

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ЗМІСТ І СПРЯМОВАНІСТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ 6-10 РОКІВ У ШКОЛАХ ЗАРУБІЖНИХ КРАЇН



Красова Ірина

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

Анотація

В статті розглядаються різні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи учнів початкових класів на уроках фізичної культури та позакласних заходів в зарубіжних країнах. Проаналізовано зміст і спрямованість фізичного виховання молодших школярів в школах Швеції, Фінляндії, США та Китаю.

Програма з фізичного виховання школярів в Китаї відображає основну ідею оздоровлення та виховання в них звичок до самостійних занять фізичними вправами впродовж усього життя. Зміст програми включає в себе теоретичний та практичний матеріал.

В Фінляндії система фізичного виховання учнів в школах базується на концепції здоров'я. Головною задачею є формування у учнів відповідних знань, умінь та навичок здорового способу життя.

В Швеції фізичне виховання школярів в значній мірі орієнтоване на розвиток їх оптимальної рухової активності. Шкільний процес та позакласна робота в школах спрямовані на формування

стійкої мотивації до самостійного виконання фізичних вправ та занять спортом в вільний час.

Основні цілі та завдання шкільного фізичного виховання в США визначаються загальними цілями всієї освітньої системи: підготовка до життя, набуття знань та умінь, необхідних для повноцінних членів суспільства, конкурентоспроможних фахівців; збереження працездатності та творчої активності впродовж тривалого часу.

Ключові слова: молодші школярі, фізичне виховання, зарубіжний досвід.

Annotation

Different approaches for organization of sports and physical health work of primary school students at physical education lessons and extracurricular classes in foreign countries are considered in this article. Contents and focus of physical education of younger students at school of Sweden, Finland, the USA and China were analyzed. The program for the physical education of schoolchildren in China displays the main idea of sanitation and education of habits for self – study of physical exercises lifelong. The program content includes theoretical and practical ma-

terial. The system of physical education of Finland is based on the health concept. Its main task is to develop students appropriate knowledge, skills and habits of a healthy lifestyle. Physical education of Swedish schoolchildren is largely oriented on the development of their optimal motor activity. Educational process and extracurricular classes at schools are aimed at students' formation of resistant motivation to self-fulfillment of physical exercises and sport activities in their free time.

Main goals and task of physical education in the USA are determined by common goals of the whole educational system: preparation for life; receiving of knowledge and skills, required for full members of society, competitive specialists; main training efficiency and creative activity for a long time.

Key words: younger students, physical education, foreign experience.



Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Підвищення зацікавлення міжнародної спільноти до індивідуального здоров'я людини, враховуючи і дитячий вік, підтверджено великою кількістю теоретичних і практичних робіт. Зниження рухової активності в дітей негативно впливає на їхній гармонійний фізичний розвиток, рухову підготовленість, стан здоров'я. У фундаментальних роботах Г.Л. Апанасенка, І.А. Аршавського зазначено, що своєчасне зростання і розвиток дитини можливі лише за умови міцного здоров'я, що досягається високою руховою активністю, тому однією з головних проблем фізичного виховання є активізація рухового режиму школярів [1, 3].

Досвід зарубіжних країн свідчить про те, що деякі дослідники у пошуках шляхів підвищення ефективності фізичного виховання віддають перевагу посиленню рухової активності, тренувальній спрямованості занять, розвитку рухових (кондиційних) здібностей перед процесом навчання руховим діям. Інші дослідники вважають, що пріоритетним має бути формування культури рухів, у зв'язку з чим основним для оптимізації фізичного стану учнів є не кількість рухів (обсяг навантаження), а якість рухових дій, їх взаємодія як безпосередньо між собою, так і в структурі основних навчальних видів діяльності.[4].

Зарубіжні дослідники S. Boyle, G. Jones., S. Walters [10] вказують на те, що національні цілі збереження здоров'я досягаються лише у тому випадку, якщо зусилля шкіл, суспільства і політичних діячів спрямовані на надання молоді можливості займатися фізичною активністю. На нашу думку, розв'язання проблеми підвищення рівня рухової активності українських школярів можливе шляхом упровадження у навчально-виховний процес вітчизняної школи позитивного за-

рубіжного досвіду педагогічної практики.

Мета – аналіз і систематизація даних літературних джерел щодо сучасного стану фізкультурно-оздоровчої роботи у початковій школі у зарубіжних країнах.

Методи дослідження – аналіз, синтез та узагальнення даних літературних джерел.

Результати досліджень та їх обговорення. Особливістю фізичного виховання у США, разом з відсутністю єдиної загальнодержавної системи, є існування загальнонаціональних стандартів у цій галузі, а також рекомендацій провідних організацій з фізичного виховання та спорту, що стосуються складання шкільних програм фізичного виховання. Американська Асоціація спорту і фізичного виховання (NASPE) визначає головні цілі шкільного фізичного виховання: формування фізично освіченої людини; пропаганда здорового способу життя, занять руховою активністю впродовж усього життя. Американські фахівці обґрунтовують доцільність позаурочних програм для збільшення кількості і якості фізичної активності школярів. У США великої популярності набуває концептуальний підхід до фізичного виховання, що передбачає широке використання фітнес-технологій [9]. Останнім часом здійснюються активні спроби впровадження відповідних фітнес-програм і технологій у систему фізичного виховання школярів [8]. Найпопулярнішим видом спорту в школах США є баскетбол. Він практикується у понад 90% усіх середніх навчальних закладів. Поряд із традиційними для нас видами спорту в шкільних програмах США трапляються й досить оригінальні. Насамперед це exergames (використання спеціальних комп'ютерних симуляторів, які передбачають рухову активність людини), що практикується у 31% шкіл. Також до найбільш розповсюджених видів

спорту (рухової активності) відносять гольф, метання тарілок фрісбі, скейтбордінг тощо.

Фізичне виховання учнів шкіл у Фінляндії ґрунтується, в основному, на концепцію зміцнення здоров'я підростаючого покоління. Головна її мета – сформуванню в учнів стійку мотивацію до участі у різних формах рухової активності протягом усього життя. Основними компонентами, які сприяють формуванню оптимального рівня рухової активності особистості, вважають такі: суспільне визнання, інтелектуальну складову, сформовані в учнів основні рухові вміння та навички. Найбільш популярними видами рухової активності фінських школярів є: гімнастика (для дівчат – ритміка), легка атлетика, спортивні ігри, плавання, рухливі ігри, лижна підготовку та катання на ковзанах. У всіх класах загальноосвітньої школи в навчальних планах передбачено три уроки з фізичного виховання. У початкових класах їх проводять учителі-класоводи, а в інших – фахівці фізичної культури [7].

За переконанням фінських фахівців, школа повинна забезпечити можливість участі дітей в різних формах позакласної і позашкільної спортивної активності (діяльності). З позицій сьогодення, фінський навчальний план, передбачає окреме вивчення двох дисциплін, що мають відношення до фізичного вдосконалення людини – «physical education» і «health education» [2].

Головною метою шведської системи освіти є всебічне виховання і належна освітня підготовка молодого покоління до дорослого життя та громадської діяльності. Фізичне виховання у шведських школах є одним із важливих засобів всебічного розвитку учнів, починаючи з перших днів їхнього навчання. [2]. У скандинавських країнах існує добра традиція – батьки разом із школою намагаються щоденно



дбати про здоров'я покоління. У початкових класах обов'язкової школи уроки фізичного виховання, так само як і в школах Фінляндії, проводять вчителі-класоводи. У перших двох класах ці уроки проводяться двічі на тиждень, а починаючи з третього і в наступних класах – тричі тривалістю 45 хв. Наприкінці кожного навчального року учні отримують оцінку з цього предмета. Якщо учень отримує незадовільну оцінку з фізичної культури, то залишається на другий рік.

Особлива увага у системі фізичного виховання школярів приділяється плаванню. Починаючи з 3 класу, кожний учень має відвідувати заняття з плавання, які проводяться у позаурочний час (у післяобідній період). Уміння плавати є обов'язковою умовою для закінчення навчальної школи. Якщо дитина виявляє здібності у будь-якому виді спорту, батькам пропонують віддавати її до спортивного клубу, де є такі секції. Враховуючи значну популярність зимових видів спорту, серед школярів молодших класів проводять змагання зі слалому (починаючи з 8 років) та слалому-гіганту (починаючи з 9 років) [6].

У Китайській Народній Республіці основні завдання фізичного виховання дітей шкільного віку вирішуються через обов'язкові уроки фізичної культури в школі. Шкільне фізичне виховання в КНР має збалансовану організацію. Цей процес спрямований на виховання в школярів звички до занять фізичними вправами та спортом протягом всього життя, формування рухових навичок і системи знань про фізичну підготовку. Виховання здорових громадян країни – основа державної політики КНР в освітній сфері. [5] Структура та зміст навчального предмета «Фізична культура» включає в себе такі розділи:

- «Знання про фізичну культуру» (знання про вплив фізичного навантаження на організм лю-

дини, навички самоконтролю та інше);

- «Способи рухової діяльності» (уявлення про структуру організації предметної діяльності реалізуються у відповідних способах організації, виконання та контролю);

- «Фізичне вдосконалення» (зорієнтоване на гармонійний фізичний розвиток школярів, їх всебічну фізичну підготовку та зміцнення здоров'я. Розділ включає в себе такі напрямки: гімнастика з основами акробатики, легка атлетика, рухливі та спортивні ігри.).

До змісту програми також входить відносно самостійний розділ «Загальнорозвивальні вправи» (у цьому розділі вправи структуровані на базові види спорту і додатково – за ознаками функціональної дії на розвиток основних фізичних якостей). До форм організації занять з фізичної культури в початковій школі відносяться уроки фізичної культури різних типів, фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня і самостійні заняття фізичними вправами. Для найкращого засвоєння предметного змісту уроки фізичної культури поділяють на три типи:

- освітньо-пізнавальні (ознайомлення зі способами та правилами самостійних занять, засвоєння теоретичного матеріалу та ін.);

- освітньо-предметні (спрямовані на навчання практичному матеріалу розділів: легка атлетика, рухливі ігри, лижні гонки, плавання. Учні засвоюють знання які стосуються предмета навчання – назва вправи, опис техніки, виконання вправи);

- освітньо-тренувальні (використовують для розвитку фізичних якостей і вирішення відповідних задач у межах відносно жорсткої регламентації динаміки фізичного навантаження від початку до кінця уроку. Також на цих уроках навчають способам регуляції фізичного навантаження і контролю над його величиною).

Розвитку самостійності в молодшому шкільному віці сприяє організація спортивних змагань і спортивних свят.

Висновки. Отже, фізичне виховання у цих країнах має виняткове значення у цілеспрямованому формуванні фізичних, психічних, соціокультурних якостей і здібностей, а також поведінки школярів. У США всі програми фізичного виховання мають яскраво виражену спрямованість на формування в дітей умінь і навичок здорового способу життя, тому що його основи закладаються в ранньому віці і реалізуються протягом всього життя – через індивідуальну поведінку. Програми фізичного виховання у США спрямовані на всебічний розумовий, психічний і фізичний розвиток молодого покоління, їх завдання – навчити так званому «стилю життя», підтримувати себе в гарній формі, правильно виконувати важливі рухові дії.

У Швеції та Фінляндії схожі стилі проведення уроків фізичної культури. Вчителі роблять все можливе для того, щоб дітям було цікаво на уроках і вони й надалі хотіли б займатися спортом. Майже половина учнів з 4 класу загальноосвітньої школи регулярно відвідує заняття спортивних секцій, бере участь у змаганнях з різних видів спорту протягом навчального року. Вчителі мають право складати авторські навчальні програми. При цьому вони враховують інтереси учнів щодо конкретних фізичних вправ і видів спорту, їх фізичної підготовленості, матеріальну базу школи, географічно-кліматичні умови. Програма фізичного виховання у школах Китаю, так само як і в школах інших країн, відображає основну ідею оздоровлення і виховання у дітей любові до систематичних занять фізичними вправами. Бути здоровими і фізично розвиненими – головна мета всіх систем фізичного виховання у всіх країнах світу.



Література

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровья человека / Г.Л. Апанасенко. – С.-Пб.: МГП «Петрополис», 1992. – 123 с.
2. Аникеев Д.М. Формирование современных концепций физического воспитания в странах Западной Европы во II половине XX – начале XXI века / Д.М. Аникеев // Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 4. – С. 9-12.
3. Аршавский И.А. Физиология развития детей / И.А. Аршавский. – Пушино: Ин-т биол. физики АН СССР, 1985. – 36 с.
4. Бобровник С.І. Концепція сучасного фізичного виховання школярів / С.І. Бобровник // Педагогічні науки. – 2014. – №117. – С.15 – 20.
5. Ван Юнмэй. Структура и содержание программы по физическому воспитанию в 1-4 классах школ Китая / Ван Юнмэй, Т.В. Левченкова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – №3. – С. 19-21.
6. Вільчковський Е.С. Фізичне виховання школярів у Фінляндії / Е.С. Вільчковський, В.Р. Пасічник // Фізичне виховання в рідній школі. – 2014. - № 3.- С 29 - 31.
7. Вільчковський Е.С. Система фізичного вихованн у школах Швеції / Е.С. Вільчковський, В.Р. Пасічник // Фізичне виховання в рідній школі. – 2014. – № 4. – С 33-37.
8. Столяров В.И. Содержание и структура физкультурно-спортивного воспитания детей и молодежи (теоретический анализ) / В.И. Столяров, С.А. Фирсин, С.Ю. Баринов. – Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2012. – 268 с.
9. Фирсин С.А. Инновационные формы и методы современного физического воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.rae.ru/upfs/\?section=content&op=show_article&article_id=4517&ln
10. Boyle S. Physical activity among adolescents and barriers to delivering physical education in Cornwall and Lancashire, UK: A qualitative study of heads of PE and heads of schools / S. Boyle, G. Jones, S. Walters // BMC Public Health. - August 2008. – 8:273. URL : <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/8/273>

