

недостатній критерій, якщо не враховувати цілий комплекс соціально-біологічних чинників. У ХХ столітті ВООЗ були визначені засади наукової організації охорони здоров'я дітей: підвищення захисних властивостей організму, а також створення умов, які попереджують контакт дітей з особливими патогенними подразниками або послаблюють їхню дію на організм [3, 4].

Висновки. Здоровий спосіб життя є не лише невід'ємною складовою частиною фізичного здоров'я дітей молодшого та середнього шкільного віку, але й є проблемною складовою: те, чи дотримуватися засад здорового способу життя, чині – завжди залежить від більш чи менш свідомого вибору молодої людини. Головними «ворогами» здорового способу життя можна назвати культурні забобони, деякі соціальні чинники (недостатня матеріальна забезпеченість тощо), а також так звані «шкідливі звички», які мають одночасно психологічну, культурну і соціальну природу. Фізичне виховання покликане послабити та нейтралізувати дію цих негативних факторів, які щороку призводять до зростання смертності та погіршення загального стану здоров'я населення України.

Література:

1. Загоруйко Н. О. Будьмо здоровими! / Н. О. Загоруйко // Розкажіть онуку. – 2014. – № 10. – С. 57–59.
2. Іванова О. М. Згубним звичкам скажемо: «Ні!» / О. М. Іванова // Позакласний час. – 2015. – № 1. – С. 64–65.
3. Ловигіна Л. І. Що я маю знати, аби зберегти своє здоров'я / Л. І. Ловигіна // Розкажіть онуку. – 2017. – № 3. – С. 26–27.
4. Михайлик Т. В. Крок до здоров'я / Т. В. Михайлик // Виховна робота в школі. – 2013. – № 10. – С. 21–23.

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСАД ОЛІМПІЗМУ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ВСЕБІЧНО РОЗВИНЕНОЇ ОСОБИСТОСТІ ШКОЛЯРА

Горда Катерина

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Актуальність. На сучасному етапі суцільного поступального руху постінформаційного суспільства гостро постає проблема духовного й інтелектуального розвитку школярів та молоді, але поряд

із цими компонентами здоров'я не можна залишати поза увагою його фізичну складову.

Нині в Україні спостерігається невтішна тенденція: підлітки нехтують своїм здоров'ям, погано харчуються та проводять майже весь вільний час у соціальних мережах. Останнє дослідження Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) наводить промовисті факти: уже в 10 років кожний сьомий має досвід споживання алкоголю, а серед 17-річних хоча б раз споживали алкоголь більше 60 % опитаних; серед підлітків у віці від 11-17 років досвід тютюнокуріння мають 16 % дівчат та 24 % хлопців більше 40 відсотків хлопців у віковій категорії 15 років підтвердили, що вони палять [5].

Ця сумна статистика повинна спонукати суспільство (а в першу чергу вчителів) до рішучих дій. А дієвим засобом для їх реалізації є активне впровадження засад олімпійського руху в шкільну практику.

Виходячи з усього вище зазначеного, **метою** нашої статті є розгляд основних принципів олімпізму (в контексті шкільної освіти) як особливої спортивної освіти, яка покликана розвивати однаковою мірою фізичні та духовні здібності.

Виклад основного матеріалу. Сьогодні сучасна школа ставить собі за мету розвиток всебічно розвинених особистостей, які однаковою мірою будуть добре проявляти себе в різних сферах діяльності. Перед нами постає логічне питання: чи можемо ми з упевненістю твердити, що наші учні будуть однаковою мірою добре розв'язувати задачі, писати твори чи рівномірно бігати 1 000 м? Безумовно, це неможливо. Адже діти не можуть мати однакові здібності, а головне завдання школи, на нашу думку, розвивати природні можливості дітей.

Саме засади олімпійської освіти допоможуть підростаючому поколінню зрозуміти філософію спорту. Олімпійська хартія говорить: «Метою олімпійського руху є становлення спорту на службу гармонійного розвитку людини, щоб сприяти створенню мирного суспільства, що піклується про збереження людської гідності», – тобто спорт повинен розвивати культ духовно й фізично досконалої людини [2]. Життєвим кредом стародавніх греків було гармонійне поєднання тіла, духу та розуму, вони говорили: «Якщо хочеш бути сильним – бігай, хочеш бути красивим – бігай, хочеш бути розумним – бігай» [1].

На сьогодні основним принципом занять фізичною культурою в школі є «формування всебічно розвиненої й фізично-повноцінної

особистості» [4], а концепція олімпійського виховання Кубертена полягає у «подоланні розриву між фізичним і духовним розвитком людини і потребує поєднання фізичного виховання з інтелектуальним і моральним». Спираючись на вищезазначене, ми можемо виокремити основні завдання, які ми можемо зреалізувати за допомогою олімпійської освіти: виховання тіла, характеру, розуму. Тобто кінцевою метою фізичного виховання дітей та молоді в школі є розвиток здорового та повноцінного організму та формування активної свідомості.

А в досягненні цієї мети стануть у нагоді засадничі принципи олімпізму:

- гармонійний розвиток людини;
- рівноваженість якостей тіла, волі, розуму;
- дотримання способу життя, який ґрунтується на radoщах, здобутих власними зусиллями;
- взаєморозуміння в душі дружби і чесної гри;
- підтримка встановлення мирного суспільства, яке зацікавлене в збереженні людської гідності [3].

Існує думка про те, що «спорт розвиває, а тренер виховує», і це справді так. Адже людина, яка вважає фізичну культуру своїм істинним покликанням, здатна прищепити кожному вихованцеві любов до спорту. Безперечно, ключем для досягнення поставленої мети є безперервний прогрес учня, який досягається шляхом виховання інтелекту, волі, здорової моралі, самостійності, цілеспрямованості, креативності, а головне – прагнення до самовдосконалення.

Спираючись на засади олімпізму та ключових завдань сучасної школи, ми окреслили основні шляхи успішного виховання особистості:

- розвиток мислення учнів шляхом якісного аналізу причин успіхів та невдач під час виконання фізичних вправ та роботою в командних видах спорту;
- виховання спостережливості та концентрації уваги на різних видах подразників;
- сприяння розвитку нестандартного креативного мислення шляхом розв'язання складних спірних ситуацій у спорті;
- формування засад моральності за допомогою власного прикладу: тренер – це не професія, а стиль життя, тому сучасний вчитель фізичної культури повинен бути фізично розвиненим, справедливим і чесним;

– допомагати формувати волю як основний аспект розвиненої особистості шляхом розвитку зусиль у подоланні втоми після фізичних навантажень, негативних емоцій; необхідності дотримання щоденного режиму дня;

– навчання самостійності, яка є основою гармонійно розвиненої особистості.

Попри важливість вищезгаданих чинників, які формують індивіда, лише самовдосконалення є найбільш вагомим, адже якщо наші учні будуть прагнути до саморозвитку, то значить мета досягнута.

Ми вже зазначили вище, що дитина повинна виховуватися на позитивному прикладі свого наставника, але також для унаочнення та майбутнього позитивного результату, вчитель може використовувати приклади справжніх успіхів професійних українських спортсменів, які здобули олімпійські медалі. Ми наведемо кілька із них: Олег Верняєв (спортивна гімнастика), Олександр Абраменко (фрістайл), Ольга Харлан (фехтування), Василь Ломаченко (бокс), Жан Беленюк (греко-римська боротьба).

Для успішного впровадження олімпійської освіти в школі вчитель може проводити вікторини, конкурси, олімпійські уроки; організувати разом зі своїми вихованцями агіт-бригаду для пропаганди здорового способу життя та олімпізму; провести малі олімпійські ігри під час святкування Дня фізичної культури та спорту.

Отже, спираючись на вищезазначене, ми дійшли до ряду висновків:

– всебічно розвинена особистість сьогодні – це поєднання саморозвитку та виховання;

– заняття спортом у школі є необхідною умовою для формування гармонійної індивідуальності;

– фізична культура сприяє вихованню волі та стійкого характеру, які допоможуть дітям дійти до поставленої мети у майбутньому;

– розвиток індивідуальних можливостей організму та тіла є основою сприйняття та розуміння себе власного «Я» в духовному та фізичному плані.

Література:

1. Єрмолова В. М. Олімпійська освіта: теорія і практика: навч. посіб. / В. М. Єрмолова. – К., 2011. – 335 с.

2. Олимпийский спорт: в 2т. / В. Н. Платонов, М. М. Булатова, С. Н. Бубка [и др.]; под. общ. ред. В. Н. Платонова. – К. : Олимп. л-ра, 2009. – Т.1. – 736. : ил. – Библиогр.: С.730–735.
3. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях. 2-ге вид. / М. М. Булатова. – К.: Олімпійська література, 2011. – 400 с.
4. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (2017) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-5-9-klas>
5. ЮНІСЕФ: Українські підлітки нехтують своїм здоров'ям... [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ua.interfax.com.ua/news/press-release/588742.html>

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ АГРОТУРИЗМУ

Гулак Тетяна, Пивовар Ніна, Хілінська Тетяна

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

До одних з основних напрямків державної політики України у галузі туризму належать – залучення громадян до раціонального використання вільного часу, проведення змістовного дозвілля, ознайомлення з історико-культурною спадщиною, природним середовищем, організація оздоровлення населення та ін. Дія факторів зовнішнього середовища на організм людини має вирішальне значення для успішної трудової та спортивної діяльності (Ф. П. Суслов, В. С. Фарфель, А. Д. Бернштейн, С. П. Летунов, Е. Б. Гіппенрейтер і багато ін.) [1; 2].

Туризм надає унікальну можливість для взаємного впливу, збагачення й розповсюдження всього комплексу історичних, духовних і культурних цінностей держави, є потужним фактором діалогу цивілізацій.

Туризм як галузь господарювання і вид фізкультурно-спортивної й оздоровчо-рекреаційної діяльності має багатий арсенал можливостей для формування особистості майбутнього фахівця, конкурентоспроможного на міжнародному ринку праці, який має цілісне, здоров'язоощаджувальне мислення й оптимальний рівень професійного здоров'я [3; 4].