

## Проблемы физического воспитания школьников 5–9 классов в контексте сохранения здоровья

Наталья Идрисова

Мелитопольская общеобразовательная школа № 1,  
Мелитополь, Украина

**Цель:** определение причин ухудшения здоровья и связанных с ними проблем физического воспитания школьников 5–9 классов.

**Материал и методы:** анализ причин и определение поведенческих характеристик учащихся в отношении физического воспитания изучались на протяжении 2012–2017 годов в одной параллели классов. В эксперименте, проводившемся в два этапа, принимали участие 52 школьника общеобразовательной школы № 1 г. Мелитополя. В исследовании применялись анкетирование, аналитический, сравнительный, экспериментальный и статистический методы.

**Результаты:** доказана тенденция ухудшения здоровья школьников в период обучения в средних классах; данные, полученные в соответствии с составленной типологией, отражают осознание частью учащихся здоровья как средства повышения статуса, а также непонимание половиной исследуемых ценности физического воспитания в сохранении здоровья и незаинтересованность в занятиях физической культурой.

**Выводы:** проблемы школьного физического воспитания определяются низким уровнем культуры здоровья всего украинского общества.

**Ключевые слова:** проблемы физического воспитания школьников, ухудшение здоровья, поведенческие характеристики.

### Введение

Проблемы физического воспитания в контексте сохранения здоровья подрастающего поколения напрямую связаны с тенденцией ухудшения соматического состояния – развитием хронической заболеваемости и функциональных нарушений, ограничивающих социальную дееспособность личности. Актуальность данной взаимосвязи была впервые аргументирована на государственном уровне в 1974 году в документе, названном «отчет Марка Лалонда». В отчете, по утверждению министра здравоохранения Канады, основными причинами нездоровья нации были названы недостаток физической активности и пренебрежение правилами личной гигиены, что являлось отражением низкого уровня физического воспитания в стране [10, с. 10–12].

С середины восьмидесятых годов прошлого века медиками начал фиксироваться рост нарушений в психическом здоровье европейской молодежи, напрямую связанных с соматическими заболеваниями и недостаточностью физического развития, и как следствие этого – развитие социального нездоровья. Подобные факты свидетельствуют о том, что проблемы воспитания здорового поколения в конце XX – начале XXI столетий становятся глобальными, что подтверждается выводами ВОЗ о накопленных и приобретенных заболеваниях к 13–15 годам жизни [9, с. 206].

Анализ научных работ показал, что в ведущих странах мира ведутся активные разработки теорий и обучающих практик в области физического воспитания, физической культуры и здорового образа жизни. Научные работы таких отечественных и зарубежных ученых, как Ю. Близинок, А. Головченко, В. Друзь, Б. Крам, Т. Круцевич, В. Лях, Г. Олпорт, К. Роджерс, Э. Сутич, Р. Шнейдер и других исследователей представляют несомненный практический интерес в решении данных вопросов. Однако, несмотря на большое количество публикаций, актуальность проблем эффективности физического воспитания школьников со-

храняется, так как лишь у 7% украинских детей и подростков наблюдается удовлетворительное функциональное состояние организма, что вызвано как объективными, так и субъективными причинами [5, с. 110]. Именно данный контекст ухудшения здоровья и определение степени личностной заинтересованности учащихся в физическом воспитании и мотивации к занятиям физической культурой и спортом стали причиной нашего исследования.

**Цель исследования:** определение причин ухудшения здоровья и связанных с ними проблем физического воспитания школьников 5–9 классов.

### Материал и методы исследования

Анализ причин и определение поведенческих характеристик учащихся к физическому воспитанию изучалось на протяжении 2012–2017 годов в одной параллели классов. В эксперименте, проводившемся в два этапа, принимали участие 52 школьника 5–9 классов ООШ № 1 г. Мелитополя. В исследовании применялись анкетирование, аналитический, сравнительный, экспериментальный и статистический методы.

### Результаты исследования и их обсуждение

Анализ научных работ показал, что зачастую уровень здоровья школьников отражает степень эффективности физического воспитания. С целью выяснения причин роста заболеваемости учащихся в данной взаимосвязи, нами было проведено исследование, экспериментальная часть которого включала два этапа: изучение динамики ухудшения здоровья и выяснение ценностно-мотивационных причин различного отношения к физическому воспитанию, физической культуре и здоровью в целом.

В качестве инструментов эксперимента были использованы анкетирование, анализ школьных медицинских документов, беседы со школьным врачом и классными

руководителями, организованы фокус-группы с детьми и их родителями, проанализированы данные общей успеваемости.

Так, на первом этапе, с целью определения динамики и тенденций ухудшения здоровья школьников нами анализировалось состояние здоровья 52 учеников, которые на начало эксперимента в 2012 году перешли в 5А и 5Б классы и на момент его окончания в 2017 году заканчивали 9 классы. Все учащиеся были определены в соответствующие группы здоровья согласно «Инструкции о разделении школьников на группы для занятий физической культурой» [3, доп. 1]. На протяжении исследуемого периода обучения проводилось наблюдение за состоянием здоровья исследуемых школьников, при этом фиксировалась динамика его ухудшения. Негативные изменения в здоровье изучаемых групп получили свое отражение в таблице 1.

Анализ результатов данного этапа исследования показал, что состав учеников в различных группах здоровья начинает изменяться в сторону его ухудшения при переходе из класса в класс. При этом за период обучения общее состояние здоровья учащихся ухудшилось с 81% в 5-м до 85% в 9-м классе.

Объективные причины негативной динамики видятся в следующем:

1) перевод учеников из начальной школы в среднюю резко повысило как физическую, так и психологическую нагрузку, которые потребовали особых адаптационных усилий, и с которыми растущий организм не всегда в состоянии справиться без негативных последствий;

2) большинство переводов в более слабую группу здоровья происходили в конце второго полугодия, что свидетельствует о накопленной усталости и состоянии дистресса у большинства учащихся;

3) данные, отраженные в таблице 1, свидетельствуют о резком изменении состава групп в 7 классе, что объясняется как физиологическими изменениями в организме школьников, так и с проявившимися патологиями.

Субъективные причины представлены в анализе личностных представлений: так, опрос учеников и их родителей о взаимосвязи физического воспитания, физической культуры и состояния здоровья показал следующее:

1) представления о целях и задачах физического вос-

питания в контексте сохранения и укрепления здоровья ограничиваются знаниями о необходимости занятий физическими упражнениями, однако не включают такие показатели, как режим дня, правильное питание, гигиена и самоанализ;

2) в большинстве случаев респонденты проявили равнодушие либо пассивность по отношению к занятиям физической культурой;

3) физическая культура личности определяется большинством учеников как временное состояние, а не как постоянный стиль в жизни [1, с. 87–93].

Требования II Государственного образовательного стандарта Украины в разделе «Здоровье и физическая культура» определяют необходимость личной мотивации к ведению здорового образа и занятиям физической культурой в качестве системных элементов физического воспитания школьников [7, с. 95].

Поэтому на втором этапе исследования, на основе метода Е. Рахимовой, адаптированного к условиям проводимого эксперимента, была составлена классификация учащихся по типам поведенческих характеристик личностного отношения к физическому воспитанию и здоровью [8, с. 135–137]. Данная классификация девятиклассников, составленная в 2017 году, получила свое отражение в таблице 2.

Результаты данного этапа исследования, проводившегося в 2016–2017 учебном году среди учащихся 9А и 9Б классов ООШ № 1 г. Мелитополя, в соответствии с названной классификацией показали, что отношение к здоровью в индивидуальной иерархии ценностей отражает его место в системе терминальных ценностей школьника. Так, ученики IV типа в качестве основного мотива к занятиям физической культурой предполагают борьбу на рынке труда, то есть здоровье представляется инструментом для достижения цели. В типах I, II и III здоровье стоит на 2 месте, у V – на 3, а его признание как социальной ценности находится на последнем месте.

Место здоровья в индивидуальной иерархии ценностей учащихся отражается следующим образом:

1) у школьников II типа здоровье и физическое развитие как средство самооценки стоит на 1-м месте, а как практическая ценность – на последнем, то есть для данного типа здоровье не является средством достижения

**Таблица 1**

**Тенденции ухудшения здоровья учеников на протяжении обучения в средней школе**

Год обучения	Класс	Количество учеников	Разделение на группы здоровья	Соответствие учеников	
				количество	%
2012–2013	5	52	Основная	10	19
			Подготовительная	30	58
			Специальная	12	23
2013–2014	6	52	Основная	10	19
			Подготовительная	29	56
			Специальная	13	25
2014–2015	7	52	Основная	9	17
			Подготовительная	25	48
			Специальная	18	35
2015–2016	8	52	Основная	9	17
			Подготовительная	19	37
			Специальная	24	46
2016–2017	9	52	Основная	8	15
			Подготовительная	19	37
			Специальная	25	48
Всего за пять лет обучения:				52	100

Таблица 2  
Классификация поведенческих характеристик школьников 9 классов к обучению здоровью и физической культуре

Типы	Характеристики типов	Методы физического воспитания в контексте сохранения здоровья	Соответствие учеников	
			Кол-во	%
I	Осознанный выбор занятий физической культурой и спортом на уровне ментальности	Активные занятия физическими упражнениями либо спортом, используются оздоровительные системы	2	3,8
II	Здоровый образ жизни и занятия физической культурой являются привычкой	Постоянно используются физические упражнения, распространены занятия стрит-воркаутом и паркурком	4	7,7
III	Физическое воспитание происходит под влиянием социального окружения	Регулярно придерживаются правил личной гигиены и достаточно часто делают физические упражнения	7	13,5
IV	Прагматический тип, где здоровье является средством повышения социального статуса	Позитивное отношение к физической культуре, сложно выделить конкретно применяемые упражнения	13	25
V	Незаинтересованный в сохранении здоровья, пассивный к занятиям физической культурой	Не ведут здоровый образ жизни, редко занимаются физическими упражнениями и закаливании	26	50
<b>Всего учащихся 9 классов:</b>			<b>52</b>	<b>100</b>

жизненных целей в будущей взрослой жизни;

2) I, III и IV типы показали высокую индивидуальную значимость здоровья как ценности и высокий уровень мотивации на его укрепление средствами физической культуры и спорта;

3) V тип школьников 9 класса показал непонимание необходимости физического воспитания и ведения здорового образа жизни, а возможности заболевания представляются в слишком отдаленной перспективе.

Сравнительный анализ ценностно-мотивационных причин недостаточной заботы о здоровье показал достаточно противоречивые результаты:

– в типах I и II отсутствуют факторы, затрудняющие заботиться о собственном здоровье, заниматься физической культурой и спортом;

– школьники III типа мотивируют нерегулярность занятий недостатком свободного времени и наличием более важных дел;

– IV типу физическому самовоспитанию препятствуют отсутствие свободного времени и условий для занятий физической культурой;

– учащиеся V типа приводят максимальное количество факторов, якобы мешающих им заботиться о собственном здоровье и заниматься физическими упражнениями, так приводятся: отсутствие силы воли, недостаток времени, единомышленников, соответствующих условий занятий физическими упражнениями, необходимость больших материальных затрат.

При этом эмоциональный блок отражает уровень тревожности по отношению к собственному здоровью и умению им наслаждаться у всех типов – в случае благополучия испытываются положительные эмоции: спокойствие, внутренняя удовлетворенность и отсутствие равнодушия и, наоборот, при ухудшении здоровья – беспокойство, страх, раздражение и подавленность. Таким образом, выявленные различия позволяют утверждать, что здоровье для всех школьников является универсальной ценностью.

Анализ полученных результатов проведенного исследования дает возможность выделить универсальные и специфические проблемы физического воспитания

украинских школьников 5–9 классов. Так, универсальными проблемами для всех возрастов учащихся являются недостаточное представление о ценности физического воспитания в контексте сохранения здоровья, а конкретные представления о содержании и количестве физических упражнений зависят от гендерных, возрастных и личностных характеристик.

Специфическими являются проблемы, отражающие конкретные условия социализации личности школьника, так, у школьников 5–6 классов сформированность представлений о необходимости физического воспитания зависит от внутрисемейных отношений, так как даже маргинальное поведение родителей является для детей образцом для подражания [2, с. 95].

Ученики 7–8 классов демонстрируют зависимость в отношении к занятиям физической культурой и спортом от социального окружения и соответственно выбранных образцов для подражания.

В 9 классе осознанно выбирается образ жизни, отвечающий уровню физического воспитания личности: для одних школьников занятия физической культурой и здоровый образ жизни становятся нормой, а для другой категории юношей и девушек – нездоровый образ жизни и сопутствующие ему вредные привычки воспринимаются как «нормальное благо», без осознания негативных последствий для здоровья в дальнейшем.

Таким образом, анализ полученных результатов исследования дает основания для следующих выводов.

### Выводы

1. Ухудшение здоровья школьников является стойкой тенденцией для всех возрастов обучения в средних классах, при этом наиболее уязвимыми являются семиклассники, что вызвано как акселеративными физиологическими изменениями и спровоцированными патологиями, так и низким уровнем физического воспитания.

2. Основной проблемой физического воспитания школьников 5–9 классов является низкий уровень культуры, проявившийся в недостаточном представлении учащихся и их родителей о его ценности в сохранении здо-

ровья.

3. Уровень личностной мотивации школьника к физическому воспитанию, занятиям физической культурой и спортом, формированию здорового образа жизни напрямую зависят от социального окружения. Соответственно, в условиях маргинализации украинского общества, учитель физической культуры зачастую не в состоянии самостоятельно исправить пробелы семейного физического воспитания. Так, еще Платон, философ и олимпиец

отмечал, что при нормальных условиях в семье «отпадет необходимость обращения за помощью к врачам, так как нужда в них является доказательством плохого воспитания и распушенности» [6, с. 411].

**Перспективы дальнейших исследований** в данном направлении заключаются в моделировании процесса компетентностного физического воспитания школьников в контексте сохранения здоровья всеми субъектами учебно-воспитательного процесса.

**Конфликт интересов.** Автор заявляет, что нет конфликта интересов, который может восприниматься как такой, что может нанести вред беспристрастности статьи.

**Источники финансирования.** Эта статья не получила финансовой поддержки от государственной, общественной или коммерческой организации.

## Список использованной литературы

1. Ідрісова, Н.О. (2013), "Результати аналізу ставлення школярів до здоров'я та здорового способу життя", *Наукові записки: зб. наук. ст.*, Випуск СІХ (109), С. 86-93.
2. Ідрісова, Н.О. (2015), *Формування здорового способу життя в учнів середньої загальноосвітньої школи (кінець ХХ – початок ХХІ століття): дис. канд. пед. наук*, Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Б. Хмельницького, Мелітополь, 201 с.
3. Міністерство охорони здоров'я України та Міністерство освіти і науки України (2009), *Інструкція про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури*, режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0773-09>
4. Нападій, А.П. (2014), "Планування навчального процесу з фізичної культури з урахуванням динаміки фізичного стану школярів 13–14 років", *Слобожанський науково-спортивний вісник*, № 5(43), С. 55-58, doi: 10.15391/sns.v.2014-5.010.
5. Няньковський, С.Л., Яцула, М.С., Чикайло, М.І., Пасечнюк, І.В. (2012), "Стан здоров'я школярів в Україні", *Здоров'я ребенка*, № 5(40), С. 109-114.
6. Платон (2007), *Сочинения в четырех томах, Т.3. Ч.2*, пер. с древнегреч. и под общ. ред. А.Ф. Лосева и В.Ф. Асмуса, Изд-во О. Абышко, СПб.
7. Кабінет Міністрів України (2011), *Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти. Постанова від 20 квітня 2011 р. № 462*, режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/462-2011-%D0%BF>
8. Рахимова, Е.А. (2012), "Отношение к здоровью учащейся молодежи", *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*, Выпуск 9(91), С. 134-139.
9. Currie, C. et al. (2012), "Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey", *WHO. Regional Office for Europe*, available at: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf)
10. Lalonde, M. (1981), *A new perspective on the health of Canadians*, available at: <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/pdf/perspect-eng.pdf>

Стаття надійшла до редакції: 02.06.2017 р.  
Опубліковано: 31.08.2017 р.

**Анотація.** Наталія Ідрісова. Проблеми фізичного виховання школярів 5–9 класів у контексті збереження здоров'я.

**Мета:** визначення причин погіршення здоров'я і пов'язаних з ними проблем фізичного виховання школярів 5–9 класів. **Матеріал і методи:** аналіз причин та визначення поведінкових характеристик учнів до фізичного виховання вивчався протягом 2012–2017 років в одній паралелі класів. В експерименті, який проводився в два етапи, брали участь 52 школярі ЗОШ № 1 міста Мелітополь. У дослідженні застосовувалися анкетування, аналітичний, порівняльний, експериментальний та статистичний методи. **Результати:** доведено тенденцію погіршення здоров'я школярів у період навчання в середніх класах; дані, отримані відповідно до складеної типологізації, відображають усвідомлення частиною учнів здоров'я як засобу підвищення статусу, а також нерозуміння половиною досліджуваних цінності фізичного виховання у збереженні здоров'я і незацікавленість у заняттях фізичною культурою. **Висновки:** проблеми шкільного фізичного виховання визначаються низьким рівнем культури здоров'я всього українського суспільства.

**Ключові слова:** проблеми фізичного виховання школярів, погіршення здоров'я, поведінкові характеристики.

**Abstract.** Natalia Idrisova. Physical education problems of 5–9 grade pupils in the context of health preservation.

**Purpose:** determination of the causes of deterioration of health and related problems of physical education of 5–9 grade pupils. **Material & Methods:** analysis of the causes and definition of the behavioral characteristics of pupils in relation to physical education was studied during 2012–2017 in one parallel class. In the experiment conducted in two stages, 52 pupils of the secondary school No. 1 of Melitopol took part. In the study used questionnaires, analytical, comparative, experimental and statistical methods. **Result:** tendency of deterioration of pupils health during training in middle classes is proved; obtained data in accordance with the typology compiled reflect the awareness of some students health as a means of raising the status, as well as the failure to understand half the researched values of physical education in maintaining health and disinterest in physical education. **Conclusion:** problems of school physical education are determined by the low level of the culture of health of the entire Ukrainian society.

**Keywords:** problems of pupils physical education, deterioration of health, behavioral characteristics.

## References

1. Idrisova, N.O. (2013), "Results of the analysis of the attitude of schoolchildren to health and healthy lifestyle", *Naukovi zapysky: zb. nauk. st.*, Vol. СІХ(109), pp. 86-93. (in Ukr.)
2. Idrisova, N.O. (2015), *Formuvannya zdorovogo sposobu zhyttya v uchniv seredn'oyi zahal'noosvitn'oyi shkoly (kinets XX – pochatok ХХІ stolittya): dys. kand. ped. nauk* [Formation of a healthy lifestyle among students of secondary schools (end of the XX – the beginning of the XXI century): PhD diss], Melitopol, 201 p. (in Ukr.)

3. Ministry of Health of Ukraine & Ministry of Education and Science of Ukraine (2009), *Instruction on the distribution of students to groups for classes in physical education*, available at: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0773-09> (in Ukr.)
4. Napadiy, A.P. (2014), "Planning of the educational process in physical culture taking into account the dynamics of the physical condition of schoolchildren 13-14 years old", *Slobozans'kij naukovо-sportivnij visnik*, No. 5(43), pp. 55-58, doi: 10.15391/sns.v.2014-5.010. (in Ukr.)
5. Nyankovskiy, S.L. Yatsula, M.S., Chikaylo, M.I., Pasechnyuk, I.V. (2012), "School health conditions in Ukraine", *Zdorov'e rebenka*, No. 5(40), pp. 109-114. (in Ukr.)
6. Platon (2007), *Works in four volumes. T.3, Part 2*, translation from ancient Greece and in common. ed. A.F. Losev & V.F. Asmus], SPb. (in Russ.)
7. Cabinet of Ministers of Ukraine (2011), *On Approval of the State Standard for Basic and Comprehensive Secondary Education*, available at: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/462-2011-%D0%BF> (in Ukr.)
8. Rakhymova, E.A. (2012), "Attitude towards the health of young students", *Uchenye zapysky unyversyteta imeny P.F. Leshafta*, Vol. 9(91), pp. 134-139. (in Russ.)
9. Currie, C. et al. (2012), "Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey", *WHO. Regional Office for Europe*, available at: [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf)
10. Lalonde, M. (1981), *A new perspective on the health of Canadians*, available at: <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/pdf/perspect-eng.pdf>

Received: 02.06.2017.

Published: 31.08.2017.

## Відомості про авторів / Information about the Authors

**Ідрісова Наталія Олександрівна:** кандидат педагогічних наук, учитель фізичної культури, спеціаліст вищої категорії; Мелітопольська загальноосвітня школа І–ІІІ степенів № 1: вул. Ярослава Мудрого 13, м. Мелітополь, Запорізька область, 72312, Україна.

**Идрисова Наталия Александровна:** кандидат педагогических наук, учитель физической культуры, специалист высшей категории; Мелитопольская общеобразовательная школа І–ІІІ степені № 1: ул. Ярослава Мудрого 13, г. Мелитополь, Запорожская область, 72312, Украина.

**Natalia Idrisova:** PhD (pedagogical), teacher of physical culture, specialist of the highest category; Melitopol school of general education I–III degree No. 1: Yaroslav Mudryy str. 13, Melitopol, Zaporozhye region, 72312, Ukraine.

**ORCID.ORG/0000-0002-4056-149X**

**E-mail: bahtiyar\_idrisov@mail.ru**