

2. Информационный бюллетень ВООЗ. – 2010. – № 345. – Режим доступу: // www.who.int/mediacentre/factsheets/ru/index.html.
3. Картиш А.П. Про найгостріші методичні проблеми та визначення пріоритетних напрямів розвитку окремих медичних служб / А.П. Картиш // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. – №2. – 2001. – С. 15-19.
4. Корниченко И.А. Эргометрическое тестирование работоспособности : сб. научных трудов / И.А. Корниченко, В.Д. Сонькин, В.А. Воробьев ; под. ред. В.Д. Сонькина. – М., 1991. – С. 68-87.
5. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту // Спортивна газета. – 4 грудня 2004 р.
6. Про здоров'я та здоровий спосіб життя : навчальний посібник / Плахтій П.Д., Славіна Н.С., Дарчук С.І., Дорош В.У. ; за заг. ред. П.Д. Плахтія. – Кам'янець-Подільський : Моштак М.І., 2004. – 224 с.
7. Стан та чинники здоров'я українських підлітків : моногр. / О.М. Балакірева, Т.В. Бондар, О.П. Артюх та ін. ; наук. ред. О.М. Балакірева. – К. : ЮНІСЕФ, Укр. ін.-т соц. дослідж. ім. О. Яременка ; К.І.С., 2011. – 172 с.
8. MPOWER: a policy package to reverse the tobacco epidemic / World Health Organization. – Geneva, 2008. – 72 p.

The article examines some of the causes of the deterioration of health of modern teenagers based on an analysis of domestic and foreign scholars. Selects and describes the state of the defining elements for a healthy lifestyle. Particular attention is drawn to the conditions and factors of objective and subjective reasons for the sharp decline in health of Ukrainian teenagers.

Key words: health factors, teens, lifestyle, physical activity, school education.

Отримано: 19.07.2013

УДК 373.31

С. М. Бабюк

ФОРМУВАННЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІНТЕРЕСУ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ШЛЯХОМ ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

У статті обґрунтовано шляхи використання нетрадиційних технологій у формуванні інтересу до фізичної культури у молодших школярів.

Ключові слова: фізична культура, інтерес, нетрадиційні технології, молодші школярі.

Постановка проблеми. Фундаментальною основою виховання і навчання є турбота про здоров'я підростаючого покоління, тому, в першу чергу, перед педагогом постає проблема вибору найбільш оптимальних засобів впливу на дітей з метою їхнього фізичного розвитку. Одним із ефективних засобів, що створюють умови для формування у молодших школярів інтересу до фізичної культури, є використання нетрадиційних технологій.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Про значення своєчасної фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку йдеться в дослідженнях Е.С. Вільчковського, Т.І. Осокіної, Б.М. Шияна, О.Д. Дубогай та ін. На необхідність цілеспрямованого фізичного розвитку в процесі використання різноманітних форм фізичного виховання зазначали М.П. Козленко, В.Д. Розанова, О.А. Богиніч, Н.Б. Купріянова та ін.

Мета статті полягає у здійсненні аналізу використання нетрадиційних технологій у формуванні у молодших школярів інтересу до фізичної культури.

Виклад основного матеріалу. У сучасній світовій практиці існує велика кількість нетрадиційних технологій фізичного виховання. Але обмежене їхнє використання в практиці роботи початкових шкіл України пов'язане, насамперед, з відсутністю методичних рекомендацій та методичних розробок з використання нетрадиційних технологій у практиці роботи з дітьми молодшого шкільного віку. Таким чином, існують протиріччя між великими потенційними можливостями використання нетрадиційних технологій фізичного виховання дітей у ході фізкультурної діяльності і недостатнім їхнім використанням у сучасній практиці початкової школи.

Відповідно до логіки дослідження, дослідження з використання нетрадиційних технологій фізичного виховання з метою формування інтересу дітей молодшого шкільного віку до фізичної культури був проведений на основі компонентного підходу (розвитку мотиваційно-спонукального, змістовно-процесуального і конструктивного компонентів) у три етапи.

Перший етап – мотиваційно-спонукальний – передбачав формування у дітей високої мотивації до систематичних занять фізичною культурою, спонукання їх інтересів і усвідомлених потреб у цьому. З метою формування інтересу дітей до фізичної культури під час використання нетрадиційних технологій зверталася увага на:

- облік і науково обґрунтовану оцінку інтересів дітей;
- раціональну організацію навчання;
- розвиток пізнавальної активності молодших школярів.

Завдання першого етапу полягало у психологічному стимулюванні дітей і створенні умов для засвоєння ними нових знань. У цей період здійснювалася орієнтація дітей на досягнення цілей і завдань фізичного виховання.

Нетрадиційні технології використовувалися в процесі всього фізичного виховання молодших школярів у різних організаційних формах – гігієнічна гімнастика, заняття, фізкультхвилинки, фізкультпаузи, розминки, фізкультурні свята і розваги тощо. У процесі роботи враховувалося, що в основі підвищення інтересу дітей до виконання фізичних вправ лежить їх особиста фізична культура.

Як стверджує А.Д. Глазиріна [1, с.12], особиста фізична культура є інтегральним і найбільш складним утворенням в ієрархії основних особистісних утворень дитини, яка включає природну потребу

в рухах, нових враженнях, новій інформації; мотивацію до занять фізичною культурою; активний стійкий інтерес до фізичної культури; звичку до фізичних вправ, гігієнічних і загартувальних процедур; потребу у фізичному вдосконаленні; активно-позитивне ставлення до фізичної культури. Також ми керувалися теоретичними положеннями педагогічної концепції виховання особистої фізичної культури молодших школярів [3]. Ми враховували, що виховання особистої фізичної культури здійснюється шляхом впливу на мотиваційну сферу дитини, як внутрішню, так і зовнішню. Особисту фізичну культуру можна виховувати двома шляхами, по-перше, це цілеспрямований вплив на окремі мотиви і мотиваційну сферу, по-друге, вплив на особистість молодшого школяра в цілому.

Дослідження проводилося в початковій ланці загальноосвітньої школи, тому що в молодшому шкільному віці закладаються основи фізичної культури людини, формуються інтереси, мотивації і потреби в систематичній фізичній активності. Цей вік особливо сприятливий для оволодіння базовими компонентами культури рухів, освоєння великого арсеналу рухових координацій, техніки різноманітних фізичних вправ. При цьому треба враховувати, що ритмічний, силовий і просторовий образи рухів молодші школярі сприймають насамперед у відчуттях і узагальненнях вражень і меншою мірою – шляхом усвідомлення, продуманого освоєння технічної дії. Діти цього віку майже самостійно, тільки поспостерігавши за тим, як це робиться, можуть освоїти пересування на лижах, ковзанах, навчитися поводитися з м'ячем, проявляти спортивно-ігрову кмітливість.

Відповідно до вимог дидактики, для успішного виховання особистої фізичної культури дитини потрібно:

- переконати дітей у тому, що особиста фізична культура суспільно необхідна і життєво важлива для кожної людини;
- розглядати виховання особистої фізичної культури молодших школярів як цілеспрямований навчально-виховний процес;
- організувати педагогічно спрямований вплив не тільки у навчальному закладі, але і в родині.

Під час роботи з використання нетрадиційних технологій потрібно створити оптимальні умови:

- повну відповідність спортивного залу і спортивного майданчика санітарно-гігієнічним вимогам;
- раціональне розміщення спортивного інвентарю;
- відповідність спортивного одягу дітей температурному режиму.

Побудова навчального процесу вирішувала наступні завдання фізичного виховання учнів: зміцнення здоров'я, сприяння гармонійному фізичному розвитку, вироблення стійкості до несприятливих умов зовнішнього середовища (заняття протягом усього періоду навчання ми намагалися проводити на відкритому повітрі, відмовляючись від цього лише при зовсім поганих погодних умовах: сильному вітрі, морозі, зливі); оволодіння основами рухів (з першого ж дня хлопці привчалися правильно виконувати запропо-

новані вправи для якнайшвидшого формування рухового стереотипу та уникнення помилок при виконанні більш складних вправ); розвиток координаційних (точність відтворення просторових, тимчасових і силових параметрів руху: рівноваги, ритму, швидкості і точності реагування на сигнали, узгодження рухів, орієнтування в просторі) і кондиційних (швидкісних, швидкісно-силових, витривалості та гнучкості) здібностей; формування елементарних знань про особисту гігієну, режим дня, вплив фізичних вправ на стан здоров'я, працездатність і розвиток рухових здібностей; вироблення уявлень про основні види спорту, прилади і інвентар, про дотримання правил техніки безпеки під час занять; залучення до самостійних занять фізичними вправами, рухливими іграми, використання їх у вільний час на основі формування інтересів до певних видів рухової активності; виховання дисциплінованості, доброзичливого ставлення до товаришів, сміливості і рішучості під час виконання фізичних вправ, сприяння в розвитку психічних процесів (пам'яті, мислення та інших) в ході рухової діяльності.

Підбираючи вправи, слід виходити з того, що вони повинні позитивно впливати на організм дитини. При цьому керуються наступними вимогами [3; 4]: вправи повинні бути простими і доступними для дітей, відповідати будові і функціям їхнього рухового апарату, не потребувати великих затрат нервової та м'язової енергії. Складні за координацією рухи діти виконують погано, окрім того, вони викликають у них негативну реакцію. Вправи повинні передбачати різноманітні види рухів і охоплювати різні групи великих м'язів (плечового поясу, спини, живота, ніг). Рухи для укріплення дрібних м'язів (кисті рук, пальців) окремо не виконують, оскільки їх фізіологічний ефект незначний, а пропонують разом із вправами, які охоплюють великі м'язові групи. Варто використати імітаційні вправи, в яких діти імітують рухи тварин, птахів, машин та ін. Вони зацікавлюють дошкільників, викликають у них емоційний підйом.

При складанні комплексів загальноорозвивальних вправ ми реалізовували принцип всебічного впливу рухів на вдосконалення функцій організму і покращення фізичного розвитку дітей. Загальноорозвивальні вправи проводилися з різних вихідних позицій – стоячи, лежачи і сидячи.

Другий етап – змістовно-процесуальний – це етап активного навчання дітей. Перед ними ставилося завдання оволодіти новими вміннями і вдосконалювати навички. Враховувалося і те, що успішність навчання дітей багато в чому визначається ступенем засвоєння ними навчального матеріалу, оволодіння необхідними практичними знаннями, уміннями і навичками в сфері фізичної культури.

Другий етап був логічним продовженням першого, і ми враховували, що на мотиваційну сферу дітей значний вплив справляє творчість педагога. Як відомо, творчість – це діяльність людини, спрямована на створення якісно нових культурних або матеріальних цінностей. У нашому випадку, під творчістю педагога ми розуміли створення фізичних культурних цінностей через використан-

ня якісно нових підходів до підготовки і проведення роботи відомими у практиці способами, але із внесенням елементів новизни. При цьому культурна цінність полягала у новому, раніше не відомому, «звучанні», способі проведення загальнорозвивальних вправ та ігор у його освітньому, виховному і оздоровчому аспектах, впливу на молодших школярів [4, с.158]. Основними напрямками прояву творчості були: використання елементів нетрадиційних технологій фізичного виховання; підбір вправ і ігор; підбір фізкультурного інвентарю; використання різних форм і способів організації.

Зупинимось на деяких методичних моментах проведення занять з фізичного виховання з елементами нетрадиційних технологій.

При проведенні «Гімнастики маленьких чарівників» ми звертали увагу на те, щоб точковий масаж не виконувався чисто механічно, тому необхідно відповідно емоційно підготувати дітей. Це легко зробити, наприклад, запропонувавши їм гру «Скульптор». У ній, спираючись на попередній досвід роботи з глиною або пластиліном, можна дати дитині можливість творчо підійти до процесу і відчути внутрішній настрій створеного образу. У процесі проведення «Гімнастики маленьких чарівників» відбувається цілеспрямоване натиснення на біологічно активні точки. Але на відміну від лікувального застосування відомого методу Шицу, дитина тут не просто працює – вона грає, ліпить, мле, розгладжує своє тіло, вбачаючи в ньому предмет турботи, ніжності, любові. Виконуючи масаж певної частини тіла, дитина, як у голографічному відбитку, впливає на весь організм у цілому. Абсолютна впевненість у тому, що вона дійсно творить щось прекрасне, розвиває у дитини позитивне, ціннісне ставлення до власного тіла.

Ми враховували, що досягнення ефективних результатів фізичної культури серед дітей експериментальної групи є реальним лише за умови, що батьки учнів стануть активними учасниками цього процесу. На жаль, ще далеко не в кожній родині знають, як пов'язати домашнє виховання з вимогами фізичного виховання у навчальному закладі.

При роботі з батьками ми широко використовували форми педагогічної просвіти, які добре себе зарекомендували, такі як бесіди, консультації, лекції і навіть міні конференція з питань фізичного виховання дітей. Батькам надавалася практична допомога у організації фізичного виховання дітей. Для досягнення єдності педагогічного і батьківського впливу на дітей, а також надання батькам практичної допомоги проводилися відкриті уроки з фізичної культури з наступним спільним обговоренням. Основним завданням відкритого уроку для батьків було ознайомити їх з показниками фізичного розвитку дітей, показати, як пов'язати домашнє виховання з вимогами фізичного виховання дошкільного закладу.

Третій – конструктивний етап полягав у вдосконаленні фізичної підготовки дітей експериментальної групи, розвитку їхніх умінь і навичок, закріплення бажання в подальшому підвищувати свій

рівень фізичної підготовки. Робота тривала за тими ж напрямками. Насамперед, стимулювався інтерес дітей до занять фізичною культурою шляхом використання елементів нетрадиційних технологій фізичного виховання і вдосконалення творчості педагога. Як наслідок і результат ефективності експериментальної роботи, прогнозувалося збільшення кількості дітей в експериментальній групі з високим і достатнім рівнем мотивації до занять фізкультурно-оздоровчою діяльністю і зменшення кількості дітей з низьким і нульовим рівнем. Виявлення ефективності проведеної експериментальної роботи проводилося за допомогою порівняльного аналізу рівнів мотивації молодших школярів до занять фізкультурно-оздоровчою діяльністю. У контрольній групі також відбулися зміни у рівнях, але порівняно незначні. Умови експерименту в контрольній групі відрізнялися відсутністю цілеспрямованого впливу експериментатора і обмежувалися спостереженням.

З метою більш повної оцінки проведеної експериментальної роботи, передбачалося виявлення впливу засвоєних знань на практику фізичного виховання. У ході спостережень відзначалося, що школярі експериментальної групи стали більш усвідомлено ставитися до свого здоров'я. Підвищився рівень самостійних занять фізичною культурою дітей в експериментальній групі. Діти почали самі пропонувати вправи для фізкультурних комплексів. З'явилася тенденція зростання інтересу батьків до фізичного виховання своїх дітей. В процесі бесіди більшість батьків відмічали, що після розмови з педагогом, а також після відвідувань уроків з фізичної культури наочно усвідомили значущість фізичного розвитку своїх дітей. Батьки зізнавалися, що і не підозрювали про специфічні особливості фізичного розвитку. В процесі експериментальної роботи було виявлено, що значна частина батьків у минулому серйозно захоплювалися спортом, але своїм досвідом практично не користуються. Як ми і планували, показовий виступ дітей для батьків на фізкультурному святі через деякий час продемонстрував, які зрушення в показниках фізичного розвитку, вміннях і навичках сталися у дітей.

Висновки. Таким чином, можна зробити висновок, що проведена експериментальна робота була ефективною, про що свідчать істотні зміни в результатах показників зростання рівнів мотивації молодших школярів до занять фізкультурно-оздоровчою діяльністю.

Список використаних джерел:

1. Глазырина Л.Д. На пути к физическому совершенству / Л.Д. Глазырина. – Минск : Польшья, 1987. – 165 с.
2. Гогунов Е.И. Психология физического воспитания и спорта / Е.И. Гогунов, Б.И. Мартынов. – М. : Просвещение, 2000. – 145 с.
3. Козленко М.П. Теорія і методика фізичного виховання у початкових класах : навч. посібник для пед. училищ / М.П. Козленко, Е.С. Вільчковський, С.Ф. Цвек. – К. : Вища школа, 1984. – 229 с.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М. : Просвещение, 2000. – 654 с.

In the article the uses of alternative technologies in shaping interest in physical education in primary school children.

Key words: physical activity, interest, innovative technologies, younger students.

Отримано: 1.08.2013

УДК 37.016:796:613

Г. В. Бесарабчук

РОЛЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ У ФОРМУВАННІ ПОТРЕБИ ВІЙСЬКОВИХ ЛІЦЕЇСТІВ ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ В ПРОЦЕСІ ПОЗАУРОЧНОЇ РОБОТИ

У статті розкрито роль соціально-психологічних чинників у формуванні потреби військових ліцеїстів до фізкультурно-спортивного самовдосконалення в процесі позаурочної роботи ліцею.

Ключові слова: «соціально-педагогічні чинники», «ліцеїст», «ліцей з посиленою військово-фізичною підготовкою», «позаурочна робота», «виховна робота в ліцеї», «фізкультурно-спортивне самовдосконалення», «самостворення», «самоствердження».

Актуальність та постановка проблеми дослідження.

Розглядаючи концептуальні підходи держави щодо проблем виховання населення, зокрема патріотичного, виокремлюється найперша, найважливіша складова будь-якої держави – це люди, які населяють країну, тобто населення. І тому, першочерговим завданням держави є забезпечення населення України рівних стартових можливостей для власного самовизначення та самоствердження через досягнення суб'єктивно привабливих і водночас соціально значущих цілей. Починаючи з 2013 р. по 2017 р. на загальнодержавному рівні реалізується цільова соціальна програма патріотичного виховання населення, яка визначила коло проблем, на розв'язання яких спрямована створена програма. Серед них, першочергове завдання держави – забезпечити населенню України рівні стартові можливості для самовизначення та самоствердження через досягнення суб'єктивно привабливих і водночас соціально значущих цілей. Реалізація можлива за допомогою створення цілісної системи патріотичного виховання населення шляхом реалізації таких завдань, серед яких важливими є завдання, що стосуються навчання і виховання підростаючого покоління військових ліцеїстів. А саме:

– формування соціальної активності особистості: готовність до участі у процесах державотворення, здатність до спільного життя та співпраці у громадянському суспільстві, готовність взяти на себе відповідальність; здатність розв'язувати конфлікти у відповідності з демократичними принципами, здатність до самостійного життєвого вибору;

– формування психологічної та фізичної готовності населення до виконання громадянського та конституційного обов'язку