

ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНOSTІ ЗНАНЬ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ХАРАКТЕРУ У ШКОЛЯРІВ

В статті розглядаються питання вивчення формування здоров'язберігаючих компетентностей учнів в процесі фізичного виховання

Ключові слова: здоров'язберігаючі компетентності, фізичне виховання, учні.

The article examines the issue of studying the formation of students' health-preserving competencies in the process of physical education

Key words: health-preserving competencies, physical education, students.

Вступ. В умовах, коли погіршуються соціально-економічне і політичне життя країни відмічається досить стійка тенденція до погіршення здоров'я дітей та підлітків. І тому перед освітніми закладами на сьогодні виникає немалий комплекс завдань, що вимагають їх вирішення. І однією із найважливішою із них є розробка практичних підходів у формуванні звичок здорового способу життя підростаючого покоління [3].

Питанню вивчення проблем формування здоров'язбережувальних знань під час здійснення фізкультурної освіти є передумова небезпечної тенденції погіршення стану здоров'я дітей й підлітків, а з іншого боку також соціальним замовленням нашого суспільства, яке об'єктивно зацікавлене у отриманні вмінь й навичок збереження та зміцнення здоров'я, слід відмітити, що для цього недостатнім є й науково-обґрунтоване програмно-організаційне забезпечення запропонованої концепції оздоровлення.

В державних документах наголошується важлива увага на необхідність на вдосконалення духовного і фізичного здоров'я нашої нації. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти виділяє однією із важливих освітніх галузей „Здоров'я і фізична культура”, і яка має бути обов'язковим предметом при цьому фізична культура, з основами здоров'я.

Здійснений аналіз програм із фізичного виховання для загальноосвітніх закладів свідчать про те, що вони недостатньо спрямовані на розв'язання завдань, котрі передбачають загартування, фізичний розвиток, а також формування здорового способу життя відповідно до кожної окремої вікової групи школярів. Слід відмітити, що низький рівень рухової активності, і невідповідність рівню підготовки дітей контрольним нормативам із фізичної підготовленості, а також відсутність зацікавленості до відвідування уроків фізичної культури. Дані недоліки у створенні педагогічних умов, призупиняють процес формування здорового способу життя у підростаючого покоління [1-3].

Тому багато вчених спрямовують свою увагу на необхідність знань у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків.

Мета роботи: вивчити рівень сформованості знань здоров'язберігаючого характеру в учнів.

Визначення рівня сформованості знань здоров'язбережувального характеру у процесі фізичного виховання учнів ми проводили у вигляді психолого-педагогічного експерименту.

З цією метою ми охопили анкетуванням 46 учнів Херсонської школи №32, 8-9-х класів (25 хлопців та 21 дівчина). Анкетування здійснювали після проведення заходів формування знань здоров'язбережувального характеру на уроках фізичної культури та у позаурочний час (листопад 2021 року).

Для підвищення рівня сформованості фізкультурно-оздоровчих знань в учнів, застосовували різноманітні заходи, зокрема проведення анонімної анкети «Ваше відношення до здоров'я?» для всіх учнів; оформлення до щоденників «Вислови великих

людей про здоров'я»; проведення лекторію із питань здоров'я (за участі учителя основ здоров'я та медичної сестри, учителя фізичної культури); інтегрований урок «Основи здоров'я й фізична культура»; фізкультурно-оздоровчі виховні заходи «Азбука здорового способу життя». «Веселий час змагань», «Козацькому роду нема переводу»; тематична година із проблем формування здорового способу життя.

Як відомо, удосконалення сформованості в учнів теоретичних та практичних знань здоров'язбережувального характеру базується на визначенні цільової, змістовної й методичної схожості шкільних дисциплін фізичної культури та основ здоров'я. Подібна інтеграція наук та навчальних дисциплін дозволить розширити обсяг знань, систематизувати їх якість, і вона передбачає застосування методичних підходів, що передбачають формування навичок здорового способу життя, правил безпеки життєдіяльності та етики спілкування.

При вивченні рівня сформованості знань здоров'я збережувального характеру ми відмічаємо певне збільшення кількості відповідей, зокрема:

- в сім'ях учнів почали більше часу приділяти заняттям фізичними вправами й руховою активністю;

- у анкетах з'явилося більше відповідей учнів щодо питань важливого ставлення до збереження й зміцнення свого здоров'я;

- учні відповідають, що фізичні навантаження уроків фізичної культури, а також заняття фізичними вправами у вільний час (більше 4-6 годин на тиждень) сприяють позитивному впливу на їх здоров'я;

- відмічається, що фізична культура є корисна для здоров'я школярів і є протипагою шкідливим звичкам, особливо, якщо фізичні вправи поєднують із загартовуванням, дотриманням засад раціонального харчування;

- учні відмічають, що формування у них знань фізкультурно-оздоровчого характеру передбачає активну участь не лише вчителя фізичної культури, а й активну участь самих дітей та їх родин, вчителів-предметників, класних керівників.

Висновки

Поведений нами кількісний та якісний аналіз отриманих результатів анкетування дозволяє стверджувати, що на першому етапі обстеження виявилось лише 45,8% хлопців та 41,7% дівчат, яким був характерний високий рівень сформованості фізкультурно-оздоровчих знань. Після проведення заходів для формування знань здоров'язбережувального характеру (другий етап обстеження) ми відмічаємо досить суттєве збільшення кількості учнів з високим рівнем сформованості знань до 72,9% у групі хлопців та 80,1% у групі дівчат.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Голяка С.К., Возний С.С. Формування валеологічної освіти учнів на уроках фізичної культури. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П.Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури»* : збірник наукових праць. К.: Видавництво НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2016. Випуск 3К1 (70) 16. С.346-349.
2. Жайворонок О.О., Кольцова О.С., Голяка С.К. Організаційно-педагогічні умови формування фізкультурно-валеологічних знань молодших школярів засобами олімпійської освіти. *Науковий часопис НПУ ім. М.П.Драгоманова. Серія №15 наук.-пед. проблеми фізкультури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць / за ред. О.В.Тимошенка*. Київ: Вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2021. С.13-17.
3. Носко М.О., Архипов О.А. Педагогічні умови впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес. *Науковий часопис НПУ ім. М.П.Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізкультури»* : зб. наук. праць. К.: Вид-во НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2019. Вип. 3К (110) 19. С.402-406.

Рекомендує до друку науковий керівник доцент Глухов І.Г.