

Аннотація

Соколовская А.С. Патриотическое воспитание детей старшего дошкольного возраста

В статье раскрывается сущность дефиниции «патриотическое воспитание». Обосновывается необходимость патриотического воспитания детей старшего дошкольного возраста как культивирование высших идей, связанных с общественными ценностями своего народа.

Ключевые слова: патриотизм, патриотическое воспитание, патриотические ценности.

Summary

Sokolovskaya A. Patriotic education senior preschool age children

In essence the article ros kryvaetsya definition of «patriotic education». The necessity of patriotic education of children under school age as preschool age as the cultivation of higher ideas related to the social values of his people.

Keywords: patriotism, patriotic education and patriotic values.

УДК 796.011.1:613

ЖЕВАГА С. І., начальник кафедри спеціальної та фізичної підготовки Національної академії внутрішніх справ, кандидат педагогічних наук, доцент

РОЛЬ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ У ПАТРІОТИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДІ

У статті подаються дослідження рівня теоретичних знань, рухових вмінь і навичок, а також фізичної підготовленості учнів 8-9-тих класів з фізичної культури.

Ключові слова: фізична культура, рухова активність, здоровий спосіб життя.

Актуальність. Становлення незалежності України потребує перебудови всіх сторін суспільного життя. У законах України „Про загальну середню освіту”, „Про фізичну культуру і спорт”, „Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту в Україні”, поставлена мета створити умови за яких будуть викликані до життя творчі сили молоді особистості відкриється простір до її самореалізації.

Успішне вирішення завдань соціально-економічного розвитку України потребує від кожної людини не тільки високої професійної підготовки але й належного рівня культури, зокрема і фізичної, що є запорукою здорового способу життя. Важливо щоб кожний член суспільства правильно ставився до свого здоров'я, своїх фізичних рис і здібностей, розумів їх особисте і соціальне значення, відчував і реалізував внутрішню потребу в фізичній і духовній досконалості і як наслідок був патріотом своєї держави.

Проте, на сьогодні, здоровий спосіб життя як важливий компонент збереження та зміцнення здоров'я, не зайняв належного місця в переконаннях та повсякденному житті учнівської молоді. Значна частина підростаючого покоління не вміють правильно організувати свій розпорядок дня, мають низьку фізичну активність, зловживають шкідливими звичками тощо.

Особливої гостроти у зв'язку з цим набуває проблема формування в учнів фізкультурних знань, культури рухів, які повинні займати одне з провідних місць в системі ціннісних орієнтацій людей різних соціальних і вікових груп, формування пріоритету здоров'я, як найвищої людської цінності і на основі цього покращення загального фізичного стану організму.

Змінити ситуацію на краще можна через удосконалення форм, засобів та методів фізичного виховання, що використовуються у процесі формування особистої фізичної культури учнів. Це удосконалення повинно торкнутись виховання патріотизму через формування основ здорового способу життя, технології формування особистої фізичної культури учнів через всебічну фізкультурну освіту,

що включає в себе оволодіння широким колом рухових умінь і навичок, методикою самостійних занять фізичними вправами, розвиток кондиційних та координаційних фізичних якостей.

Об'єкт дослідження: процес фізичного виховання учнів 8-9 класів учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

Предмет дослідження: зміст та методи формування навичок самостійних занять фізичними вправами, як важливого компоненту здорового способу життя.

Мета дослідження. Розробити і перевірити на практиці оригінальну методику залучення учнів до самостійних занять фізичними вправами, як важливого фактору підтримання здорового способу життя.

Завдання дослідження:

1. Виявити рівень сформованості в учнів 8-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів знань, умінь та навичок самостійних занять фізичними вправами.
2. Розробити зміст занять фізкультурної освіти для учнів 8-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів.
3. Розробити рекомендації щодо методики самостійних занять фізичними вправами учнів ЗНЗ.
4. Перевірити на практиці ефективність запропонованої методики.

Методи дослідження. Вивчення літературних джерел, теоретичний аналіз та синтез, опитування учнів (анкетування, інтерв'ю, бесіди), педагогічні спостереження, тестування учнів, методи математичної статистики.

Результати дослідження. У філософському розумінні спосіб життя – це синтетична характеристика сукупності типових видів життєдіяльності людей (індивідів та соціальних утворень) у поєднанні з умовами життя суспільства. Спосіб життя охоплює всі сфери суспільства: працю і побут, суспільне життя і культуру, поведінку (стиль життя) людей та їх духовні цінності. У філософському розумінні спосіб життя – це синтетична характеристика сукупності типових видів життєдіяльності людей (індивідів та соціальних утворень) у поєднанні з умовами життя суспільства. Спосіб життя охоплює всі сфери суспільства: працю і побут, суспільне життя і культуру, поведінку (стиль життя) людей та їх духовні цінності. Тобто, поведінка, або стиль життя, є одним з найважливіших елементів способу життя в цілому, який не може не впливати на здоров'я окремої особи або на здоров'я тих чи інших соціальних груп населення.

Поведінка є однією з основних детермінант здоров'я, ступінь впливу якої значно перевищує вплив багатьох інших детермінант. За визначенням вчених вона разом з біологією людини, медичною допомогою та навколишнім середовищем відноситься до чотирьох основних чинників, що визначають рівень здоров'я. Результати спеціальних досліджень, проведених з метою кількісної оцінки впливу різних чинників на здоров'я, виявили, що група чинників, названих „біхевіоральними» (поведінковими), постійно випереджувала інші. Найважчі хвороби у розвинутих країнах у наш час пов'язані з індивідуальними звичками, особливо постійними, які у сукупності часто називають способом життя.

Поведінкові чинники можуть бути як сприятливими, так і шкідливими для здоров'я, що залежить від вибору способу життя конкретною особою. Поведінка людини важлива для здоров'я, оскільки впливає на нього безпосередньо через спосіб життя або опосередковано – через економічні чи соціо-економічні умови, які, безперечно, є основною детермінантою здоров'я. Щоб вплинути на поведінку людини, необхідні зусилля з боку самої людини, сім'ї та суспільства.

Поняття здорового способу життя. З позицій викладеного розуміння феномена здоров'я людини походить визначення поняття здорового способу життя (ЗСЖ): це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через діяльність з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку, побуту.

Складові ЗСЖ містять різноманітні елементи, що стосуються усіх сфер здоров'я – фізичної, психічної, соціальної і духовної. Найважливіші з них – **харчування** (в тому числі споживання якісної питної води, необхідної кількості вітамінів, мікроелементів, протеїнів, жирів, вуглеводів, спеціальних продуктів і харчових добавок), **побут** (якість житла, умови для пасивного і активного відпочинку, рівень психічної і фізичної безпеки на території життєдіяльності), **умови праці** (безпека не тільки у фізичному, а й психічному аспекті, наявність стимулів і умов професійного розвитку), **рухова активність** (фізична культура і спорт, використання засобів різноманітних систем оздоровлення, спрямованих на підвищення рівня фізичного розвитку, його підтримку, відновлення сил після фізичних і психічних навантажень).

Наш підхід розглядає формування здорового способу життя учнів як важливу складову навчально-виховного процесу в контексті патріотичного виховання. Втім передбачає: по-перше, вивчення уявлень молоді про здоровий спосіб життя та розробку методів оцінки здоров'я індивіда; по-друге,

формування свідомості та культури здорового способу життя; по-третє, розробку методик навчання молоді здоровому способу життя; по-четверте, впровадження соціальних програм культивування здорового способу життя та збереження здоров'я; по-п'яте, розробку та впровадження системи скринінгу і моніторингу здорового способу життя молоді.

Потрібно акцентувати увагу на формуванні здорового способу життя саме учнівської молоді, оскільки саме у молоді роки відбувається сприйняття певних норм та зразків поведінки, накопичення відповідних знань та вмінь, усвідомлення потреб та мотивів, визначення ціннісних орієнтацій, інтересів та уявлень.

Аналіз літературних джерел дозволяє зробити висновок, що основними факторами здорового способу життя є:

- активна життєва позиція;
- раціональне харчування;
- адекватні фізичні навантаження: відмова від шкідливих звичок;
- правильне використання природних чинників (сонця, води, повітря), наслідком чого є загартування організму;
- дотримання правил гігієни та санітарії;
- фізіологічний та фізичний відпочинок (в т. ч. правильне чергування фізичних та розумових навантажень, сон, відпочинок в тижневому, річному циклі);
- психоемоційна рівноваженість (душевний спокій);
- культура спілкування.

При дотриманні цих факторів людина може зберегти здоров'я на довгі роки.

Одним із найважливіших показників здорового способу життя є обсяг фізичних навантажень, правильне використання фізичних вправ. Фізичні вправи допомагають нам боротися з утомою, зберігати високий рівень фізичної працездатності й удосконалювати інтелект. Систематичне тренування, виконання фізичних вправ, як показали численні спостереження, сприяють зміцненню серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату, тривалому збереженню функцій залоз внутрішньої секреції й надниркових залоз, позитивно впливають на функціонування практично усіх систем і органів. Під впливом систематичного виконання фізичних вправ виробляються в організмі спеціальні гормони, які підвищують настрій людини, сприяють підтриманню бадьорості, енергії, працездатності.

В залежності від віку людини значення того чи іншого компонента здорового способу життя змінюється. В підлітковому віці, як свідчать практичні спостереження, першочергове значення у збереженні та зміцненні здоров'я набуває рівень рухової активності. Під впливом різноманітних чинників (збільшення навчальних навантажень у школі, телебачення, комп'ютерні ігри, негативний вплив соціального оточення та засобів масової інформації, незадовільна навчально-спортивна база, відсутність достатнього обсягу рухових умінь і навичок ігрового характеру тощо) рівень рухової активності учнів знижується.

Вирішити проблему ліквідації дефіциту рухової активності учнів за рахунок організованих форм фізичної культури практично не можливо. Єдиним реальним напрямком виходу з цього становища є залучення учнів до самостійних занять фізичними вправами.

Самостійні заняття учнів фізичними вправами мають на меті:

1. Підготувати організм і психіку до фізичних і психоемоційних навантажень у ході уроків та позакласної діяльності (ранкова гімнастика).
2. Відновити фізичну й розумову працездатність, яка знижується в процесі навчальної роботи (рухливі і спортивні ігри, прогулянки після уроків).
3. Зменшити втомлюваність під час приготувань домашніх завдань (фізкультпауза).
4. Сприяти розвитку основних фізичних якостей, успішному виконанню завдань з фізичної культури, зняттю втоми в кінці робочого дня (самотренування, самодіяльні змагання спортивних команд, створених за місцем проживання учнів тощо).
5. Допомогти сформуванню життєво необхідних рухових навичок, зняти фізичну і психологічну втому в кінці навчального тижня (проведення у вихідний день походів і екскурсій у ліс, а під час канікул багатоденних (пішохідних) походів та з використанням велосипедів, лиж, човнів тощо). Необхідною передумовою залучення учнів до самостійних занять фізичними вправами є якісна фізкультурна освіта в обсязі не меншому, ніж передбачає діюча навчальна програма з фізичної культури для учнів 1-11 класів.

Рівень фізкультурної освіти учнів вивчався нами за трьома напрямками:

- 1) рівень теоретико-методичних знань з фізичної культури;
- 2) рівень засвоєння рухових умінь і навичок, передбачених діючою програмою;
- 3) рівень фізичної підготовленості.

Проведене дослідження переконливо засвідчило, що найслабшою ланкою фізкультурної освіти учнів загальноосвітніх навчальних закладів є оволодіння теоретико-методичними знаннями з фізичної культури. У практиці викладання предмета склалася негативна практика, коли більшість учителів фізичної культури фактично не виконують вимог програми щодо формування теоретико-методичних знань. Такий стан значною мірою пояснюється тим, що до цього часу фактично не має посібників для учителів та підручників для учнів, які б розкривали зміст теоретичного компонента фізкультурної освіти.

Аналіз змісту, передбачених програмою теоретико-методичних знань з фізичної культури, свідчить, що автори програм не мали чіткого уявлення стосовно розбудови послідовної системи оволодіння учнями методикою самостійних занять фізичними вправами. Сьогодні в методичній літературі не можливо знайти жодного видання, яке б розкривало зміст кожної теми передбаченої програмою для того чи іншого класу.

Тому ми вибрали із змісту програми для різних класів теми, які стосуються безпосередньо методики самостійних занять фізичними вправами, наповнили їх конкретним змістом і запропонували учням 8-9 класів. Ми передбачали, що оволодіння теоретико-методичними знаннями сприятиме підвищенню активності на уроках фізичної культури, виконанню учнями домашніх завдань, організації самостійних занять фізичними вправами. І як наслідок покращиться засвоєння рухових дій, підвищиться рівень фізичної підготовленості та відповідальності за власне здоров'я, як майбутніх патріотів здатних захистити свою Вітчизну, готових до трудової діяльності.

Технологія оволодіння учнями теоретико-методичними знаннями передбачала:

- а) повідомлення знань учням на початку уроку впродовж 3–4 хвилин;
- б) закріплення знань в кінці уроку впродовж 1 хвилини;
- в) домашнє завдання (конкретно вказувались сторінки методичного посібника, які потрібно було опрацювати);
- г) опитування учнів впродовж 2–3 хвилин на наступному уроці (повий матеріал на цьому уроці не вивчався, а повідомлявся па наступному (умовно третьому уроці), щоб не знижувати рухову щільність уроку;
- д) тематична атестація після вивчення усіх тем.

Решта навчального часу на уроках була присвячена навчанню рухових дій та розвитку фізичних якостей за стандартною методикою, що традиційно використовується в загальноосвітніх навчальних закладах.

На початковому етапі учні без ентузіазму сприйняли необхідність вивчення теоретичних питань, виконання домашніх завдань з фізичної культури. Проте по мірі оволодіння знаннями інтерес до вивчення теоретичних тем підвищувався. Коли ж частина учнів досягла позитивних результатів, самостійно працюючи над вдосконаленням фізичних якостей, особливі проблеми при викладанні теоретичних тем зникли. Фактично учні однаково рівно стали ставитися як до вивчення теоретичних предметів, так і до вивчення теоретичних тем з фізичної культури.

Крім вивчення теоретичного матеріалу, учням пропонувалися практичні завдання методичного характеру: визначати рівень фізичної працездатності за допомогою функціональних тестів, контролювати в процесі уроку рівень фізичного навантаження за частотою серцевих скорочень, скласти комплекс вправ для розвитку фізичних якостей, розробити зміст практичного заняття для зміцнення здоров'я тощо.

Завдяки проведенню систематичної роботи по формуванню теоретико-методичних знань покращилися практично всі компоненти фізкультурної освіти.

Кількість учнів, що володіли знаннями на низькому та середньому рівні зменшилася у 8 класі на 20%, а в 9 класі на 35%. При цьому, незважаючи на те, що частина навчального часу замість рухової підготовки витрачалася на теоретичні заняття рівень оволодіння руховими уміннями і навичками та рівень фізичної підготовленості також зросли.

Висновки:

1. В діючій практиці фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів недостатньо уваги приділяється оволодінню теоретико-методичними знаннями, як важливим компонентом фізкультурної освіти. Учні підліткового віку виявляють значно меншу зацікавленість до оволодіння теоретичним компонентом фізкультурної освіти в порівнянні з вивченням рухових умінь і навичок. Без підручників для учнів, у яких детально розкрито змістовий компонент теоретичних питань, ефективність навчання дуже низька. Викладаючи теоретичні питання необхідно дотримуватись основних положень технології оволодіння знаннями: розповідь; закріплення знань в кінці уроку; домашнє завдання: опитування; тематична атестація чи контрольна робота після вивчення усіх тем.
2. В процесі викладання теоретико-методичних знань з фізичної культури виявилось, що в учнів

сформувався стереотип негативного ставлення до вивчення теорії на уроках фізичної культури. Після подолання цього стереотипу учні виявляють до знань з фізичної культури не менший інтерес ніж до вивчення інших предметів. Більшу зацікавленість учні приділяють питанням пов'язаним з методикою самостійних занять фізичними вправами. Особливий інтерес учні проявляють до діагностики фізичної працездатності, методики розвитку фізичних якостей, методики формування правильної постави.

3. Теоретичні уроки проводити не доцільно. Відомості теоретичного характеру слід повідомляти учням на кожному уроці невеликими порціями (до 5 хвилин). Як правило, краще це робити на початку уроку, а кінці уроку проводити закріплення нового матеріалу. Теоретичні відомості також можна повідомляти в процесі деяких видів рухової діяльності чи в періодах відпочинку. В обов'язковому порядку слід проводити контрольні роботи, тематичне оцінювання з теоретичних питань. Незважаючи на те, що частина навчального часу уроку, затрачається на теоретичний матеріал, рівень оволодіння учнями руховими вміннями та навичками та рівень фізичної підготовленості не знижується.

4. Оволодіння теоретичними знаннями підвищує інтерес учнів до занять фізичною культурою, формує переконання в необхідності систематичних занять фізичними вправами, сприяє залученню учнів до самостійної роботи над фізичним вдосконаленням.

Таким чином, оволодіння теоретико-методичними знаннями є необхідною передумовою використання фізичної культури в побуті, як важливого компоненту здорового способу життя та патріотичного виховання молоді.

Список використаних джерел:

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. Медична валеологія. – К.: Здоров'я, 1998. – 248 с.
2. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: шляхи реалізації // Рідна школа. – 1999. – № 12. – С. 13-16.
3. Бех І. Д. Система фізичного виховання має формувати в учнів загальнолюдські гуманістичні принципи // Фізичне виховання в школі. – 1998. – № 1. – С. 3.
4. Васильов Ю. В. Наукові основи аналізу навчально-виховного процесу на уроках фізичної культури (Монографія). – Харків: ОІУВ, 1998. – 80 с.
5. Державні вимоги до навчальних програм з фізичного виховання в системі освіти // Фізичне виховання в школі. – 1999. – №3. – С. 32-34.
6. Державні вимоги до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді // Фізичне виховання в школі. – 1999. – №3. – С. 29-32.
7. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / За ред. М. Д. Зубалія. – 2-е вид., перероблене і доповнене. – К., 1997. – 36 с.
8. Долбишева Н. Фізичне здоров'я, компоненти і критерії оцінки // Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей з галузі фізична культура і спорт: Випуск 5. Т 2. Львів: ЛДДФК, 2001. – С. 21-24.
9. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – К: ВПП ДКНТ. 1994. – 22 с.
10. Козленко О. М. Формування мотивів фізичного вдосконалення у молодших школярів // Фізичне виховання в школі. – 1999. – № 4. – С. 29-31.
11. Концепція фізичного виховання в системі освіти України // Фізичне виховання в школі. – 1998. – № 2. – С. 2-7.
12. Рощенко В. О., Столітенко В. В. Самостійні заняття учнів фізичними вправами // Фізичне виховання в школі. – 1998. – №3. – С. 15-18.
13. Сінгаєвський С. М. Формування позитивного ставлення школярів до фізичного виховання // Фізичне виховання в школі. – 2001. – № 1. – С. 33-36.
14. Шиян Б. М. Що потрібно для формування національної системи фізичного виховання школярів // Фізичне виховання в школі. – 1997. – № 2.

Анотація

Жевага С. И. Роль физкультурного образования в патриотическом воспитании молодежи.

В статье представлены исследования уровня теоретических знаний, двигательных умений и навыков, а также физической подготовленности учеников 8-9-тых классов по физической культуре.

Ключевые слова: физическая культура, двигательная активность, здоровый образ жизни.

Summary

Zhevaga S. I. The role of physical education in patriotic education of youth.

In clause researches of a level of theoretical knowledge, impellent skills are stated, and also to physical readiness of pupils of the eighth and ninth classes on physical training.

Key words: physical training, impellent activity, a healthy way of life.