

Розділ III. Оптимізація навчально-виховного процесу в загальноосвітніх закладах

УДК 371.7 «3752»

С. Ф. Бобровицька

П. Ф. Рибалко,

Сумський державний педагогічний
університет ім. А. С. Макаренка

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ У ПОЗАУРОЧНИЙ ЧАС РОБОТИ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ

У статті розглянуто організацію та зміст фізкультурно-оздоровчої роботи; здійснено аналіз завдань та визначено роль фізичного виховання молодших школярів засобами фізичної культури в умовах сьогодення з метою всебічного розвитку особистості, встановлення здорового, культурного способу життя у дитячому оточенні.

Ключові слова: фізична культура, здоров'я, постава, активність, екологія, здоровий спосіб життя.

У сучасних умовах третього тисячоліття особливо гостро постає проблема здоров'я людини. У зв'язку з екологічною і демографічною ситуацією стан здоров'я населення України катастрофічно погіршується, ситуація стає критичною: смертність випереджає народжуваність, зростає кількість ракових та алергічних захворювань, розладів нервової системи. Здоров'я народу опинилося в кризі, тривалість життя як основний показник здоров'я стрімко знижується.

Катастрофічним є стан здоров'я дітей і підлітків із хронічними захворюваннями. Ці діти та підлітки належать до спеціальної медичної групи. Постійний дефіцит рухової активності, відсутність фізичних навантажень гальмують їх нормальний фізичний розвиток, загрожують здоров'ю. Близько 28 – 35% дітей шкільного віку складають групу ризику, 40 – 45% учнів страждають хронічними захворюваннями, 55 – 60% – мають порушення постави. Майже 80% учнів і студентської молоді мають відхилення у стані здоров'я, понад 45% – незадовільну фізичну підготовку. Близько 70% дорослого населення мають низький та нижче за середній рівні фізичного здоров'я. Як свідчать результати медичних обстежень, близько 60% старшокласників та студентської молоді мають різні дефекти фізичного розвитку і порушень постави, низьку культуру рухів, плоскостопість, деформації хребта, порушення зору [3; 5].

На сучасному етапі фахівці, вчителі фізичної культури постійно проводять роботу щодо пошуку раціонального підходу до використання часу, що відводиться на шкільне фізичне виховання [1]. Добитися поліпшення здоров'я у межах тільки уроків фізичної культури практично неможливо, а також повною мірою подолати наростаючу гіподинамію і гипокінезію. Крім того, лише незначна частина школярів охоплена позакласними і позашкільними формами фізкультурних занять (В.П. Лук'яненко, 2001). Тому компенсувати недостатню оздоровчу ефективність шкільної системи фізичного виховання покликані певною мірою дитячі оздоровчі табори, основним напрямом діяльності яких є активний відпочинок з використанням фізичних вправ, ігор, змагань тощо.

Характерними явищами стали недбале ставлення до власного здоров'я та санітарно-гігієнічне безкультур'я значної частини населення. У багатьох людей відсутній пріоритет здоров'я і, що найгірше – лавиноподібне поширення серед підлітків і старшокласників паління, вживання алкоголю, наркотичних та психотропних токсичних речовин, збільшення венеричних захворювань, девіантної поведінки [6].

Проблема зміцнення здоров'я населення держави є сьогодні дуже важливою. У державних документах часто розглядаються питання щодо розвитку фізкультурного руху, масового спорту, формування потреб у здоровому способі життя [2].

Як зазначається в Законі України (ст. 1.) «Про фізичну культуру і спорт» фізична культура – це складова частина загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості. Це стосується всіх громадян України, у тому числі учнівської молоді.

На жаль, останнім часом, практично відсутні дослідження ролі фізичної культури у зміцненні як фізичного, так і соціального здоров'я дітей та підлітків у контексті сучасних умов життя [4].

Фізичне виховання оздоровчої спрямованості вирішує завдання підвищення фізичного стану тих, хто займається до безпечного рівня, який гарантує стабільне здоров'я, що забезпечує умови для життєдіяльності, повсякденної активності, формування деякого резерву можливостей для екстремальних ситуацій [2]. Використання фізичних вправ в оздоровчих цілях можна визначити як оздоровче фізичне тренування. Воно

спрямовано не на досягнення зовнішнього результату, а на забезпечення оптимального функціонування основних систем організму і на зміцнення здоров'я [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Численні дослідження (Г. Л. Апанасенко, В. К. Бальсевич, О. Д. Дубогай) переконливо доводять, що традиційний шкільний урок фізичного виховання за змістом, обсягом та інтенсивністю навантажень не зовсім відповідає потребам організму, що росте, не враховує індивідуальних можливостей молодших школярів.

За даними фахівців, сьогодні лише 2 – 3% від загальної кількості населення країни реально займається фізкультурно-оздоровчою діяльністю. На наш погляд, така пасивність зумовлена, по-перше, низьким рівнем інформаційного та методичного забезпечення, по-друге, слабкістю або відсутністю необхідної мотивації на всіх етапах фізичного виховання людини. Отже, існує потреба у формуванні позитивного ставлення людини до занять фізичними вправами, визначенні пріоритетних напрямів розвитку фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Питання щодо формування мотивації до фізкультурно-спортивної діяльності і поведінки були предметом аналізу Ю. Ю. Палайми (1972), П. А. Рудика (1972), В. А. Соколова (1973), Є. Шльїна (1974), А. Ц. Пуні (1976), І. Г. Келишева (1981), В. М. Мельникова (1988), Р. А. Пілояна (1988) та ін. У своїх працях вони дають характеристику потреб, мотивів і цілей особистості, розкривають деякі механізми їх формування. Сприятливі можливості для розвитку рухових якостей і навичок, посиленого фізичного розвитку, працездатності, функціональних можливостей школярів досліджуються у працях багатьох науковців (Р. О. Альбіцької, В. М. Гендера, Д. В. Железного, Ю. А. Коропа, Н. Д. Туленкова, С. Ф. Цвека та ін.). Є. І. Коваленко, М. Б. Коваль, Н. Г. Трофимюк, В. В. Пимова вивчали специфічну роль позакласних занять як соціально-педагогічного середовища для раціонального фізичного виховання і розвитку підростаючого покоління, а деякі з них розглядали питання щодо можливостей природного середовища для оздоровлення і фізичного розвитку дітей, однак вивчення природного середовища ще не дало своїх результатів.

Мета статті: визначити зміст оздоровчих занять фізичними вправами з дітьми молодшого шкільного віку в позаурочний час роботи школи.

На підставі вивчення стану розробленості проблеми, мети роботи, у процесі експериментального дослідження розв'язувались такі **завдання**:

1. З'ясувати особливості роботи оздоровчої спрямованості.

2. Розробити та обґрунтувати методика розподілу дітей на групи з урахуванням рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості для занять фізичними вправами.

3. Розробити та експериментально оцінити спеціальний комплекс програм оздоровчої спрямованості для занять фізичним вихованням молодших школярів у позаурочний час з урахуванням особливостей кожної вікової групи.

Методи дослідження: теоретичні, емпіричні, узагальнення, аналіз.

Результати досліджень та їх обговорення. Сутність експерименту: оцінити і порівняти результати дії змісту фізичного виховання на основні показники рухової підготовленості і фізичного розвитку дітей, що характеризують оздоровчу ефективність занять.

На констатуючому етапі педагогічного експерименту дітей розподілили на групи для занять фізичними вправами оздоровчої спрямованості на підставі розробленої експрес-методики ранжирування тих, хто займається, за рівнем фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

На формуючому етапі педагогічного експерименту розробили й апробували модель експериментальної навчальної програми фізичного виховання оздоровчої спрямованості, на основі якої був підготовлений спеціальний комплекс оздоровчих програм для підвищення ефективності роботи з урахуванням особливостей кожної групи дітей.

На початку і в кінці формуючого педагогічного експерименту за розробленою нами експрес-методикою здійснювали оцінку рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей. У дітей, хто займався за навчальною експериментальною програмою фізичного виховання оздоровчої спрямованості, відзначено достовірну зміну показників, що характеризують фізичний розвиток і фізичну підготовленість.

Порівняно з початковим рівнем покращилась загальна оцінка фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей в експериментальній групі – на 36%, а в контрольній групі – на 20%.

Виражені позитивні зміни відбулись за показниками фізичної підготовленості. Результат кистьової динамометрії в експериментальній групі

покращився на 15%, а в контрольній – на 11%. Показник швидкісно-силових здібностей – на 9% проти 4%. Значні зміни відбулись у результатах тесту «підняття тулубу в сід з положення лежачи на спині», що характеризує силову витривалість: в експериментальній групі – на 46%, а в контрольній – на 28%. При цьому 39% дітей експериментальної групи показали результат «вище за середній» і «високий», а у контрольній – 19% дітей.

На розвиток швидкісних здібностей вплинули рухливі ігри – 15% проти 7%. Заняття з цілеспрямованим розвитком гнучкості сприяли тому, що на 18% в експериментальній групі змінились оцінки якості гнучкості, а у контрольній – на 10%.

Отже, отримавши результати формуючого педагогічного експерименту, можна зробити такі **висновки**.

Результати проведених досліджень засвідчили, що процес фізичного виховання дітей будується на підставі диференційованих навчальних програм, що враховують базовий рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів конкретної групи.

Одержані результати досліджень доводять, що заняття фізичними вправами за запропонованими програмами оздоровчої спрямованості з урахуванням рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості дали позитивний ефект. Приріст основних показників, рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості імовірно виражений за статистичними даними.

У статті наведено теоретичне узагальнення і нове розв'язання проблеми розробки механізмів та організаційно-педагогічних умов удосконалення фізичного стану дітей, що виявляється у визначенні специфічних вимог до організації та методики фізичного виховання дітей у позаурочний час як специфічного соціально-педагогічного середовища.

Наші наукові позиції до необхідності і важливості оздоровлення підростаючого покоління узгоджуються з теоретико-правовими державними підходами щодо сприяння вдосконаленню фізичної підготовленості дитини як суспільної цінності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бріжати О. В. Новаторська діяльність фахівця фізичного виховання і спорту при організації навчально-тренувальної роботи / О. В. Бріжати // Педагогіка і методика навчання і виховання. Проблеми розвитку творчої особистості. – Суми : ВВП «Мрія-1» ЛТД, 1997. – С. 167 – 171.
2. Державні тести і нормативні оцінки фізичної підготовленості населення України / [за ред. М. Д. Зубалія] – 2-ге вид., переробл. і допов. – К., 1997. – 36 с.

3. Дубогай А. Д. Психолого-педагогические основы формирования здорового способа жизни у школьников младших классов : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Дубогай А. Д. – К., 1996. – 210 с.

4. Костикова С. Эффективность использования оздоровительных программ на уроках физического воспитания детей младшего школьного возраста / С. Костикова // Олимпийский спорт и спорт для всех: проблемы здоровья, рекреации спортивной медицины : тезисы докл. IV Междунар. науч. конгресса. – К., 2000.

5. Нові технології навчання : наук.-метод. зб. / [ред. Б. І. Холод та ін.] ; М-во освіти і науки Укр. ; Наук.-метод. центр вищої освіти. – К., 2000. – Вип. 27.

6. Язловецький В. С. Учням про здоров'я / В. С. Язловецький, О. В. Язловецька – Кіровоград : РВЦ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2000. – 212 с.

РЕЗЮМЕ

В статье рассмотрены организация и содержание физкультурно-оздоровительной работы; совершён анализ заданий и определена роль физического воспитания младших школьников средствами физической культуры в условиях современной жизни с целью всестороннего развития личности, установление здорового, культурного образа жизни в детском окружении.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, осанка, активность, экология, здоровый образ жизни.

SUMMARY

The organization and contents of work in keeping physical health have been considered in the article, as well as the analysis of the tasks has been carried out and the role of physical education to junior schoolchildren by means of physical culture in the conditions of the present has been defined with the aim of all-sided development of a person, implementation of children's healthy environment, cultural way of life.

Key words: physical training, health, bearing, activity, ecology, healthy way-life.

УДК 37.013.74

О.А. Бочарова

Горлівський державний педагогічний інститут іноземних мов

ШКІЛЬНА СИСТЕМА ПІДТРИМКИ ОБДАРОВАНИХ УЧНІВ У ПОЛЬСЬКИХ ШКОЛАХ

У статті висвітлено діяльність Шкільної системи підтримки обдарованості, яка складається з таких напрямів співпраці: учитель-учень; учитель-батьки; учень-учень; учитель-учитель; батьки-батьки; розглянуто форми та методи роботи з обдарованими учнями в польських школах; подано характеристику вчителя обдарованого учня; визначено основні риси характеру, що притаманні талановитій дитині.

Ключові слова: учитель-учень; учитель-батьки; учень-учень; учитель-учитель; батьки-батьки, обдарованість, талановита дитина.

Постановка проблеми. Проблема навчання і виховання обдарованих дітей набула особливого значення у XXI столітті. Значне прискорення в політичному й інтелектуальному осмисленні соціальних, технічних, економічних та культурних цінностей обґрунтувало необхідність створення