

9. Романюк В. П. Розвиток швидкісних якостей футболістів. Молодіжний наук. вісн. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, В. П. Романюк. Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки. 2011. С. 68–73.
10. Хараху С. О. Прикладна фізична підготовка URL: <https://history.vn.ua/pidruchniki/national-defense-10-classharahu-2018/16.php>.

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ В УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Лисенко С. В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Науковий керівник: к.п.н., доц. Шостак Є. Ю.

На сучасному етапі розвитку українського суспільства існує потреба виховання здорового покоління шляхом створення належних умов для здорового способу життя учнівської та студентської молоді з урахуванням фізіологічних норм оздоровчої рухової активності, створення умов для розвитку фізичної культури, масового спорту тощо. Це визначено Положеннями Законів України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт».

У цьому складному процесі важлива роль призначається школі, адже саме в цей період закладаються основи фізичного і психічного здоров'я дітей, формуються їх потреби й мотиви щодо використання фізичних вправ задля підтримки власного здоров'я та засвоюються цінності здорового способу життя [1].

Мета дослідження – обґрунтувати взаємозв'язок і наступність процесу формування культури рухової діяльності в учнів початкової та основної школи та визначити роль у ньому засобів основної гімнастики.

Сучасна концепція фізичного виховання в системі освіти ставить за мету не тільки фізичне вдосконалення організму людини, а й формування фізичної культури особистості підростаючого покоління [2; 7]. Дослідженню даного феномена присвячені роботи М. Віленського (2001), Л. Лубишевої (2012), В. Сутули (2012), О. Шиян (2012), М. Саїнчук (2013), Т. Кутек (2013) та інших авторів. Вони характеризують фізичну культуру особистості як одну зі складових загальної культури людини, яка проявляється в усвідомленій діяльності, що пов'язана з використанням фізичних вправ і спрямована на підвищення рівня її здоров'я та фізичного вдосконалення.

Однією з граней фізичної культури особистості є культура рухової діяльності, яка включає, з одного боку, техніку виконання

рухових дії, з іншого – стосується сфери мотивів, потреб і цінностей людини [3]. Програмою з дисципліни «Фізична культура» [8] передбачено, що основною метою навчального предмету є розвиток в учнів ключової здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття ними навичок збереження, зміцнення здоров'я та дбайливого ставлення до нього. У результаті досягнення цієї мети учні повинні не тільки виконувати вправи основної гімнастики: стройові та організуючі, різновиди ходьби та бігу, стрибки, загальнорозвивальні, вправи для розвитку швидкості, спритності, витривалості, сили, гнучкості, швидкісно-силових якостей, але й усвідомлювати їх значення для підтримки здоров'я та розумової працездатності.

Проте у сучасному науковому дискурсі недостатньо уваги приділено основній гімнастиці як значущому чиннику та засобу формування культури рухової діяльності особистості.

Слід зазначити, що у процесі формування культури рухової діяльності найбільш ефективними вважаються саме гімнастичні засоби і методичні прийоми, що вправи основної гімнастики є ефективним засобом цілеспрямованого формування фонду базових рухових дій, тобто культури рухової діяльності у контексті базової фізичної підготовки дітей шкільного віку [4].

Аналіз шкільних програм з фізичної культури України показує, що поняття культури рухів використовується тільки в початковій школі і сутність його не розкрита. Навчальний матеріал для 1–4 класів розподілений за способами рухової активності, де тільки в одному розділі, пов'язаному з гімнастикою, йдеться про культуру рухів, а в інших розділах («школах») цього поняття немає.

Звертаємо увагу на те, що формування школи культури рухів є початковим етапом фізичного виховання та навчання, який робить акцент на комплексному розвитку рухової активності дітей та формує загальну рухову компетенцію. На цьому етапі формуються початкові знання щодо фізичної активності, проте діти ще не розуміють справжню потребу та користь занять фізичною культурою, а сприймають їх в якості «гри», «розваги», «забавки», оскільки в них ще не сформовані ціннісно-мотиваційна сфера. На цьому етапі діти ще не можуть проявляти творчість в усвідомленому конструюванні рухів, не можуть створювати рухові комбінації. Програмний матеріал 5-9 класів складається з 2-х частин: інваріантна (теорія і загальна фізична підготовка) і варіативна – відповідна видам спорту (гімнастика, легка атлетика, волейбол, баскетбол і т. д.) і за своєю суттю є продовженням навчальної програми, яка реалізується в початковій школі, що відображено у відповідних Державних стандартах [5; 6].

Перехід дітей до основної школи супроводжується продовженням формування у них культури основних рухів, оскільки

відбувається якісне вдосконалення не лише засвоєних рухових навичок, але й формується ціннісно-мотиваційна сфера. До того ж на базі вивчених рухів учні навчаються конструювати більш складні рухові комплекси, мають можливість створювати рухові комбінації, проявлять творчість у цьому процесі. Тим самим забезпечується практична реалізація принципів системності, послідовності і безперервності освітнього процесу.

Так наприклад, якщо у перших-четвертих класах школярі засвоюють основні способи рухової діяльності: «школа рухів з елементами гімнастики», «школа пересувань», «школа розвитку фізичних якостей» та інші і цей період дійсно можна вважати певною школою формування у них початкової культури виконання рухів (бігу, стрибків, метань, ходьби, різних рухів кінцівками тощо).

В основній же школі завдання щодо формування в учнів культури рухової діяльності програмою не передбачені. Тобто навчальний матеріал для учнів п'ятих-дев'ятих класів фактично не супроводжується продовженням формування у школярів культури рухової діяльності. Хоча саме в цьому віці у школярів відбувається якісне вдосконалення не тільки рухових навичок, а й починає активно формуватися ціннісно-мотиваційна сфера (з'являється усвідомлення користі фізичної культури, формуються знання про її позитивний вплив на здоров'я людини, що сприяє мотивації для занять фізичними вправами).

Програмою «Фізична культура в школі» [8] апріорно обумовлено етапи навчального процесу, спрямованого на формування в учнів культури рухової діяльності засобами основної гімнастики. Перший етап Програми «Фізична культура в школі» – початкова школа, а другий – основна школа. Інструментальна складова цих етапів включає в себе наявність у школярів фонду рухових дій, здатність користуватися даним фондом для конструювання рухової діяльності у відповідності до ситуації та потреб, свідоме застосувати рухові дії у відповідності до обставин оточуючого середовища тощо.

На першому етапі відбувається навчання дітей основним рухам, формування провідних рухових навичок та умінь, елементарних знань та потреб у фізичній активності, позитивного настрою щодо використання фізичних вправ. При цьому навчальною програмою акцентується увага саме на використанні гімнастичних вправ, а власно розділ програми одержав назву «Школа культури рухів з елементами гімнастики».

Відповідно сенсом другого етапу логічно повинна бути культура рухової діяльності. Під час даного етапу школярі вдосконалюють фонд рухових дій попереднього етапу та розширюють його зміст; навчаються комбінаціям рухів та рухової діяльності, зокрема,

ускладнюючи їх з віком; опановують знання та усвідомлюють застосування тих або інших вправ у повсякденному житті; привчаються до самостійного виконання навчальних та оздоровчих завдань.

Результати аналізу спеціальної літератури показали, що поняття «культура рухів» використовується тільки в початковій школі і його сутність не розкрита. В основній же школі завдання щодо формування в учнів культури рухової діяльності програмою не передбачені. Тобто навчальний матеріал для учнів п'ятих-дев'ятих класів фактично не супроводжується змістовним продовженням формування у школярів культури рухової діяльності. Для вирішення даної проблеми пропонуємо використовувати засоби основної гімнастики, як продовження сформованої в початковій школі «школи рухів». У цьому процесі існує два етапи.

Список використаних джерел:

1. Галайдюк М., Краснобаєва Т. Формування здорового способу життя як складова соціальної політики держави. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2012. № 3. С. 123–126.
2. Головченко О. І. Формування особистісних якостей підлітків під час занять фізичною культурою. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2012. № 3. С. 148–152.
3. Дейнеко А. Х. Організаційно-педагогічна технологія формування культури рухової діяльності як засіб підвищення рівня фізичної підготовленості учнів 5-х класів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту*. 2015. № 8. С. 24–32.
4. Дейнеко А. Х. Формування культури рухової діяльності учнів 5-6 класів засобами основної гімнастики. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту*. 2015. № 1. С. 24–28.
5. Державний стандарт базової і повної середньої освіти : постанова кабінету Міністрів України від 23.11.2011 р. № 1392. *Збірник уряд. актів укр.* 2011.
6. Державний стандарт початкової загальної освіти : постанова кабінету Міністрів України від 20.04.2011 р. № 462. *Офіційний вісник України*. 2011.
7. Сутула В. А. Формирование физической культуры личности учащихся – приоритетная цель школьного физического воспитания. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика* : зб. наук. пр. СНУ ім. В. Даля. Луганськ, 2011. № 4 (45). С. 192–198.
8. Фізична культура в школі : навч. прогр. для 1-4, 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів / за ред. Т. Ю. Круцевич. К. : Літера ЛТД, 2013. 352 с.