

## ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ

### ТЕХНОЛОГІЯ ГАРМОНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО І ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ І ЗДОРОВ'Я В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА (Ч. 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ОБґРУНТУВАННЯ)

**Іваній І.В., Калініченко І.О.**

Інститут фізичної культури Сумського державного педагогічного університету ім. А.С.Макаренка

**Анотація.** На основі системно-синергетичної методології визначено змістовне і процесуальне наповнення технології фізичного виховання, яка спрямована на гармонізацію компонентів особистісного розвитку і здоров'я молодшого школяра.

**Ключові слова:** школяр, здоров'я, технологія, фізичне виховання.

**Поставка проблеми.** Дослідженнями виявлено, що в Україні за останні 10 років кількість дітей молодшого шкільного віку з хронічною патологією збільшилася у 2 рази, а учнів, які не мають відхилень у фізичному й психічному здоров'ї, зменшилася у 3 рази. Проблема здоров'я учня вийшла за рамки медичної (епідемія хронічних неінфекційних захворювань) та перетворилася у соціальну (М. Амосов, 1998; О. Дубогай, 2005; І. Кучеров, 2000; І. Сміян, 2002 та ін.). У зв'язку з цим перед шкільною фізкультурною освітою постають питання пошуку інноваційних систем всебічного гармонійного розвитку учнів, в основі яких повинна бути, передусім, турбота про стан їх здоров'я.

Одним із перспективних напрямів оптимізації системи фізичного виховання (ФВ) учнів є особистісно орієнтований підхід в освіті, який передбачає побудову особливого роду педагогічного процесу (технології), спрямованого на розвиток та саморозвиток особистісних властивостей учня, на індивідуальному виборі способів фізкультурної діяльності в залежності від його освітнього рівня, фізичних якостей та здоров'я. Наукові дослідження, що пов'язані з проблемами розробки таких технологій, пошуку змістовних, організаційних, методичних підходів їх впровадження, є актуальними у зазначеному контексті.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** В основу Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту закладено ідеї задоволення потреб кожного громадянина в руховій активності і створення належних умов для занять фізичною культурою. Фізична культура (ФК) розглядається як найважливіший чинник здорового способу життя (ЗСЖ), профілактики захворювань, формуван-

ня гуманістичних цінностей і створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини.

У ряді робіт [1, 3, 5 та ін.] проведені ідеї реформування системи ФВ молодших школярів, суттю яких є змінення його змісту з урахуванням біологічних і психолого-педагогічних закономірностей розвитку учня під час навчального процесу, засвоєння інформаційних і інших цінностей ФК. Натомість ще й досі до кінця не визначені провідні завдання і зміст особистісно орієнтованого ФВ, ефективність впливу яких на фізичну, соціальну, психічну сфери учня, стан його здоров'я визначає як планування (стратегію), так і вибір методів, технологій (тактику) управління педагогічним процесом.

У роботі [3] розглянуті можливості проектування фізкультурно-оздоровчого процесу на основі системно-синергетичного підходу. Представлена методологія педагогічної самоорганізації та побудована модель особистісно орієнтованої технології, завданням якої є інтеграція фізичного, психічного й духовного розвитку (особистісного розвитку) молодшого школяра і, тим самим, формування його особистої ФК. Особистісно орієнтований чинник повинен мати необхідні вияви у всіх складових проектованої педагогічної системи, що надасть можливості в повній мірі формувати оптимальну структуру фізичного розвитку та світогляду учня в сфері ФК та здоров'я.

**Мета дослідження** — визначення змістовного і процесуального наповнення технології гармонізації компонентів особистісного розвитку і здоров'я в системі фізичного виховання молодшого школяра.

**Методи дослідження** — теоретичний аналіз літературних даних із застосуванням логічних підходів, узагальнення, моделювання на основі системно-синергетичної методології.

### Результати дослідження та їх обговорення.

У спроектованій нами моделі технології особистісного розвитку молодшого школяра орієнтація педагогічного процесу на розвиток особистості передбачає суттєві зміни його змістовних і процесуально-методичних складових [3]. Безумовно змістом предмету «фізична культура» у початковій школі є рухова активність із загальнорозвиваючою та здоров'язберігаючою спрямованістю — це об'єм і характер знань, умінь, навичок, звичок і властивостей, що необхідні особистості для виконання загальних для всіх громадян соціальних функцій, детермінованих певною системою цінностей суспільства. Але ж в педагогіці відомо, що механістичний спосіб засвоєння будь-якої нової форми діяльності не надає не тільки аксіологічного результату — присвоєння цінностей опановуваної діяльності, але й прагматичного оволодіння операційно-технічною її властивістю.

У контексті зазначеного основною домінантою змісту навчання ФК повинна стати систематична побудова власних культурно-відповідних дій (рухів та регуляцій). Під побудовою рухів і регуляцій мається на увазі як розуміння учнями своєї фізкультурної діяльності, так і увлечення її в істотних відносинах, відбиття в системі понять та випробовування істинності. Такий підхід до навчання ФК має на увазі його побудову як від «моделі до предмету», так і від «предмету до моделі». Саме тоді буде створена система, коли зміст фізкультурної освіти втрачає відчужений щодо до сутності учня характер, включаються поняття діяльності по його розвитку на основі самоорганізації, саморегуляції і самовдосконалення.

Стратегія змістовного наповнення системи ФВ в площині особистісного підходу визначається науковим розумінням внутрішніх закономірностей розвитку особистості в онтогенезі. У психолого-педагогічній характеристиці молодшого школяра наголошується, що його особистісний розвиток базується на максимальних темпах когнітивного й фізичного розвитку, максимумі показників, що вказуються на інтенсивне сприйняття та засвоєння широкого кола інформації (О. Савченко, 1997). У сфері ФК ведучою педагогічною ідеєю в роботі з молодшими школярами є: формування первісних переконань, заснованих на загальнолюдських цінностях, в необхідності занять фізичними вправами; створення ситуації успіху в навчальній діяльності з предмету ФК тощо.

У розробленій нами моделі особистісного розвитку молодшого школяра передбачено поетапне й послідовне засвоєння і використання суспільних і особистісних цінностей ФК, процес становлення яких характеризується взаємообумовленою сукупністю емоційно-особистісних станів, що познача-

ються як усвідомлення, приручення і проживання [3]. При цьому група суспільних цінностей визначає, в значній мірі, форми організації навчання ФК і виступає для молодшого школяра самоцінністю, являючись одночасно і умовою і результатом його розвитку. Група особистісних цінностей виступає пріоритетною групою в розвитку молодшого школяра та визначає змістовну основу самого процесу навчання ФК.

Враховуючи вищезазначене, важливою умовою при відборі змісту ФВ є розподіл співвідношення його когнітивного і креативного аспектів та форм їх реалізації. На стадії усвідомлення цінностей ФК (1—2-й класи), пріоритет повинен надаватися формуванню когнітивного досвіду школяра з частковим засвоєнням практичного досвіду, а в подальшому (3—4-й класи) становлення цінностей потребує засвоєння, переважно, практичного досвіду та формування ціннісних орієнтацій в галузі ФК.

Фізична культура та її процесуальний компонент «фізичне виховання» розглядаються, переважно, як елемент, визначаючий категорію всебічності навчально-виховного процесу. Необхідність особистісного розвитку передбачає розгляд змісту цього процесу з позицій освіченості і гармонізації. При цьому процес ФВ набуває розвиваючого й формуючого впливу, перетворюючи його в навчаюче виховання, де метою постає особистість школяра, а навчання рухам виступає не як самоціль, а є лише засіб виховання особистості. Тоді процес ФВ — це опанування особистістю певною системою наукових знань, практичних умінь і навичок, формування соціального обличчя й індивідуального стилю особистості, що засноване на рівнях розвитку фізичних здібностей, розумово-пізнавальної діяльності, стані здоров'я школяра.

Представлене розуміння системи ФВ дозволяє сформулювати одне із визначень дослідження — «особистісно орієнтоване фізичне виховання молодшого школяра»: це «соціалізований педагогічний процес цілеспрямованого засвоєння ціннісного потенціалу фізичної культури, становлення якого характеризується взаємообумовленою сукупністю емоційно-особистісних станів суб'єктів навчання (усвідомлення, приручення і проживання) на основі формування системи світоглядних категорій і понять, ціннісних орієнтацій на фізичне самовдосконалення й здоровий спосіб життя, сукупності рухових умінь і навичок як головних складових життєдіяльності школяра». При такому підході до процесу ФВ основою змісту системи ФВ постають базові цінності ФК — інтелектуальні, рухові, оздоровчі.

Оскільки за переважною спрямованістю ФВ молодшого школяра є рухово-інтелектуальним [1, 5, 6], то, виходячи із сутнісної характеристики освіти

(навчання, виховання, розвиток), її мети, завдань, що вирішує шкільне ФВ на етапі навчання в початковій школі, як правило, формується комплекс педагогічних завдань за напрямками: розвиваючі, навчальні, виховні та оздоровчі. Вирішення цих завдань вимагає включення та використання педагогами у освітньому середовищі всього потенціалу галузі «Фізична культура і здоров'я». Але визначення механізму особистісного розвитку молодшого школяра з позицій максимального оздоровчого ефекту потребує виділення в системі ФВ головних структурних одиниць педагогічного процесу. Ми вважаємо, що на етапі початкового навчання є доцільним активізація діяльності учнів переважно з двома її видами — фізкультурному і оздоровчому, які, на нашу думку, є пріоритетними в межах урочної і позаурочної діяльності будуть забезпечувати вирішення всього комплексу педагогічних завдань.

У теорії ФВ стверджується принцип прямого зв'язку рухової активності та фізичної підготовленості (ФП) з успішністю та здоров'ям молодшого школяра [1, 4, 5 та ін.]. Це дозволяє передбачити, що оптимальне співвідношення трьох компонентів особистісного розвитку — інтелектуального, рухового, оздоровчого буде сприяти гармонійному розвитку учня та гарантувати формування, зміцнення, збереження та відновлення його здоров'я і потребує розробки відповідного змісту ФВ та технології його реалізації.

З цієї метою нами, на основі психолого-педагогічної характеристики молодшого школяра, аналізу державної та ряду експериментальних програм [2, 4, 6 та ін.] щодо вимог до рівня загальноосвітньої підготовки з ФК (контрольні навчальні нормативи і вимоги), сформульовані змістовні блоки стандарту особистісно орієнтованої технології фізичного виховання (ООТФВ) у вигляді двох тематичних розділів: «Людина та її здоров'я», «Рухова діяльність».

У кожному блоці представлені базові поняття, які передбачають виділити в навчально-виховному процесі з ФК початкової школи терміни і визначення та сформулювати їх значення за для надання загальної характеристики фізичній культурі та власній руховій активності учня. З певною умовністю ці блоки можливо віднести до оздоровчого, рухового та виховного напрямків змісту програми, але у випадку ООТФВ вони як комплексно, так і вибірково вирішують завдання гармонізації компонентів особистісного розвитку та здоров'я молодшого школяра, тобто несуть функцію цілісного й послідовного його розвитку.

Засновуючись на технологічному стандарті ООТФВ молодшого школяра, нами розроблена навчальна програма, до якої увійшли два розділи: «Фізкультурна освіта» та «Особисте здоров'я» (освітня та оздоровча складові навчального матеріалу).

Програма дозволяє реалізацію процесу ФВ через гармонізацію компонентів особистісного розвитку і здоров'я школяра шляхом встановлення певних співвідношень об'єму інтелектуального, рухового та оздоровчого компонентів для кожного учня (або певної групи учнів класу) на основі вихідних рівнів його успішності, фізичної підготовленості та здоров'я.

Інтелектуальний компонент програми включає в себе теоретичні знання, отримані при засвоєнні рухових дій, загальні відомості в сфері ФК, а також знання валеологічного характеру. Оздоровчий компонент уявляє собою сукупність рухових дій зі збереження та зміцнення здоров'я і теоретичних відомостей, які мають валеологічний характер та спрямовані на формування основ ЗСЖ. При цьому інтелектуальний компонент визначає як рухово-інтелектуально так і інтелектуально-оздоровчу спрямованість, а оздоровчий — рухово-оздоровчу і інтелектуально-оздоровчу спрямованість навчального процесу.

Руховий компонент представлений програмним матеріалом з ФК для початкової школи і логічно впливає з мети системи ФВ, взагалі, й шкільного предмету «Основи здоров'я і фізична культура», що є важливим з соціальної і педагогічної точок зору. У соціальному плані це полегшує виконання вимог державного стандарту. У педагогічному плані засвоєння базових основ змісту програмного матеріалу дозволяє здійснювати процес ФВ безперервно, полегшує перехід від одного вікового ступеня до іншого, забезпечує адаптацію учня до різних умов. Варіативна частина навчального плану представлена спеціально розробленою програмою оздоровчо-фізкультурних релаксаційних занять.

Логіка структурування педагогічних завдань з гармонізації компонентів особистісного розвитку та здоров'я школяра була наступною:

1. Аналіз оцінки організації навчального процесу за різними програмами ФВ ряду загальноосвітніх навчальних закладів Сумської області, розвитку фізичних якостей та стану здоров'я молодших школярів дозволив встановити, що сучасні підходи до ФВ в початковій школі обумовлюють низькі показники мотивації до систематичних занять ФК, не сприяють формуванню в учнів свідомої потреби в здоров'ї і не забезпечують його збереження. Так:

- більшість респондентів (батьки) стверджують (6—8 років — 48%, 9—10 років — 76%), що сучасна система ФВ неефективна;
- за показниками медичних оглядів у 31% учнів встановлено 2—3 діагнози та виявлено негативну вікову динаміку (–18,1%) співвідношення кількості здорових учнів до учнів із різними відхиленнями у стані здоров'я;
- за оцінками комплексної ФП учні 6—8 років мають низький (64,5%), середній (30,7%), висо-

кий (4,8%), а учні 9—10 років відповідно 54,2%, 35,7%, 0,1% рівень ФР.

2. Аналіз рівня особистісного розвитку та стану здоров'я молодших школярів на основі розробленої нами системи моніторингу, надав наступної інформації:

- виявлено лінійну залежність інтелектуального (загальна успішність) і фізичної підготовленості (ФП) з рівнем здоров'я учнів 1—4-х класів;
- виявлена група учнів (38% від загальної кількості експериментальних класів) стан яких потребує реабілітаційних педагогічних заходів як в підвищенні рівня особистісного розвитку, так і зміцнення здоров'я;
- решта учнів (62%) відносно здорові, але мають різні рівні ФП, окремі учні (9%) мають низький рівень освіченості та практично у всіх учнів цієї групи виникають відхилення у стані здоров'я;
- окремі учні із зазначених груп (12%) мають «крайні» показники. Так, наприклад: учень А. за всіма показниками особистісного розвитку та рівня здоров'я має низькі показники; учень Б. навпаки — всі показники високі; учень В. має нижче середнього рівень ФП, але не хворіє, працездатний, має достатній рівень функціонального стану свого організму.

За М. Амосовим учні Б., В. мають той рівень, який відповідає індивідуальним генетично закодованим резервам здоров'я (учню А. потрібне лікування). Тоді логічно стверджувати, що вихідні показники інтелектуального, рухового та оздоровчого компонентів у цих учнів знаходяться в оптимальному співвідношенні. З іншого боку, з метою їх фізичного вдосконалення необхідно створити такі умови, які б сприяли підвищенню показників ФП, однак не знижували функціонального рівня організму і не впливали на стан їх здоров'я.

Зазначене можливо реально здійснити за умови нестресового педагогічного впливу, коли педагогічні вимоги будуть співпадати з напрямком інтересів учнів та відображати індивідуальний їх досвід в галузі ФК. Іншими словами, необхідно оптимізувати співвідношення інтелектуального, рухового та оздоровчого компонентів учня, що буде сприяти гармонійному його розвитку і гарантувати досягнення найбільшого оздоровчого ефекту.

В наведених прикладах очевидно учню А., на даному етапі його розвитку, необхідно запропонувати наближено однакові обсяги навчального навантаження інтелектуальної, рухової та оздоровчої спрямованості з невеликою перевагою оздоровчого компоненту, тобто 30, 30 та 40% відповідно. Учню Б. при рівних обсягах інтелектуального і рухового навчального навантаження надати перевагу оздоровчому компоненту (25, 25 та 50%), учню В. — перевагу в розвитку інтелектуальної та рухової спря-

мованості (35, 40 та 25%) з подальшою їх корекцією по всіх учнях в процесі ФВ. Зауважимо, що в разі необхідності збільшення впливу інтелектуального компоненту навчальний процес доповнюється відомостями із галузі ФК та теоретичними знаннями валеологічного характеру, які потребують поглибленого осмислення та відтворення (в т.ч. у вигляді домашніх завдань). Збільшення впливу рухового компоненту може здійснюватися за рахунок збільшення рухового навантаження (інтенсивності та об'єму використовуваних засобів), а також за рахунок включення в навчальний процес різних видів рухових дій. Оздоровчий компонент може бути збільшений як за рахунок практичних засобів рухово-оздоровчої спрямованості, так і за рахунок збільшення теоретичних знань зі ЗСЖ.

Специфічність змісту ФВ молодшого школяра в описаній експериментальній програмі потребує педагогічної технології (дидактики і методики в традиційному розумінні), в якій основна впливова ідея процесуальності ФВ зводилася б до досягнення ситуації «включення» самої особи школяра у цей процес на рівні свідомості, в комплексному прояві та сприйнятті «особистісного Я», «мого здоров'я», «занять фізичними вправами», «ЗСЖ». Підстава для цього досить вагома, адже стан здоров'я особистості не може бути поза межами особисто вагомої, значимої зацікавленості.

Створення необхідних умов для розвитку школяра в процесі ФВ повинно виявлятися не тільки в урахуванні «індивідуальних особливостей», а в обов'язковому включенні особистісного досвіду школяра, а клас повинен розглядатися не як сукупність особистостей з різними показниками фізичних якостей», а як цілісний культурний загал з притаманними йому внутрішніми законами становлення і розвитку. Саме культурні засоби взаємодії з класом в цілому, і з кожною особистістю окремо, при засвоєнні цінностей ФК є основою розвитку школяра.

В організаційному плані реалізація такої технології потребує передусім використання інтерактивних засобів і рефлексивних механізмів, усього, що забезпечує єдність учня з навчальними ситуаціями і середовищем, якщо вони здатні реагувати на його (учня) рішення і поведінку, створювати відносини, в яких учень одночасно є тим, хто вчиться, і тим, хто навчає. Важливо при тому, що це не означає відсторонення вчителя від процесу ФВ, а навчання відбувається за його провідною допомогою. Але не вкладена енергія та ресурси засобів, не інтенсивність впливу, а його ефективна топологічна конфігурація, відповідна «архітектура» резонансних точок навчально-виховного процесу — найістотніші. Педагогічний процес відбувається за провідною допомогою вчителя відповідно до змінного, але за-

вжди присутнього ціннісного «сизидійного контексту» (еволюція відносин учителя і учня), який організовує суспільне поле, проте постійно залишає свободу індивідуального вибору учня.

### Висновок

У відповідності з системно-синергетичним підходом до процесу фізичного виховання та на основі психолого-педагогічної характеристики молодшого школяра, що базується на максимальних темпах когнітивного й фізичного його розвитку, сформульовані контрольні навчальні нормативи і вимоги, розроблена експериментальна навчальна програма з фізичного виховання і технологія її реалізації, яка, з метою досягнення найбільшого оздоровчого ефекту, спрямована на гармонізацію співвідношень інтелектуального, рухового й оздоровчого компонентів особистісного розвитку школяра шляхом встановлення індивідуальних (диференційованих) педагогічних завдань в залежності від вихідного освітнього рівня, фізичних якостей і здоров'я учня з наступною їх корекцією за результатами регулярного моніторингу процесу фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку вбачаємо в подальшій розробці стандартів, навчальних програм, методів розрахунку педагогічних завдань як передумову зростання педагогічної інноватики в контексті розвитку школяра засобами фізичної культури.

### Список літератури

1. Аксьонова О.П. Технологічні аспекти конструювання особистісно-зорієнтованого змісту системи фізичного виховання дітей і учнів в умовах навчального закладу — школа сприяння здоров'я // Теорія і методика фізичного виховання. — Х.: ОВС, 2007. — № 1. — С. 13—18.
2. Денисенко Н.Ф., Аксьонова О.П., Дойненко Н.С. Авторська програма «Гартуємося діти! Разом і завжди» (у рамках розвитку Національної мережі шкіл сприяння здоров'ю). — Запоріжжя, 2004. — 64 с.
3. Іваній І.В. Технологія інтеграції фізичного, психічного та духовного розвитку молодшого школяра засобами фізичної культури // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Наукова монографія за ред. проф. С.С. Єрмакова. — Харків, ХДАДМ (ХХП), 2007. — № 2. — С. 35—41.
4. Методичні рекомендації щодо підвищення ефективності різних експериментальних програм фізичного виховання в школі, їх зміст та технології реалізації / Т.Ю. Круцевич та ін. — К.: Наук. світ, 2006. — 25 с.
5. Сінгаєвський С.М. Фізичне виховання — здоров'я школярів: методологічні, змістовно-спрямувальні та управлінські основи запровадження в практику. — Кам'янець-Подільський, 2002. — 311 с.
6. *Фізична культура*. Експериментальна програма для учнів 1—4 класів загальноосвітніх навчальних закладів / В.М. Ермолова та інші. — К.: Наук. світ, 2006. — 77 с.

Надійшла до редакції 20.01.2009

**Иваній И.В., Калиниченко И.О.** Технология гармонизации физического и интеллектуального личностного развития и здоровья в системе физического воспитания младшего школьника (ч. 1. Теоретическое обоснование). На основе системно-синергической методологии определенно содержательное и процессуальное наполнение технологии физического воспитания, которая направлена на гармонизацию компонентов личностного развития и здоровья младшего школьника.

**Ключевые слова:** учащийся, здоровье, технология, физическое воспитание.

**Ivaniy I.V., Kalinichenko I.O.** Harmonization technology of physical and intellectual personality development and health in the system of physical education of a junior pupil (p. 1. Theoretical grounding). On the basis of the systematic synergetic methodology the contextual and procedural essence of the physical education technology which is directed to the harmonization of personal development and health components of a junior pupil was determined.

**Keywords:** a pupil, health, technology, physical education.