

нять. Якщо вплив несприятливих факторів має тенденцію до підвищення, то поурочні плани мають змінюватися суттєво.

**Список використаних джерел:**

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 286 с.
2. Образование в области здоровья и укрепления здоровья среди детей, подростков и молодежи России / под ред. Л.К. Дёмина, Н.А. Дёминой. – М., 1999. – 164 с.
3. Поддасый И.П. Педагогика : в 3-х книгах. – М., 2010. – Кн. 2. – 548 с.
4. Чобітько М.Г. Особистісно-орієнтована професійна підготовка майбутнього вчителя: теоретико-методологічний аспект : монографія. – Черкаси : Брама, 2006. – 560 с.
5. Koster A., Bosma H., van Lenthe F.J., Kempen G.I., Mackenbach J.P., van Eijk J.T. The role of psychosocial factors in explaining differences in morbidity decline in a chronically ill population: results from the GLOBE study // Social Science and Medicine. – 2005. – 61. – P. 123-132.

In the article a question is considered about the pre-fixed diagnosing of some factors of health of schoolboys. Intercommunication of these factors opens up with a feel and state of health of student. If appearance of unfavourable factors collects a steady tendency, it must become a condition for the revision of drawn up plans of leadthrough of lessons a teacher.

**Key words:** children; health, factors, lesson, diagnostics.

*Отримано 03.09.2011*

УДК 796.011.3(09)

***І. В. Райтаровська***

**ВПРОВАДЖЕННЯ ТРАДИЦІЙ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
КИЇВСЬКОЇ РУСІ У ПОЗАКЛАСНІЙ  
ТА ПОЗАШКІЛЬНІЙ РОБОТІ В ШКОЛІ**

В статті розглянути основні завдання позакласної та позашкільної роботи; їх рішення за допомогою історичних традицій українського народу; застосування елементів фізичного виховання Київської Русі на позакласних і позашкільних заняттях; різноманітні форми роботи які мають не тільки яскраве забарвлення і зміст, а й значно підвищують інтерес до історії рідного народу, бажання примножувати його славу власними здобутками.

**Ключові слова:** позакласна, позашкільна робота, тіловиховання, традиції.

**Актуальність.** Фізичне виховання в Україні виконує важливі соціальні функції і вирішує освітні, оздоровчі та виховні завдання. Зважаючи на історичні корені українського народу, особливо актуальним є дослідження фізичного виховання у Київській Русі та необхідність розробки шляхів використання традицій тіловиховання у навчально-виховному процесі сучасної школи.

**Мета дослідження.** Визначення шляхів використання традицій фізичного виховання Київської Русі у позакласній та позашкільній роботі загальноосвітньої школи.

**Методи дослідження.** Аналіз науково-методичної літератури, дослідження історичних джерел, педагогічне спостереження.

**Обговорення результатів дослідження.** Важлива роль у вихованні учнів, розширенні й поглибленні їхніх знань, розвитку творчих здібностей належить спеціально організованій виховній роботі у поза навчальний час. Таку роботу називають позакласною та позашкільною.

Позакласна робота – різноманітна освітня і виховна робота, спрямована на задоволення інтересів і потреб дітей, організована в позаурочний час педагогічним колективом школи. Позакласна робота проводиться в поза навчальний час у вигляді занять з гімнастики, легкої атлетики, плавання, боротьби, спортивних ігор, лижного спорту та туризму; в секціях та гуртках.

Позакласна робота є добровільною, тому не повинна включати в себе обов'язкових видів змагань, обов'язкових звітних показників і документів. Навчальні плани позакласних занять мають не примусовий, а рекомендований характер. Позакласні заняття повинні розвивати навички самостійної роботи школярів.

Позашкільна робота – освітньо-виховна діяльність позашкільних закладів для дітей та юнацтва.

Позакласна та позашкільна робота повинна бути логічним продовженням навчально-виховної роботи, яка здійснюється на уроках.

Завдання позакласної та позашкільної роботи:

- закріплення, збагачення та поглиблення знань, набутих у процесі навчання, застосування їх на практиці;
- розширення загальноосвітнього кругозору учнів, формування у них наукового світогляду, вироблення умінь і навичок самоосвіти;
- формування інтересів до різних галузей науки, техніки, мистецтва, спорту, виявлення і розвиток індивідуальних творчих здібностей та нахилів;
- організація дозвілля школярів, культурного відпочинку та розумних розваг;
- поширення виховного впливу на учнів у різних напрямках виховання.

Великі можливості для оздоровлення дітей має позакласна робота з фізичного виховання. Для позакласних занять фізичними вправами характерна самостійна організація діяльності з метою поліпшення здоров'я, збереження і підвищення працездатності, а також навчання певних рухових дій.

**Завдання позакласної та позашкільної роботи з фізичного виховання** полягають у:

- залученні до систематичних занять фізичними вправами якомога більшої кількості школярів;
- підвищення якості засвоєння навчального матеріалу з предмету «Фізична культура»;

- формуванні умінь і навичок самостійно використовувати засоби фізичного виховання в повсякденній діяльності з метою поліпшення здоров'я, попередження розумової перевтоми й підвищення фізичної підготовки;
- залученні дітей до певних видів спорту і досягненні ними високих результатів;
- виховання здорової зміни, бажання спілкуватися про своє здоров'я, постійно займатися фізичною культурою і спортом;
- підготовка до захисту Батьківщини, оволодіння для цього прикладними видами спорту; підготовка до фізичної праці, виховання працездатності.

За своєю методикою позакласні та позашкільні заняття мають багато спільного з методикою проведення уроків фізичної культури. Їх структура також повинна забезпечувати поступову підготовку організму до умов виконання основної роботи та її завершення. Проте позакласна та позашкільна робота має свої особливості. Зокрема, вона організовується на добровільних основах, тобто зміст і форми занять визначаються школою з урахуванням умов роботи, а учням дається право вибору видів занять. Педагогічне керівництво позакласною та позашкільною роботою з фізичного виховання набуває консультативного характеру, стимулює виявлення творчості та ініціативи.

Елементи фізичного виховання Київської Русі займають важливе місце в організації позакласної та позашкільної роботи з фізичного виховання школярів. Спрямування цих форм роботи полягає в широкому залученні учнів різного віку до занять фізичними вправами, активізації фізкультурно-масової роботи, підвищення якості навчального процесу, збільшення обсягу рухової активності учнів, формування у них стійких мотивів до самостійного зміцнення здоров'я. Застосування засобів тіловиховання населення Київської Русі в різних формах позакласної роботи з учнями подано на *діаграмі 1*.

Туристичні походи та екскурсії мають велике оздоровче, виховне та освітнє значення. Під час походів школярі ознайомлюються з історією, архітектурою, освітою, культурою народу. Такий підхід є запорукою не тільки здорового способу життя, а й важливою ланкою єднання людини з навколишнім світом, використання життєдайної сили землі, природи, створення душевного балансу та емоційного піднесення. Ці досить важливі фактори повинні постійно супроводжувати розвиток фізичних якостей організму.

Потрібно створити умови для оволодіння дітей та молоді вмінням оперувати палицею-мечем, накидати мотузку-аркан на рухомі мішені, управляти човном, вилазити на дерево, їздити верхи. Не менш важливим є вміння пристосовуватися й орієнтуватися в навколишньому середовищі. Так, під час туристичного походу потрібно використовувати прийоми розвідників: маскуватися, визначати сторони горизонту без компаса, розпізнавати сліди й голоси тварин, орієнтуватися в темноті, терпіти холод, спеку, спрагу й голод.



**Діаграма 1.** Реалізація традицій фізичного виховання Київської Русі в позакласній та позашкільній роботі школи

Туризм – це різноманітні за формою, змістом і тривалістю походи та подорожі, спрямовані на активний відпочинок, фізичний розвиток, пізнання рідного краю. Взимку можна провести похід на лижах. У походах переважно розв'язуються завдання фізичного загартовування дітей у поєднанні з освітньою і виховною роботою. З учнями молодших класів проводяться переважно прості форми подорожей, передусім поширений туризм вихідного дня. Це невеликі одноденні походи за добре вибраним і перевіреним маршрутом. В такому поході слід поєднувати елементи ігрової, навчальної, трудової і пізнавальної діяльності дітей, проводити загартовуючі процедури. У міських школах проведення походів включає поїздку транспортом за міську зону і піший похід за обраним маршрутом.

Плавання є одним з найбільш масових видів спорту, оскільки це життєво необхідний навик і унікальний вид фізичних вправ. З часів Київської Русі найбільше ритуалів-загартовувань було пов'язано з водою, тому проведення занять, свят на воді необхідно для зростаючого організму дітей і підлітків.

До програми спортивно-художніх свят варто включати конкурси й вікторини із запитаннями щодо історії спорту, розв'язування кросвордів і спортивні поєдинки в стилі епохи середньовіччя. Такі форми роботи мають не тільки яскраве забарвлення і зміст, а й значно підвищують інтерес до історії рідного народу, бажання примножувати його славу власними здобутками.

Доречним є застосування традиційних форм фізичного виховання Київської Русі під час проведення спортивно-художніх вечорів, спортивних КВК. Основне завдання такого заходу – ефективна реалізація ідеї синтезу фізичної культури й мистецтва, поєднання спортивних і художніх заходів. До участі у святі треба залучати всіх учнів і вчителів, надаючи кожному можливість проявити свої фізичні, творчі й інтелектуальні здібності. Необхідною умовою розвитку фізичних якостей організму, формування психологічних його особливостей, витривалості, наполегливості, стійкості є знання народних традиційних методів тіловиховання, народної медицини, харчування.

Велике пізнавальне й освітнє значення має використання кросвордів. Ця форма роботи дає можливість розширити й поглибити свої знання, здійснити самоконтроль і самоаналіз.

Кросворди можна використовувати як додатковий матеріал при виконанні домашніх завдань для перевірки знань учнів, пізнавальної мотивації, розвитку інтелектуальних здібностей, а також в інших позаурочних та позашкільних формах роботи з дітьми та молоддю.

Тематика періоду Київської Русі ще недостатньо часто висвітлюється в сучасній літературі, телевізійних та радіопередачах, у наявних іграх та кросвордах. При складанні кросвордів для створення уяви про спосіб життя, культуру, рівень військово-фізичного виховання, засоби виробництва, державний устрій, треба подавати якомога повні й точні визначення слів-завдань. Такі кросворди слід розглядати не тільки як форму роботи з фізичного виховання молоді.

Кросворди можна використовувати як додатковий матеріал при виконанні домашніх завдань для перевірки знань учнів, пізнавальної мотивації, розвитку інтелектуальних здібностей, а також в інших позаурочних та позашкільних формах роботи з дітьми та молоддю.

Знання методів, форм та засобів фізичного виховання населення Київської Русі потрібно поєднувати зі знанням історії зазначеного періоду, його культури та етносу.

Особливе значення мають розповіді та інформаційні бесіди про ставлення старослов'янського народу до здоров'я. Ознайомлення зі способом харчування, загартування, тіловиховання наших предків треба проводити в супроводі рухливих ігор, забав, розваг, обрядових дій.

Все це сприяє гармонійному розвитку особистості й дає широкі можливості для:

- розширення знань про історичне минуле свого народу;

Під час проведення конкурсів треба застосувати елементи народного танцю, обрядових дій, народної рухливої гри, хороводу. Має сенс до програми конкурсу включити командні проходження строем під супровід і виконання української народної пісні; змагання на знання більшої кількості прислів'їв про здоров'я; влаштування поєдинків сучасних богатирів з метою прояву особистих фізичних умінь і навичок.

Важко переоцінити роль змагань у фізичному вихованні школярів. Використання елементів змагань у навчальній та оздоровчій роботі істотно підвищує рівень активності учнів, їхній емоційний стан. Внутрішньо-шкільні змагання мають охоплювати всіх учнів, починаючи з першого класу. Змагання проводяться у класах та між класами, у групах та між групами продовженого дня. Під час проведення змагань доцільно проводити традиційні змагальні фізичні вправи, поєдинки, рухливі ігри.

Найбільш повного практичного втілення ідеї зв'язку фізичного виховання з іншими шкільними предметами та ідеї гармонії тіла й розуму можна досягти при систематичному проведенні днів здоров'я, які потребують координації зусиль більшості вчителів загальноосвітніх предметів (історії, біології, географії, літератури та ін.) і батьків. Дні здоров'я проводяться в природних умовах у складі учнів та працівників всієї школи й насичені елементами романтики (при цьому розв'язуються питання дотримання правил безпеки та дисципліни). У цих заходах об'єднуються майже всі форми фізичного виховання (туризм, змагання, ранкова гімнастика, плавання, ігри тощо).

Саме тому елементи народного тіловиховання потрібно включати в програму днів здоров'я та спортивних свят: лазіння по стовпі, перетягування канату, дужання, пірнання, стрільба з лука, метання каміння, битва на палицях та ін.

Велике значення має застосування традицій фізичного виховання Київської Русі під час фізкультурно-художніх та спортивно-художніх свят. Фізкультурно-художнє свято – це комплексний захід, який включає не тільки спортивні змагання, показові виступи, конкурси, вікторини, ігри, лотереї та ін. До активної участі у святі залучаються всі учні, педагоги, батьки, громадські організації. При цьому активна участь у спортивних заходах не виключає участі інших фрагментів свята, вони заохочуються його організатором.

Фізкультурно-художнє свято розпочинається урочистими церемоніями (підняття українського національного або олімпійського прапора, привітання гостей і представників місцевої влади тощо) залежно від того, яким історичним датам, подіям із життя школи воно присвячене. Ці факти знаходять своє відображення в характері проведеної свята, програмі, змісті ігор, конкурсів, вікторин, масових виступів, репертуарів художніх колективів.

Спортивно-художні вечори можуть присвячуватися різним подіям у житті колективу фізичної культури: «Вечір спортивної слави», присвячений підведенню підсумків фізкультурної і спортивної роботи за рік, зустріч із чемпіонами.

- пробудження інтересу до продовження традицій українського народу;
- наслідування методів національного тіловиховання;
- розширення кругозору, підвищення інтелектуального рівня під час самостійної роботи, як форма відпочинку, дозволяя;
- здійснення контролю і самоконтролю знань як у навчальному процесі, так і в позаурочних та позашкільних формах роботи.

### **Висновки**

1. Позакласна та позашкільна робота є логічним продовженням навчально-виховної роботи, яка здійснюється на уроках фізичної культури. Позакласна та позашкільна робота проводиться в позанавчальний час у вигляді занять з гімнастики, легкої атлетики, плавання, лижної підготовки, спортивних ігор та туризму; в секціях і гуртках.

2. Завдяки заняттям, які проводяться самостійно, у спеціальних позакласних закладах, в туристичних і літніх таборах ліквідується дефіцит руху, підвищується рівень рухової активності. При виконанні фізичних вправ зміцнюється здоров'я, підвищується емоційний стан дитини. А спілкування з іншими дітьми допомагає загальному розвитку. Саме ці педагогічні процеси проходять в позакласних та позашкільних заняттях фізичною культурою і спортом.

3. Застосування елементів тіловиховання населення Київської Русі можливо в різних формах позакласної роботи з учнями. Саме тому ці елементи потрібно включати в програму туристичних походів, рухливих ігор, спортивних змагань та спортивних свят (лазіння по стовпі, перетягування канату, дужання, пірнання, стрільба з лука, метання каміння, битва на палицях та ін.).

4. Велике пізнавальне й освітнє значення має використання кросвордів. Ця форма роботи дає можливість розширити й поглибити свої знання, здійснити самоконтроль і самоаналіз.

5. Для поліпшення ефективності позаурочної та позашкільної роботи з фізичного виховання доцільно впроваджувати традиційні засоби фізичного виховання у фізкультурно-оздоровчі заходи протягом навчального дня. З цією метою потрібно залучати учнів до участі у спортивних секціях і гуртках, популяризації додаткових занять фізичними вправами, відродження масових фізкультурно-художніх та спортивно-художніх свят, днів здоров'я, заснованих на традиціях тіловиховання Київської Русі.

### **Список використаних джерел:**

1. Воробей Г.В. Методичні рекомендації організації занять з фізичного виховання / Г.В. Воробей // Обрії. – 1996. – №3. – С.73-76.
2. Жарський Е. Історія українського фізичного виховання / Е. Жарський // Спортивний альманах. – Львів, 1933. – С.10-14.
3. Деделюк Н.А. Традиції фізичного виховання Київської Русі та їх використання в загальноосвітній школі : дис. ... канд. наук. з фіз. вих. і спорту / Деделюк Ніна Автономівна. – Львів, 2004. – С. 135-143.
4. Пермяков А. А. Внешкольное физическое воспитание подростков / А.А. Пермяков // Радянська школа. – К., 1989. – С. 24.

5. Трофим'як Б.С. Фізичне виховання і спортивний рух у Західній Україні (з початку 30-х років XIX століття до 1939 року) / Б.С. Трофим'як – К. : ІЗМН, 1997. – 424 с.
6. Приступа Є.Н. Система народних знань і уявлень про фізичне виховання людини / Є.Н. Приступа // Традиції фізичної культури в Україні : зб. наук. статей. – К. : ІЗМН, 1997. – С.131-147.
7. Старков В.О. У здоровому тілі й дух здоровий, або до витоків української фізичної культури за Київської Русі / В.О. Старков // Берегня. – 1997. – №1 – С.70-71.

The article consider, the main task of extra-curricular work, their decision by the historical traditions of the Ukrainian people, the use of elements of physical education of Kievan Rus in extracurricular and after-school classes, various forms of yaks are not only vivid color and content, but also greatly increase the interest the history of native people, the desire to increase his own glory achievements.

**Key words:** extracurricular, extracurricular activities; tradition.

*Отримано 4.09.2011*

УДК 372.36

*О. В. Ротар, А. Б. Ладиняк, С. О. Дейнега*

### **ВИЗНАЧЕННЯ ЗМІСТУ ТА СТРУКТУРИ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ В ПЕДАГОГІЧНИХ УНІВЕРСИТЕТАХ У СУЧАСНИХ УМОВАХ**

У статті визначено структуру та зміст професійної підготовки фахівців з фізичного виховання дошкільників. Розглянуто основні професійні вимоги, призначення фахівців з фізичного виховання дошкільників. Висвітленні основні проблеми дошкільного фізичного виховання, дається характеристика основним видам і компонентам професійної діяльності фахівців з фізичного виховання у дошкільних навчальних закладах. Дається характеристика, об'єкту, предмету і профілю фахівця. Визначенні кваліфікація і посадове призначення фахівця.

**Ключові слова:** фізичне виховання, дошкільник, професійна підготовка професійне призначення, кваліфікація.

Система фізичного виховання дітей і молоді України ґрунтується на принципах індивідуально-орієнтованого підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого застосування різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення

Стратегічною метою фізичного виховання дітей є формування у них фізичного, психічного здоров'я, усвідомлення потреби фізичного вдосконалення, розвитку інтересу і звички до самостійних занять фізичною культурою і спортом, набуття знань і вмінь у сфері здорового способу життя.

Фізичне виховання дітей дошкільного віку повинно мати єдину, цілісну систему виховних, оздоровчих заходів в режимі дня. Це щоденне проведення ранкової гімнастики, організація