

**ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВ'Я, ФІТНЕСУ,
РЕКРЕАЦІЇ ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

УДК 37.013:[613:316.62]

В. І. Бабич, Ю. М. Полулященко

**ВИЗНАЧЕННЯ МОЖЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ
СОЦІАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ В КОНТЕКСТІ
РЕФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У
ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ**

У теперішній час в Україні триває реформування різних інституцій, не виняток й сфера освіти. У Верховній Раді України вже проголосовано новий Закон України «Про освіту» [1]. Міністерством освіти і науки України розроблено основи Стандарту освіти: «Нова українська школа», до розробки якого мали можливість приєднатись будь хто з освітян, від вчителів-практиків до провідних вчених педагогічної науки [2]. Важливо відзначити, що при розробці цих надзвичайно важливих нормативно-правових документів враховано передовий досвід найбільш розвинених країн світу та Європи. Не можна також не відзначити, що вже цього навчального року (2017-2018 рр) навчальний предмет «Фізична культура» викладається за оновленою навчальною програмою у відповідності до реформування загальної середньої освіти в Україні.

Між тим, маємо констатувати, що серед важливих проблем сьогодення (що тим чи іншим чином стосуються й системи освіти), які ще потребують певних зусиль для їх вирішення, залишається проблема формування соціального здоров'я молодого покоління, зокрема учнів підліткового віку. Поняття «соціальне здоров'я підлітків» ми розглядаємо як складну інтегровану особистісну якість, сутність якої утворюють структурні компоненти, формування яких зумовлює готовність учня до всебічної реалізації себе в суспільному житті, спроможність до взаємодії з мікро-, мезо- та макросередовищем, наявність соціальної та правової відповідальності, а також спрямованість на розкриття власного потенціалу в різних сферах соціального середовища [3]. Зрозуміло, що така складна інтегрована особистісна якість, як соціальне здоров'я, має формуватись у особистості за допомогою комплексу існуючих на сьогодні соціальних інститутів, серед яких особливе значення відіграють: сім'я підлітка, загальноосвітні навчальні заклади, засоби масової інформації й, звичайно ж, сфера фізичного виховання і спорту. Не будемо виокремлювати роль будь якого з вищезазначених соціальних інститутів в контексті формування соціального здоров'я підлітків, оскільки вони були висвітлені раніше [4]. В межах даної статті особливу увагу звернемо на сферу освіти, а саме зосередимось на навчальному предметі «Фізична культура» й спробуємо

виявити його можливості у контексті формування соціального здоров'я учнів основної школи, враховуючи обставини реформування загальної середньої освіти взагалі та фізичної культури зокрема.

Робота виконана за планом НДР Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.

Мета статті полягає у виявленні позитивних та негативних сторін оновленої програми з фізичної культури в контексті формування соціального здоров'я учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

За часів незалежності України колективом авторів під головуванням Т. Круцевич було розроблено нову програму з фізичної культури. Основну увагу (в межах даної статті) ми присвяtimo аналізу програми 2012 р. та оновленої програми 2017 р. з фізичної культури (для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів) доопрацьованої відповідно до наказу №52 Міністерства освіти і науки України від 13.01.2017 р. та наказу №201 від 10.02.2017. Розглянемо зміст програм (у зазначеному вище контексті), дотримуючись хронології їх розробки та затвердження, тобто починаючи з навчальної програми, затвердженої у 2012 р. Перш за все зазначимо, що, на відміну від фізичної культури радянських часів, дана програма (2012 р.) побудована за модульною системою. Вона містить інваріантну (обов'язкову) та варіативну складову. До інваріантної частини належать: теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка, зміст яких реалізовується упродовж кожного уроку [5]. Вже на самому початку аналізу програми відмічаємо один з доволі суттєвих позитивних моментів в контексті формування соціального здоров'я учнів взагалі та всебічного розвитку кожної особистості підлітка зокрема. Як зазначається в програмі *«практично кожен вид спорту може бути представлений у вигляді варіативного модуля. Фахівці фізичної культури можуть розробляти свої варіативні модулі до цієї програми»* [5]. При цьому наголошується на досить слушному зауваженні, що програми варіативних модулів мають пройти експертизу, отримати гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України та бути оприлюдненими для загального користування. Між тим, кількість варіативних модулів з часом має зростати [5]. Насправді це досить важливі аспекти в контексті формування соціального здоров'я підлітків, оскільки це докорінно відрізняється від вимог до програми за радянських часів де чітко регламентовано зміст програми та кількість годин на їх освоєння. Отже, відповідно до програми 2012 р. вчителям надається можливість враховувати побажання учнів, що дає зрозуміти кожному учневі, що його сприймають як суб'єкта навчального процесу, в ньому бачать особистість. А це вкрай важливо у формуванні соціального здоров'я учнів, особливо підліткового віку.

Далі ще раз можемо переконатись, що навчальним закладам та відповідно вчителям фізичної культури надається певна свобода (простору для маневрування) з метою удосконалення процесу фізичного виховання школярів, що суттєво розширює можливості зробити

навчальний предмет більш цікавим, підвищувати рівень мотивації школярів до відвідання уроків з фізичної культури тощо. В програмі зазначається: «змістове наповнення варіативної складової навчальний заклад формує самостійно із модулів, запропонованих навчальною програмою. У 5–6 класах учні мають опанувати 4–6 варіативних модулів, у 7–8 класах – 3–5, у 9 класі – 3–4 модулі. На опанування обраних модулів відводиться приблизно однакова кількість годин, але не менше ніж 18. Однак не виключається можливість мотивованого збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремих модулів. Критеріями відбору варіативних модулів є: наявність матеріально-технічної бази, регіональні спортивні традиції, кадрове забезпечення та бажання учнів. Бажання учнів визначається обов'язковим письмовим опитуванням наприкінці навчального року» [5]. В даному випадку, знов таки, бачимо, що програмою передбачається (принаймні не виключається можливість) збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення того чи іншого модулю (виду спорту). Яким же чином ця обставина може впливати на формування соціального здоров'я учнів? Вразі зацікавленості переважною більшістю учнів тим чи іншим видом спорту (футбол, баскетбол тощо) вчитель може збільшити кількість годин на його освоєння. А отже, враховується бажання та устремління підлітків. Крім того виникає можливість покращити техніку виконання відповідних технічних елементів та прийомів з видів спорту. Звичайно це також не може не впливати позитивно на бажання школярів відвідувати заняття з фізичної культури. Зазначимо, що за радянських часів відмічалась непорушна регламентація змістовної складової предмету. Тобто, а ні бажання дітей, а ні вчитель фізичного виховання жодним чином не могли вплинути на зміст програми. Рішення про те, що і в якій кількості вивчати приймалось тими, хто насправді вже давно не викладав фізичну культуру в школі. До вчителя-практика рідко дослухалися (частіше не дослухалися взагалі). Між тим, не будемо забувати старе, мудре прислів'я «ніхто так не відчуває, де сапог давить, як той, хто його носить». Отже, ще раз наголосимо, перевага сучасної програми (маємо на увазі вже за часів незалежності України) полягає в тому, що саме вчитель має можливість варіювати зміст програми та кількість годин на його вивчення.

Надзвичайно позитивно, на наше переконання, впливає на підвищення рівня сформованості соціально здоров'я підлітків зміна підходів до оцінювання навчальних досягнень учнів. Як зазначається в програмі, оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури може здійснюватися за такими видами діяльності:

1. Засвоєння техніки виконання фізичної вправи (може здійснюватися окремо від прийому навчального нормативу).
2. Виконання навчального нормативу (з урахуванням динаміки особистого результату).
3. Виконання навчальних завдань під час проведення уроку.

4. Засвоєння теоретико-методичних знань [5]. Звернемо увагу на другий пункт оцінення навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури. В ньому зазначається – виконання нормативу здійснюється з урахуванням динаміки особистого результату. При цьому *оцінка за виконання нормативу не є домінуючою* під час здійснення тематичного, семестрового чи річного оцінювання. Це і є ключовим у контексті формування соціального здоров'я підлітків (в межах зазначеного предмету). Орієнтуючись на власні досягнення, учні не тільки не зневірятимуться у собі, власних силах та можливостях, але й навпаки, це дозволить підліткам, які не в змозі показати високі результати (за тим чи іншим нормативом), не втратити бажання відвідувати заняття з фізичної культури. Крім того, учні можуть переконатись, що вони все ж показали (хоча й не значним чином) кращі результати, ніж в попередньому році. Це також надає імпульс до подальших «маленьких» перемог над собою, а отже, безпосередньо впливає на підвищення власного стану соціального здоров'я кожного конкретного підлітка. Досить виправданим, на наш погляд, у зазначеному вище контексті є оцінення виконання учнями навчальних завдань під час проведення уроку, що також впливає на загальну оцінку за семестр та рік відповідно.

Між тим, це не усі позитивні аспекти навчальної програми, запропоновані її розробниками в контексті формування соціального здоров'я школярів. Мова йде про оцінювання учнів за іншими параметрами, за допомогою яких школярі можуть покращувати оцінку з фізичної культури. Так, в навчальній програмі зазначається «при оцінюванні навчальних досягнень з фізичної культури також враховуються: особисті досягнення школярів протягом навчального року; ступінь активності учнів на уроках; залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час; участь у спортивних змаганнях усіх рівнів. На основі зазначених показників учителі можуть застосовувати різноманітні системи нарахування «бонусних» балів. Наприклад, якщо учень (учениця) викона(в/ла) залікову вправу на певний рівень, але при цьому його (її) особистий результат виконання цієї вправи поліпшився порівняно з попереднім показником, учитель може виставити оцінку на 1–2 бали вище за ту, яка передбачається навчальними нормативами» [5]. З поміж значної кількості позитивних складових додаткового оцінювання навчальних досягнень з фізичної культури учнів виділимо, на наш погляд, найбільш важливі з них в контексті підвищення стану соціального здоров'я останніх. Передусім мова йде про можливість учителів застосовувати різноманітні системи *нарахування «бонусних» балів*. Знов таки, як і в попередніх (описаних нами вище) випадках вчитель отримує певну свободу, за допомогою якої він може допомогти учням не відвернутися від фізичної культури, отримати в кінцевому випадку достойну оцінку. Врешті решт в програмі 2012 р. зазначається «невиконання нормативів з причин, незалежних від учня, непропорційний фізичний розвиток, пропуски занять з поважних причин, не є підставою

для зниження підсумкової оцінки успішності» [5]. Це суттєво відрізняється від тієї системи оцінювання навчальних досягнень учнів з фізичної культури, яка культивувалась за радянських часів.

Але чи є межа удосконалення будь чого, в тому числі й змісту навчальних програм для загальноосвітніх навчальних закладів? Мабуть ні. Про це свідчить зміст програми з фізичної культури 2017 р., доопрацьованої відповідно до наказу № 52 Міністерства освіти і науки України від 13.01.2017 р. та наказу №201 від 10.02.2017 (під головуванням М. Тимчик) [6]. Вже з пояснювальної записки можемо бачити, що програмою враховано обставини реформування загальної середньої освіти взагалі. Зміст програми побудовано з урахуванням набуття учнями (в межах начального предмету) *ключових компетентностей*, які передбачають ті важливі складові, що, на наш погляд, позитивно впливають на формування соціального здоров'я підлітків. Враховуючи певні обмеження щодо написання статті в межах даної публікації, звернемось лише до *змістовних ліній* (за якими вибудовується теоретична підготовки учнів з предмету), які досить позитивно впливатимуть на процес формування соціального здоров'я підлітків. Так, змістова лінія «Екологічна безпека та сталий розвиток» націлена на формування в учнів соціальної активності, відповідальності та екологічної свідомості, готовності брати участь у вирішенні питань збереження довкілля і розвитку суспільства, усвідомлення важливості сталого розвитку для майбутніх поколінь [6]. Наголосимо, що ми зосереджуємо увагу лише на окремих питаннях, які передбачені тією чи іншою змістовною лінією в контексті питань формування соціального здоров'я підлітків. Особливу увагу звертаємо на спрямованість програми щодо формування в учнів соціальної активності, що безперечно свідчить про націленість зазначеної змістовної лінії на підвищення рівня соціального здоров'я підлітків.

Наступна змістова лінія «Громадянська відповідальність» також має безпосередній вплив на формування соціального здоров'я сучасних підлітків. Реалізація цієї змістовної лінії (як зазначається в програмі) сприятиме формуванню відповідального члена громади і суспільства, що розуміє принципи і механізми функціонування суспільства [6]. Саме ці компоненти ми виділяли у попередніх публікаціях [3; 4] як вкрай важливі в контексті формування соціального здоров'я підлітків. Теж стосується й змістовної лінії «Здоров'я і безпека», в межах якої пропонуються питання, що передбачають сформування учня/ученицю, як духовно, емоційно, соціально і фізично повноцінного члена суспільства, який/яка здатний/на дотримуватися здорового способу життя і формувати безпечне життєве середовище. Наголошується, що за допомогою цієї змістовної лінії учні мають усвідомити, що фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвиток дружніх стосунків тощо. Свідомо ставитися до власного здоров'я

та здоров'я інших; вміти організувати гру чи інший вид рухової діяльності, спілкуватися в різних ситуаціях фізкультурно-спортивної діяльності, нівелювати конфлікти, здобувати чесну перемогу та з гідністю приймати поразку, дотримуватися правил чесної гри тощо [6]. Вважаємо, не має необхідності виокремлювати позитивний вплив зазначених у змістовній лінії питань в контексті формування соціального здоров'я учнів у процесі фізичної культури. В програмі зазначається, що вона спрямована на забезпечення соціально і фізично повноцінного члена суспільства і це є надзвичайно важливим в зазначеному вище аспекті.

Таким чином, аналіз навчальної програми з фізичної культури 2012 р. й доопрацьованої програми у 2017 р. переконливо свідчить про їх цілковиту спрямованість на особистість учня, а отже, передбачають формування соціального здоров'я підростаючого покоління.

Між тим, навіть найкраща навчальна програм не зможе забезпечити процес формування соціального здоров'я підлітків без відповідної підготовки вчителів фізичного виховання. Отже, вищезазначене свідчить про те, що на сьогодні особливо важливо здійснювати процес професійної підготовки відповідних фахівців у повній відповідності до оновленої програми з фізичної культури.

Резюмуючи вищезазначене можна зробити наступні висновки:

Чинна програма з фізичної культури для 5-9 класів (учнів підліткового віку) суттєво відрізняється від програми за радянських часів, особливо щодо її можливостей у формуванні соціального здоров'я учнів основної школи. Однією з головних проблем того часу в контексті формування соціального здоров'я підлітків можна визначити як відсутність індивідуального підходу до дитини в межах навчально-виховного процесу з фізичної культури. На відміну від програми радянських часів в змісті оновленої програми з фізичної культури (2012 – 2017 р.) закладено надзвичайно потужний потенціал в контексті формуванні соціального здоров'я сучасних підлітків. Чинна програма передбачає організацію навчально-виховного процесу з фізичної культури саме з урахуванням індивідуального підходу до кожної конкретної особистості. Наявність такого потенціалу свідчить про потребу відповідної професійної готовності майбутніх учителів з фізичного виховання до якісного його використання в реальній практиці загальноосвітніх навчальних закладів.

Список використаної літератури

1. Закон України Про освіту [Електронний ресурс]. – К., – 2017. – Режим доступу : <http://w1.c1.rada.gov.ua> **2. Нова** українська школа: основи Стандарту освіти [Електронний ресурс]. – Львів, 2016.– Режим доступу : <http://nus.org.ua> **3. Бабич В. І.** Зміст та структура поняття «соціальне здоров'я підлітка» [Електронний ресурс] / В. І. Бабич // Народна освіта : електрон. фахове вид. – 2012. – Вип. 1(16). – Режим доступу : <http://www.narodnaosvita.kiev.ua> **4. Бабич В. І.** Професійна

підготовка майбутніх учителів до виховання соціально здорових підлітків: теорія і практика : монографія / В. І. Бабич ; Держ. закл. «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». – Луганськ : Вид-во ТОВ «Щедра садиба плюс», 2015. – 488 с. **5. Навчальна** програма з фізичної культури для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Т. Ю. Круцевич [та ін.]. – Київ, 2012. – 294 с. **6. Навчальна** програма з фізичної культури для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Т. Ю. Круцевич [та ін.], М. В. Тимчик [та ін.]. – К., 2017. – [Електроний ресурс]. – Режим доступу: <https://osvita.ua/school/program/program-5-9/56135/>

Бабич В. І., Полулященко Ю. М. Визначення можливостей формування соціального здоров'я підлітків в контексті реформування фізичної культури у загальноосвітніх навчальних закладах

Стаття присвячена актуальним питанням організації фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах, а також питанням формування соціального здоров'я сучасних підлітків. Надається зміст поняття «соціальне здоров'я підлітка». Важливе місце відводиться аналізу змісту навчальних програм з фізичної культури для учнів основної школи. Здійснено порівняльний аналіз навчальних програм з фізичної культури за радянських часів та оновленої програми (з фізичної культури) з урахуванням реформування середньої освіти. Основне завдання статті полягає у розкритті можливостей навчального предмету «Фізична культура» щодо формування соціального здоров'я учнів підліткового віку в межах оновленої навчальної програми з фізичної культури для учнів основної школи. Вносяться рекомендації щодо удосконалення процесу професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у ВНЗ, з урахуванням змісту оновленої навчальної програми з фізичної культури для учнів основної школи.

Ключові слова: соціальне здоров'я, навчальний предмет «Фізична культура», учні основної школи.

Бабич В. И., Полулященко Ю. М. Определение возможностей формирования социального здоровья подростков в контексте реформирования физической культуры в общеобразовательных учебных заведениях

Статья посвящена актуальным вопросам организации физической культуры в общеобразовательных учебных заведениях, а также вопросам формирования социального здоровья современных подростков. Дается содержание понятия «социальное здоровье подростка». Важное место отводится анализу содержания учебных программ по физической культуре для учащихся основной школы. Совершается сравнительный анализ учебных программ по физической культуре в период советского времени и обновленной программы (по физической культуре) с учетом реформирования среднего образования. Основная задача статьи состоит

в раскрытии возможностей учебного предмета «Физическая культура» касательно формирования социального здоровья учащихся подросткового возраста в ракурсе обновленной учебной программы по физической культуре для учащихся основной школы. Вносятся рекомендации касательно усовершенствования процесса профессиональной подготовки будущих учителей физического воспитания в ВУЗах, с учетом содержания обновленной учебной программы по физической культуре для учащихся основной школы.

Ключевые слова: социальное здоровье, учебный предмет «Физическая культура», учащиеся основной школы.

Babich V., Poluljasshenko Y. Determination of the Possibilities of Formation of Social Health of Adolescents in the Context of the Reform of Physical Culture in General Education Institutions

The article is devoted to topical issues of organization of physical culture in general educational institutions, and the question of the formation of social health of modern teenagers. The content of the concept «social health of adolescents» is given. An important place is given to the analysis of the content of the curriculum from physical culture for primary school students. A comparative analysis of physical education curricula in Soviet times and an updated program (on physical culture), taking into account the reform of secondary education, has been carried out. The main objective of the paper is to reveal the possibilities of educational subject «Physical Culture» with regard to formation social health of adolescent pupils within an updated training program from physical culture for primary school students. Recommendations on improving the process of professional training of future teachers of physical education in higher education institutions, considering content of the updated curriculum from physical culture for primary school students are made. It is noted, which is one of the most important tasks for students of the Institute of Physical Education and Sports (in the process of their professional training) may be an analysis of future teachers of physical education of physical education curricula. For example, since Soviet times and at all stages of its transformation, in accordance. Perform a comparative analysis between the curriculums of the past and the modern curriculum from physical culture.

Key words: social health, educational object the «Physical culture», students of basic school.

Стаття надійшла до редакції 14.04.2018 р.

Прийнято до друку 25.05.2018 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Караман О. Л.