

ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ВАЖЛИВОСТІ ЗАНЯТЬ ІЗ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДАХ

THEORETICAL SUBSTANTIATION OF THE IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN GENERAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Сучасні тенденції освіти формують зростання пріоритетності питання покращення стану здоров'я дітей та підлітків, що спровоковане негативними змінами їх фізичного та розумового розвитку, а також різким зниженням показника розумової працездатності. Для забезпечення вирішення поставлених завдань необхідно створити усі відповідні умови, формувати органічну єдність існування педагогічного процесу та оздоровчих механізмів впливу. Підґрунтям для цього будуть наступні фактори:

- адекватне та свідоме оцінювання власних результатів,
- розуміння та виокремлення цілей та напрямів розвитку особистістю, на відповідному для її вікових та психологічних особливостей рівні.

Основоположна роль сучасного загальноосвітнього закладу у процесі забезпечення гармонійного розвитку школярів обумовлюється низкою особливостей його системної багаторівневої діяльності, це впродовж тривалого часу має істотний вплив на розвиток фізичної та психоемоційної сфер та розвиток особистості загалом. Фактично всі форми життєдіяльності школярів реалізуються в межах наступних шкільних компетенцій: виховної, соціально-адаптаційної, комунікаційної. Перманентність та продовжність впливу конкретного соціуму може проявляти сприятливий, гальмуючий або індивідуальний вплив на цілісний та гармонійний розвиток особистості, яка буде спроможна у майбутньому самореалізуватись.

У статті розглянуті причини та мотиви, а також доцільність стрімкого посилення оздоровчих функцій фізичного виховання у сучасних загальноосвітніх навчальних закладах та важливість даної дисципліни для коректного формування не лише фізичного здоров'я школярів, але і їх психоемоційного стану, що відображається у:

- окресленні нормативного відпрацювання конкретних рухових режимів учнів одинадцятирічної школи,
- забезпеченні введення в усіх класах уроків фізичного виховання із частотою три рази на тиждень,
- формуванні обов'язкового індивідуального підходу до різновікових груп дітей.

Основною метою даних дій є утворення для школярів психологічно та фізично екологічного навчального середовища, а це, у свою чергу, вимагає певної реорганізації навчального плану майбутніх учителів фізичної культури та направлення його на підготовку творчих особистостей, спроможних бути координаторами здоров'язберігаючої освіти.

Ключові слова: фізичне виховання, теорія, загальноосвітній заклад, школярі, рухова активність.

Modern trends in education shape the increasing priority of the issue of improving the health of children and adolescents, which is provoked by negative changes in their physical and mental development, as well as a sharp decrease in the indicator of mental performance. In order to ensure the solution of the set tasks, it is necessary to create all the appropriate conditions, to form the organic unity of the existence of the pedagogical process and health-improving mechanisms of influence. The basis for this will be the following factors:

- adequate and conscious assessment of own results,
- understanding and distinguishing the goals and directions of personal development, at the appropriate level for his age and psychological characteristics.

The fundamental role of a modern comprehensive educational institution in the process of ensuring the harmonious development of schoolchildren is determined by a number of features of its systemic multi-level activity, which over a long period of time has a significant impact on the development of physical and psycho-emotional spheres and the development of personality in general. In fact, all forms of life activities of schoolchildren are implemented within the following school competencies: educational, social adaptation, communication. The permanence and continuity of the influence of a specific society can have a favorable, inhibiting or indifferent effect on the integral and harmonious development of an individual who will be able to self-realize in the future. The article considers the reasons and motives, as well as the expediency of the rapid strengthening of the health-improving functions of physical education in modern general educational institutions and the importance of this discipline for the correct formation of not only the physical health of schoolchildren, but also their psycho-emotional state, which is reflected in:

- delineation of normative practice of specific movement modes of eleven-year-old school students,
- ensuring the introduction of physical education lessons in all classes with a frequency of three times a week,
- formation of a mandatory individual approach to different age groups of children.

The main goal of these actions is to create a psychologically and physically ecological educational environment for schoolchildren, and this, in turn, requires a certain reorganization of the curriculum of future teachers of physical culture and directing it to the training of creative individuals capable of being coordinators of health education.

Key words: physical education, theory, general educational institution, schoolchildren, motor activity.

УДК 379:38,011,3-051:615.825-051(039)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/56.1.14>

Ігнатенко С.О.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри теорії і методики
фізичної культури та спортивних
дисциплін

Навчально-наукового інституту
фізичної культури, спорту
та реабілітації Державного закладу
«Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського»

Прокоф'єва Л.А.,

канд. пед. наук,
ст. викладач кафедри спортивних ігор
Навчально-наукового інституту
фізичної культури, спорту
та реабілітації Державного закладу
«Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського»

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Неповна реалізація всіх можливих векторів позитивного впливу на

школярів під час занять з фізичного виховання через низку негативних факторів («застарілість» підходів до занять, невміння формувати мотивацію у школярів до занять, брак часу та ін.).

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Велика кількість вітчизняних та закордонних науковців минулих десятиліть та сучасності займалися вивчення питань фізичного розвитку дітей у різних його аспектах:

- дослідження гігієністи та фізіологи Меркулова Т.В., Єфімова Т.Б., Даниленко Г.М., та ін. проводили дослідження, що дали можливість обґрунтування гігієнічних принципів збереження здоров'я учнів відповідно до змінених умов освітнього процесу, а саме:

- навчальне навантаження, що фізіолого-гігієнічно регламентоване;

- етапні контролю стану здоров'я школярів і чинників середовища впливу;

- формування валеологічного світогляду школярів, популяризація здорового способу життя у школі;

- наявність та постійність заходів із первинної профілактики можливих порушень здоров'я,

- активна медико-профілактична робота;

- у психолого-педагогічній літературі багатоаспектно висвітлено проблему фахової підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання (Цьось А.В., Завацький В.І., Суценок Л.П., Шиян Б.М., Шкретій Ю.М., Демінський О.Ц.);

- дослідженням питання готовності до майбутньої професійної діяльності учителів фізичної культури займалися такі науковці, як Богиніч О.В., Байдак В.І., Генсерук Г.Р., Карпюк Р.П., Данилко М.П., Смолюк В.І., Наумчук В.І.;

- розробкою наукових положень, просуванням ідей педагогічної та психологічної наук із питань особистісно орієнтованої освіти займалися Бех І.Д., Бал Г.О., Бондаревська О.В., Зязюн І.А., Гончаренко С.У., Рибалка В.В., Серіков В.В.;

- розробку концепції оптимізації навчального процесу висвітлювали у своїх працях Поташик М.М. та Бабанський Ю.К.;

- організаційні аспекти навчального процесу у загальноосвітніх закладах розкрито у роботах Приходько В.В.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Необхідність максимально можливої реалізації всіх можливих векторів позитивного впливу на школярів під час занять з фізичного виховання.

Мета статті:

- аналіз проблем та прогнозування перспектив розвитку різних форм фізичного виховання загальноосвітніх закладах;

- теоретичне обґрунтування важливості занять із фізичного виховання у школах.

Виклад основного матеріалу. Питання якості сучасної освіти є одним із найважливіших сьогодні. Це обумовлено стійким проявом тенденції щодо зниження рівня навчальної роботи у вітчизняних загальноосвітніх закладах. Принагідно цей

аспект співвідносити і до шкільних занять із фізичного виховання [2, с. 75–78].

Глобально значущими предикторами таких проблем освітнього процесу є, насамперед, неосмислене включення надмірної кількості нововведень в навчальний процес; низький рівень фахової компетентності вчителів; недостатнє матеріально-технічне забезпечення; відсутність розуміння школярами сутності освітнього процесу, важливості дисципліни Фізичного виховання в процесі оздоровлення; недостатність компетенцій для роботи із сучасними інформаційно-комунікаційними та педагогічними технологіями [1, с. 24].

Певне зниження якісного рівня проведення занять із фізичної культури в загальноосвітніх закладах має негативний відбиток на фізичному розвитку школярів та їх життєдіяльності загалом. Зниження рівня рухової активності учнів різного віку – на жаль, дуже розповсюджене явище. Стрімка та безперервна модернізація структури та змісту освітнього процесу спонукає фахівців до постійного пошуку ефективних методів покращення якості навчального процесу, зокрема і у сфері фізичного виховання. Оновлене змістове наповнення, поява сучасних інформаційних та педагогічних технологій, зростання виховного потенціалу сфери фізичного виховання, формування валеологічного світогляду школярів – лише частина тих задач, що постають перед учителем з фізичної культури під час практичної діяльності. Вирішення цих завдань – доволі складний процес, що, в свою чергу веде до підвищення вимог до кваліфікації майбутніх та вже працюючих фахівців [3, с. 408–417].

Вітчизняна педагогіка трактує поняття «виховання» як цілеспрямований процес впливу на особистість, направлений на розвиток у неї тих вмінь та навичок, які будуть відповідати морально-етичним та соціально-політичним ідеалам соціуму. Поняття «фізичне виховання» – це невід'ємна частина загального виховання; конкретний педагогіко-соціальний процес, направлений на покращення рівня здоров'я, забезпечення гармонійного розвитку форм та функцій організму [5, с. 244].

Організаційний аспект та змістова характеристика фізичного виховання в Україні регламентовані органами державного управління, нормативними та методичними документами Міністерства освіти і науки України, укладеними спільно із Міністерством молоді та спорту України, а також Міністерством охорони здоров'я [4, с. 375].

Сьогодні урок фізичного виховання у школі це дисципліна із характерною формою та змістом, що формувались та вдосконалювались протягом багатьох років відповідно до супутніх умов та факторів впливу. Опираючись на теоретичні положення, «змістом занять у фізичному вихованні є активна, спрямована на фізичне вдосконалення, практична

діяльність людей, що виявляється у виконанні фізичних вправ. Формою занять є порівняно стійкі об'єднання елементів його змісту». Тобто, так звана «форма» є лише зовнішньою характеристикою заняття, що також має певну структуру та обмежені часові параметри. Структуризація уроку фізичного виховання трансформувалась в залежності від вправ, що розподілялися за анатомічними особливостями, за змістовою характеристикою вправ, за поставленими завданнями. В основу структури сучасного уроку покладено вправи на підвищення адаптаційного потенціалу організму [2, с. 75–78].

На сьогоднішні день система освітнього аспекту фізичної культури складається із трьох основних напрямів: оздоровчого, тренувального та освітнього. Нещодавно пріоритетним був саме тренувальний напрямок заняття [4, с. 375].

Залежно від засобів вирішення поставлених завдань, зміст уроку може змінюватись. Після ретроспективного аналізу старих систем фізичного виховання було виявлено відсутність індивідуального підходу до школярів, окрім індивідуального підбору фізичних навантажень. Простежується лише чітка регламентація вправ для засвоєння та виконання, що не було виправдано для загальної фізичної підготовки учнів і знижувало інтерес до занять з фізичної культури. Саме через це вперше у програмах із фізичного виховання в середній та старшій школі був введений види спорту для вільного вибору [4, с. 375].

Починаючи з 2012 року у оновлених програмах із фізичного виховання у початкових класах відбувається розподіл навчального матеріалу за так званими «школами», які включають групи вправ, об'єднані за способом рухової дії, а не за видом спорту, такий підхід чітко передає мету формування школи рухових навичок та умінь (гімнастичної школи з культури рухів, школи м'яча, школи стрибків, школи активного відпочинку та ін.) [2, с. 75–78].

Важливим недоліком сучасних шкіл є відсутність індивідуальних листів фізичного розвитку учнів із графіками етапного контролю впродовж року, адже немає можливості простежувати ефективність перебігу процесу фізичних навантажень з боку вчителя та відзначати прогресу своїх результатів учневі. Введення таких листів значно б підвищило мотивацію школярів до самостійних занять руховою активністю [1, с. 24].

Проте принагідно зазначити наявність і позитивних рис сучасних загальноосвітніх закладів, а саме:

- наявність чіткого графіку проведення уроків в школі (тричі протягом тижня);

- обґрунтована структуризація заняття із трьох частин, що відповідають фізіологічним особливостям організму, темпам фізичного розвитку, та рівню працездатності;

- комплексний підхід до вирішення освітніх, виховних та оздоровчих завдань;

- послідовність програм для молодшої, середньої та старшої школи;

- етапний медичні контролю, за результатами яких відбувається розподіл дітей на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи);

- все більш активне включення інноваційних видів рухової активності як складової уроку [1, с. 24].

Висновки. Підвищення якості занять з фізичного виховання у школах можливо через постійний пошук резервних систем школярів, тобто шляхом моделювання необхідних педагогічних умов для їх функціонування та розвитку. Досягнути високого рівня освіченості школярів у галузі фізичної культури можливо лише при високоякісному проведенні занять з фізичного виховання та при забезпеченні цілісності вирішення комунікативних, виховних, розвиваючих, оздоровчих, соціально та культурно важливих завдань.

Все вищезгадане підтверджує, що основним завданням керівної ланки загальноосвітніх закладів, навчально-педагогічних працівників, зокрема вчителів фізичної культури, батьків та самих школярів є намагання якнайповніше використовувати наявні можливості під час занять з фізичного виховання, використовувати на максимум їх оздоровчий потенціал, оптимізувати обсяг та інтенсивність рухової активності дітей, сприяти створенню високоякісного середовища фізичного виховання, що продукуватиме активне засвоєння школярами усього потенціалу фізичної культури.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Іванова Л.І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кан. пед. наук : 13.00.04. Київ. 2007. 24 с.
2. Круцевич Т.Ю., Соловей Д.О. Розвиток форм фізичного виховання в загальноосвітніх школах: проблеми і перспективи. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Вип. 12 (67). Київ, 2015. С. 75–78.
3. Лук'янова О.М. Медико-соціальні аспекти збереження здоров'я дітей, забезпечення їх гармонійного фізичного та інтелектуального розвитку. *Журнал АМН України*. Вип. 7. Київ. 2001. С. 408–417.
4. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів : монографія. 2014. 375 с.
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник. Тернопіль, 2006. 244 с.