

УДК 791.228:796.011.1:613.9

Кострікова К. С.

ORCID 0000-0002-1388-3311
ResearcherID AAP-6713-2020

Аспірант,
Херсонський державний університет
(Херсон, Україна) E-mail: kostrikova0907@gmail.com

Кольцова О. С.

ORCID 0000-0002-4817-7812
ResearcherID AAP-3339-2020

Кандидат педагогічних наук, доцент,
Херсонський державний університет
(Херсон, Україна) E-mail: olya.kolcova@gmail.com

ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ У ФОРМУВАННІ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ

У статті висвітлено актуальність проблеми формування культури здоров'я учнів закладів загальної середньої освіти. У дослідженні розкрито поняття спортивної анімації як основного напрямку анімаційної діяльності, спрямованого на зміцнення та оздоровлення учнів. Розглянуто основні характеристики психічних структур, що відповідають за стан здоров'я особистості. Наведено низку потенціалів анімаційної діяльності як однієї зі складових фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Мета роботи полягає у розкритті особливостей спортивної анімації як засобу формування культури здоров'я школярів.

Методологія дослідження. Базою дослідження стали факультет фізичного виховання і спорту Херсонського державного університету і заклади загальної середньої освіти № 55 і № 32 м. Херсона. Усі учасники (студенти 3 курсу факультету фізичного виховання і спорту ХДУ, а також 256 школярів середніх класів) дали інформовану згоду на участь в експерименті.

Наукова новизна роботи полягає у тому, що вперше комплексно досліджено спортивну анімацію як засіб формування культури здоров'я школярів.

Результати роботи та ключові висновки. В рамках реалізації програми практики на базах закладів середньої освіти м. Херсона студентами переважно було використано різні форми спортивної анімаційної діяльності: проведення днів здоров'я, конкурсів, свят й інших активних заходів, спрямованих на пропаганду здорового способу життя; показові виступи, флешмоби, квести, спортивні та спортивно-ігрові змагання, що носять рекреаційно-розважальний характер й ін. Усі форми демонструють зразки сили, спритності, показують красу, безмежні можливості фізичного й інтелектуального удосконалення людини. Результати дослідження підтвердили ефективність використання спортивної анімації у процесі формування культури здоров'я школярів.

Ключові слова: здоров'я, культура здоров'я, спортивна анімація, школярі.

Постановка проблеми. Здоров'я в усі часи вважалось найвищою цінністю та важливою основою активного творчого життя і благополуччя людини. Під культурою здоров'я розуміють комплекс теоретичних знань про чинники, що сприяють здоров'ю, а також грамотне застосування у повсякденному житті принципів активної стабілізації здоров'я, тобто оздоровлення.

Той факт, що здоров'я людини на 40-50 % залежить від способу життя, тобто від поведінки, вказує на необхідність розгляду проблеми здоров'я як проблеми зміни поведінки людини, тобто проблеми психологічної [2].

Сучасна система освіти орієнтована на роботу з розвитку уявлень про здоров'я, а також роботу з формування стратегій і технологій в галузі здоров'я, а ось розвитку «потрібного» суспільству ставлення до здоров'я уваги практично не приділяють.

Разом з тим накопичений досвід вивчення проблеми залишає відкритими питання, що стосується механізму психологічних складових розвитку ціннісного ставлення до здоров'я, що потребує пошуку нових підходів до формування культури здоров'я.

Анімаційна діяльність – це спеціально організована діяльність з культурно-дозвіллевої роботи із дітьми, підлітками та молоддю, а також виховання засобами культури, мистецтва і спілкування [3; 5].

З огляду на ситуацію, необхідно ефективно використовувати потенціали анімаційної діяльності, оскільки вона відкриває широкі можливості для прояву ініціативи, орієнтації особистості і розвитку навичок комунікативної взаємодії. Тому аналіз основних напрямів спортивно-анімаційної діяльності у галузі освіти є суспільно важливою та **актуальною** проблемою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У контексті дослідження анімаційної діяльності особливе значення для нашого дослідження мають роботи В. А. Квартального, Л. В. Курило, Е. М. Прієзжева, Б. А. Стойковича, І. І. Шульги. Вивченню проблеми ціннісного ставлення до здоров'я присвячені дослідження Г. К. Зайцева, Л. С. Овчиннікової, Є. В. Водневої, В. С. Кучменко, В. Н. Беленова та ін.

Здоров'я людини на 60 % формує спосіб життя (по суті, дія людини на середовище і на себе), на 20 % навколишнє середовище (дією середовища на людину) і лише на 8 % залежить від медичної допомоги [1, с. 298-364].

Психологічна сутність процесу формування культури здоров'я полягає в багаторазовому повторенні послідовних змін на рівні свідомості і поведінки особистості:

- позитивна зміна ставлення до здоров'я;
- позитивна зміна поведінки особистості з метою збереження і зміцнення здоров'я;
- використання нових позитивних способів поведінки і перетворення їх в звичні.

Засобами, що сприяють розвитку ціннісного ставлення до здоров'я, є спрямовані соціальні впливи, які полягають у наданні учасниками дослідження значущої інформації про здоров'я [1; 4].

Критеріями вибору змісту інформації є її відповідність специфіці потреби в здоров'ї даної групи випробовуваних і можливість використання у майбутній професійній діяльності.

Способом, що підвищує значущість одержуваної інформації, виступає активізація діяльності досліджуваних, спрямованої на самопізнання, рефлексію, розширення уявлень про обрану професію, колективну й індивідуальну творчість через використання інтерактивних методів.

Придбані знання, уявлення, уміння і навички не здатні на тривалий час змінити поведінку людини у сфері здоров'язбереження, якщо вони не підкріплені відповідним ставленням.

Як і будь-яка багаторівнева категорія, ставлення має свою структуру. До основних складових будь-якого відношення до здоров'я відносять когнітивну, поведінкову й емоційну. Когнітивна складова ставлення до здоров'я полягає в усвідомленні власного стану. Поведінкову складову буде реалізовано у вчинках людини, її активності, мотивації до самореалізації себе у справах. Емоційну складову ставлення до здоров'я розкриє настрій особистості, що домінує [4, с. 240-284].

Підвищений, бадьорий, життєрадісний настрій призводить до підвищення життєвого тону і психологічної стійкості, захищає від хвороб і створює основу для одужання.

Виділяють характеристики психолого-педагогічних чинників, що відповідають за стан здоров'я особистості:

- сформованість уявлень про здоров'я і хвороби;
- стратегії активної поведінки з зміцненню здоров'я і подоланню хвороби;
- позитивний емоційний настрій, пов'язаний зі ставленням до здоров'я, до себе, до інших, до життя [6].

Залучення школяра до здорового способу життя слід починати з формування у нього мотивації до здоров'я. Турбота про здоров'я, його зміцнення повинні стати ціннісними мотивами, що формують, регулюють і контролюють спосіб життя. Цей процес заснований на психолого-педагогічних закономірностях розважально-ігрової, фізкультурно-оздоровчої, художньо-видовищної діяльності [7].

У сучасному вимірі існування з'явилося нове покоління дітей – центеніали, або, як ще їх називають, діти покоління Z. Це перше покоління, яке народжено в епоху Інтернету та інформаційних технологій. Центеніали вчаться у ногу з технологіями і звикли до перехресного вивчення предметів. Вони звикли мислити глобально, оскільки швидко отримують інформацію з усього світу, бажають робити відкриття, люблять дослідження та розробки.

Зібраний і проаналізований фактичний матеріал дозволяє зробити припущення, що для ефективного освітнього процесу центеніалів потрібно використовувати візуальні та когнітивні модальності навчання.

Однією з відмінностей покоління Z є емоційна вразливість. У дітей велика потреба у новизні. Задоволення цієї потреби сприяє позитивним емоціям, які стимулюють діяльність центральної нервової системи. Емоційний фактор є провідним для залучення до занять фізичною культурою і спортом.

Фізкультурно-оздоровча діяльність сприяє поповненню дефіциту рухової активності, гармонізації навантажень, організації дозвілля дітей, формує такі якості особистості, як зібраність, витривалість, цілеспрямованість, рішучість, ініціативність. Крім того, участь у такій діяльності допомагає дитині орієнтуватися у навколишньому світі, сприяє формуванню дружніх відносин, привчає до дотримання гігієнічних норм [2, с. 298-364].

Мета дослідження полягає у розкритті особливостей спортивної анімації як засобу формування культури здоров'я школярів.

Здоров'я може бути представлено у вигляді чотириккомпонентної моделі, в якій представлені такі компоненти:

- соматичне – поточний стан органів і систем організму;
- фізичне – рівень зростання і розвитку органів і систем організму;
- психічне – стан психічної сфери, загальний психологічний комфорт, забезпечуючи адаптаційні реакції [4, с. 240-284];
- моральне – комплекс характеристик мотиваційно-потребісної сфери (система цінностей, установок, мотивів).

Методологія дослідження. Базою дослідження стали факультет фізичного виховання і спорту Херсонського державного університету, а також заклади середньої освіти № 55 і № 32 м. Херсона. Контингент дослідження склали студенти 3 курсу факультету фізичного виховання і спорту ХДУ та 256 школярів середніх класів. Усі учасники дали інформативну згоду на участь в експерименті.

Під час дослідження використовувались такі **методи**: *теоретичні* (аналіз науково-методичної літератури з проблеми дослідження; узагальнення, обробка результатів дослідження).

У процесі дослідження були використані методика «Визначення загального рівня сформованості культури здоров'я школярів» (Н. С. Гаркуша) та методи математичної статистики у визначенні середньо-арифметичних показників.

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що вперше комплексно досліджено спортивну анімацію як засіб формування культури здоров'я школярів.

Результати дослідження. Спортивна анімація як одна зі складових фізкультурно-оздоровчої діяльності має низку потенціалів:

1. Сприяє формуванню соціально-важливих якостей особистості як активність, комунікативність, організованість, креативність.

2. Дає можливість набутти досвіду інтерактивної взаємодії.

У ході дослідження нами виявлено умови, при яких анімаційна діяльність впливає на формування культури здоров'я:

- значущість участі в анімаційній діяльності;
- спрямованість на формування умінь, навичок, ціннісних орієнтацій;
- мотивація до саморозвитку школяра [3, с. 183-186].

На факультеті фізичного виховання та спорту Херсонського державного університету спортивна анімація передбачає реалізацію програм фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової спрямованості в рамках навчальних практик. Сенс цієї ідеї полягає у тому, щоб студенти в умовах проведення заходів сприяли б створенню виховного середовища навколо себе. Це обумовлено принципом евристичного середовища, яке вимагає забезпечення:

- оптимістичного сприйняття перспектив спільної анімаційної діяльності та процесу її здійснення;
- проявів спонтанності та креативності учасників;
- пошукового характеру анімаційної діяльності у складних та створюваних конкретних ситуаціях.

В рамках реалізації програми практики на базах закладів загальної середньої освіти м. Херсона студентами переважно було використано різні форми спортивної анімаційної діяльності: проведення днів здоров'я, конкурсів, свят та інших активних заходів, спрямованих на пропаганду здорового способу життя; показові виступи, флешмоби, квести, спортивні та спортивно-ігрові змагання, що носять рекреаційно-розважальний характер тощо. Усі форми демонструють зразки сили, спритності, показують красу, безмежні можливості фізичного й інтелектуального удосконалення людини.

З метою виявлення ефективності використання спортивної анімації у процесі роботи зі школярами міста Херсона нами була проведена комплексна діагностика сформованості культури здоров'я, яка здійснювалася з використанням методики «Визначення загального рівня сформованості культури здоров'я школярів» (Н. С. Гаркуша).

Узагальнюючи експериментальні дані, отримали явну динаміку змін рівня сформованості культури здоров'я школярів (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл школярів за рівнями сформованості показників культури здоров'я

Група	Етап	Рівні сформованості, %		
		Високий	Середній	Низький
Учні базової середньої освіти	На початку дослідження	14,1	51,4	34,5
	По закінченню дослідження	23,2	69,1	7,7

Різниця в результатах першого і другого тестування свідчить про те, що формування культури здоров'я школяра відбувається ефективно в умовах фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи з використанням спортивної анімації.

Висновки. Процес формування культури здоров'я можна представити у вигляді схеми: включення людини в систему життєдіяльності, набуття і накопичення знань, їх інтеріоризація й екстеріоризація.

Практика спортивної анімаційної діяльності, сутність якої полягає в отриманні нової інформації, закріпленні нових знань і вражень щодо навколишнього світу, в інтелектуальному, фізичному, емоційному та духовному вдосконаленні, надає великого значення залученню в дійство, надаючи реальну можливість розвитку особистості.

Результати дослідження підтвердили ефективність використання спортивної анімації у процесі формування культури здоров'я школярів.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці методичних рекомендацій щодо застосування комплексу заходів та моделі впровадження спортивної анімації, які забезпечать успішний процес формування соціально-громадянських компетентностей дитини.

References

- Горашук В. П. Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів: дисертація доктора педагогічних наук: 13.00.01; Харківський національний педагогічний ун-т ім. Г.С. Сковороди. Харків, 2004. С. 386–414.
Horashchuk, V. P. (2004). Teoretychni ta metodolohichni zasady formuvannia kultury zdorovia shkoliariv [Theoretical and methodological principles of forming of culture of health of schoolchildren]. *Dysertatsiia doktora pedahohichnykh nauk: 13.00.01. Kharkivskiy natsionalnyi pedahohichnyi un-t im. H. S. Skovorody. – Dissertation thesis of the doctor of pedagogical sciences: 13.00.01, H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University. Kharkiv, Ukraine. Pp. 386–414.*
- Єрмакова Т. С. Формування культури здоров'я школярів у Польщі: теорія і практика : моногр. Харків : Харківський національний педагогічний ун-т ім. Г.С. Сковороди, 2016. С. 298–364.
Yermakova, T. S. (2016). Formuvannia kultury zdorovia shkoliariv u Polshchi: teoriia i praktyka [Forming of culture of health of schoolchildren in Poland: theory and practice]: a monograph. Kharkiv, Ukraine : Kharkivskiy natsionalnyi pedahohichnyi un-t im. H. S. Skovorody. Pp. 298–364.
- Килимистий С. М. Анімація в туризмі : навчальний посібник. Київ : Федерація профспілок України, Інститут туризму, Видавництво ФПУ, 2007. С. 183–186.
Kylymystyi, S. M. (2007). Animatsiia v turyzmi [Animation is in tourism]: a textbook. Kyiv, Ukraine : Federation of Trade Unions of Ukraine. Institute of Tourism. Pp. 183–186.
- Носко М. О., Гаркуша С. В., Воєділова О. М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні : монографія. Київ : СПД Чалчинська Н. В., 2014. 300 с.
Nosko, M. O., Harkusha, S. V., Voiedilova, O. M. (2014). Zdoroviazberzhuvalni tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni [The health-preserving technologies in physical training education]: a monograph. Kyiv, Ukraine : SPD Chalchynska N. V.
- Пасічник Л. В. Проектування та реалізація програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту. : 24.00.02; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. Київ, 2017. 20 с.
Pasichniak, L. V. (2017). Proektuvannia ta realizatsiia prohram sportyvnoi animatsii u mistsiakh masovoho vidpochynku naseleння [Planning and realization of the programs of sport animation in the places of mass rest of population]. Extended abstract of Candidate's thesis. Kyiv, Ukraine : National University of Ukraine on Physical Education and Sport.

6. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М.: АПКИПРО, 2002. 121 с.
Smirnov, N. K. (2002). *Zdorovesberegayushchie obrazovatelnye tekhnologii v sovremennoy shkole* [Health saving educational technologies to the temporal school]. Moscow, Russia : АПКУПРО.
7. Соловьев Г. М. Здоровый образ жизни: научно-теоретические и методические основы: учебное пособие. Часть 1. Ставрополь: Изд-во СГУ, 2001. 180 с.
Solovev, G. M. (2001). *Zdorovyy obraz zhizni: nauchno-teoreticheskie i metodicheskie osnovy* [Healthy way of life : theoretical and methodical bases]: a textbook. Issue 1. Stavropol, Russia : Izd-vo SGU.

Kostrikova K.

ORCID 0000-0002-1388-3311
ResearcherID AAP-6713-2020

Ph.D. student,
Kherson State University
(Kherson, Ukraine) E-mail: kostrikova0907@gmail.com

Koltsova O.

ORCID 0000-0002-4817-7812
ResearcherID AAP-3339-2020

Ph.D. in Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Kherson State University
(Kherson, Ukraine) E-mail: olya.kolcova@gmail.com

THE USE OF SPORTS ANIMATION IN THE FORMATION OF SCHOOL HEALTH CULTURE

The article highlights the urgency of the problem of student's health culture forming in general secondary education. The study reveals the concept of sports animation as the main direction of animation activities aimed at strengthening and improving the health of students. The main characteristics of mental structures responsible for the state of health of the individual are considered. Several potentials of animation activity as one of the components of physical culture and health activity are given.

The purpose of the work is to reveal the features of sports animation as a means of forming a culture of school health.

Research methodology. The study was performed at Physical Education and Sports Faculty of Kherson State University and general secondary schools № 55 and № 32 in Kherson. All participants (3rd-year students of the Faculty of Physical Education and Sports of KSU, as well as 256 middle school students) gave an informed consent to participate in the experiment.

The scientific novelty of the work is that for the first-time sports animation as a means of forming a culture of school health has been comprehensively studied.

Work results and key conclusions. As part of the internship program at the secondary schools of Kherson, students mainly used various forms of sports animation activities: health days, competitions, holidays, and other active activities aimed at promoting a healthy lifestyle; demonstration performances, flash mobs, quests, sports and sports-game competitions of recreational and entertaining nature, etc. All forms demonstrate examples of strength, agility, show beauty, boundless possibilities of physical and intellectual improvement of the person. The results of the study confirmed the effectiveness of the use of sports animation in the process of forming a culture of school health.

Key words: health, health culture, sports animation, schoolchildren.

Стаття надійшла до редакції 08.10.2020 р.

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **В. Л. Смульський**