

УДК 373.3

Малозёмов О.Ю.,

кандидат педагогических наук, доцент,

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»,

Шипицина О.В.,

канд. с-х. наук, учитель физической культуры,

Берёзовское МАОУ СОШ №9,

Прохорова О.И., Давыдова Е.Ю.,

учителя физической культуры,

СУНЦ ФГАОУ ВО «Уральский федеральный университет

имени первого Президента России Б.Н.Ельцина»,

Екатеринбург, Россия

ЭКОЛОГИЗАЦИЯ ВАЛЕОУСТАНОВОК МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы здоровьесбережения и экологизации валеоустановок посредством физкультурно-оздоровительной деятельности в образовании. Предлагается активнее использовать природно-экологические факторы в физкультурно-оздоровительной деятельности. На примере младших школьников показано преимущество использования природно-оздоровительного фактора в экологизации валеоустановок обучающихся.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная деятельность, природно-экологический фактор, валеоустановки.

Malozemov O. Yu.,

*candidate of pedagogical sciences, associate professor,
Ural State Medical University,
Shipitsina O. V.,
candidate of agricultural sciences, teacher of physical culture,
BMAEI Secondary School No. 9
Prokhorova O. I., Davydova E. Yu.,
teachers of physical culture,
SERC of the Ural Federal University named after the First President
of Russia B. N. Yeltsin», Yekaterinburg, Russia*

THE GREENING OF PALEOSTROV JUNIOR SCHOOL SPORTS AND RECREATIONAL ACTIVITIES

***Annotation.** The article deals with the problems of health conservation and greening of valeo-installations through physical culture and health-improving activities in education. It is proposed to make more active use of natural and environmental factors in sports and recreation activities. On the example of primary school students, the advantage of using the natural health factor in the greening of students' valeoinstallations is shown.*

***Key words:** physical culture and health-improving activity, natural and ecological factor, valeo-installations.*

***Актуальность.** Многие в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности сводится к разработке программ, методик, совершенствованию материальной базы в основном для целей развития двигательных способностей обучающихся. Однако, охрана здоровья как педагогическая проблема предусматривает не только это, но и формирование экологического сознания, экологической культуры школьников, являющихся фактором их и физического, и нравственного здоровья, способствующих формированию нрав-*

ственных правил общения с природой, потребности в её сохранении [4]. В нашем понимании, экологизация сознания начинается с валеоустановок ресурсного (самодостаточного) типа [1], поскольку они предполагают устойчивую ориентацию на самосохранение за счёт внутренних природных сил, собственных усилий и внешних благоприятных природных условий.

Цель исследования: показать, что активное обращение на учебных занятиях по физической культуре к природно-экологическому фактору способствует гармонизации психофизического воспитания младших школьников, экологизации их валеоустановок.

Результаты исследования и их обсуждение. Обосновывая эоцентрированный *социально-педагогический* подход в здоровьесбережении учащихся средствами физической культуры, нам более импонирует одно из определений образа жизни: *«образ жизни – это результат присвоения образовательной среды личностью»* [2]. На наш взгляд, оно максимально приближено к образовательной сфере, но, чтобы переформулировать данное определение на предмет *здорового образа жизни*, необходима экологизация образовательной среды. Экологизация же валеоустановок и в целом сознания приводит, по-нашему мнению, к формированию средствами образования личности «безопасного типа».

Поскольку «Я-концепция» у младшего школьника окончательно не сформирована, впрочем, так же, как и концепция жизни и смерти, то требовать от него (или формировать у него) безопасный во всех отношениях тип жизнедеятельности практически нереально. Однако формировать валеоустановки ресурсного типа – задача посильная. Она же, по нашему мнению, должна составлять основу модели «нетравматика» и являться одним из основных компонентов безопасности жизнедеятельности младшего школьника.

В структуре валеоустановок во внешнем плане, как правило, наиболее ярко проявляется поведенческая и деятельностная составляющая. Двига-

тельная деятельность человека всегда более разнообразна, чем конкретная подвижная игра или вид спорта. Она, одновременно, более специфична, чем сумма всех двигательных возможностей индивидуума. В связи с этим, нами предлагается формировать валеоустановки ресурсного типа через адаптационно развивающую физкультурную деятельность младших школьников. В данном случае речь идёт о комплексном взаимодействии психофизических возможностей младшего школьника и внешних эколого-валеологических факторах природной среды. По нашему мнению, именно на основе сочетания природно-оздоровительных факторов и мотивированной (интересной и эмоционально обусловленной) личностно значимой для школьников физкультурно-оздоровительной деятельности может сформироваться динамический стереотип поведения, а впоследствии и деятельности, который принято называть здоровым образом (стилем – на уровне индивидуума) жизни. Только в этом случае на всех трёх основных уровнях валеоустановок (когнитивном, эмоционально-оценочном и поведенческом) происходят качественные изменения, трансформации, формирующие ресурсный (самодостаточный) тип валеоустановки. Разумеется, что большую роль играют и другие факторы (социальные и индивидуальные), усиливающие или ослабляющие данные педагогические воздействия. Однако в нашем случае речь идёт только о расширении валеоформирующих возможностей образовательной среды.

Учитывая вышеизложенное, в рамках экспериментального исследования нами были рассмотрены условия проведения уроков по физической культуре в двух группах младших школьников с двух позиций: 1) анализа структурных компонентов их валеоустановок и 2) показателей физического здоровья. В обеих группах время, отведённое на уроки физической культуры, составляло три часа в неделю. Первая группа школьников (два класса) на уроках по физической культуре занималась преимущественно на открытом воздухе (на спортивных площадках в лесопарке). Вторая группа (также

два класса) находилась в лучших (с утилитарно-прагматической позиции) условиях – занималась преимущественно в закрытых оборудованных спортивных помещениях. Таким образом, вторая группа имела лучшие *технические* условия для решения основных дидактических задач, безопасного проведения занятий, развития двигательного потенциала учащихся, а значит, для оздоровления. Однако в педагогике зачастую не бывает однозначного (тем более, однозначно правильного!) решения, это область задач открытого типа, следовательно – задач творческих. Во всяком случае, мы ориентировались на мнение, встречающееся в научных и методических публикациях, авторских программах по физическому воспитанию, о том, что физкультурные занятия у школьников следует чаще проводить в открытых зонах отдыха, лесопарках (что, к тому же, особенно актуально в условиях нынешней пандемии COVID-19). Это способствует и физическому оздоровлению, и экологизации сознания. Тем не менее, в реальной педагогической практике стремление преподавателей к использованию природно-оздоровительных комплексов для физкультурных занятий не столь частое явление.

У школьников отслеживались следующие показатели: структурные компоненты валеоустановок изучались на основе анкетирования по специально созданным для этой цели анкетам; одновременно методом экспресс-оценки уровня физического здоровья измерялись и оценивались антропометрические данные, АД, проба Штанге, индексы – Кетле-2, Робинсона, Скибинского, Шаповаловой, Руфье [3].

В результате проделанной работы получено следующее.

1. В первой группе школьников (использовавших ландшафтно-средовой вариант физкультурных занятий) вне зависимости от половой принадлежности и уровня физического здоровья валеоустановки оказались ближе к самодостаточному типу, нежели у школьников противоположной группы. Когнитивная составляющая валеоустановок в обеих группах прак-

тически совпадает, однако различия наблюдаются в эмоционально-оценочной компоненте и, особенно, в поведенческой, деятельностной.

2. У девочек несколько ярче, в отличие от мальчиков, выражена эмоционально-оценочная компонента. Их описания эмоциональных переживаний состояния здоровья и болезни более контрастны. По когнитивному и поведенческому компонентам валеоустановок достоверных различий между полами не обнаружено. Поскольку эмоции в данном возрасте составляют основу мотивации поведения и деятельности, то можно надеяться на их существенный вклад в субъективное мотивационное поле, формирующее личность безопасного типа в будущем, именно у девочек. Это важно, поскольку воспитательные воздействия открытого, эмотивного типа более характерны для женского пола.

3. По окончании почти девяти месяцев учебных занятий выявлены более высокие показатели физической компоненты здоровья у школьников первой группы (в основном уровни «средний» и «выше среднего»), в отличие от обобщённых показателей во второй группе (в основном «средний» уровень).

4. Восприятие школьниками первой группы категорий «физическая культура» и «природно-оздоровительные средства» ассоциативно намного ближе, нежели во второй – «природно-депривированной» группе занимающихся.

Заключение. Таким образом, можно констатировать, что экологизация валеоустановок посредством ориентированной на природно-ландшафтный вариант физкультурно-оздоровительной деятельности способствует не только более эффективному физическому оздоровлению младших школьников, но и возникновению у них ассоциативно-мотивационного комплекса, связывающего физкультурную деятельность с окружающей природной средой. Данное обстоятельство позволяет также надеяться на то, что экологизация валеоустановок вносит свой вклад в развитие личности безопасного

типа.

Использованные источники:

1. Васильева О. С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: учебное пособие. / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. – М.: Академия, 2001. – 352 с.

2. Носова Р. М. Индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании студентов 1–4 курсов технического вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1987. – 24 с.

3. Поляков С. Д. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников : метод. пособие / С. Д. Поляков, С. В. Хрущёв, И. Т. Кореева, М. Н. Кузнецова, А. М. Соболев. – М. : Айрис пресс, 2006. – 91 с.

4. Повещенко Н. П. Охрана здоровья подрастающего поколения как педагогическая проблема: история, современность : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. – Владимир, 1996. – 22 с.