

УДК 375.5.015 : 778

АНАЛІЗ СТАНУ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТАРШОКЛАСНИКІВ В УМОВАХ ПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ

Щурова Наталія Василівна

м.Луганськ

У статті основну увагу приділено визначенню стану сформованості фізичного здоров'я старшокласників загальноосвітніх навчальних закладів Луганської області, без чого неможливо вдосконалення педагогічного процесу в загальноосвітніх навчальних закладах зі спортивним профілем навчання. Для того, щоб з'ясувати реальний стан формування фізичного здоров'я старшокласників в умовах профільного навчання, необхідно проаналізувати програмно-методичне забезпечення та визначити показники фізичного здоров'я учнів старших класів.

Ключові слова: фізичне здоров'я, профільне навчання, спортивний напрямок.

Усебічну повноту людського життя як неминущої цінності обумовлює здоров'я. Оскільки людське життя є вищою цінністю суспільства, то сукупність властивостей, якостей, станів людини є цінність не тільки самої людини, але й суспільства. Саме це перетворює здоров'я кожного індивіда в суспільне багатство, тому що поведіння людини повинно бути орієнтоване на майбутнє, а стосовно здоров'я, його майбутнього стану необхідна постійна корекція дій людини, що обумовлює досягнення завершального корисного ефекту.

В останні роки все частіше йдеться про фізичний стан організму не тільки як про абстрагований соціальний феномен, але

і як про властивість особистості. В системі фізичного виховання акцентуються механізми й ефекти впливу на її розумовий розвиток та розширення пізнавальної інформативності, вдосконалення почуттів і соціальної поведінки, моральності й духовності.

Формування світогляду, освоєння інтелектуального потенціалу фізичної культури, виховання пізнавальної активності учнів, оволодіння ними методів пошуку і використання потрібної інформації, освоєння методів аналізу виконуваних дій на основі осмисленого ставлення до виконуваної діяльності стає одним з перших завдань формування у старшокласників профільних шкіл відношення до свого здоров'я.

Особливу роль у цьому процесі відіграє формування цінностей бути здоровими, вести здоровий спосіб життя та мати ціннісні орієнтації на заняття фізичними вправами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми дає підстави стверджувати, що загальнодидактичні принципи побудови процесу формування здоров'я старшокласників розроблені Т. Круцевич, Б. Шиян, В. Платоновим, І. Муравовим, Т. Ротерс та ін.; дослідженню різних аспектів профілізації загальноосвітньої школи присвячені праці Н. Бібік, О. Котової, М. Зубалія, О. Ливацького, М. Гузика, Н. Шиян, С. Вольянської, І. Осадчого, Л. Липової.

Дослідження виконуються в рамках науково-дослідної ро-

боти „Теорія і методика профільного навчання за спортивним напрямком у старшій школі в умовах безперервної освіти”, що здійснюється на кафедрі теорії і методики фізичного виховання Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (державний реєстраційний номер 0108U002431).

Мета роботи – приділити увагу саме профільній освіті в галузі фізичної культури та стану сформованості рівня фізичного здоров'я старшокласників загальноосвітніх навчальних закладів Луганської області.

З метою з'ясування реального стану рівня фізичного здоров'я старшокласників Луганської області було вивчено медичні документи та було проведено констатуючий зріз даних серед учнів 10-11 класів Старобільської ЗОШ № 4, Старобільської СЗОШ № 3 з поглибленим вивченням англійської мови, Луганської ЗОШ № 50, Кременської ЗОШ № 4, Свердловської ЗОШ № 9. Всього у констатуючому експерименті брало участь 210 школярів. А також опитано на обласних семінарах та курсах підвищення кваліфікації учителів та керівників шкіл Луганської області – всього 139 респондентів.

Нами було вивчено програми з фізичного виховання профільного рівня, опитано учителів фізичного виховання щодо готовності до вибору спортивного профілю та стану фізичного здоров'я дітей в умовах профільного навчання за спортивним напрямком, з'ясовано реальний стан рівня фізичного здоров'я старшокласників на основі вивчення медичних документів.

Аналіз програм з фізичного виховання за профільним спортивним рівнем показав, що водночас із реалізацією завдання формування фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я старшокласників, фізичної культури особистості, оволодіння основними положеннями теорії й методики фізичної культури, вміннями та навичками самостійно вирішувати питання фізкультурно-спортивної й оздоровчо-корективної діяльності вона має на меті забезпечити можливості для рівного доступу учнівської молоді до здобуття загальноосвітньої профільної та початкової допрофесійної підготовки з фізичного виховання.

У контексті Концепції профільного навчання в старшій школі підготовлена навчальна програма з фізичної культури для школярів 10 – 11 класів на профільному рівні, яка спрямована на здобуття загальноосвітньої профільної та початкової допрофесійної підготовки з фізичного виховання. Основними принципами побудови програми є неперервність, цілісність процесу навчання та особистісно орієнтоване спрямування навчально-виховного процесу [1].

За результатами дослідження М.Зубалія визначено, що метою навчальної діяльності зі спортивного профілю є ознайомлення старшокласників із закономірностями навчально-виховної роботи вчителя фізичної культури та тренувальної діяльності тренера з обраного виду спорту. Ця мета реалізується шляхом застосування комплексного підходу до розв'язання навчальних, оздоровчих і виховних завдань, спрямованих на інтеграцію базової та додаткової освіти в галузі фізичної культури і спорту; цілеспрямованого опанування змісту і методики занять з обраного виду рухової діяльності; оволодіння психолого-педагогічними, анатомо-фізіологічними та гігієнічними вимогами до фізичного виховання і спортивної діяльності та інші.

Завданнями фізичного виховання у класах спортивного профілю є поєднання загальновиховних завдань із завданнями профільного навчання з обраного виду спорту; формування знань щодо функціональної спрямованості фізичних вправ, їх ефективного використання для зміцнення здоров'я, проведення активного відпочинку та ведення здорового способу життя; набуття знань з фізичної культури, обраного виду спорту, гігієни, основ здоров'я та здорового способу життя; формування навичок самостійних занять фізичними вправами, розвитку фізичних якостей, корекції постави, профілактики травматизму та надання першої допомоги; удосконалення функціональних можливостей організму [2].

На нашу думку, ця програма є універсальною. Теоретичний матеріал залишається стабільним, тоді як способи фізкультурної діяльності – модулі – можна змінювати залежно від об'єктивних умов навчального закладу, у якому буде використовуватись ця програма.

Ідея профільної підготовки не є новою, адже в шкільних програмах з фізичної культури для учнів 10 – 11 класів передбачався розділ професійно-прикладної фізичної підготовки, а саме: у програмі 2001 року для учнів 10 класів мали місце вправи для різних видів професійної діяльності людини.

Для учнів 11 класів – використання засобів фізичної культури для корекції професійних навантажень на різні частини тіла та функції організму загалом; професійно-відновлювані вправи, що базуються на можливостях загальної фізичної підготовки; повторення складених у 10 класі комплексів вправ професійно-прикладного характеру.

Поступово зміст професійно-прикладної фізичної підготовки все більше мав узагальнюючий характер, і вже у 2005 році у розділі професійно-прикладної фізичної підготовки учні 10 класів вивчали поняття про професійно-прикладну фізичну підготовку (ППФП), фізичні вправи як ефективний засіб підвищення працездатності, виконували вправи для корекції професійних навантажень різних напрямів професійної діяльності людини.

У 11 класі на рівні знань надавались відомості про фізичні вправи як засіб професійно-прикладної фізичної підготовки. Засоби й методи спрямованого формування професійно значущих рухових навичок, стійкості до професійних захворювань, професійно важливих фізичних і психічних якостей. А також вправи професійно-відновлюваної спрямованості.

У наступних програмах такий розділ уже не передбачено, хоча можна констатувати позитивний виховний вплив змісту цього розділу на школярів в аспекті взаємозв'язку фізичного виховання і трудової діяльності, що надає можливості підвищити працездатність і фізичну, і інтелектуальну.

Разом з тим відповідно до інструктивно-методичного листа Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 01.06.2012 № 1/9-426 визначається стратегія фізичної культури як навчального предмета, який створює умови для формування в школярів поняття культури здоров'я, здорового способу життя на підставі досягнення таких цілей, як:

- формування стійкої мотивації збереження та зміцнення здоров'я, навичок самостійних занять фізичними вправами;
- розвиток фізичних якостей, профілактика травматизму та відпрацювання вмінь надання першої медичної допомоги;
- придбання учнями елементарних знань з фізичної культури, гігієни, основ здоров'я;
- виховання індивідуальних морально-вольових і психологічних якостей особистості [3, с. 12-13].

Аналіз профілізації шкіл Луганщини показав, що з 730 загальноосвітніх шкіл II-III ступенів 76,3% мають профільне навчання за різними напрямками (суспільно-гуманітарний, природничо-математичний, технологічний, художньо-естетичний). І лише 10, що становить 1,4% від усієї кількості шкіл, мають документоване спортивне профілювання за наступними напрямками: волейбол, баскетбол, теніс, футбол, спортивна ритміка [4].

Причини такої незначної кількості шкіл зі спортивною профілізацією криються, як показало опитування директорів (56) та учителів фізичного виховання (83), проведене нами на обласних семінарах, є: на першому місці – недостатня матеріально-технічна база та неможливість на даний момент її покращення (74% директорів та 89% учителів); невелика кількість учнів старших класів (24% директорів та 32% учителів); дефіцит педагогічних кадрів, які б мали достатню підготовку до впровадження цікавих дітям видів фізкультурної діяльності через інтеграцію базової та додаткової освіти галузі фізичної культури і спорту, цілеспрямоване опанування обраним видом рухової діяльності (8% директорів та 11% учителів); недостатньою пропедевтичною, тобто допрофільною (часто просто через скорочення годин на варіативну складову з метою економії фінансів), роботою серед учнів 8-9 класів та їх батьків щодо свідомого ними вибору майбутнього профілю навчання в старшій школі (12% директорів та 8% учителів). При цьому 62% керівників шкіл вважають, що 50-60% старшокласників обрали б спортивний напрям. Разом з тим, директори зазначають, що готові впроваджувати профільне навчання з футболу на 50% і на 25% з волейболу та баскетболу, але діти хотіли б займатися більш „сучасними” видами спорту. А 12,5% вчителів готові

викладати гімнастику, легку атлетику, знову ж таки, спираючись на те, що в них немає матеріально-технічної бази. При цьому вчителі фізичної культури вважають, що до 80% старшокласників оберуть спортивний профіль навчання, зазначаючи, що саме спортивний профіль забезпечить підвищення рівня і фізичного здоров'я, і сприятиме кращій засвоєності змісту загальноосвітніх предметів.

Для з'ясування більш повної картини щодо стану фізичного здоров'я старшокласників ми провели оцінку фізичного здоров'я учнів і загальноосвітніх неспортивного профілю, і загальноосвітніх шкіл зі спортивним профілем навчання.

Загалом у цьому етапі експерименту взяли участь 210 школярів, з яких 114 дівчат та 96 хлопців. Але для коректності отриманих даних констатуючого та в подальшому формуючого етапу експерименту ми вимірювали показники окремо школярів 10–11-х класів, які навчаються за спортивним профілем і загальноосвітніх неспортивного профілю шкіл. Дані вимірювання 108 школярів (56 дівчат та 52 хлопці) м. Старобільська: ЗОШ № 4, ЗОШ № 3 є показниками рівня фізичного здоров'я дітей шкіл, де немає спортивного профілю; і дані 102 школярів (58 дівчат та 44 хлопців)

Таблиця результатів оцінки фізичного здоров'я старшокласників загальноосвітніх неспортивного профілю навчальних закладів (за гендерними ознаками)

	Рівень фізичного здоров'я				
	Низький	Нижчий за середній	Середній	Вищий за середній	Високий
Кількість учнів, хлопці	24	17	7	4	-
Відношення, %	46,1	32,7	13,5	7,7	-
Кількість учнів, дівчата	31	17	8	-	-
Відношення, %	55,3	30,4	14,3	-	-

Таблиця результатів оцінки фізичного здоров'я учнів профільних класів зі спортивним напрямком (за гендерними ознаками)

	Рівень фізичного здоров'я				
	Низький	Нижчий за середній	Середній	Вищий за середній	Високий
Кількість учнів, хлопці	18	10	10	5	1
Відношення, %	40,9	22,7	22,7	11,4	2,3
Кількість учнів, дівчата	27	22	6	2	1
Відношення, %	46,6	37,9	10,3	3,5	1,7

Отже, бачимо, що реальний рівень фізичного здоров'я старшокласників низький, а в порівнянні – у учнів, які навчаються в школах зі спортивною профілізацією, він трохи вищий, ніж у дітей загальноосвітніх неспортивного профілю шкіл. Високого рівня фізичного здоров'я молоді практично не спостерігається: у профільній школі загальний відсоток дітей, рівень здоров'я яких визначається як „Вищий за середній” та „Високий” (без гендерної диференціації) сумарно становить 18,9%, а в загальноосвітній неспортивного профілю аналогічний показник – 7,7%. Тривожно те, що рівень здоров'я дівчат нижчий за рівень здоров'я хлопців. Причини цього вбачаємо в тому, що дівчата менше уваги приділяють заняттям спортом, мають більшу схильність до ведення „модного” нездорового способу життя (паління, вживання алкоголю, ранні статеві стосунки, порушення режиму харчування тощо).

Серед всіх учнів, які мають „Низький” та „Нижчий за середній” рівень фізичного здоров'я, за результатами медичних обстежень до спеціальної медичної групи віднесено 31 учень з неспортивного профілю шкіл та 22 учні спортивного профілю (дані отримані за результатами вивчення медичних карт), а, за отриманими нами даними, кількість цих дітей що становить 89 та 77 відповідно від загальної кількості старшокласників, серед яких проводилась оцінка фізичного здоров'я за методикою Г. Апанасенка.

Це підтверджує той факт, що планові щорічні медичні об-

– показник рівня фізичного здоров'я дітей шкіл з профільним навчанням за спортивним напрямком (Свердловська ЗОШ № 9 та Кременівська ЗОШ № 4).

Вимірювання проводилося за методикою Г. Апанасенка, оскільки перевірка інформативності найбільш розповсюджених методик валеометрії за критеріями чутливості до специфічності показала, що максимальним індексом діагностичної ефективності володіє саме вона [5, с. 79-85]. Ця методика детально описана в дослідженні Т. Круцевич [6, с. 188-190], чим ми і скористуємося.

Ми використовували аналіз медичних карт та вікових показників ЧСС, АТ, ЖЕЛ, маси тіла, довжини тіла, динамометрії кисті через проведення функціональних проб та вимірювання у стані спокою. Ці показники, що встановлені Всесвітньою організацією охорони здоров'я, є найбільш інформативними для нашої експериментальної оцінки.

На думку автора методики, ця система оцінювання дає змогу виділити групу ризику (середній рівень) дітей і проводити з ними спрямовані оздоровчо-профілактичні заходи.

Результати проведеної нами оцінки рівня фізичного здоров'я подано у таблицях.

стеження здоров'я школярів не дають повної картини, оскільки вимірювання рівня здоров'я в дитячій медичній установі проводиться не комплексно, а з використанням лише одного показника – індексу Руф'є.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у цьому напрямі. Практичне вивчення реальної ситуації з формування фізичного здоров'я старшокласників в умовах профільного навчання за спортивним напрямком у загальноосвітніх школах Луганщини дозволили виділити наступні взаємопов'язані проблеми. В основі першої лежить невідповідність між потребою суспільства в вихованні здорового підрастаючого покоління і масовим нездоров'ям та зниженням показників фізичного здоров'я дітей та учнівської молоді в умовах сучасного інтенсивного процесу навчання. Друга – між поступово зростаючим в учнів усвідомленням необхідності постійного формування фізичного здоров'я та недостатніми соціально-педагогічними умовами забезпечення процесу формування фізичного здоров'я старшокласників профільної школи, що спонукали б до підвищення рівня фізичної підготовки в аспекті майбутньої професійної діяльності. Подальше дослідження передбачається провести у напрямку експериментальної перевірки ефективності моделі формування фізичного здоров'я в умовах профільного навчання за спортивним напрямком.

Література та джерела

- Ливацький О. В. Стан та експериментальна методика виховання фізичних якостей учнів основної школи в умовах допрофільної підготовки / О. В. Ливацький // Актуальні питання фізичного виховання учнівської молоді: теорія та практика: кол. моногр. кафедри теорії і методики фізичного виховання. – Луганськ, 2011. – С. 242 – 279.
- Зубалій М. Зміст навчальної діяльності старшокласників зі спортивного профілю / М. Зубалій // Здоров'я та фізична культура. – 2008. – № 3. – С. 18-24
- Збірник курсів за вибором у процесі профільного навчання за спортивним напрямком / уклад.: Ротерс Т.Т., Ливацький О.В., Драгнев Ю.В. – Луганськ: СПД Резніков В.С., 2008. – 336 с.
- Котова О. Принципи організації профільного навчання у старшій школі / О. Котова / Освіта на Луганщині. – 2008. – № 1. – С. 52–56.

5. Безматерных Л. Э. Диагностическая эффективность методов количественной оценки индивидуального здоровья / Л.Э.Безматерных, В.П.Куликов // Физиология человека. – 1998. – Т. 24, № 3. – 312 с.
6. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. / Т.Ю.Круцевич, М.І.Воробйов, Г.В.Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.

В статье основное внимание уделено определению состояния формирования физического здоровья старшеклассников общеобразовательных учебных заведений Луганской области, без чего невозможно усовершенствование педагогического процесса в общеобразовательных учебных заведениях по спортивному профилю обучения. Для того, чтобы выявить реальное состояние формирования физического здоровья старшеклассников в условиях профильного обучения по спортивному направлению, необходимо проанализировать программно-методическое обеспечение и определить показатели физического здоровья учащихся старших классов.

Ключевые слова: физическое здоровье, профильное обучение, спортивное направление.

In the article the main attention is drawn to the survey of senior pupils' physical health in comprehensive educational institutions of Lugansk region, as the absence of the latter makes it impossible to improve pedagogical process in comprehensive educational institutions with sport slant. In order to identify the real state of senior pupils' physical health formation it is necessary to analyse program-methodical supply and define indexes of senior pupils' physical health.

Key words: physical health, profiled education, sport slant.