

ОРГАНІЗАЦІЯ ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНІЙ СФЕРІ В УМОВАХ РЕФОРМУВАННЯ СИСТЕМИ ОСВІТИ

Прокоп Таїса

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Науковий керівник – канд. пед. наук, доц. Свєртнев О.А.

У статті розглянуто основні проблеми розвитку фізичного виховання, оздоровлення дітей різного віку у процесі фізичного виховання, окреслено актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання.

***Ключові слова:** фізичне виховання, фізична культура, здоровий спосіб життя, фізкультурно-оздоровчі технології.*

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Здоров'я дітей та підлітків є проблемою першочергової важливості, оскільки воно визначає майбутнє країни, науковий та економічний потенціал суспільства, забезпечує сталий національний розвиток. Ефективним засобом збереження й удосконалення здоров'я виступає фізичне виховання, яке є важливим засобом забезпечення повноцінного розвитку дітей і молоді, зміцнення їхнього здоров'я, формування здорового способу життя.

Слід зазначити що значне погіршення стану здоров'я підростаючого покоління зумовлює необхідність покращення фізичного виховання у школі. Численними дослідженнями встановлено, що протягом всього періоду навчання у школі збільшується кількість відхилень у стані здоров'я дітей і хронічних захворювань, погіршуються показники фізичного й психічного розвитку дітей і підлітків [1]. Недостатньо уваги приділяється питанню створення умов для збереження та зміцнення здоров'я дітей під час навчально-виховного процесу. В практичній організації шкільного середовища не враховуються індивідуальні особливості психофізичного розвитку кожної дитини, що призводить до виникнення стресових станів. Вирішення в освітніх закладах цієї проблеми залежить від запровадження нових підходів до організації шкільного фізичного виховання, які забезпечать оздоровчу спрямованість уроків фізичної культури, що дасть змогу по-новому підійти до питання зміцнення здоров'я школярів [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Концептуальні підходи щодо оздоровлення дітей різного віку у процесі фізичного виховання висвітлено у дослідженнях учених О.П. Аксьонової, Е.С. Вільчковського, Н.Ф. Денисенко, О.Г. Сухарева, Ю.А. Ямпольської та ін., формування здорового способу життя засобами фізичного виховання досліджували

В.Г. Ареф'єв, Г.І. Власюк, О.Д. Дубогай, М.Д. Зубалій, А. В. Полулях, інноваційні підходи в системі фізичного виховання розглянуті у працях О.Л. Благій, М.М. Булатової, Л.В. Волкова, Г.В. Дзяк, Т.Ю. Круцевич, Б.М. Москаленко, В.Н. Платонова, Б.М. Шияна та ін., впровадження сучасних оздоровчих занять зі школярами у навчальний процес представлено В.Ф. Базарним, О.І. Бичуком, О.І. Булгаковим, О.М. Ващенко, В.В. Золочевським, І.О. Когут, В.Л. Маринич, О.Г. Шалепую, В.С. Язловецьким та ін.

Мета статті – проаналізувати сучасний стан фізичного виховання, виявити проблемні аспекти, окреслити актуальні питання продуктивного вирішення оздоровчих завдань на заняттях фізичної культури.

Результати дослідження. Урок фізичної культури посідає провідне місце у фізичному вихованні, і є для всіх учнів обов'язковою формою занять, що забезпечує набуття необхідного мінімуму знань, умінь і навичок, передбачених програмою [2]. Особливості сучасної методики проведення уроків фізичної культури у школі полягають у врахуванні індивідуальних особливостей організму дитини, що дозволить диференціювати завдання й втілити в практику індивідуальний підхід до учнів. Зокрема, фахівці у галузі фізичного виховання і спорту наголошують, що заняття фізичною культурою у сучасній школі доцільно проводити за індивідуальними програмами, залежно від рівня фізичного розвитку [3].

Сучасні підходи до реалізації завдань фізичного виховання та проведення уроків з фізичної культури у школі враховують результати спеціальних досліджень у галузі педіатрії і гігієни, анатомії і фізіології дитини. В результаті цього в школі впроваджується комплекс заходів, які забезпечують диференціацію та індивідуалізацію фізичного виховання учнів з метою своєчасного попередження шкідливих наслідків гіпер- та гіпокінезії [1].

Використання великої кількості різних форморганізації занять фізичними вправами в системі шкільного фізичного виховання дозволяє найбільш ефективно задовольняти потребу учнів у руховій активності й вирішувати завдання фізичного виховання школярів на різних етапах вікового розвитку їхнього організму. Вирішення завдань фізичного виховання школярів здійснюється в процесі учбової, позакласної, позашкільної та під час фізкультурно-оздоровчої роботи в режимі дня. У практиці фізичного виховання школярів всі види занять прийняті ділити на дві групи: урочні й позаурочні форми. Форми організації фізичного виховання:

1. Навчальна робота: уроки фізичної культури, самостійні заняття.
2. Позакласна робота: заняття в секціях та гуртках загальної фізичної підготовки, заняття в спортивних секціях, спортивно-масові заходи.

3. Позашкільна робота: заняття в ДЮСШ, заняття в фізкультурно-оздоровчих таборах, заняття в домах і палацах молоді, заняття в палацах культури і відпочинку, заняття за місцем проживання, заняття на турбазах і станціях.

4. Оздоровчо-гігієнічна робота в режимі дня: ранкова гімнастика, гімнастика перед уроками, фізкультхвилинки та фізкультпаузи на уроках, заняття фізичною культурою на перервах, заняття фізичною культурою в групах подовженого дня, заняття фізичною культурою і сім'ї (ігри, прогулянки, змагання сімей).

Уроки фізичної культури забезпечують фізкультурну освіченість, загальну фізичну підготовленість до різної діяльності. Вони відіграють велику роль у створенні передумов для організації й успішну спортивну підготовку учнів. Діти в ході уроків знайомляться з типовими видами спортивних вправ, опановують основами техніки, досягають більш високого рівня розвитку рухових якостей, здобувають початкові знання про види спорту [2; 3].

Головною умовою успішності роботи, спрямованої на зміцнення здоров'я школярів, є спільна робота всього педагогічного колективу. Тільки при розумінні мети, завдань, змісту та форм організації фізичного виховання, пропаганді фізичної культури і спорту можлива правильна організація рухового режиму та досягнення успіху.

Наявність значної кількості різноманітних форм організації фізкультурної роботи у вищому навчальному закладі включає в себе залучення для реалізації секційної роботи більшості видів спорту. Серед них різні за своїм впливом на організм спортивні ігри, ритмічна й атлетична гімнастика, легка атлетика. Усі форми фізкультурно-оздоровчих і спортивних занять, які проводяться в процесі навчальної роботи, повинні відповідати головній вимозі – всіляко сприяти залученню кожного студента до щоденних самостійних занять фізкультурою та спортом [4].

Фізичне виховання та масовий спорт у сфері вищої освіти мають на меті забезпечити виховання у студентів потреби самостійно оволодівати знаннями, уміннями й навичками управління фізичним розвитком людини засобами фізичного виховання та навчання, застосовувати набуті цінності в життєдіяльності майбутніх фахівців. Таким чином, фізкультурно-оздоровча робота в закладах освіти повинна базуватися на правильній організації системи фізичного виховання відповідно до особистісних потреб, а також передбачати корекцію програм і технологій відповідно до вимог соціального середовища [5].

Дослідження є спробою узагальнити сучасні погляди науковців на проблему організації фізкультурно-оздоровчої роботи в навчальних закладах. Зокрема, визначено, що сутність фізкультурно-оздоровчої

роботи полягає у формуванні навичок здорового способу життя, збереження здоров'я та гармонійний розвиток особистості. Відтак питання пошуку оптимальних напрямів організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми, школярами та молоддю є свідченням актуальності й доцільності дослідження. Перспективи подальших досліджень полягають у висвітленні проблеми організації фізкультурно-оздоровчої роботи в громадських організаціях фізкультурно-спортивної спрямованості [4].

Висновки і перспективи подальших розвідок. На підставі аналізу літературних джерел можна зробити висновок, що для продуктивного вирішення оздоровчих завдань на заняттях фізичної культури доцільно використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій. Практика шкіл засвідчує необхідність створення і впровадження організаційних і змістових нововведень у процес організації уроків фізичної культури. Активність у фізкультурно-оздоровчій діяльності - необхідна умова гармонійного розвитку молоді, що набуває якості цілеспрямованого впливу на конкретну людину згідно її потреб.

Усі вищевикреслені шляхи сприятимуть підвищенню інтересу молоді до занять фізичною культурою. У плані перспективи можна зазначити, що така організація фахової підготовки надасть можливість сформуванню високого рівня професійних знань та умінь стосовно якісного проведення уроків фізичної культури для школярів різних вікових груп та студентів, опанування новітніми технологіями фізичного виховання.

Література:

1. Ареф'єв В.Г. Фізична культура в школі / В.Г. Ареф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 383 с.
2. Маринич В. Аналіз інноваційних підходів організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти / В. Маринич, І. Когут // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – № 1. – С. 28–35.
3. Фізичне виховання і здоров'я: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / [О.Д. Дубогай та ін.]; за заг. ред. д-ра пед. наук, проф. О.Д. Дубогай; Нац. банк України; Ун-т банк. справи. – К.: УБС НБУ, 2012. – 271 с.
4. Язловецький В.С. Організація та методика оздоровчої фізичної культури: [навч. посіб.] / В.С. Язловецький, В.С. Жданова, А.Л. Турчак. – Кіровоград: РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2005. – 204 с.
5. Язловецька О. Фізкультурно-спортивна діяльність студентів в умовах вищого навчального закладу / О. Язловецька // Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія: педагогічні науки. – 2012. – № 103. – С. 402–410.