

УДК 37.037–057.874

М. О. Ріпак – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури;
І. Х. Турчик – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Львівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти;
О. М. Лесько – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури

Ставлення класоводів Львівщини до фізичної культури як частини здорового способу життя

Роботу виконано у Львівському обласному інституті післядипломної педагогічної освіти

Стаття присвячена вивченню ставлення класоводів Львівщини до фізичної культури та аналізу їх власної рухової активності. Основним методом дослідження було анкетування, у якому взяло участь 200 вчителів-класоводів. Отримані результати дослідження дають змогу стверджувати, що респонденти позитивно ставляться до занять фізичною культурою, але ставлення лише декларується і не реалізовується у повсякденному житті.

Ключові слова: викладач у початковій школі, молодша школа, здоров'я, фізкультура, ставлення.

Ріпак М. О., Турчик І. Х., Лесько О. М. Отношение классоводов Львовщины к физической культуре как части здорового образа жизни. Стаття посвящена изучению отношения классоводов Львовщины к физической культуре и анализу их собственной двигательной активности. Основным методом исследования было анкетирование, в котором приняло участие 200 учителей-классоводов. Полученные результаты исследования позволяют утверждать, что респонденты положительно относятся к занятиям физической культурой, но отношение лишь декларируется и не реализуется в повседневной жизни.

Ключевые слова: преподаватель в первоначальной школе, младшая школа, здоровье, физкультура, отношение.

Ripak M. O., Turchyk I. H., Lesyko O. M. The Attitude of Teachers of primary Schools in Lviv Regions Towards physical Education as a part of Healthy Lifestyle. This article is devoted to the attitude of primary school teachers in Lviv regions towards physical education as a part of healthy lifestyle. The main research method were questionnaires, in which 200 primary school teachers took place. The results of research allow to claim that teachers have positive attitude towards PE lessons, but, unfortunately, their attitude is only declared but not put into practice in their everyday life.

Key words: teacher in primary school, junior school, health, physicaleducation, attitude.

Постановка наукової проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій. Державною програмою “Вчитель” визначено, що на сучасному етапі головна роль в освіті належить саме вчителю, адже через його діяльність відбувається встановлення особистості, удосконалення її інтелектуального, духовного й фізичного потенціалу [1]. На жаль, як свідчать численні дослідження, стан фізичного здоров'я учнів України перебуває в критичному стані. Понад 50 % учнів молодшої школи мають послаблене здоров'я та затримку у фізичному розвитку, 63 % – порушення постави, 45–50 % – різні неврози [4, 9]. Слід зазначити, що з кожним роком рівень фізичного розвитку учнів погіршується. Загальновідомим є факт, що виняткову роль у формуванні основ особистої фізичної культури учня молодшої школи відіграє класовод. Молодший шкільний вік займає особливе місце в системі шкільного навчання, тому що саме в цей час інтенсивно формуються інтереси, потреби дітей, збільшуються пізнавальні здібності дитини [7]. Педагоги повинні формувати в учнів потребу в зміцненні здоров'я, мотивацію до занять фізичною культурою і спортом, виховувати активну життєву позицію. Здоров'я є основною цінністю людини, необхідною умовою активної життєдіяльності, самореалізації особистості, воно визначає її потенціал. Здорова нація – це насамперед здорове молоде покоління. А це значною мірою залежить від особистості вчителя, адже саме він є прикладом у всьому для вихованців, у тому числі й у дотриманні здорового способу життя. Водночас середні статистичні дані по Україні свідчать, що фізична пасивність властива 84–86 % людей працездатного віку, у фізкультурно-оздоровчих групах, спортивних клубах, фітнес-центрах з оплатою наданих послуг займається 4 % населення, а без оплати – 2 % [2; 3; 5]. Аналогічних досліджень, участь у яких брали б лише вчителі молодших класів, не виявлено. Хоча саме вони відіграють важливу роль у формуванні в учнів ставлення до рухової активності, яка є складовою частиною здорового способу життя.

Метою нашого дослідження є вивчення ставлення класоводів до фізичної культури та аналіз їх власної рухової активності.

Методи та організація досліджень. Під час дослідження було опитано 200 вчителів-класоводів (із них 198 жінок і два чоловіки), які проходили курси підвищення кваліфікації протягом 2007–2008 рр. у Львівському обласному інституті післядипломної педагогічної освіти. У зв'язку з незначною кількістю респондентів чоловічої статі їх відповіді не аналізувались. Основним методом дослідження було анкетування, питання стосувалися визначення ставлення вчителів до фізичної культури загалом та рухової активності. Також використано розроблену анкету із самооцінки здоров'я (автор В. В. Войтенко). Вік респондентів складав від 22 до 65 років.

Результати досліджень та їх обговорення. Першим завданням було визначення особистого бачення жінок-класоводів рівня стану власного здоров'я. Так, 40 % респондентів оцінили свій рівень здоров'я як добрий, 55 % – як посередній і 5 % – як задовільний. Відповідей з ідеальною й незадовільною оцінкою не виявлено (рис.1).

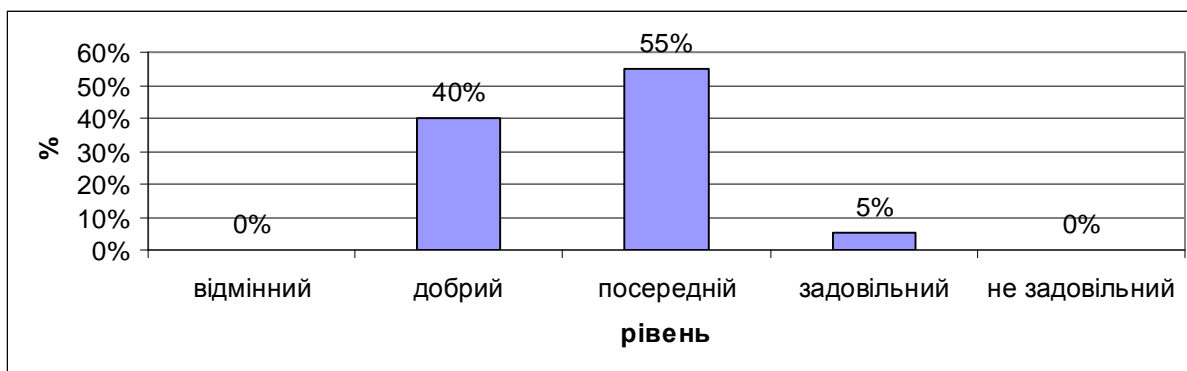


Рис.1. Бачення жінок-класоводів рівня стану власного здоров'я

На наступному етапі дослідження використано анкету самооцінки здоров'я (автор В. В. Войтенко) [8]. Відповідно до неї лише у 28 % опитаних рівень здоров'я може бути оцінений як добрий, у 62 % – як посередній, у 8 % – задовільний та у 2 % – незадовільний. Ідеального рівня здоров'я не зафіксовано в жодного з респондентів. Таким чином, учителі-класоводи оцінюють свій власний стан здоров'я краще, ніж він є насправді.

Одним із завдань було з'ясувати думки класоводів різного віку щодо впливу занять фізичною культурою на їх рівень здоров'я. Так, більшість (87 %) оцінює цей вплив як високий, 7 % – як помірний, 4 % – як незначний і 2 % – стверджує, що впливу занять фізичними вправами на рівень здоров'я немає (рис. 3).

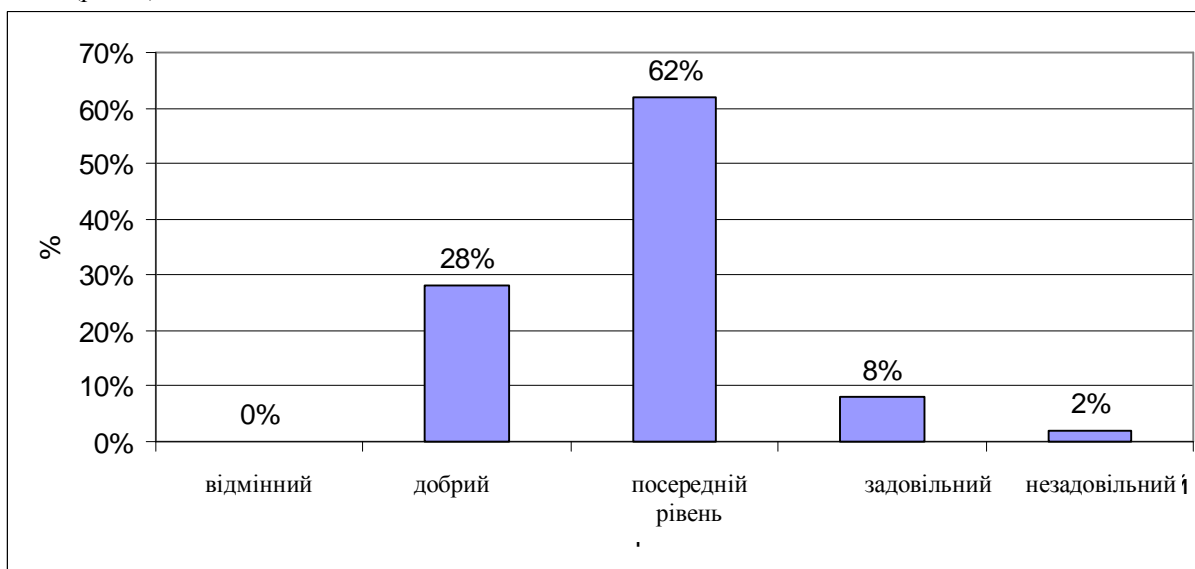
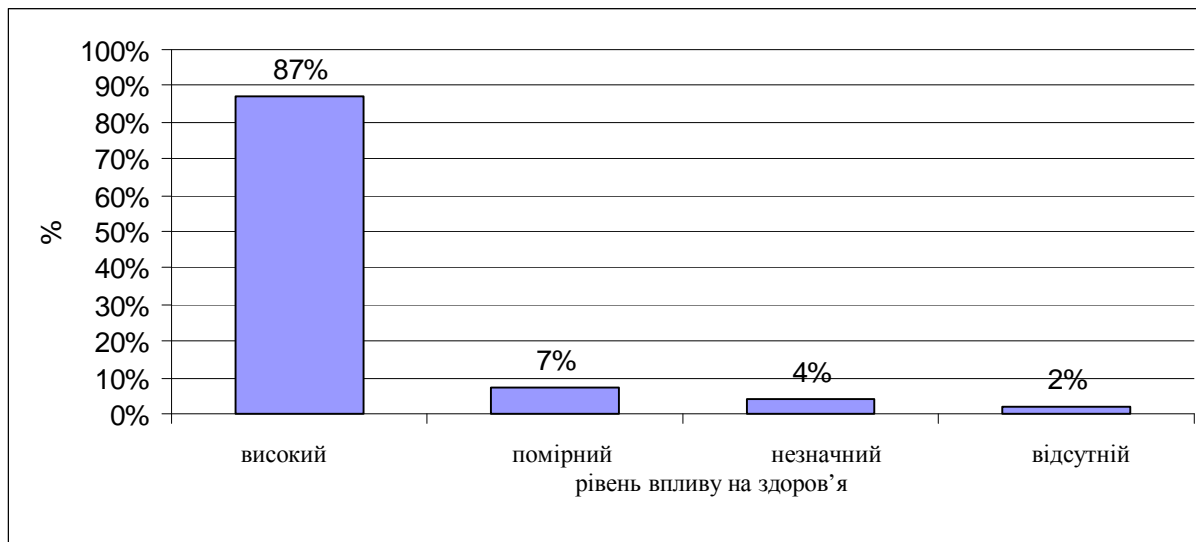


Рис. 2. Самооцінка здоров'я вчителів-класоводів

Причому у відсутності впливу переконані жінки як віком до 25 років (1%), так і старші 55 років (1 %).

**Рис. 3.** Вплив занять фізичною культурою на рівень здоров'я

Цікаві відповіді отримано під час виявлення зацікавлення, якому б надавали перевагу жінки-класоводи за умов збільшення тривалості вільного часу. Перші рейтингові місця в жінок цієї категорії займають бажання більше читати, більше часу проводити із сім'єю й більше уваги приділяти домашньому господарству.

Таблиця 1

Зацікавлення, яким учителі-класоводи надавали б перевагу за умови збільшення тривалості вільного часу

Варіант відповіді	%	Рейтинг
1	2	3
Більше часу проводити із сім'єю	52	1
Більше читати	45	2
Більше уваги надавати домашньому господарству	40	3

Закінчення таблиці 1

1	2	3
Частіше ходити в кіно, театри	35	4
Більше часу приділяти своїм захопленням	30	5
Частіше відвідувати музеї, виставки	22	6
Займатися туризмом	15	7
Займатися фізичною культурою	12	8
Пасивно відпочивати	12	9
Більше часу надавати підготовці до уроків	11	10
Частіше дивитися телевізор	9	11
Працювати за сумісництвом	6	12
Відвідувати спортивні видовища	3	13

Наступним завданням було з'ясувати рівень залучення до занять фізичною культурою класоводів. Так, лише 15 % опитаних займаються спеціально організованими фізичними вправами, 82 % – уважать такі заняття необхідними, але не займаються через певні причини і 3 % – не бажають займатися (рис. 4). Варто зазначити, що з віком цей показник змінюється несуттєво.

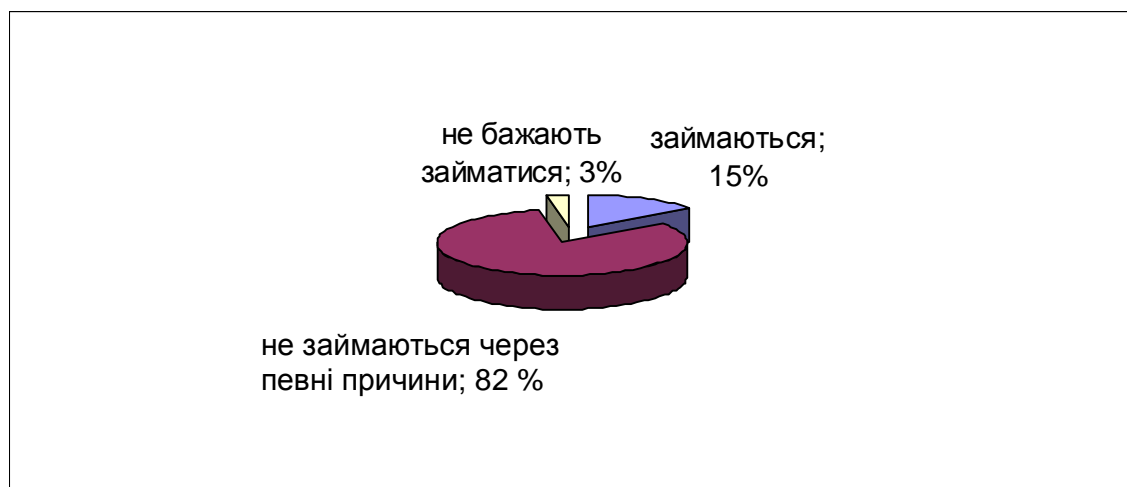


Рис. 4. Рівень залучення класоводів до занять фізичною культурою

Під час дослідження нами було виявлено види звичної та спеціально організованої рухової активності, які є властивими для жінок-педагогів (за Ріпак М.) [6].

Необхідно зазначити, що до звичної рухової активності, згідно з визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, відносять такі види, що спрямовані на задоволення природних потреб людини (сон, особиста гігієна, вживання їжі, зусилля, витрачені на приготування їжі, придбання продуктів), а також на навчальну й виробничу діяльність [7, 39].

Згідно з дослідженнями, проведеними М. Ріпак (2004 р.), для більшості жінок-педагогів України (табл. 2) постійно властивими є такі види рухової активності: пересування на роботу пішки (47 %), пересування з роботи пішки (45 %) та побутова фізична праця (35 %).

Таблиця 2

Види звичної рухової активності, які постійно властиві жінкам-учителям

Вид звичної рухової активності	Кількість (%)
Пересування на роботу пішки	47
Пересування з роботи пішки	45
Підйом по сходах без ліфта	20
Побутова фізична праця	35
Робота на дачній ділянці	13

Незначна кількість респондентів (20 %) надає перевагу таким видам звичної рухової активності: робота на дачній ділянці (13 %) та підйом по сходах без ліфта (20 %).

Спеціально організована рухова активність є властивою незначній кількості жінок-педагогів (табл. 3). Так, 6 % займаються ранковою гігієнічною гімнастикою, 3 % – постійно самостійно займаються фізичними вправами, 4 % – відвідують заняття у фізкультурно-оздоровчих групах і 9 % – активний відпочинок у вихідні дні. Слід зазначити, що ранковою гімнастикою займаються лише респонденти старше 36 років, а заняття у фізкультурно-оздоровчих групах відвідують лише жінки до 35 років. Активний відпочинок властивий для всіх вікових груп.

Таблиця 3

Види спеціально організованої рухової активності, які постійно властиві жінкам-учителям

Вид спеціально організованої рухової активності	Кількість (%)
Ранкова гігієнічна гімнастика	6
Самостійні заняття фізичними вправами	3
Заняття у фізкультурно-оздоровчих групах	4
Активний відпочинок у вихідні дні	9

Висновки. Класовод у молодшій школі виконує головну роль в організації рухової діяльності учнів протягом навчального дня, формує мотиви, виховує звичку до систематичних занять фізичними вправами, здійснює зв'язок із сім'єю, спрямовує і контролює самостійну діяльність учнів, є прикладом для наслідування. Проте отримані результати дослідження дають змогу стверджувати, що класо-

води позитивно ставляться до занять фізичною культурою, але ставлення лише декларується й не реалізовується в повсякденному житті. На нашу думку, для оптимізації рухової діяльності класоводів шкіл України необхідно, щоб вони були ознайомлені з методичними основами самостійних занять фізичними вправами, мали можливість займатися безкоштовно в спортивних секціях, могли раціонально використовувати вільний час для активного відпочинку.

Література

1. Державна програма “Вчитель” // http://www.mon.gov.ua/laws/KMU_379.doc
2. Костенко М. Доктрина – генерація нових ідей / Костенко М. // Спорт. газета. – 2004. – 30 берез.–1 квіт.
3. Міжгалузева комплексна програма “Здоров’я нації” на 2002–2011 рр. Затверджено Постановою Кабінету Міністрів України від 10.01.2002 р. № 14. – К., 2002. – С. 15.
4. Навроцький Е. Фізкультурно-оздоровчі заняття як найефективніший засіб підвищення фізичного стану та здоров’я / Навроцький Е. // Фізичне виховання, спорт і культура у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. у-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : [б. в.], 2002. – Т. 2. – С. 32–34.
5. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. Затверджено Указом Президентом України № 1148 від 28.09.2004 р. – К., 2004. – С. 15
6. Ріпак М. Фізична культура і здоров’я жінки-вчительки : метод. посіб. із самоосвіти педагога / Ріпак М. – Л. : НВМ “Українські технології”, 2005. – 165 с.
7. Теория и методика физического воспитания. Т. 1 : Общие основы теории и методики физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимпийская лит., 2003. – 424 с.
8. Шиян О. Валеопрактикум : метод. посіб. / Шиян О. – Л., 2004. – 34 с.
9. Язловецкий В. С. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем / Язловецкий В. С. – Киев : Здоровья, 1991. – 232 с.

Адреса для листування:
79 000, Львів, вул. Костюшко, 11.

Статтю подано до редколегії
12.09.2008 р.