

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Войтенко Владислав Олегович,

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент **Свертнев О. А.**

Метою фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти (ЗЗСО) є формування фізичної культури особистості та мотивації до цілеспрямованого використання різних засобів фізичної культури, спорту та туризму для збереження свого здоров'я, фізичного розвитку й фізичної підготовки, гармонійного розвитку природних здібностей і психічних якостей, використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя [1].

Фізкультурно-оздоровчу діяльність Д. Бермудес визначає як «один із основних напрямів упровадження фізичної культури в освітнє середовище, який спрямований на підтримання та зміцнення здоров'я учнівської молоді та здійснюється з урахуванням стану їх здоров'я, рівня фізичного і психічного розвитку, уподобань та інтересів» [1].

О. Стасенко основною метою організації й проведення фізкультурно-оздоровчої роботи називає:

- сприяння раціональному використанню рухової активності як фактора зміцнення здоров'я;
- оптимізації фізичного стану;
- підтримки високої працездатності школярів протягом навчального дня;
- набуття та удосконалення рухового досвіду, розвитку фізичних здібностей [4].

До основних завдань фізкультурно-оздоровчої діяльності учнів ЗЗСО належать:

- зміцнення здоров'я, підвищення рівня фізичної підготовки, ліквідація недоліків статури;
- розвиток рухових якостей: швидкості, гнучкості, сили, витривалості;
- виховання ініціативності, самостійності, формування адекватної оцінки власних фізичних можливостей;
- виховання навичок здорового способу життя; організація активного відпочинку й дозвілля.

Також науковці [1, 3, 4] виокремлюють такі підходи щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти:

- удосконалення нормативно-правової бази галузі фізичної культури та спорту;
- збільшення в навчальних закладах усіх типів обсягу рухової активності на тиждень;

- широке залучення батьків до виховання здорової дитини;
- поступове оновлення матеріально-технічної бази закладів фізичної культури і спорту;
- популяризація здорового способу життя та подолання стану суспільної байдужості до здоров'я нації;
- широке впровадження соціальної реклами різних аспектів здорового способу життя в усіх засобах масової інформації та заборони всіх прямих і прихованих видів реклами алкоголю, тютюну тощо.

Як справедливо відзначає М. Верховська [2], об'єктом діяльності учителя фізичної культури в (ЗЗСО) є координація фізкультурно-оздоровчої діяльності школяра, яка, відповідно нормативних документів, поділяється на:

- навчальну діяльність;
- фізкультурно-оздоровчі заходи;
- довільну діяльність.

Навчальна діяльність школяра з фізичного виховання – це уроки фізичної культури, уроки з плавання (у закладах, які мають відповідні умови), заняття в спеціальних медичних групах – для учнів, які мають медичні показання.

Проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, серед яких розрізняють фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня (гімнастика до занять, фізкультхвилинки на загальних уроках, рухливі перерви, години здоров'я в групах продовженого дня) та позакласні фізкультурно-оздоровчі заходи (фізкультурно-оздоровчі свята, спортивно-масові заходи).

Довільна діяльність – це позашкільна діяльність, що передбачає самостійну фізкультурно-оздоровчу діяльність (ранкова гімнастика, загартування, виконання рухливих домашніх завдань, фізкультпаузи під час виконання домашніх завдань тощо) та заняття в спортивних секціях.

О. Стасенко [4] виділяє такі ефективні форми фізкультурно-оздоровчої роботи:

- заняття фізичними вправами протягом навчального дня (гімнастика перед заняттями, фізкультхвилинки та фізкультпаузи, рухливі перерви, години здоров'я);
- туристичні походи, рухливі ігри на місцевості;
- самостійні заняття фізичними вправами;
- спортивна година в групах продовженого дня і т.п.

Використання цих форм, на думку науковця [4], приє::

- зниженню в учнів негативних наслідків навчального навантаження;
- збільшенню рівня рухової активності дітей;
- формуванню «школи рухів», тобто навчання школярів основам рухової діяльності, надання методичних рекомендацій для самостійних занять фізичними вправами.

Застосування фізкультурно-оздоровчих заходів у фізичному вихованні учнів ЗЗСО є важливим напрямком формування фізично розвинутої

особистості та сприяє використанню різноманітних форм фізичної культури, спорту та туризму для збереження та зміцнення здоров'я, всебічного розвитку, дотриманню здорового способу життя.

Список використаних джерел

1. Бермудес Д. В. Аналіз застосування засобів фізичної культури з використанням музичного супроводу в процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності в закладах загальної середньої освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2019. № 6. С. 241–251.

2. Верховська М. В. Форми фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Вісник Запорізького національного університету*. 2014. Вип. 1. С. 12–19.

3. Рибалко П., Гвоздецька С., Прокопова Л. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2016. № 3. С. 340–347.

4. Стасенко О. А. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у загальноосвітніх навчальних закладах: шляхи та перспективи. *Молодий вчений*. 2016. № 1. С. 151–157.

5. Фізкультурно-оздоровчі та спортивні технології в освітньому просторі : теорія і практика : колективна монографія. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2020. 339 с.

НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ЗМІСТУ ПОНЯТТЯ «ЗДОРОВ'Я»

Войтюк Марія Олегівна,

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Науковий керівник: доктор педагогічних наук, професор **Корносенко О. К.**

У сучасній літературі поняття «здоров'я» визначається як якість життєдіяльності людини, що характеризується досконалою адаптацією щодо впливів на організм чинників природного середовища проживання, здатністю до народження дитини з урахуванням віку та адекватністю психічного розвитку, що забезпечується нормальним функціонуванням усіх органів і фізіологічних систем організму за відсутності прогресуючих порушень структури органів, що виявляється станом фізичного й духовного добробуту індивідуума за різних видів його активності, зокрема трудової діяльності (медична енциклопедія) [1-6]; як стан людського організму як живої системи, що характеризується повною її врівноваженістю із зовнішнім середовищем і відсутністю будь-яких виразних змін, пов'язаних із хворобою» (соціологічний словник) [2, 4, 6].