

ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ САМОКОНТРОЛЮ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЗДОРОВЬЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Стародубцева И.В., Стародубцев Н.Л.
Тюменский государственный университет, г.Тюмень

Проблема сохранения здоровья и формирования основ здорового стиля жизни у школьников продолжает оставаться одной из самых актуальных [1-3]. Приоритетное место при её решении в системе образования традиционно отводится физическому воспитанию, которое, в соответствии с требованиями ФГОС, должно обеспечивать в том числе, овладение основными способами самоконтроля показателей здоровья и физического развития.

В поисках оптимальных путей решения этой задачи педагогами МАОУ гимназия № 16 г. Тюмени, в сотрудничестве с представителями Института физической культуры ТюмГУ, не первый год ведётся опытно-экспериментальная работа [6]. В процессе педагогической деятельности были выявлены проблемы, существенно снижающие эффективность работы в данном направлении. Обобщим наиболее важные из них.

1. **«Размытость» целевых ориентиров, отсутствие единых требований.** Федеральные государственные образовательные стандарты общего образования дают самые общие представления о том, каким именно методам самоконтроля следует обучать школьников (за исключением начального образования, где в числе показателей фигурирует рост и масса тела). На практике это превращается в постоянный поиск педагогом ответов на возникающие вопросы. Например, какие методы самоконтроля доступны для учащихся тех или иных классов; нужно ли подобрать методы, которые в совокупности будут давать интегральный показатель здоровья ребёнка или достаточно методов, характеризующих деятельность отдельных систем организма; на какие нормативы развития ориентировать школьников, если в регионе таковые отсутствуют и т.п.

2. **Отсутствие научно обоснованных методических рекомендаций** также снижает эффективность работы, которая, по существу оборачивается педагогическим поиском, строящимся по методу проб и ошибок. При этом наибольшую сложность вызывает необходимость «встроить» в ограниченные

временные рамки и двигательную деятельность, и теоретические сведения, и диагностическую процедуру. Тем более что большинство методов можно провести только индивидуально, а это значительно увеличивает временные затраты и создаёт дополнительные сложности в условиях массового обучения.

3. ***Недостаточное материально-техническое оснащение.*** Как правило, даже самые простые методы самоконтроля требуют оборудования, приобретение и эксплуатация которого нуждается в дополнительных финансовых вложениях, усилиях по его содержанию, хранению и проведению своевременной поверки. Кроме того, большая часть оборудования является медицинским, следовательно, должно храниться в медицинском кабинете и эксплуатироваться медицинским работником, что в современной практике встречается очень редко. По факту учитель физкультуры вынужден самостоятельно решать не только проблемы организации диагностических процедур, но и вопросы, связанные с приобретением перчаток, обеззараживающих растворов и сосудов для спирометрии и т.п.

4. ***Отсутствие своевременных управленческих решений и интеграции усилий коллектива образовательного учреждения.*** Не секрет, что в образовательном процессе школы отсутствует ориентация на здоровьесбережение учащихся. Причины этого вполне очевидны: показатели здоровья учащихся не являются критерием оценки эффективности деятельности образовательного учреждения, в отличие от результатов ЕГЭ. А значит и дальше организация здоровьесберегающего пространства школы, объединение усилий всех специалистов в этом направлении будет зависеть исключительно от желания (интересов, знаний и т.д.) администрации школы. Это приводит нас к выделению ещё одной проблемы.

5. ***Инертность социума в вопросах здоровьесбережения.*** Удивительно, но при всей плачевности состояния здоровья современного населения, эта проблема интересует нас всё меньше и меньше. Приведём несколько фактов.

На рубеже 20-21 вв., на фоне резкого ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения, началась активная работа по проведению мониторинга физического здоровья детей, подростков и молодёжи. Она регламентировалась постановлением правительства РФ от 29.12.2001 № 916 и вызвала широкий интерес общественности. Однако в настоящее время эта деятельность прекратилась в подавляющем большинстве регионов. Исключение составляют отдельные территории, в которых функционируют инициативные научные группы [5].

Неудивительно, что без государственной поддержки к вопросам сохранения здоровья в нашем обществе обращаются всё реже, а интерес к ним стремительно падает. На этом фоне становится проблематичным формирование активной субъектной позиции и ответственного отношения к своему здоровью у школьников.

Опыт работы с учащимися средних и старших классов гимназии № 16 по формированию умений применять методы самоконтроля для оценки состояния физического здоровья позволяет констатировать, что интерес к этой деятельности снижается по мере перехода ребёнка из одной возрастной группы

в другую. Часто отсутствие интереса школьники объясняют тем, что они: «Итак знают, что у них всё плохо». Не редки случаи, когда ребёнок отказывается от самообследования из-за боязни получить низкие показатели или обнаружить, что его показатели хуже, чем у одноклассников.

По данным опроса школьников, обучающихся в 8-10 классах (n=56), проведённого после диагностики их физического здоровья и ознакомления с рекомендациями по улучшению индивидуальных показателей, только 51,8 % учащихся высказались за то, чтобы исследования проводились регулярно. Остальные сочли эту работу бесполезной или не смогли выразить своё отношение к ней.

Небезынтересные сведения были получены в процессе анализа ответов на вопрос о том, знают ли родители школьников о результатах диагностики их физического здоровья. Результаты представлены на рисунке.

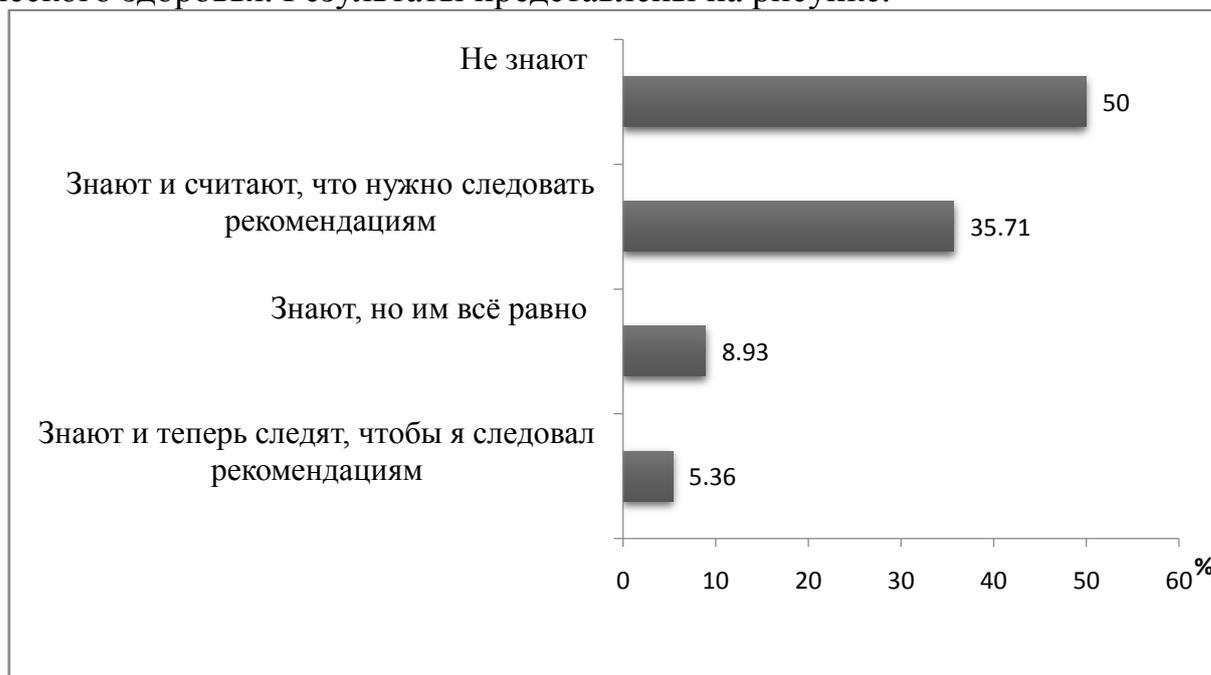


Рис. Распределение ответов на вопрос «Знают ли родители о результатах твоей диагностики?» (в %)

Как видно из данных рисунка, половина школьников не сообщает родителям важную информацию о состоянии своего здоровья. Только 5 % родителей из 50 %, узнавших о показателях здоровья своего ребёнка, предпринимает какие-то шаги по их оптимизации. В то время как остальные занимают пассивную позицию.

Обобщая представленную информацию можно констатировать, что процесс обучения школьников самоконтролю показателей здоровья, являясь одним из важных компонентов формирования у них здорового стиля жизни, в настоящее время не лишён трудностей. Их преодолению в условиях конкретного образовательного учреждения, на наш взгляд, может способствовать следующее:

- интеграция усилий администрации школы, педагогов и родителей, основанная на осознанном отношении к здоровью, как базовой ценности;

•актуализация потенциала учёных, опытных педагогов и городского информационно-методического центра с целью разработки методических рекомендаций для учителей;

•введение программ дополнительного образования для всех лиц, заинтересованных в вопросах здоровьесбережения, прежде всего, педагогов и родителей.

Список литературы:

1. Казин, Э.М. Здоровье учащихся как базовая адаптивная и социальная ценность / Э.М. Казин, Е.К. Айдаркин, А.И. Федоров и др. // Валеология. 2008. № 3. С. 18-24.
2. Касаткин, В.Н. Создание проекта «школа, содействующая здоровью»: рекомендации администратору / В.Н. Касаткин, С.М. Чечельницкая, Е.Л. Рачевский // Школа здоровья. 2001. № 2. С. 34-44.
3. Головин, О.В. Состояние физического здоровья школьников и технология его комплексной оценки / О.В. Головин, Н.С. Кончиц, С.П. Турыгин // Сибирский педагогический журнал. 2013. № 3. С. 18-23.
4. Стародубцева, И.В. Психофизический портрет современного выпускника детского сада (на примере тюменского региона): Монография / И.В. Стародубцева, Т.П. Завьялова. – Тюмень: Издательство ТюмГУ, 2017. 116 с.
5. Стародубцева, И.В. Здоровье современного выпускника школы и пути его оптимизации на уроках физической культуры / И. В. Стародубцева, Н. Л. Стародубцев, Н. А. Филиппи // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. «Спорт для всех» и внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»: Материалы международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора В.Н. Зуева. 2017. С. 133-136.