

УДК 796.071.5

Р.Ф. Ахметов,
кандидат педагогічних наук, доцент
(Житомирський педуніверситет)

УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНИМ СТАНОМ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

На основі наукового аналізу розглядаються питання реформування системи фізичного виховання.

Взаємозв'язок між організацією та методикою фізичного виховання і здоров'ям дітей та молоді не викликає сумніву [1; 2; 3; 4]. У 1998 році в Україні була прийнята державна програма "Фізичне виховання – здоров'я нації". На відміну від попередніх програм, у вершину кута поставлена ідея реформування фізичного виховання для поліпшення здоров'я людини.

Основна реалізація цієї ідеї у навчальних закладах здійснюється через навчальні програми з фізичної культури, які мають регламентуючі стандарти стосовно змісту занять, їхньої кількості і нормативних вимог до тих, хто займається. Зміст програмного забезпечення повинен враховувати біологічні і педагогічні закономірності керування фізичним станом організму людини у процесі фізичного виховання. Ігнорування цих закономірностей перешкоджає реалізації педагогічного процесу, що не призводить до досягнення мети фізичного виховання – підвищення рівня фізичного стану, зміцнення здоров'я, зменшення захворюваності. Про це свідчить зростання кількості школярів і студентської молоді, які мають різного роду відхилення у стані здоров'я (до 90 %) [5;6].

Аналіз базових програм з фізичного виховання у школі та ВНЗ за останні 20 років показав, що за деяких змін змісту основна концепція залишилася тією ж. Цільова спрямованість програм з фізичного виховання у школі та ВНЗ полягає у підготовці до складання нормативів державних тестів (раніше БГПО і ГПО). Більшою мірою мають можливість наблизитися до розв'язання оздоровчої і виховної задач авторські програми, які повинні складатися з урахуванням регіональних особливостей, екологічних факторів, національних традицій, індивідуальної особливості учнів. Однак відсутність деяких науково-обґрунтованих системоутворюючих факторів не дає можливості сформувати програму, яка була б адекватною діючою ланкою у системі управління фізичним вихованням школярів і студентської молоді.

Тому актуальність теми дослідження полягає у пошуку шляхів підвищення керованості системою фізичного виховання дитячого контингенту, у зв'язку з тим, що існуюча система не приводить до поставленої мети – зміцнення здоров'я людини.

Аналіз ситуації, яка склалася, дозволяє відмітити причини неефективного функціонування системи фізичного виховання у навчальних закладах, якими є:

- застарілі концепції системи фізичного виховання у школі та ВНЗ, що вимагає нового трактування мети, завдань і принципів фізичного виховання [1;7];
- авторитарний підхід під час складання програм з фізичного виховання з обов'язковим переліком видів рухової активності без урахування потреб, мотивів та інтересів учнів [8];
- науково не обґрунтовані підходи до регламентації фізичного навантаження на заняттях зі школярами, які проживають на території радіаційного забруднення [9;10];
- відсутність науково-обґрунтованих нормативів фізичної підготовки тих, хто займається, які служили б модельно-цільовими характеристиками фізичного стану, здатного забезпечити високий чи стабільний рівень здоров'я [1;11].

Дані положення обумовлюють актуальність теми дослідження, яка полягає у необхідності розв'язання проблеми, що має суттєве теоретичне і практичне значення для удосконалення системи фізичного виховання школярів і студентів.

Удосконалення системи фізичного виховання школярів і студентів пов'язане з вирішенням таких завдань:

1. Виявити вплив внутрішніх, індивідуальних факторів (особливостей нервової системи) на адаптивні реакції до фізичних навантажень підлітків.
2. Вивчити структуру фізичного стану і розробити модельно-цільові характеристики фізичної підготовки, які відповідають високому чи стабільному рівню фізичного здоров'я підлітків.
3. Обґрунтувати систему педагогічного контролю за фізичною підготовкою підлітків у процесі фізичного виховання, яка включає:
 - блок-тести, що дозволяють характеризувати фізичну підготовку та фізичне здоров'я;
 - кількісні та якісні критерії оцінки фізичної підготовки.
4. Визначити раціональний руховий режим у фізичному вихованні підлітків з різним рівнем фізичного стану і фізичної підготовки.
5. Обґрунтувати систему управління фізичним станом підлітків, враховуючи функціональні резерви, фізичну підготовленість, мотивацію і зовнішні фактори.

У процесі фізичного виховання і спортивного тренування для здійснення управління необхідно мати опис (модель) об'єкта управління (учня) в його фактичному стані (на даний час), а також модель того стану, якого потрібно досягти. Ці моделі повинні давати цифрові характеристики рівнів основних видів підготовленості (загальної, спеціальної, технічної і т.д.). Крім цього, розроблюються моделі основних програм впливу (вправ, тренувальних уроків і циклів). Також розроблюється система педагогічного контролю, яка повинна фіксувати

зміни в організмі людини, що займається спортом. Для побудови намічених моделей потрібно набрати певну кількість інформації про досліджувані системи.

Але завдання полягає не тільки в тому, щоб набрати якомога більшу кількість характеристик, а й у тому, щоб вибрати з якомога більшої кількості даних найменшу кількість суттєвих показників, що характеризують стан об'єкта і забезпечують точність управління ним. Добування максимуму даних з мінімальної інформації є одним з головних завдань управління.

Модельно-цільові характеристики фізичного стану підлітків, зміст програм керованих впливів у вигляді засобів і методів, методи педагогічного контролю у вигляді рухових тестів і засобів їх оцінки, умови, за яких відбувається корекція програм фізкультурно-оздоровчих занять, а саме зовнішні умови оточуючого середовища і внутрішні індивідуальні фактори, дозволяють сформулювати концепцію управління фізичним станом дітей і підлітків. Визначальними рисами даної концепції є побудова системи управління з опорою на мотиваційну сферу діяльності особистості у фізичному вихованні, орієнтація на модельно-цільові характеристики фізичного, психологічного і морального стану молоді і корекція основних компонентів системи залежно від несприятливих екологічних факторів з метою підвищення стійкості організму до їх впливу та індивідуальних особливостей адаптивних реакцій молоді, що займається спортом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Апанасенко Г.А. Физическое развитие детей и подростков. – К.: Здоров'я, 1985. – 80 с.
2. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – К.: Здоров'я, 1987. – 224 с.
3. Куц А.С. Организационно-методические основы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками, проживающими в условиях повышенной радиоактивности: Автореф. дис. ... докт. пед. наук. – К., 1997. – 44 с.
4. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. – М.: Медицина, 1991. – С. 172-219.
5. Бугайов В.М., Лагутін А.Ю., Рогожин О.Г., Козак С.С. Зміни здоров'я населення України внаслідок Чорнобильської катастрофи. – К.: Абрис, 1996. – 170 с.
6. Завацький В.В. Аналіз корекції стану здоров'я і фізичного розвитку дітей, дорослого населення в процесі ліквідації наслідків аварії на ЧАЕС // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні. – Рівне: Ліста, 1999. – С. 128-136.
7. Петровський В.В., Полішук В.Д. Биологическое, индивидуальное и социальное в сфере физической культуры / Метод. реком. по теме "Основы теории физической культуры". – К.: КГПИФК, 1992. – 16 с.
8. Ареф'єв В.Г. Методика викладання фізичної культури в школі. – К.: Вид. ін-ту змісту і методів навчання, 1996. – 192 с.
9. Дмитренко С.М. Фізичний стан молодших школярів в умовах підвищеної радіації. – К.: ТОВ "Міжнародна фінансова агенція", 1998. – 56 с.
10. Курочкина М.В. Захворюваність студентів, які проживають в різних зонах радіоактивного контролю, в залежності від рівня фізичної підготовленості // Молода спортивна наука України. – Львів, 1998. – С. 203-205.
11. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок. – М.: Просвещение, 1991. – 164 с.

Матеріал надійшов до редакції 11.10.2002 р.

Ахметов Р.Ф. Управление физическим состоянием детей и молодежи в системе физического воспитания.

На основе научного анализа рассматриваются вопросы реформирования системы физического воспитания.

Akhmetov R.F. The Coordination of The Physical State of Children and Youths in the System of Physical Training.

On the basis of scientific analysis the problems of reformation of the system of physical training are investigated.