

1. Баландин Р. К. Природа и цивилизация / Р. К. Баландин, Л. Г. Бондарев. – М. : Мысль, 1988. – 391 с.
2. Білявський Г. О. Основи екології : підручник / Білявський Г. О., Фурдуй Р. С., Костіков І. Ю. – 3-тє вид. – К. : Либідь, 2006. – 408 с.
3. Бойчук Л. Д. Екологія і охорона навколишнього середовища : навчальний посібник / Бойчук Л. Д., Соломенко Е. М., Бугай О. В. – Суми : Університетська книга, 2003. – 284 с.
4. Гиренок Ф. И. Экология, цивилизация, ноосфера / Гиренок Ф. И. – М. : Наука, 1987. – 182 с.
5. Голубець М. А. Від біосфери до соціосфери / Голубець М. А. – Львів : Поллі, 1997. – 256 с.
6. Екологія людини : підручник / [Микитюк О. М., Злотін О. З., Бровдій В. М. та ін.]. – Харків : Ранок, 1998. – 208 с.
7. Экология и здоровье человека / [Сухомлинов А. И., Сухомлинов И. А., Микитюк А. Н. и др.]. – Харьков : ХГПУ, 1992. – 128 с.
8. Куколевский Г. М. Гигиена физкультурника / Куколевский Г. М. – М. : Медицина, 1971. – 80 с.
9. Марчук Г. И. Приоритеты глобальной экологии / Г. И. Марчук, К. Я. Кондратьев. – М. : Наука, 1992. – 255 с.
10. Охрана и оптимизация окружающей среды / [Лаптев А. А., Приемов С. И., Родичкин И. Д., Шемшученко Ю. С.]; под ред. А. А. Лаптева. – К. : Либідь, 1990. – 256 с.
11. Смоляр В. И. Ионизирующая радиация и питание / Смоляр В. И. – К. : Здоров'я, 1992. – 176 с.
12. Уилмор Дж. Х. Физиология спорта и двигательной активности / Дж. Х. Уилмор, Д. Л. Костилл ; пер. с англ. – К. : Олимпийская литература, 1997. – 503 с.
13. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга–Богдан, 2008. – Ч. 1. – 272 с.
14. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга–Богдан, 2008. – Ч. 2. – 248 с.
15. Ящик А. В. Екологічна безпека в Україні / А. В. Ящик. – К. : Генеза, 2001. – 214 с.

Рецензент: канд. пед. наук, доцент *Презлята Г.В.*

**УДК 37.015.31:796:613**  
**ББК 75.1**

*Майя Зубаль*

## **ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ ЯК ЗМІСТОВО-РЕАЛІЗАЦІЙНА ПРОБЛЕМА СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ШКОЛІ**

*Останнім часом нерідко поняття “здоров'я” пов'язується з фізичною культурою. Це є результатом знань про сутність здоров'я, яке за своєю винятковою цінністю для кожного індивідуума й усього суспільства все ще залишається феноменом, що розглядається з різних, нерідко діаметрально протилежних позицій. Ось чому важливі знання про сутність здоров'я, ті чинники й процеси, які формують цей стан. Це також важливо для визначення сутності здоров'я в плані постановки питання з огляду можливостей системи фізичного виховання впливати на нього з професійно-прикладної точки зору.*

**Ключові слова:** здоров'я, фізична культура, школярі, позиція, процес, фізичне виховання.

*В последнее время все чаще понятие “здоровье” связывается с физической культурой. Это является результатом знаний о сущности здоровья, которое по своей исключительной ценности для каждого индивидуума и всего общества все еще остается феноменом, который рассматривается с разных, нередко диаметрально противоположных позиций. Вот почему важны знания о сущности здоровья, тех факторах и процессах, которые формируют это состояние. Это также важно для определения сущности здоровья в плане постановки вопроса возможностей системы физического воспитания влиять на него с профессионально-прикладной точки зрения.*

**Ключевые слова:** здоровье, физическая культура, школьники, позиция, процесс, физическое воспитание.

*Lately, all more frequent, the concept of health contacts with a physical culture. It is the result of knowledges about essence of health, which after the exceptional value him for skin індивідуума and all of society, – still remains the phenomenon which is examined from different, quite often diametrically opposite positions. Ax why знання is so important about essence of health, those factors and processes which form this state. It is also important for definiteness of essence of health in the plan of statement of a question from the review of possibilities of the system of physical education to influence on him from the professionally applied point of view.*

**Key words:** health, physical culture, schoolboys, position, process, physical education.

**Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень.** Здоров'я людини – це життєва цінність, яка займає найвищий щабель в ієрархічній системі якісних проявів кожної особистості: інтереси, ідеали, гармонія, краса, сутність життя, досконалість, щастя, любов, творча праця та багато ін. Іншими словами, стан здоров'я людини водночас зумовлює всі сторони й сфери життєдіяльності особистості з біологічного, духовного й соціального погляду.

Мета професійної діяльності вчителя фізичної культури – досягти такого стану, щоб керований ним процес фізичним вихованням школярів максимально дієво сприяв зміцненню їхнього здоров'я.

Існуюча нині загальновідома негативна статистика, яка характеризує показники здоров'я та фізичного розвитку школярів, залишається на рівні суто теоретичного міркування.

По суті це складає основне протиріччя сучасної системи фізичного виховання в школі. Те, що є незаперечним з теоретичної точки зору, не знаходить свого відображення в практичній дійсності як кінцевий результат (статистичні дані).

І справа не в самому фактові визнання, що на словах – “позитивне”, а фактично – “негативне”, а в тім, що між цими значеннями знаходяться та існують соціальна й професійні галузі діяльності в певному наборі: мети, завдань, політики, спрямованості, зацікавленості, фахової компетенції, трудових зусиль, різних форм забезпеченості та багато ін. Тобто така професійна діяльність не забезпечує бажаного позитивного результату, а існує незалежно, точніше, формально.

З огляду на це, практична реалізація ідеї впливового управління станом здоров'я людини має неабияке значення. Стосовно пошуку шляхів, то ця ідея не нова й має тисячолітні традиції. Однак теперішня статистика, показники якої характеризують стан здоров'я населення, свідчить про досить далеку відстань до бажаного позитивного вирішення. При цьому слід зазначити, що з розвитком суспільства, зростанням добробуту, цивілізації цінність здоров'я все більше зростає, проблеми досягнення його значно ускладнюються, що спонукає до підвищення науково-теоретичної та методично-реалізаційної уваги до нього.

Нині все частіше поняття здоров'я поєднується та пов'язується з фізичною культурою, фізичним вихованням. В окремих випадках учителя фізичної культури в школі ототожнюють з “учителем здоров'я” [2]. Для цього є досить вагомими багатовіково існуючі підстави під узагальнюючою істиною “рух – це життя” [3].

Таке твердження несе в собі два полярних значення. З одного боку, воно підтверджує вагомість галузі “Фізична культура”, соціально-педагогічного значення професійної діяльності фахівців, що досить часто використовується в практиці для доведення, доказу, аргументації. З іншого, – це практична відповідальність за наслідки фахової діяльності, що крізь призму загальновідомі невтішної статистики існує вже в реалізаційній незалежності [4].

Такий висновок не має на меті зробити закид фахівцям. Справа тут набагато складніша і має під собою досить об'єктивно існуючі змістові основи, які не повною мірою залежать тільки від їх професійної діяльності.

Першочергово, з огляду на висвітлене, виникає логічне питання: чи може загальноіснуюче термінологічне поняття “здоров'я” виступити оціночним критерієм результативності системи фізичного виховання взагалі та її головної ланки – школи, зокрема? Так чи інакше відповідь тут можлива тільки з позиції визначеності стосовно самого поняття “здоров'я” людини.

Сьогодні доводиться констатувати про відсутність загальноприйнятого тлумачення поняття “здоров'я”. Нараховується більше сотні визначень [5]. Така численність і безуспішність спроб створити єдину, погоджену думку пояснюється

тим, що здоров'я являє собою складну понятійну конструкцію, у якій досить важко коротко й однозначно виділити його багатогранні сторони.

Це має своє пояснення. “Здоров'я”, як категорія, несе в собі суб'єктивні й об'єктивні ознаки певної комбінаторики як особистого сприймання (як-от: “кохання”, “щастя”), так і галузево-прикладного трактування.

Ситуація ще більше ускладнюється, якщо це питання розглядати з точки зору виявлення та аналізу факторів, які впливають на стан здоров'я людини: соціальні, генетичні, екологічні, технократичні, медичне обслуговування, психоемоційні тощо.

**Мета роботи** – визначення й переусвідомлення цільових настанов змістово-організаційних основ фізичного виховання школярів і встановлення їх значення відповідно до умов сьогодення.

**Методи дослідження.** Для реалізації поставленої мети використовували загально-наукові методи теоретичного рівня (аналіз, синтез, аналогія, індукція, абстрагування), системно-функціональний аналіз.

**Результати дослідження.** Вихідними основами визначення поняття “здоров'я” в контексті кінцевої мети фізичного виховання в школі виступають такі суттєві моменти:

По-перше, коли заходить мова про здоров'я людини, то це поняття асоціюється з поняттям “хвороба” (як особливий стан здоров'я) і наступним у зв'язку із цим “медицина”. Тобто, якщо людина нездорова – вона хвора, якщо хвора – потрібно лікуватися, щоб повернутися в стан здоров'я. Якщо ставити перед собою завдання про поліпшення стану здоров'я людини, то треба реагувати чи на “хворобу” (удосконалення лікування) і повернення до здоров'я, чи на стан “здоров'я” з метою максимального недопущення до стану “хвороба” (удосконалення способу особистого життя та спонукально-впливової системи відносно цього). Другий варіант – як стратегія відображає сучасні погляди в галузі боротьби за здоров'я й вихід її у зв'язку із цим за межі функційної діяльності лікувальних заходів. Цілком зрозуміло, що це не заперечує та не зменшує лікувальні, медичні аспекти із цього питання.

По-друге, теоретичний варіант поняття “здоров'я” людини являє собою багатокomпонентну, різнопланову ієрархічну структуру, яка досить суттєво виходить за межі впливової компетенції фізичного виховання, а значить і його реалізаційних можливостей. Зважаючи на це, в узагальненому, науково-теоретичному розумінні поняття “здоров'я” і представлення його безсистемними статистичними показниками не може виступати як оціночний критерій результативності фізичного виховання. Якщо таке відбувається, то це не що інше як варіант досить широкої колективної безвідповідальності негативно існуючого стану.

Якщо апелювати станом здоров'я людини у вищезазначеному трактуванні, то воно є наслідком дії великого різнопланового впливу комплексу факторів, тобто фізичне виховання не в змозі компенсувати, протидіяти, нейтралізувати комплексність негативного впливу на стан здоров'я особистості.

Досить значимим у цьому плані є те, що серед широкого представництва різних галузей, які мають безпосередній вплив на здоров'я людей (держава, соціальні служби, охорона здоров'я, якість довкілля), лише галузь фізичного виховання добровільно взяла на себе відповідальність за нього, про що свідчить низка прийнятих документів (постанови, директиви, програми, концепції) [1; 4].

По-третє, характерною змістовою особливістю численних визначень поняття “здоров'я” людини є наявна обов'язкова присутність у них органічно-складового елемента, що відображає поняття “фізичного, біологічного”, у різних варіантах трактування: “рухова активність”, “фізична працездатність”, “функційні можливості, розвиток”, “здібність організму до протидії факторам довкілля” та багато іншого.

Тобто це та структурна складова, яка знаходиться в безпосередній реалізаційно-компетентній сфері системи фізичного виховання. Для позитивного вирішення цього питання на рівні кожної людини шлях один – спеціально організовані заняття фізичними вправами в певній загальній системі фізичного виховання та самовиховання.

По-четверте, як зазначалося, “здоров’я” – це складне інтегральне поняття, яке залежить від численного комплексу фундаментальних факторів: соціальних, матеріальних, фізичних, психологічних та ін. Усі ці фактори можна поділити на дві групи.

Перша група – це фактори, які не залежать від конкретної, окремої особи, від прояву нею своєї “свободи волі”. Наприклад, спадковість, екологія, хімізація, умови життя, стан і можливості медичного обслуговування тощо.

Сама по собі ця група факторів складає численний комплекс у певній системі причинно-наслідкових взаємозв’язків і є предметом багатогалузевого вивчення та дослідження.

Друга група – це фактори, що повною мірою залежать від особистої поведінки, діяльності самої особи й знаходяться у сфері її безпосереднього самоконтролю. Наприклад, відмова від шкідливих звичок, додержання режиму (праці, відпочинку тощо), виконання гігієнічних норм і правил, додержання техніки безпеки на роботі, вулиці, у побуті та ін. Ця група факторів складає поняття “здорового способу життя” і вихідну позицію компетенції фізичного виховання та процесуальної спрямованості його як кінцевої мети.

Стосовно інших факторів, фізичне виховання здійснює на них опосередкований вплив як протидія, пом’якшення, згладжування їх негативних впливів на життєдіяльність організму людини. Такий вплив може бути досить вагомим і в певних межах конкретної цілеспрямованості виступити як окреме педагогічне завдання – “фізична реабілітація”.

Висвітлене дає змогу певної розшифрованої деталізації загальноприйнятого поняття оздоровчої спрямованості як реалізаційної функції фізичного виховання в напрямку визначеності шляхів оптимізації його потенційних можливостей. Першочергово це стосується спрямованого впливу фізичного виховання на всіх без винятку школярів як системно-послідовного постійного процесу протягом дванадцяти років навчання їх у школі.

Основна впливова ідея процесуальності фізичного виховання тут зводиться в досягненні ситуації “включення” самої особи школяра в цей процес на рівні свідомості, самосвідомості в комплексному прояві та сприйманні “особистого я”, “моє здоров’я”, “здоровий спосіб життя”, “заняття фізичними вправами”. Підстава для цього досить вагома, адже стан здоров’я особистості не може бути поза межами особисто вагомої, значимої зацікавленості. Виникає реалізаційно-педагогічне питання: як цього досягти? Для управлінсько-педагогічного спонукання до цього реалізаційна сутність процесу фізичного виховання неможлива без наявності (як за змістом, так і за спрямованістю) в ньому мотиваційного, освітнього та практично-діяльного компонентів. Тобто фізичне виховання – це не тільки специфічна “атака” вчителя на організм школяра, а й, у першу чергу, на свідомість, психіку до стійкої потреби формувати в школяра особисто вагому фізкультурну “ідеологію” в понятті загальножиттєвої потреби комфортного функціонування організму в єдиному спілкуванні з довкіллям та існуючими умовами соціальної життєдіяльності.

Фізичне виховання школярів – це спеціально організований процес педагогічного впливу на особистість з використанням системи організованих рухів, м’язових і функційних навантажень, природних і гігієнічних факторів з максимальним “включенням свідомості” школяра в напрямку формування поведінково-діяльного стилю

життя з метою розвитку та підтримання адаптаційних і функціональних процесів організму.

Тільки із цих позицій можна оцінювати внесок фізичного виховання в загальне поняття “здоров'я” людини.

Особлива роль тут відводиться реалізаторам – учителям фізичної культури, які зобов'язані володіти високими професійними здібностями, що забезпечують практичне досягнення кінцевого результату на рівні здоров'я. Такий результат однозначно може бути представлений лише через особистість школяра: “Яким ми хочемо бачити випускника школи як наслідок впливової багаторічної праці на нього вчителя фізичної культури?”. Конкретизована професійна визначеність тут має вирішальне значення. Зіставлення, порівняння між тим, “що ми маємо” і “що ми хочемо мати”, у контексті існуючої системи фізичного виховання в школі дає можливість виявити причинно-наслідкові зв'язки й на цій основі визначити спрямовально-змістові напрямки практичного розв'язання проблеми. Іншими словами, тільки в цьому випадку з'являється можливість предметно та компетентно (з професійної точки зору) аналізувати, систематизувати наявну проблему в реалізаційному плані.

Зробити це можливо як з біологічної, так і з педагогічної точки зору. Друге передбачає сприйняття поняття “здоров'я” як педагогічної проблеми. Це “місток” між “теоретичними положеннями” і переводом їх у педагогічне та практично-реалізаційне русло на рівні визначення професійно-педагогічних завдань. Така визначеність можлива лише крізь призму отримання відповіді: “Що ми хочемо мати від фізичного виховання в особі школяра?”.

Першочергово, щоб він був зорієнтований на самостійні заняття фізичними вправами як складовою здорового способу життя, впродовж усього життя.

Щоб це сталося, в особистості школяра мають бути сформовані позитивна позиція (мотивація) до фізичної культури та стійка потреба (як їсти, пити) до занять фізичними вправами. Це, так би мовити, ядро “процесуальності” в спрямованості та напрямку до самостійних занять.

Матеріальним практично-дієвим “інструментом” реалізації зазначеного виступають: наявність певних спеціальних знань (теоретична підготовка), володіння певним фондом рухових навиків, розвиток функціональних можливостей організму як оптимального життєво-забезпечуючого режимного стану (функціональна підготовка).

Цілком зрозуміло, що досягти практичного ефекту тут неможливо без спрямованої праці вчителя. Іншими словами, сформулювати відповідь на питання, що зобов'язаний робити вчитель фізичної культури у своїй професійній діяльності: формувати позитивну позицію школярів до фізичної культури, переконаність у практичній необхідності її в житті людини; озброїти школярів теоретичними відомостями, інформацією, знаннями про фізичну культуру, мету, завдання, засоби, методи; формувати рухову сферу на рівні практичних навиків володіння певним запасом (обсягом) рухів: життєвонеобхідних, професійно-прикладних, спортивних; розвивати функціональні резерви організму школярів (у градації загальної працездатності, прикладної спрямованості, розвитку фізичних здібностей); орієнтувати школярів на самостійні заняття фізичними вправами, обраним видом спорту на рівні практичного наслідування, передбачаючи й період після закінчення школи.

Практична реалізація цього й буде наслідковим (безпосередньо суто професійно-прикладним) внеском фізичного виховання в загальноотрактуюче поняття “здоров'я” людини в переході від символічності до матеріально-наявної реальності.

Тут можна стверджувати про обов'язкову наявність у процесі фізичного виховання школярів трьох компонентів: мотиваційного, освітнього, діяльнісно-практичного.

Якщо в системі відсутні мотиваційний та освітній компоненти, що типово для існуючої системи фізичного виховання школярів (присутній тільки діяльнісно-практичний компонент), тоді заняття фізичною культурою мають забарвлення обов'язковості під “безвихідь” – уроки, оцінки, нормативи тощо. Тобто це свого роду синдром “педагогічного насильства”. Як кінцевий результат такої системи, існування негативних статистичних даних стосовно фізичної підготовленості школярів, які постійно присутні на сторінках преси.

Така постановка фізичного виховання дозволяє вихід його на рівень усвідомленої школярем потреби до занять фізичними вправами та значно активізує практично-діяльний компонент (оволодіння рухами, розвиток функційних можливостей організму).

Це висуває необхідність певної змістової корекції в системі фізичного виховання школярів, професійної діяльності вчителів фізичної культури, що відображено в державній Цільовій комплексній програмі “Фізичне виховання – здоров'я нації” словами “...необхідності нового покоління кадрів, підвищення їх професіоналізму...”. Ідеться про переусвідомлення вчителями цільових настанов змістово-організаційних основ фізичного виховання школярів, значення його відповідно до умов сьогодення.

#### **Висновок**

Останнім часом усе більше вчителів починають розуміти й реалізаційно спрямовувати процес фізичного виховання школярів у бік здоров'я. З'являється інтуїтивне переконання, що фізичне виховання в школі повинно бути спрямоване на зміцнення здоров'я школяра, на формування в нього вмінь самостійно впливати на стан здоров'я.

У зв'язку із цим фізичне виховання школярів на сучасному етапі, як цілеспрямована галузь впливово-педагогічної діяльності, повинно мати чітко визначену оздоровчу основу відносно трактування загального поняття “здоров'я”, яка, з одного боку, має бути конкретизована з точки зору його професійно-прикладної компетенції, з іншого, – потребує розробки відповідно до цього певних системних критеріїв, які б давали уяву про реалізаційну “траєкторію” руху вирішення її.

1. Комплексна програма “Здоров'я нації на 2002–2011 роки” // Постанова Кабінету Міністрів України від 10 січня 2002 р. – № 14.
2. Медико-біологічні основи валеології : навчальний посібник / [за заг. ред. П. Д. Плахтія]. – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський державний пед. ун-т, інформаційно-видавничий центр, 2000. – 408 с.
3. Основы валеологии / [под общ. ред. акад. В. П. Петленко]. – К. : Олимпийская литература, 1998. – Кн. 1. – С. 116–188.
4. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1–11 класи. – К. : Початкова школа, 2001. – 112 с.
5. Про здоров'я та здоровий спосіб життя : навчальний посібник / [П. Д. Плахтій, Н. С. Славина, С. І. Дарчук, В. У. Дорош] ; за заг. ред. П. Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський : Вид. Мошак М. І., 2004. – 224 с.
6. Сінгаєвський С. М. Педагогічне управління. Учитель фізичної культури : професія, діяльність, навчання / С. М. Сінгаєвський. – Кам'янець-Подільський, 1999. – 160 с.
7. Сінгаєвський С. М. Концептуально-змістові напрямки оптимізації процесу фізичного виховання школярів / С. М. Сінгаєвський. – Кам'янець-Подільський, 2000. – 52 с.

Рецензент: канд. наук з фіз. вих. і спорту, доцент **Випасняк І.П.**