

Проблеми шкільної фізичної культури в контексті сьогодення

С.В.Бондаренко, доц., канд. пед. наук

Кіровоградський державний педагогічний університет ім. В. Винниченка

Потенціал фізичної культури інтенсивно вивчається протягом десятиріч. Досвід застосування фізичної культури для потреб дітей, що навчаються, знайшов наукове обґрунтування за часів П.Ф.Лесгафта та О.Д.Бутовського.

Учнівську фізичну культуру порівнюють з геніальним винаходом людства, який дозволить досягти ідеалу особистості, тобто поєднати високий інтелект і фізичну досконалість. Але в наш час класичні ідеї фізичного виховання учнівської молоді виявляються дещо скомпрометованими цілим рядом трагічних смертей, які трапилися на уроках фізичної культури протягом останніх років в різних регіонах нашої країни та неспроможністю поліпшити рівень здоров'я дітей за весь період учнівства, а також цілковитою втратою інтересу до занять фізичними вправами вже у підлітковому віці. Чому так відбувається в наш час, намагаються вивчити фахівці різних наук, представники громадських організацій, батьки

Шкільна фізична культура, як і все наше суспільство, переживає нелегкі часи. Традиційні підходи до організації навчально-виховного процесу, які були надбанням минулих десятиріч, оновлення навчальних програм, що регулярно відбувається в останні роки, численні циркуляри, які супроводжують процес фізичного виховання учнів, все більше наштовхуються на питання й проблеми, які простих відповідей та рішень не мають...

Рівень соматичного здоров'я дітей шкільного віку, різке зниження якого відмічається всіма фахівцями, впритул наблизився до критичної межі. Летальні випадки продовжують реєструватися вже й на загальноосвітніх уроках, позакласних культурних заходах. За статистичними даними тільки 3-5 % випускників середніх шкіл закінчують шкільне навчання практично здоровими (чи недостатньо обстеженими?).

Динаміка рівня здоров'я дозволяє стверджувати, що воно погіршується у школярів зі збільшенням обсягу навчальної роботи.

Хронічні навчальні перевантаження, що подовжують загальну щоденну зайнятість учнів (уроки та виконання домашніх завдань) до тривалості робочого дня дорослої людини стали, характерними складовими сучасної шкільної освіти.

Прямим свідченням того, що школярі перенапружуються, навчаючись за сучасними вимогами, є збільшення так званих дидактогенних захворювань, тобто хвороб, породжених несприятливими (або надмірними) чинниками навчального навантаження – статичним компонентом, пов'язаним з тривалим сидінням, зоровою роботою в обмеженій ближній зоні, нервово-емоційним напруженням, що супроводжує навчальні ситуації та ін. Це, насамперед, функціональні відхилення та хвороби опорно-рухової системи, які зустрічаються у формі “шкільних” неврозів та ін.

Нівелювати зазначені негативи інтенсифікації навчального процесу може щоденно збалансований руховий режим учня, чільне місце в якому повинні посідати активні фізичні вправи.

На жаль, про недостатній рівень рухової активності сучасного школяра свідчить те, що тільки 5-10% учнів виконують мінімальну вікову норму активних рухів розвивальної спрямованості. При цьому рухова активність дівчаток у 2-4 рази менша від хлопчиків. Із зростанням шкільного віку дітей спостерігається значне зниження

рухової активності всіх школярів. Таким чином природний біологічний запобіжник збереження здоров'я дитини, а саме – кінезофілія, виявляється серйозно деформованим найбільш впливовим чинником, що визначає на 50% стан здоров'я учня, тобто способом життя.

Як реагує на ці виклики система фізичного виховання школярів. Реалії сьогодення такі: у переважній більшості шкіл від системи фізичного виховання залишилися лише уроки фізичної культури. Три години у початковій школі, дві (2,5) години - в середній і в старшій школі – дві години на тиждень. (Чи адекватна така кількість уроків ситуації, що характеризує стан здоров'я молодого покоління). Щодо секційних та гурткових форм роботи, то вони зникли, як неоплачувані. Окремі винятки загальної ситуації не змінюють.

Характеризуючи дієвість уроків фізичної культури, слід зазначити наступне:

– після випадків смертей на уроках фізичної культури, наказів МОН про заборону певних прав і навантажень, вчитель відчуває цілком природну пересторогу щодо підвищення моторної щільності уроку або ускладнення параметрів виконання тих чи інших вправ. Це негативно позначається на ефективності розв'язання такого стратегічного завдання уроку фізичної культури, як сприяння розвитку основних фізичних якостей школярів. Без цього неможливе й зростання адаптаційного потенціалу організму дітей до фізичних навантажень, який лежить в основі механізмів функціональної підготовки серцево-судинної та дихальної систем;

– при дворазових уроках фізичної культури на тиждень вчителю важко підібрати навантаження розвиваючого спрямування, оскільки “функціональний слід” до наступного уроку не зберігається.

Не кращий вихід із кризової ситуації з шкільною фізичною культурою запропонували медики. Включивши до програми шкільних медоглядів функціональну пробу Руф'є, яка не розрахована на учнів особливо молодших класів, оскільки не враховує таких типових вікових особливостей роботи серцево-судинної системи, як тахікардія. За результатами виконання цієї проби у поточному навчальному році відбулося масове відлучення учнів (особливо початкової школи) від фізичної культури. Визнавати свою похибку медики не поспішають. Певно так спокійніше – відправити більшість дітей до спеціальної медичної групи. Але звідси наступні проблемні питання: як організувати і проводити уроки фізичної культури? Як продовжувати заняття в ДЮСШ багатьом юним спортсменам, які незважаючи на всю свою фізичну та функціональну підготовленість отримали за пробу Руф'є незадовільну оцінку.

Що чекає в такій ситуації шкільну фізичну культуру? Чи є у неї перспективи?

Можливо, що підняте для обговорення коло питань знайде розв'язання у новому Державному стандарті шкільної фізичної культури, про створення якого було нещодавно проголошено керівником галузі.

Залишається сподіватися, що в ньому буде відновлена система фізичного виховання школярів, яка вбере в себе сучасні здобутки науковців щодо здоров'язбереження в умовах подальшої інтенсифікації шкільного навчання. Час для прийняття кардинальних рішень прийшов.

Література:

1. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я. – К.: Здоров'я, 1990. – 166 с.
2. Вишневский В.А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии). – М.: Теория и практика физической культуры, 2002. – 270 с.
3. Казин Э.М., Блинова Н.Г., Литвинова Н.А. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: ВЛАДОС, 2000. – 192 с.