоби підвищення рівня інтересу до уроків фізичної культури у школярів.

Ключові слова: здорова успішна особистість, інноваційні технології, фізичне виховання школярів, загальноосвітні навчальні заклади.

Отравенко Е. В. Создание модели здоровой успешной личности в общеобразовательных учебных заведениях путем внедрения инновационных технологий

Статья посвящена созданию физкультурно-оздоровительной системы формирования здоровой успешной личности в сотрудничестве с администрацией школы, обществом, с учителями разных предметов, классными руководителями, психологической и медицинской службами школы и родителями. Рассмотрены основы педагогических инновационных технологий, современные средства повышения уровня интереса к урокам физической культуры у школьников.

В школе должна проводиться системная работа в направлении формирования у школьников здоровьесберегающего мировоззрения и сознательного отношения к собственному здоровью.

Ключевые слова: здоровая успешная личность, инновационные технологии, физическое воспитание школьников, общеобразовательные учреждения.

Otravenko O. V. Model Development of Healthy and Successful Personality in General Educational Institutions by Means of Implementation of Innovative Technologies

The article is devoted to the development of health and fitness system of shaping healthy and successful personality in close collaboration with school administration, society, teachers of various subjects, classroom teachers, psychological and medical services of school and parents. It considers the basis of educational innovative technologies. Besides, modern means of enhancement of interest to physical training classes in schoolchildren are also indicated. Schools should also conduct systemic work in the direction of shaping of health saving ideology in schoolchildren, as well as conscientious attitude to their own health. Healthy and successful personality is personality with the formed orientation to healthy lifestyle. The social and political model of development of healthy and successful personality, elaborated by us, allows using a complex approach to every child in the process of collaboration of the participants of educational activity. Due to diagnosing of skills and abilities, a teacher gets an opportunity to forecast further development of personality.

Key words: healthy and successful personality, innovative technologies, physical education of schoolchildren, general education institution.

Стаття надійшла до друку 14.01.2013 р.

Прийнята до друку 29.03.2013 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Ротерс Т. Т.