

**ВРАХУВАННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Розглядаються питання гендерних особливостей у процесі формування здорового способу життя. Висновки підтверджують, що диференційований підхід з урахуванням гендерних відмінностей молодших школярів сприяє розширенню знань про здоровий спосіб життя і збільшенню ефективності процесу фізичної культури.

Спосіб життя загалом і здоровий спосіб життя (ЗСЖ) зокрема залежить від індивідуальних особливостей людини. Першою умовою виховання є врахування особливостей розвитку психологічної ідентифікації статі дитиною. Вже до дітей молодшого шкільного віку суспільство пред'являє вимоги як до хлопчиків і як до дівчаток. Диференційований підхід до молодших школярів на основі гендерних відмінностей сприяє розширенню знань та уявлень про ЗСЖ і підвищенню ефективності процесу фізичного виховання.

Ось чому вітчизняні вчені і педагоги все частіше порушують питання гендерної освіти, оскільки підхід до навчання представників різної статі повинен бути різним. На їхню думку, враховувати особливості гендерних відмінностей у фізичному вихованні потрібно вже в дитячому віці, тому що кожен індивід має свої генетичні, фізіологічні та поведінкові особливості.

Сучасні вимоги індивідуального підходу до формування особистості засобами фізичного виховання не можуть бути виконані без урахування специфіки статі дитини. Водночас добре відомо, що у практиці сучасної загальноосвітньої школи майже не розрізняється особливості виховання хлопчиків і дівчаток, юнаків і дівчат, що й спонукало нас до цього дослідження.

Метою статті є визначення та обґрунтування гендерних відмінностей молодших школярів при формуванні ЗСЖ.

Для вирішення поставлених завдань були використані порівняльний аналіз і узагальнення літературних джерел.

Серед багатьох досягнень цивілізації особливе місце посідає ставлення суспільства до осіб різної статі, визначення їхньої ролі у соціумі, до взаємостосунків між ними.

Статеворолеві стереотипи як система правил поведінки в суспільстві за ознакою статі і гендер як соціальний фактор є невід'ємною частиною соціалізації і спрямування життєвого шляху та стандартів способу життя. Гендер визначає соціальний статус та індивідуальні можливості самореалізації особи залежно від статевої приналежності. В цьому випадку гендерний підхід дає розуміння біологічних особливостей розвитку статей і особливостей їх соціально-культурного розвитку. Деякі автори (Г. Зайцев, В. Мухіна, Л. Надолінська) вважають, що необхідно з раннього дитинства формувати відчуття статевої приналежності і сприяти виробленню відповідної індивідуальної поведінки. Ідентифікація себе як статі характеризується створенням дитиною власних гендерних схем. Поняття гендерних схем, які створює сама дитина як щодо себе, так і відносно іншої статі, тісно переплітається з її способом життя [6, 8].

Міжособистісні відносини в цьому віці будуються, як правило, на емоційній основі. Навички міжособистісного спілкування, зазвичай, розвинені слабо. Дівчатка в цьому віці проявляють вищий рівень рефлексії і соціальної відповідальності, більшу, ніж хлопчики, гнучкість, здатність словесно демонструвати соціально схвалювані форми поведінки, хоча "егоїстичних" дівчаток більше, ніж хлопчиків, які менш адекватно оцінюють свою реальну поведінку.

Молодший школяр вже точно ідентифікує себе як хлопчик або як дівчинка. Ставлення до себе і схеми поведінки будуються вже з урахуванням цього чинника. Відповідно і підхід до ЗСЖ повинен бути як жіночим, так і чоловічим.

Гендерний підхід служить умовою не тільки для формування уявлень про жіночий ЗСЖ і чоловічий ЗСЖ, а й лежить в основі організації процесу фізичного виховання, оскільки враховує в нормативних вимогах і змісті занять особливості розвитку хлопчиків і дівчаток, їх інтереси і потреби. Для хлопчиків найбільш дієвою є пропаганда фізичної культури і спорту,

ЗСЖ як чинника розвитку волі, сили, спритності, мужності. Дівчаток у фізичному вдосконаленні цікавить переважно можливість стати більш пластичними, стрункими, витонченими, красивими, хоча останнім часом у них виявляється інтерес і до занять суто чоловічими видами спорту (футбол, боротьба, атлетична гімнастика і т. д.). На основі даного підходу теоретичний матеріал про структуру ЗСЖ людини треба подавати диференційованою за статевою ознакою. Такий підхід формує ціннісне ставлення до знань про ЗСЖ людини, оскільки спочатку враховує особливості статі. Інформація, що дається з урахуванням статевих відмінностей, є ближчою для сприйняття хлопчикам і дівчаткам.

Важливо приділити увагу особливостям вибору хлопчиками і дівчатками їхньої майбутньої діяльності, спираючись на дослідження, яким видам фізичних вправ віддають перевагу хлопчики та дівчатка. Не варто фіксувати їхню увагу лише на тій діяльності, що підходить їм найбільше. Важливо формувати у них правильне ставлення до всіх видів, необхідних у формуванні ЗСЖ [8].

Крім цього, хлопчики і дівчата по різному ставляться до уроків фізичної культури і вчителя, котрий проводить такі заняття [7]. Згідно з даними Е. Єделевої, хлопчики частіше задоволені уроками фізичної культури, ніж дівчата. Якщо хлопчики невдоволені уроками передусім через досягнутий рівень фізичного розвитку, то у дівчат на першому місці за значущістю стоїть невдоволення змістом і якістю проведення уроку [3].

Дівчатка у 2 рази частіше, ніж хлопчики, проявляли невдоволення стосунками із вчителем фізичної культури, що пояснюється більшим значенням для осіб жіночої статі емоційного спілкування і взаємостосунків, ніж для осіб чоловічої статі [3]. Е. Ільїн шляхом ретроспективного опитування учнів визначив, що основна причина невдоволення уроками фізкультури хлопчиків пов'язана з неможливістю задовольнити потребу в руховій активності (32% відповідей). У дівчаток основна причина невдоволення — низька організація уроку (43% відповідей). У хлопчиків цей чинник стояв на другому місці (22,6% відповідей), у дівчат другим за значущістю був нецікавий зміст уроку і низька його емоційність (30% відповідей). Хлопчиками емоційність уроку відзначалася рідко (6% відповідей), як і ставлення вчителя до уроку (9,5% проти 18,2% у дівчат). Оцінюючи урок фізичної культури, дівчата надавали перевагу більшій кількості чинників, ніж хлопці. Так, вони відзначали потребу на уроці в дисципліні (15% відповідей), а також диференційованому підході у навчанні хлопчиків і дівчаток (40% відповідей) [2].

Е. Писаннікова виявила, що дівчата, порівняно з хлопчиками, частіше відзначали наявність у вчителя фізкультури позитивних особистих якостей. Старшокласниці надають більшого значення зовнішньому вигляду вчителя, ніж хлопчики. Стиль керівництва вчителя фізичної культури сприймається як авторитарний частіше дівчатками, ніж хлопчиками. Ці відмінності чіткіше виявлені у тих, хто незадоволений уроками фізичної культури. Характерно, що хлопчики, які займаються спортом, частіше негативно реагують на зауваження вчителя фізичної культури, ніж дівчата (41,9% і 26,5% відповідно серед задоволених уроками і 92,8% і 75,0% — серед незадоволених уроками). Отже, хлопчики, що досягли певних успіхів у спорті, більш самовпевнені, ніж дівчатка. Серед школярів, які не займаються спортом, таких відмінностей не спостерігалось [2].

Існують гендерні особливості у мотивації занять на уроках фізичної культури. Лише 40% школярів займаються на таких уроках фізичної культури цілеспрямовано, бажаючи мати високий фізичний розвиток. При цьому хлопчики розуміють його як розвиток рухових якостей, а дівчатка — як поліпшення свого естетичного вигляду: фігури, ходи і т. д.

Недостатній інтерес дівчат до фізкультури зумовлений, зокрема, тим, що спрямованість і вимоги цих занять більшою мірою відповідають ціннісним орієнтаціям хлопчиків. Цей висновок підтверджують якоюсь мірою і дані Е. Сайкіної, яка вивчала мотиви відвідування уроків фізичної культури дівчатами. Домінуючим (у 87% школярок) є формування гарної фігури і ходи. Мотив “гарно рухатись і танцювати” виявлено у 76% дівчаток, підвищення рівня рухових здібностей — у 61%, навчання грати у волейбол, баскетбол та інші ігри, а також зміцнити здоров'я — у 31% дівчаток [2; 3].

В дослідженні Є. Ільїна виявлено, що з усіх розділів навчальної програми з фізичної культури хлопчики віддають перевагу спортивним іграм, переважно баскетболу (38,5%

відповідей — у 2 рази більше, ніж у дівчаток). Представники жіночої статі віддають перевагу гімнастиці в усіх її різновидах. Дівчатам частіше не подобалися спортивні ігри і лижна підготовка, а хлопчикам — гімнастика. Дівчата хочуть, щоб виконання фізичних вправ супроводжувалося музикою, хлопчики таких побажань практично не висловлювали. Дівчата частіше висловлювали побажання, щоб навчальний матеріал був різноманітнішим.

Ю. Борисов з'ясував, що активність дівчат до занять фізичною культурою значно менша, ніж у хлопчиків. На це вказує їх ставлення до розділів навчальної програми та різних видів спорту (табл.1).

Таблиця 1

Ступінь поширення занять фізичною культурою і спортом (% відсоток випадків)

Види рухової активності	Хлопчики	Дівчата
Плавання	36,7	29,2
Ходьба на лижах	29,9	22,7
Їзда на велосипеді	41,4	20,8
Катання на ковзанах	9,1	4,9
Волейбол	12,6	7,9
Туризм	2,9	3,2
Настільний теніс	1,6	0,7
Художня гімнастика	–	14,4
Спортивна гімнастика	6,4	2,9

За даними вченого, не займаються, але бажають займатися фізичними вправами частіше теж хлопчики, ніж дівчата (відповідно 26,5% і 19,9%) [2].

Відмінності у виявленні хлопчиками та дівчатами інтересу до різних видів спорту та розділів навчальної програми вивчав М. Ріпа. Він визначив, що хлопчики значно частіше цікавляться волейболом, баскетболом, футболом і хокеєм, дівчата — фігурним катанням і гімнастикою. Стосовно інтересу до легкої атлетики і плавання відмінностей немає. Останніми роками значно зріс інтерес жінок до таких жіночих видів спорту, як аеробіка та її різновиди (степ, слайд, фанк), шейпінг. Одночасно помітну цікавість дівчата виявляють і до східних єдиноборств [4].

Наведені дані відображають загальноосвітні тенденції. У Польщі виявлені аналогічні закономірності. Так, згідно з даними З. Дроздовські, кількість осіб, що займаються спортом, була більшою серед чоловіків, ніж серед жінок незалежно від віку. Автором виявлено, що дівчата частіше займаються у шкільних спортивних гуртках, а хлопчики — у спортивних клубах. Меншу участь в спортивних заняттях дівчата пояснюють великою зайнятістю навчанням [1].

Дівчата частіше, ніж хлопчики, посилаються на відсутність інтересу, недостатність вільного часу, на застарілі традиції і звичаї у навчанні. Хлопчики ж частіше називають зовнішні причини: немає поблизу спортивної бази, немає секції з улюбленого виду спорту, не організовані заняття у групах здоров'я.

Дівчата частіше, ніж хлопчики, скаржаться, що багато часу витрачають на виконання домашніх завдань, на необхідність допомагати батькам, часто не можуть тренуватися за станом здоров'я, іноді немає бажання, не дозволяють батьки [1].

В результаті вивчення та аналізу літературних даних, які стосуються гендерних відмінностей молодших школярів при формуванні ЗСЖ, стає зрозумілим, що вчителям фізичної культури необхідно враховувати не тільки фізіологічні, морфофункціональні і психологічні особливості дітей різної статі, а й ставлення їх до різних видів спорту і розділів навчальної програми.

Висновки. Враховуючи гендерні особистості на окремих заняттях хлопчиків і дівчаток, необхідно повідомляти про особливості і відмінності в підходах до збереження і зміцнення здоров'я. На основі цих відмінностей визначається “жіночий” і “чоловічий” ЗСЖ, будується

програма поведінки (хлопчик повинен займатися спортом, уміти налаштуватися на добрий настрій, не втрачаючи чоловічої гідності; дівчинка повинна бути жіночною, доброю, уважною, займатися фізичними вправами, щоб бути стрункою, гнучкою).

Особливістю цих занять має бути повна відсутність оцінної системи контролю за знаннями. Основна наша задача — залучення дітей до занять фізичними вправами через використання різноманітних засобів для підвищення інтересу до фізичної культури, пробудження позитивних емоцій і т. д. Діти повинні приходити на заняття з очікуванням чогось корисного для них і цікавого. Організація такого заняття вимагає від вчителя володіння не тільки матеріалом з фізичного виховання молодших школярів, а й інформацією про ЗСЖ людини.

Подальші дослідження дадуть змогу на практиці застосовувати інноваційні технології у навчанні, а саме — роздільне навчання хлопчиків і дівчат на уроках фізичної культури.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дроздовски З. Спортивная активность женщин Польши // Теория и практика физической культуры. — 1999. — № 6. — С.8–11.
2. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. — СПб.: Питер, 2003. — 544 с.
3. Еделева Е. Г. Отношение учащихся разного возраста к учебному предмету и урокам физической культуры в школе: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. — Л., 1989.
4. Рипа М. Д. Некоторые социальные факторы формирования физкультурных и спортивных интересов // Теория и практика физической культуры. — 1971. — №1. — С. 48–50.
5. Ледовская Н.М. Двигательная активность человека и гипокинезия. — Новосибирск, 1972. — С. 22.
6. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студентов вузов. — М.: Академия, 2003. — 456 с.
7. Сидоров Е. А. Возрастно-половые особенности проявления школьниками двигательной активности на уроках физической культуры и её связь с учебно-поведенческими характеристиками // Психофизиологические особенности учебной и спортивной деятельности. — Л., 1984. — С. 114–129.
8. Соковня-Семенова И. И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь. — М.: Академия, 2000. — 208 с.

Галина ПАНЧЕНКО

ВИКОРИСТАННЯ СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ ДЛЯ РОЗВИТКУ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ 6–7 РОКІВ

Наведені результати, які доводять про позитивний вплив спеціалізованих фізичних вправ на розвиток інтелектуальної сфери дітей 6-7 років.

Зростаючі обсяги навчальних навантажень пред'являють надзвичайно високі вимоги до інтелектуальної сфери дітей, які починають шкільне навчання. Це пояснюється тим, що в останні десятиріччя розвиток систем дошкільної, шкільної та вищої освіти характеризується зростаючим обсягом і темпами інтенсифікації процесу навчання. Навчальні програми переважним напрямком визначають збільшення обсягів інформації, ускладнення навчального матеріалу, а також інтенсифікацію та зростання рівня освіти.

В. Нагорний вказує, що, коли гіподинамія поєднується із систематичним розумовим та емоційним напруженням, розвиваються різноманітні захворювання та знижується розумова працездатність. Систематичне перенавантаження нервової системи і недостатня тренуваність інших систем організму (серцево-судинної, дихальної) призводять до порушень у роботі головного мозку, внаслідок чого погіршується центральнонервова регуляція серцево-судинної і інших систем організму, що загалом негативно позначається на центральній нервовій системі [5].

В Національній доктрині розвитку освіти зазначено, що фізичне виховання є невід'ємною складовою освіти, яка покликана забезпечувати можливість набуття кожною людиною необхідних науково обґрунтованих знань про методики досягнення високої працездатності і