

ФОРМИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ ШКОЛЬНИКА КАК УСЛОВИЕ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Е. В. Отравенко

*Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко, Украина
lenot@mail.ua*

Особое внимание уделяется духовному аспекту здоровья, формированию двигательной культуры, развитию личности учащейся молодежи средствами физического и эстетического воспитания.

The article puts main emphasis on the spiritual aspect of health, development of motor culture, as well as development of personality in the youth students by means of physical and aesthetic education.

К л ю ч е в ы е с л о в а: физическое воспитание; культура; духовность; эстетика.

К e y w o r d s: physical education; culture; spirituality; aesthetics.

Введение. Современному украинскому государству необходимо поколение с высоким уровнем образованности, культуры и здоровья, способное целенаправленно вести здоровый образ жизни. Одно из приоритетных направлений реформирования системы образования — обеспечение в каждом учебно-воспитательном учреждении соответствующих условий для обучения и воспитания духовно, психически и физически здоровой личности.

Главная задача системы образования — развитие личности учащейся молодежи, ее творческой индивидуальности. Физическая культура — одно из средств достижения такого результата. Наиболее характерные признаки личностной физической культуры человека — ведение здорового образа жизни и формирование двигательной культуры, систематические занятия физическими упражнениями с целью оздоровления и физического совершенствования [4, с. 382].

Сегодня состояние здоровья подрастающего поколения является одним из главных показателей развития человечества. Дети и молодежь

сильнее страдают от социальных и политических катаклизмов. Становится ясно, что проблемы здоровья подрастающего поколения разрешимы только при объединении усилий различных государственных и общественных структур с единой концепцией сохранения и укрепления здоровья людей.

Теоретико-методические основы формирования физической культуры личности учащейся молодежи разрабатывали Л. П. Арефьева, Л. В. Волков, Т. Ю. Круцевич, Н. В. Москаленко, Т. Т. Ротерс, Б. М. Шиян, Н. Ю. Шумакова и др.

Весомый вклад в разработку проблемы приобщения учащейся молодежи к ценностям физической культуры внесли такие ученые, как О. Д. Дубогай, С. А. Ермаков, Н. Д. Зубалий, О. С. Куц, Е. В. Отравенко, Э. Й. Савко, С. А. Сычов и др.

Авторы анализировали проблему формирования физической культуры личности школьников средствами физического и эстетического воспитания с целью укрепления и сохранения здоровья.

Был изучен и обобщен опыт работы средних общеобразовательных школ — анкетирование школьников и учителей для выявления интереса и мотивов занятий физической культурой и спортом во взаимодействии физического и эстетического воспитания, основ здорового образа жизни как духовной ценности учащейся молодежи.

Современный этап развития системы образования в Украине характеризуется ее интеграцией к мировому образовательному пространству. Важная роль в этом процессе отводится учителю, который формирует личностную физическую культуру школьников, способных к активной творческой деятельности и сознательному ведению здорового образа жизни [3, с. 90].

Новая парадигма системы образования отличается индивидуалистической направленностью, учитывается сознательный выбор школьников, природные склонности и особенности.

Первостепенное значение приобретает обновление системы физического воспитания на гуманистических началах, решение проблемы формирования духовного здоровья как доминирующего фактора развития ценностных ориентаций и личностного роста учеников в образовательном пространстве физической культуры.

Методологическая основа единства, взаимосвязи и взаимодействия физического и эстетического воспитания в процессе развития личности — освоение и совершенствование человеком ценностей как

эстетической, так и физической культуры в соответствии с принципами философии, педагогики, психологии, на основе гармонии в человеке физического, телесного, внешнего и духовного, социального, внутреннего. Сущность взаимодействия физического воспитания с эстетическим состоит в совершенствовании телосложения, что является основой физической красоты человека [2, с. 48].

У каждого человека есть возможности для формирования физической культуры, осознанного ведения здорового образа жизни. В средних образовательных учреждениях широко внедряются личностно ориентированный и дифференцированный подходы, которые помогают повысить мотивацию к занятиям физической культурой, потребность в самосовершенствовании посредством физкультурно-оздоровительной деятельности. В школах проводятся психолого-педагогические семинары, беседы, лекции для учителей, учеников и родителей; диагностика познавательных и творческих способностей школьников (анкетирование, аутотренинги, тестирование), родительские собрания, конференции, создаются семейные клубы «Здоровье», клубы выходного дня и др.

Подчеркнем, что физическая культура личности учащихся — сложная система педагогического образования, в которой тесно взаимосвязаны все элементы: знания и интеллектуальные способности, мотивы и ценностные ориентации, потребности к занятиям спортом и стремление к физическому совершенству, развитие социально-духовных ценностей и активность личности в физкультурно-оздоровительной работе [1, с. 34].

Сегодня достаточно остро появляется необходимость разработки и внедрения конкретных действий, направленных на улучшение духовного и физического развития учеников, формирования физической культуры личности школьника средствами физического и эстетического воспитания.

В результате внедрения программы «Физическая культура и личность школьника» в учебно-воспитательный процесс школы была проведена серия бинарных уроков с использованием современных информационных технологий, интерактивных методов обучения, народных и семейных традиций, были внедрены различные инновационные технологии:

- для начальной школы: «йога-азбука», фитбол, музыкально-ритмические игры и упражнения;

- для основной школы: ритмическая гимнастика, аэробика, стретчинг, роуп-скиппинг;

- для старшей школы: степ-аэробика, калланетика, пилатес, система физических упражнений супер-стронг (с использованием бодибаров).

Исследования проводились на базе средних общеобразовательных школ № 14 г. Лисичанска и № 4 г. Кременная Луганской области. Диагностирование уровня восприятия музыки школьниками показало, что в экспериментальной СШ № 14 г. Лисичанска эстетическими знаниями и умениями владеют 72,6 % младших подростков и 84,2 % старших подростков, в то время как в СШ № 4 г. Кременная только 51,4 % учеников 5–6 классов и 57,8 % учеников 7–9 классов имеют достаточные показатели восприятия музыки.

Результаты исследования помогли улучшить учебно-воспитательный процесс данных школ (задействованных в исследовании школ).

Выводы. 1. Теоретический анализ литературы показал, что изменение целевой направленности физического воспитания требует от современной школы отказа от авторитарных методов и обращения к личности школьников, их интересам и потребностям.

2. Воспитание физической культуры личности школьника — это процесс формирования интеллектуальных способностей, потребностей, мотивов и интересов к ценностям физической культуры и систематическим занятиям спортом, который обеспечивает оптимальный уровень здоровья с использованием средств физического, духовного и эстетического воспитания.

3. Основным методологичным инструментарием формирования личностной физической культуры выступают современные инновационные и информационные технологии как механизмы влияния на внутреннюю сущность человека, его духовность, эмоциональность и имеют огромное оздоровительное, воспитательное и рекреационное значение.

Результаты исследования создают базу для модернизации процесса обучения средствами физического и эстетического воспитания.

Библиографические ссылки

1. *Ареф'єва Л. П.* Формування фізичної культури особистості студента в умовах вищого педагогічного навчального закладу // Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Київ : Вид-во імені М. П. Драгоманова, 2015. Вип. 3К 1 (56). С. 32–35.

2. Духовно-физическое воспитание личности в образовательном пространстве физической культуры / под общ. ред. Т. Т. Ротерс ; Луган. нац. ун-т имени Тараса Шевченко. Луганск : Изд-во ГУ «ЛНУ имени Тараса Шевченко», 2013.

3. Актуальні питання фізичного виховання учнівської та студентської молоді : монографія / за гол. ред. О. В. Отравенко ; авт. кол. : Т. С. Бондар, В. М. Мазін та ін. / Старобільськ : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2015.

4. *Шумакова Н. Ю., Ротерс Т. Т.* Взаимосвязь физического и эстетического воспитания учащихся в современных условиях // Олимпийская идея сегодня : материалы 4 науч.-практ. конф. Ростов н/Д, 2014. С. 380–386.