КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал
ART 13109 УДК 372.4.037:167(045)

Пивненко Ю. В. Формирование физического здоровья учащихся начальных классов как предмет исследования // Концепт. – 2013. – № 05 (май). – ART 13109. – 0,4 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2013/13109.htm. – Гос. рег. Эл № ФС 77-49965. – ISSN 2304-120X.

Пивненко Юлия Владимировна,
старший преподаватель кафедры реабилитационной педагогики и здорового образа жизни КУ «Запорожский областной институт последипломного педагогического образования», г. Запорожье
ylichka1978@mail.ru

Формирование физического здоровья учащихся начальных классов как предмет исследования

Аннотация. *В статье на основе систематизации исследований, посвященных физическому здоровью и его сохранению, укреплению в условиях учебно-воспитательного процесса, дается формулировка понятия «формирование физического здоровья», определяются критерии сформированности физического здоровья учащихся начальных классов.*
Ключевые слова: *физическое здоровье, формирование, учащиеся, начальная школа, критерии сформированности физического здоровья.*

Постановка проблемы. Сохранение здоровья нации и отдельной личности – приоритетное направление в развитии современного общества. В то же время, школа в условиях информационного взрыва постоянно увеличивает объем образовательного материала и интенсивность учебных нагрузок, что, в свою очередь, негативно влияет на состояние здоровья учеников.

Государственная образовательная политика в контексте личностно-ориентированной парадигмы характеризуется обновлением содержания, принципов, форм и методов обучения и воспитания; направлена на обеспечение здорового развития учащихся и принятия эффективных мер с целью упразднения здоровьезатратной традиционной практики.

По данным Министерств образования и здравоохранения Украины количество практически здоровых выпускников школы колеблется от 10 до 15 % [1]. Возникает необходимость переориентировать деятельность учителя на личность ученика с учетом приоритетов формирования здоровья в учебно-воспитательном процессе.

Анализ последних исследований и публикаций. На всех этапах становления современной школы существовал неподдельный интерес к вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся. И если на начальных этапах этот интерес в большей мере проявлялся со стороны узких специалистов, то в настоящее время инициатива сохранения здоровья принадлежит системе образования [2].

В современной педагогической литературе встречается ряд терминов, которые обозначают процесс формирования здоровья детей средствами образования: «здоровьесберегающее образование» (С. Г. Сериков), «педагогика здоровья» (В. В. Колбанов), «здравотворчество» (Г. К. Зайцев, В. В. Колбанов), «здравосозидающая педагогика» (Г. К. Зайцев), «здоровьетворящее образование» (Т. Ф. Акбашев, Т. А. Солдатова) [3].

Однако, согласно многим исследованиям, образование, имея неиспользованный здоровьеформирующий потенциал, остается в современных условиях все более здоровьезатратным (А. А. Псеунок, 2001; З. И. Тюмасева, 2002; В. В. Касаткин, 2003; В. Я. Синенко, 2005; О. И. Уздинова, 2007).

Проблему негативного влияния учебно-воспитательного процесса на состояние физического здоровья учащихся начальной школы исследовали многие ученые

(И. И. Вовченко, 2000; В. Ф. Базарний, 2000; М. М. Безруких, 2004; Н. Н. Куинджи, 2001;Т. Ф. Орехова 2004; А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб, 2005 и др.).

Теоретические позиции формирования физического здоровья учащихся изложены в трудах М. М. Безруких [4, 5], В. Ф. Базарного [6], Н. Ф. Денисенко [7], В. Н. Касаткина [8], Л. С. Нагавкиной, Л. Г. Татарниковой [9] и др. Ряд авторов акцентирует внимание на необходимости педагогического переосмысления проблемы формирования физического здоровья учащихся в учебно-воспитательном процессе начальной школы (Е. П. Аксёнова, Г. Л. Апанасенко, Э. С. Вильчковский, А. Д. Дубогай, В. Р. Кучма, И. В. Муравов, Н. К. Смирнов, И. В. Чупаха и др.).

Таким образом, формирование физического здоровья учеников начальных классов является важнейшей задачей современной школы.

Цель статьи – на основе систематизации исследований, посвященных физическому здоровью и его сохранению, укреплению в условиях учебно-воспитательного процесса, дать формулировку понятию «формирование физического здоровья», определить критерии сформированности физического здоровья учащихся начальных классов.

Результаты исследований. В начальной школе закладывается основа физического и психического здоровья человека. Этот период очень важен для воспитания здорового, физически развитого ребенка и формирования его характера. Ученики начальных классов по возрастной периодизации относятся к младшему школьному возрасту (Л. И. Божович [10], М. М. Заброцкий [11], В. С. Мухина [12], А. В. Скрипченко [13] и др.). Указанный возрастной период развития является сенситивным для формирования функциональной основы будущего физического потенциала организма ребенка, его целенаправленного поведения, ориентированного на здоровый образ жизни, воспитание активной жизненной позиции в отношении собственного здоровья на фоне ускоренных процессов психофизического развития (Э. В. Вильчковский, 2005; А. Д. Дубогай, 2005; Т. Ю. Круцевич, 2005, 2011).

Анализ научных исследований позволил выделить характерные особенности учащихся начальных классов (табл. 1).

Систематизация результатов исследований, указанных в таблице 1, позволяет выделить наиболее существенные характеристики учащихся начальных классов:

– период обучения в начальной школе – сенситивный для формирования у учащихся произвольных движений, формирования нравственных качеств и положительных черт личности, развития у учащихся навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции;

– это – ответственный период в онтогенезе человека для формирования функциональной основы будущего физического потенциала организма.

Для учащихся начальных классов ведущей является учебная деятельность, поэтому именно в процессе этой деятельности и должна воспитываться у них готовность к формированию своего здоровья.

В связи с вышеизложенным, актуальным становится такой предмет исследования как формирование физического здоровья ребенка.

С целью определения сущности понятия «формирование физического здоровья» осуществлен анализ ключевых дефиниций: «формирование», «здоровье», «физическое здоровье».

Опираясь на концепции А. И. Кузьминского [14], В. В. Ягупова [15], Н. Е. Щурковой [16] формирование определяем как процесс становления человека вследствие внешних воздействий и внутренних детерминант его индивидуального развития.

КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал
ART 13109 УДК 372.4.037:167(045)

Пивненко Ю. В. Формирование физического здоровья учащихся начальных классов как предмет исследования // Концепт. – 2013. – № 05 (май). – ART 13109. – 0,4 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2013/13109.htm. – Гос. рег. Эл № ФС 77-49965. – ISSN 2304-120X.

Таблица 1

Характеристика учащихся начальных классов (на основании анализа научных исследований)

Характерные особенности	*А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб*	*М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер*	*В. К. Бальсевич*	*В. П. Губа*	*Н. В. Москаленко*	*А. Д. Дубогай*	*И. В. Зайченко*	*И. Д. Бех*	*И. В. Дубровина*	*М. В. Савчин*	*Е. П. Аксьонова*	*В. И. Антоник*	*С. Ф. Цвек*	*Количество*
Происходят ускоренные процессы психического развития и формирования целенаправленного поведения на фоне морфофункциональных изменений организма ребенка		+												1
Высокая частота сердечных сокращений, лабильная величина		+												1
Возраст, сенситивный для формирования произвольных движений		+				+					+		+	4
Быстрая утомляемость и недостаточное развитие произвольного внимания	+													1
Возраст, благоприятный для всестороннего развития, обучения и воспитания			+	+										2
Основной период приобретения социального опыта, в частности, формирования ориентации на здоровый образ жизни					+				+					2
Закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развитие физических качеств, необходимых для эффективного участия учащихся в различных формах двигательной активности						+					+			2
Формирование нравственных качеств и положительных черт личности						+	+		+	+				4
Возраст с умеренными темпами роста, плавностью развития, постепенностью изменения структур и функций														1
Способность логически мыслить, сопоставлять факты и события, делать верные выводы														1
Развитие навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции								+	+	+	+			4
Развитие устойчивых познавательных потребностей и интересов									+					1
Раскрытие индивидуальных особенностей и способностей									+					1
Развитие рефлексии										+				1
Ответственный период для воспитания активной жизненной позиции в отношении собственного здоровья												+		1
Ответственный период в онтогенезе человека для формирования функциональной основы будущего физического потенциала организма						+					+	+	+	4

Анализ научно-методической литературы дает основание обобщить подходы к определению дефиниции «здоровье» специалистами различных отраслей. Врачи и физиологи делают акцент на работу организма и психофизиологические особенности человека (Ю. П. Лисицин, 1974; В. П. Казначеев, 1989; Н. В. Вартапетова, 1999;

Ю. Б. Мельник, 2004). Психологи акцентируют внимание на гармоничном личностном развитии (К. О. Абульханова-Славская, 1980; Б. С. Братусь, 1988; О. Б. Орлов, 1995).

Однако большинство ученых придерживаются позиции, что одной из основных характеристик здоровья выступает единство биологических, психологических, интеллектуальных и социальных качеств, обусловленных взаимодействием генотипа и среды, основой которой выступают функциональные резервы, обеспечивающие оптимальный уровень энергетического потенциала (Н. М. Амосов, Г. Л. Апанасенко, Р. М. Баевский, И. В. Давыдовский, И. И. Залеский, В. П. Казначеев, Ю. П. Лисицин, Г. Г. Щедрина и др.).

По нашему мнению, показатели здоровья должны быть не только источником качества образовательного процесса, но и его целью, и результатом. Указанная позиция основывается на результатах исследований ряда авторов, согласно которым здоровье определяется: как результат (Н. В. Сократов, 1998; В. М. Касаткин, С. М. Чечельницкая, Ф. Ф. Харисов, 2003), как цель (А. И. Севрук, Е. А. Юнина, 2004), как условие реализации возможностей ребенка (Е. М. Вайнер, 2002; Ю. А. Конаржевский , 2000), как средство, индикатор правильности педагогических действий (В. М. Касаткин, 2003).

В научных исследованиях физическое здоровье ребенка многими авторами определяется как состояние организма, когда показатели основных физиологических систем находятся в пределах нормы и адекватно изменяются в процессе его взаимодействия с окружающей средой (В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт, В. П. Горащук, М. С. Корольчук, Н. В. Сократов). При этом понятие “физическое здоровье” ученые связывают с умением владеть своим телом, физической выносливостью, высоким уровнем работоспособности.

Исследуя физическое здоровье учащихся начальных классов, ученые определяли ряд показателей (Н. М. Амосов, С. М. Громбах, Ю. Э. Вельтищев, А. Д. Дубогай, Э. Г. Булич, И. В. Муравов):

- отсутствие заболеваний;
- нормальный уровень (состояние) основных функций организма;
- своевременное и гармоничное развитие;
- высокая реактивность организма (адаптационные возможности);
- оптимальный для конкретного возраста показатель физического развития ребенка;
- достаточный уровень проявлений функциональной адаптации;
- высокая степень устойчивости по отношению к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- соответствующие возрасту показатели иммунобиологической реактивности;
- оптимальные темпы онтогенеза без хронических заболеваний и аномалий.

Опираясь на данные исследования, мы толкуем физическое здоровье ребенка как динамическое состояние органов и систем организма ребенка, показатели которого позволяют ему качественно функционировать в окружающей среде. Выделяем основные показатели физического здоровья учащихся начальных классов:

- индивидуально оптимальный уровень морфо-физиологического развития, необходимый и достаточный для качественного функционирования организма;
- индивидуально оптимальный уровень физической подготовленности, необходимый и достаточный для качественной работоспособности;
- индивидуально оптимальный уровень адаптационных возможностей организма, необходимый и достаточный для компенсации патологических процессов окружающей среды.

Понимая воспитание как социально значимый процесс взаимодействия его субъектов с целью формирования гармонично развитой личности воспитанника на

фоне удовлетворения морально-этических потребностей, опираясь на выделенные показатели физического здоровья учащихся начальных классов, мы вводим в научный оборот дефиницию «формирование физического здоровья».

Формирование физического здоровья – это социально значимый процесс становления человека вследствие внешних воздействий и внутренних детерминант его индивидуального развития, направленный на достижение индивидуально оптимального уровня показателей морфо-физиологического развития, физической подготовленности, адаптационных возможностей организма индивида.

Результатом формирования физического здоровья учащихся начальных классов является уровень сформированности физического здоровья.

В современных психолого-педагогических исследованиях подчеркивается, что в основе развития каждой личности лежит влечение человека к позитивным изменениям. Поэтому процесс развития личности ребенка ученые рассматривают как поэтапное развертывание индивидуальных и личностных характеристик, которые обусловлены качественными сдвигами эмоциональных поступков и волевых переживаний [17, 18, 19]. На современном этапе развития науки доказано, что здоровье человека в первую очередь зависит от степени его собственных усилий в направлении сохранения и укрепления здоровья. Поэтому, ориентируясь на исследования Е. П. Аксёновой (1999, 2007) И. Д. Зверевой, Л. Г. Коваль, П. Д. Фролова (1995), И. Д. Беха (1998, 2003), мы выделяем показатели качественного критерия сформированности физического здоровья.

Таким образом, к количественному критерию сформированности физического здоровья относим такие показатели:

– индивидуально оптимальный уровень морфо-физиологического развития, необходимый и достаточный для качественного функционирования организма;

– индивидуально оптимальный уровень физической подготовленности, необходимый и достаточный для качественной работоспособности;

– индивидуально оптимальный уровень адаптационных возможностей организма, необходимый и достаточный для компенсации патологических процессов окружающей среды.

К качественному критерию относим мотивационно-ценностный (система жизненных ценностей, жизненная позиция; потребности и мотивы), когнитивно-интеллектуальный (знания и умения по сохранению и укреплению здоровья), поведенческий (осмысленность, самостоятельность и способность ученика к самоконтролю), эмоционально-психологический (ответственность за состояние собственного здоровья и здоровья окружающих) показатели.

Выводы. Формирование физического здоровья – это социально значимый процесс становления человека вследствие внешних воздействий и внутренних детерминант его индивидуального развития, направленный на достижение индивидуально оптимального уровня показателей морфо-физиологического развития, физической подготовленности, адаптационных возможностей организма индивида. Уровень сформированности физического здоровья учащихся включает количественный и качественный критерии. Суммарные показатели двух групп критериев позволяют определять индивидуальный уровень сформированности физического здоровья каждого ученика начальной школы.

Перспективы дальнейших исследований мы видим в разработке методики формирования физического здоровья в учебно-воспитательном процессе начальной школы.

КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал
ART 13109 УДК 372.4.037:167(045)
Пивненко Ю. В. Формирование физического здоровья учащихся начальных классов как предмет исследования // Концепт. – 2013. – № 05 (май). – ART 13109. – 0,4 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2013/13109.htm. – Гос. рег. Эл № ФС 77-49965. – ISSN 2304-120X.

Ссылки на источники

1. Бальсевич В. К. Здоровьеформирующая функция образования в Российской Федерации (Материалы к разработке национального проекта оздоровления подрастающего поколения России в период 2006–2026 гг.) // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 5. – С. 2–6.
2. Вишневский В. А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии). – М.: Изд-во «Теория и практика физической культуры», 2002. – 270 с.
3. Орехова Т. Ф. Понятие «здоровьетворящее образование» как педагогическая категория // Вестник ОГУ. – 2004. – № 7. – С. 60–66.
4. Безруких М. М. Здоровье детей и школьные факторы риска // Центр развития межличностных коммуникаций. – URL: http://www.ruscenter.ru/237.html.
5. Безруких М. М. Здоровьесберегающая школа: учебно-методическая литература для вузов и школ. – М. : МПСИ, 2004. – 240 с.
6. Базарный В. Ф. Нервно-психологическое утомление учащихся в традиционной школьной среде // Хронос: сайт Владимира Базарного. – URL: http://www.hrono.info/libris/lib_b/utoml03.html.
7. Денисенко Н. Ф. Образовательный процесс должен быть здоровьесберегающим // Дошкольное воспитание. – 2007. – № 7. – С. 8–10.
8. Касаткин В. Н. Школа здоровья: «костыль» или «компас» в системе образования? // Школа здоровья. – 2003. – № 4. – С. 5–12.
9. Нагавкина Л. С., Татарникова Л. Г. Валеологические основы педагогической деятельности. – СПб.: КАРО, 2005. – 272 с.
10. Божович Л. И. Психологические закономерности формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. – 1976. – № 6. – С. 45–53.
11. Заброцкий М. М. Возрастная психология: [учебное пособие]. – К.: МАУП, 2002. – 104 с.
12. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия, 2003. – 456 с.
13. Возрастная и педагогическая психология / А. В. Скрипченко и др. – К.: Просвита, 2001. – 416 с.
14. Кузьминский А. И., Омеляненко В. Л. Педагогика в вопросах и ответах. – К.: Знание, 2006. – 311 с.
15. Ягупов В. В. Педагогика. – Киев: Лыбидь, 2002. – 560 с.
16. Педагогика / Под ред. П. И. Пидкасистого. – М.: Пед. общество России, 2004. – 608 с.
17. Бех И. Д. От свободы к личности. – Киев: Украина – Вита, 1995. – 202 с.
18. Верещак Е. П. Индивидуально-типологическая характеристика учащихся с разным уровнем практической умелости // Педагогіка і психологія. – 2000. – № 1. – С. 46–48.
19. Мытнык О. Н. Становление продуктивного характера личности младшего школьника в процессе обучения // Начальная школа. – 1999. – № 7. – С.19–21.

Pivnenko Julia,
Senior teacher of rehabilitation pedagogic and healthy way of life department of Zaporizhzhya Regional Institute of Teacher Education

Forming of physical health of primary school pupils as object of research

Abstract. In the article on the basis of systematization of researches devoted a physical health and his maintenance, strengthening in the conditions of learning process, formulation of concept “Forming of physical health” is given, the criteria of formed of physical health of primary school pupils are determined.

Keywords: physical health, forming, pupils, primary school, criteria of formed of physical health.

ISSN 2304-120X

Рекомендовано к публикации:
Аксёновой Е. П. ,кандидатом педагогических наук;
Горевым П. М., кандидатом педагогических наук, главным редактором журнала «Концепт»