

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ НА ТРАДИЦІЯХ УКРАЇНСЬКОГО НАРОДУ

Анотація. У статті, на базі узагальнення і критичного аналізу літературних даних, ми вважаємо, що українські народні ігри являють собою один із засобів формування активної громадської позиції у підростаючого покоління.

Ключові слова: фізичне виховання, рухова активність, українські народні ігри, фізичні вправи.

Постановка проблеми. В умовах розбудови національної системи освіти в Україні виховання становить за мету забезпечити належне фізичне та психічне здоров'я дітей, їх повноцінний розвиток та формувати активну громадянську позицію у підростаючого покоління.

Методи досліджень. Аналіз архівних матеріалів, науково-педагогічної літератури, літературних джерел з історії фізкультурно-спортивного руху, педагогічне спостереження.

Результати досліджень та їх обговорення. Народні рухливі ігри належать до універсального засобу всебічного виховання молоді. В них присутнє шанобливе ставлення до національної культури, вони створюють емоційну основу для розвитку патріотичних почуттів. У цьому плані найбільш перспективним напрямком є включення українських народних ігор у практику фізичного виховання студентської молоді.

Мета дослідження. Проаналізувати особливості розвитку українських народних ігор, та перспективу впровадження їх в практику фізичного виховання студентської молоді. Під час дослідження нами використано такі методи: аналіз архівних матеріалів, літературних джерел з історії фізкультурно-спортивного руху, матеріали спеціалізованих періодичних видань.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження в галузі історії фізичної культури свідчать, що не існує народу, в якого не було б своїх видів фізичних вправ і рухливих ігор. Здавна в народі прославлялась сила і витривалість, стійкість і спритність. Фізична культура була невід'ємною складовою культури суспільства. Вона входила в побут і повсякденне життя народу.

Ігри і фізичні вправи складали основу системи фізичного виховання народу. Вони являлись обов'язковими елементами різного роду народних свят. Так більшість фізичних вправ і рухливих ігор народів середньої Азії були пов'язані з підготовкою вправного вершника, доброго стрільця з лука, борця [3, С. 98]. Таджики та узбеки використовували гру з м'ячем на конях (гуйбози). Гравці були озброєні довгими палицями із загнутими кінцями, якими вони старались загнати м'яч у ворота суперника. Інколи ця гра проходила без коней і тоді вона нагадувала хокей на траві, що проводиться в наш час.

Під час свят влаштовувалися акробатичні дієства на високо натягнутому горизонтальному канаті [3, с.99].

Ігри і фізичні вправи кожного народу збереглися як основа народної системи фізичного виховання.

Великого значення військово-фізичному вихованню надавали наші предки. В народних традиціях тіловиховання наших пращурів спостерігається правонаступництво між поколіннями. Так, досліджуючи військово-фізичне виховання з найдавніших часів до кінця XVIII ст., Є.Пристапа, Я.Тимчак, Л.Мазур зазначали, що між системами військово-фізичного виховання союзу антських племен (Великої Скіфії), Київської Русі і козацької республіки (Запорізької Січі) існує безпосередній зв'язок [5, С. 39]. Вбираючи в себе традиції духовного та фізичного вдосконалення своїх попередників, кожне покоління створювало свої зразки, тим самим доповнюючи та збагачуючи культуру свого народу.

Досить велика увага у слов'ян приділялась народним іграм та забавам. Одним з улюблених занять наших предків були лови, де необхідно було вступати в двобій з ведмедем, або ж наздоганяти та ловити диких коней. Для цього необхідно було мати неабияку силу, спритність та витривалість. Все це молодь отримувала під час участі в різного роду народних ігрищах. В іграх, піснях, танцях, різного роду змаганнях, молоді люди вдосконалювали свої природні сили.

Вивчаючи історичні джерела, приходимо до висновку, що в історії українського народу фізичне виховання було одним з основних видів під час проведення різного роду обрядів, підготовки до праці, виконання оборонних функцій. Фізичне виховання входило в повсякденне життя сім'ї, роду, суспільства. Формувалася своєрідна система фізичного виховання, що відображала особливості життя українського народу.

І. Ковпак зазначає, що на ранніх етапах становлення національної системи фізичного виховання вона відображала особливості життя українського народу і включала:

- фізичні вправи, ігри та розваги, пов'язані з полюванням, ловлею звірів, риби;
- фізичні вправи та ігри, що відтворюють працю та підготовку до неї. Це рухливі ігри “Мак”, “Огірочки”, “Печу хліб” та ін.;
- фізичні вправи, спрямовані на підготовку до військових дій: їзда верхи на конях, веслування на човнах, стрільба з луку в ціль, метання сокири та ін.;
- фізичні вправи та ігри, пов'язані з обрядами й святами народного календаря: Колядки, Веснянки, Купала. Вони включали танці, гопання, стрибки через вогонь;

– загартування повітрям, водою, землею, дотримання посту [5, С.110]. Багатоміжкові надбання нашого народу в галузі фізичного виховання не втрачають свого значення і сьогодні. Захоплення фізичною культурою і спортом основна риса нашої сучасності. Народні ігри, як і рідна мова, пісні, обряди – це наш дорожочинний скарб і втрачати його не годиться. Адже гра – це весела школа життя.

Формування національної системи фізичного виховання молоді вимагає нових підходів до проведення занять з фізичного виховання, переходу до розвиваючої, гуманістичної системи освіти. Потрібно, щоб з раннього дитинства кожна людина була переконана у необхідності ведення здорового способу життя, прагнула бути фізично розвиненою, мала міцне здоров'я.

З огляду на це, підвищення ефективності фізичного виховання у вищих навчальних закладах, на нашу думку, переплітається з проблемами впровадження в практику елементів народної фізичної культури і народних рухливих ігор

зокрема, так як вони мають виховну, розвиваючу і культурну цінність. Особливо актуальним є введення в програму фізичного виховання народних рухливих ігор в педагогічних вузах, так як вчитель є носієм культурного надбання нації.

Використання українських народних ігор на заняттях з фізичного виховання має важливе значення в розв'язанні оздоровчих, освітніх і виховних завдань, які ставляться до заняття, а також формування національної самосвідомості. Народні ігри можна включати в кожне заняття, підбираючи гру, яка б відповідала темі матеріалу, який подається, або ж виділити окремим спецкурсом. Доцільно вводити окремим розділом для студентів III-го курсу, які проходять літню оздоровчо-педагогічну практику.

За даними О.Кругляка ігри на уроці фізичної культури можна використовувати в усіх трьох частинах: підготовчій, основній і заключній [1, С. 10].

У підготовчій частині доцільно використовувати ігри, спрямовані на невелику рухливість і складність, на увагу, зосередженість, швидкість реакції, поступову психологічну і фізіологічну підготовку організму до фізичного навантаження.

В основній частині заняття можна застосовувати ігри з середньою і великою інтенсивністю.

У заключній частині слід використовувати ігри, які б сприяли зниженню фізичного і психологічного навантаження.

Спадок українського ігрового фольклору надзвичайно багатий і різноманітний – усього відомо понад 600 українських народних ігор, які записані в Україні в різні часи [5, С.159]. Але в недалекому минулому усі ці культурні надбання замовчувалися, вважалися пережитком, в систему освіти було включено те, що робило дитину відірваною від свого народу, своєї історії та культури.

Українські народні ігри практично не вивчалися, за винятком праць педагогів і етнографів кінця XIX – першої половини XX ст. (М.Маркевич, 1860; П.Чубинський, 1877; С.Ісаєвич, 1887; П.Іванов, 1890; Е.Покровський, 1894), зусиллями яких описано досить багато народних ігор, поширених в різних регіонах України [5, С. 161].

За часів незалежності України відбулися деякі зміни в поглядах державних установ на систему освіти в цілому і на фізичне виховання зокрема. Значне місце у методичних доробках, що вийшли останнім часом, відводиться українським народним іграм. Вийшли з друку численні збірки народних ігор, які можна застосовувати у фізичному вихованні молоді (І.В.Воробей, 1992; А.В.Цьось, 1994; О.Кругляк, 2000).

Висновки

Все більш актуальними стають процеси вивчення минулого та запровадження їх у практику сьогодення. Вивчаючи традиції народного фізичного виховання, народні рухливі ігри та забави слід більш активніше вводити ці надбання в сучасну систему тіловиховання молоді. Впровадження українських народних ігор у практику фізичного виховання слід пов'язувати з вивченням їх впливу на організм молоді, розробці методик їх використання та проведенні систематизації ігор. Тобто, українські народні ігри мають виховну, розвиваючу, культурну цінність і виступають як засіб формування активної громадської позиції у підростаючого покоління.

Список використаних джерел

1. Кругляк О., Кругляк Н. Від гри до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури: Методичний посібник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2000. – 80 с.

2. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури. – Львів: Троян, 1991. – 104 с.
3. Синицина С.Д. История физической культуры народов СССР. – М.: ФиС, 1953. – 160
4. Сірополко С. Історія освіти в Україні / Ю.Вільчинський. 2-ге вид. – Львів: Афіша, 2001. – 664 с.
5. Традиції фізичної культури в Україні: Зб. наук. статей / За заг. ред, С.В.Кириленко, В.А.Старкова, А.В.Цьося. – К.: ІЗМН, 1997. – 248 с.
6. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівнів акредитації. – К.: 2003. – 44 с.
7. Указ Президента України “Про щодо вдосконалення системами заходи освіти України” №199/2004, 17.02.2004р.

Summary: In the article, on the base of generalization and walkthrough of literary information, we consider that the Ukrainian folk games show by itself one of facilities of forming of active public position at a rising generation.

Key words: physical upbringing, moving activities, Ukrainian traditional games.

Отримано 29.09.2008 р.

УДК 378.14

Юрчишин Ю.В., аспірант,

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

ІНФОРМАЦІЙНА КУЛЬТУРА – ВАЖЛИВИЙ АСПЕКТ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Анотація. У статті подано матеріали, основним завданням яких є ціле-спрямовано сприяти втіленню в учбовий процес освоєння спортивного інформаційного простору і висвітлення інформаційної культури, завдяки інформаційному комплексному підходу до знань, що стали переконаннями до практичних дій особистості, яка спроможна аналізувати інформаційну обстановку і сприяє більш ефективній роботі інформаційних систем.

Ключові слова: система тестування, об’єктивне оцінювання, база даних, тестовий контроль, програмне забезпечення, інформаційна культура, інформаційні технології.

Постановка проблеми. До недавнього часу інформатизація освіти розглядалась переважно як суто технічне завдання. Під нею розумілися, у першу чергу, постачання комп’ютерів, підключення до Інтернету, викладання курсу інформатики [3].

Провідна роль інформатики в освіті знайшла своє відображення в Законах України “Про освіту” (1991 р.), “Про загальну середню освіту” (1999 р.), Указі Президента України від 04.07.2005 р. №1013/2005 “Про невідкладні заходи щодо