

2. Экспериментальную методику можно с успехом использовать в системе внеклассных занятий и на уроках физического воспитания школьников, не только средних классов, но и других циклов, варьируя физическую нагрузку в соответствии с возрастом и уровнем подготовленности детей.

3. Совершенствование учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию, а также поиска новых средств для повышения мотивации к занятиям физической культурой, а также внеклассной его формы, для учителей физической культуры остается актуальным и в перспективе развития.

Использованные источники:

1. Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы /С.В. Колесникова. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 157 с.

2. Крючек Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий. – М.: Терра-Спорт, 2001. – 60с.

3. Мякиченко Е.Б., Шестакова М.П. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учеб. пособ. для студ. ВУЗов физической культуры. Под ред. Е.Б. Мякиченко, М.П. Шестакова. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 301с.

4. Craijdan O. Aerobica în cadrul orelor de educație fizică: Ghid metodic pentru profesorii de educație fizică/Olga Craijdan. Chișinău: Tipografia «Valinex» SRL, 52 с. ISBN 978-9975-68-286-2

Сергій Мішин,

Центральноукраїнський державний
педагогічний університет
імені Володимира Винниченка
м. Кропивницький

СПЕЦИФІКА УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Постановка проблеми. Проблема зміцнення здоров'я дітей є одним з головних завдань нашого суспільства. Наскільки успішно вирішується питання фізичної підготовленості в ранньому шкільному віці, настільки залежить стан здоров'я, фізичний розвиток, працездатність, успіхи у навчанні та спорті дітей більш старшого шкільного віку (А.А. Гужаловський, 1988; В.І. Завацький, 1994; О.С. Куц, 1997; Е.С. Вільчковський, 1998; Т.Ю. Круцевич, 1999 та ін.)

Фізичне виховання молодших школярів має свою специфіку, обумовлену їх анатомо-фізіологічними і психологічними особливостями, а також тим, що, приходячи до школи, учні потрапляють у нові умови, до яких їм потрібно пристосуватися, звикнути. З початком навчання значно зростає обсяг розумової праці дітей і в той же час істотно обмежується їх рухова активність і можливість перебувати на відкритому повітрі. У зв'язку з цим правильне фізичне виховання в молодшому шкільному віці є не лише необхідною умовою всебічного гармонійного розвитку особистості учня, а й дієвим фактором підвищення його розумової працездатності [1]

З початком навчання значно зростає обсяг розумової праці дітей і в той же час істотно обмежується їх рухова активність і можливість перебувати на відкритому повітрі. У зв'язку з цим правильне фізичне виховання в молодшому шкільному віці є не лише необхідною умовою всебічного гармонійного розвитку особистості учня, а й дієвим фактором підвищення його розумової працездатності [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Видатний педагог В.О. Сухомлинський велике значення надавав діяльності школи, вчителів, спрямованої на поліпшення здоров'я школярів, особливо учнів молодших класів. Він вважав, що дбати про здоров'я дітей – найважливіше завдання вчителя (Янсон Ю.А., 1993).

Вплив рухливих ігор як на фізичний так і на психічний стан здоров'я молодших школярів вивчався вітчизняними та зарубіжними науковцями: Б.М. Шияном, Л.В. Волковим, Н.А. Фоміним, Г.А. Пастушенко, В.В. Егоровим, Ю.А. Янсоном.

Аналіз літератури показав, що розглядом означеної проблеми займалися багато авторів, зокрема Ареф'єв В.Г., Бондаревський Є.Я., Борисенко А.Ф., Венгерський Г.Б., Дмитрієв В.В., Круцевич Т.Ю., Сухарев А.Г., Томенко О.А.

Аналіз літературних фахових джерел виявив, що в умовах сучасної загальноосвітньої школи потреба дітей у русі не задовольняється, а отже належно не розвиваються фізичні якості, які необхідні для зміцнення здоров'я та формування систем організму. Тому розширення функціональних можливостей організму, що росте, є основним завданням предмету «фізична культура» у початкових класах.

У психолого-педагогічній літературі проблему зміцнення та збереження здоров'я, формування здорового способу життя розглядали у своїх працях Л.В. Волкова, Г.І. Власюк, О.Д. Дубогай, М.Д. Зубалій, І.І. Петренко, Н.М. Хоменко (формування здорового способу життя засобами фізичної культури); С.О. Свириденко (формування здорового способу життя молодших школярів у позакласній роботі); А.Л. Турчак, В.М Оржеховська (запобігання шкідливим звичкам, девіантній поведінці школярів); О.В. Вакуленко (здоровий спосіб життя як соціально-

педагогічна умова становлення особистості у підлітковому віці); Т.Є. Бойченко, Г.К. Зайцев, М.С. Гончаренко, Л.Г. Татарникова, С.О. Юрочкіна (валеолого-педагогічні основи забезпечення здоров'я людини в системі освіти, створення валеологічної освіти в загальноосвітніх закладах, валеологічне виховання у дошкільних закладах); І.Д. Бех, С.В. Лапаєнко (виховна робота в школі з формування здорового способу життя і створення сприятливих психолого-педагогічних умов для реалізації особистісно зорієнтованого виховання дітей та учнівської молоді) [3].

Виклад основного матеріалу. У 2017/2018 навчальному році учні початкових класів навчатимуться за навчальними програмами, затвердженими наказами Міністерства освіти і науки України від 05.08.2016 № 948 «Про затвердження змін до навчальних програм для 1-4-х класів загальноосвітніх навчальних закладів» (у якому затверджено зміни до програми «Фізична культура») та від 12.09.2011 № 1050 «Про навчальні програми для 1-4 класів загальноосвітніх навчальних закладів».

У 2017/2018 навчальному році вивчення фізичної культури у 1-4 класах здійснюватиметься за навчальними програмами:

– «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи» (авт. Т. Круцевич та ін., 2016);

– спеціальна медична група 1-4 класи «Фізична культура для спеціальної медичної групи. 1-4 класи (авт. В. Майер, 2006).

Типові навчальні плани початкової школи складені на виконання Закону України "Про загальну середню освіту" та затверджені наказом Міністерства освіти і науки України від 10.06.2011 № 572 «Про Типові навчальні плани початкової школи» (зі змінами).

Типовими навчальними планами для загальноосвітніх навчальних закладів у 2017/2018 навчальному році на вивчення предмета «Фізична культура» у 1-4 класах в інваріантній складовій передбачено – 3 години на тиждень.

Особливе місце в роботі початкової школи посідає виховання, яке закладає дитині основні цінності, зокрема, любов до рідної домівки, рідної школи, міста, рідної мови та гордості за свій рідний край, свою державу. Проте важливою початкова школа є й в аспекті забезпечення належного механізму фізичного виховання дитини. Так, завдання фізичного виховання молодших школярів такі: виховувати позитивні морально-вольові якості; зміцнювати здоров'я і сприяти правильному фізичному розвитку; формувати рухові вміння та навички; розвивати рухові (фізичні) якості; формувати інтерес до фізкультури і потреба займатися їй; озброювати учнів знаннями з фізичної культури, гігієни, про правила загартовування [2].

Успішне вирішення завдань фізичного виховання молодших школярів можливе лише в тому випадку, якщо воно стає органічною частиною всього навчально-виховного процесу школи, предметом загального занепокоєння педагогічного колективу, батьків, громадськості, коли кожний педагогічний працівник виконує свої обов'язки відповідно до «Положення про фізичне виховання учнів загальноосвітньої школи» [4].

Специфіка виховання молодших школярів зумовлена їх анатомо-фізіологічними і психологічними особливостями – це сповільнений ріст зростання, висока збудження нервової системи, підвищена реактивність і в силу цього частота серцевих скорочень дитини 7 років – 88 уд / хв, 10 років – 79 уд / хв. Артеріальний тиск дитини 7 років – 85/60, 10 років – 90/55. Маса і розміри серця менше, ніж у дорослих, ще не закінчилося окостеніння кістяка, слабко розвинені м'язи, особливо м'язи тулуба, недостатньо міцні зв'язки і сухожилля, що сприяє деформації при навантаженні хребта. Перевантаження може призвести до затримки росту дитини.

Зміст фізичного виховання учнів початкових класів має три складові частини:

- фізичне виховання в школі;
- фізичне виховання на позакласних заняттях;
- фізичне виховання в сім'ї.

До форм організації, фізичного вихованім в школі належать:

- урок фізичної культури;
- форми фізичного виховання в режимі навчального дня;
- заняття в гуртках фізичної культури для молодших школярів, в секціях загально фізичної підготовки;
- змагання, свята, ігри, туристичні походи;
- екскурсії, перегляд кінофільмів на спортивну тематику, показові виступи, зустрічі з найкращими спортсменами.

У позашкільних заходах використовуються такі форми організації фізичного виховання:

- заняття в дитячо-юнацьких спортивних школах;
- заняття в туристично-екскурсійних станціях;
- заняття в парках культури і відпочинку, дитячих майданчиках, туристичних базах, житлово-комунальних конторах.

До форм фізичного виховання в сім'ї належать:

- заходи в режимі дня (ранкова гімнастика, загартування, фізкультпаузи під час виконання домашніх завдань);
- самостійне виконання фізичних вправ;
- виконання завдань фізичної культури;
- відпочинок, прогулянки, походи [4].

У більшості шкіл уроки фізичної культури в молодших класах проводять учителі початкових класів, а тому необхідно дотримуватися певних вимог перед проведенням уроків з фізичної культури у початковій школі:

- забезпечити проведення медичного огляду учнів;
- створювати належні санітарно-гігієнічні вимоги до місць занять;
- заняття проводити у відповідній спортивній формі;
- брати участь в організації і проведенні позакласних заходів з фізичної культури;
- проводити серед батьків роз'яснювальну роботу про значення фізичної культури для дітей;
- розширювати свої знання в області фізичного виховання дітей;
- сприяти підвищенню інтересу до фізичної культури, формувати у них стійкий інтерес до самостійних занять фізичними вправами, підвищувати емоційний фон.

В молодших школярів емоції відіграють домінуючу роль в загальній структурі діяльності. Формування емоцій в учнів молодшого шкільного віку обумовлено ускладненням пізнавальної діяльності і трансформацією мотиваційної сфери. В основі навчальної мотивації молодшого школяра лежить інтерес до очікування нового. Саме інтерес як емоційне переживання пізнавальної потреби стає основою внутрішньої мотивації навчальної діяльності. (Маркова А.К., Орлов О.Б., Фрідман Л.М., 2009).

Висновок: Специфіка фізичного виховання молодших школярів зумовлена їх анатомо-фізіологічними і психологічними особливостями. Зміст фізичного виховання учнів початкових класів має три складові частини, які урізноманітнюють сам процес фізичного виховання у молодших школярів. З дотриманням певних вимог перед проведенням уроків з фізичної культури у початковій школі покращить фізичний розвиток дитини, сприятиме підвищенню інтересу до занять фізичною культурою і формування емоційного збудження.

Використані джерела:

1. Козленко М. П. Теорія і методика фізичного виховання у початкових класах / М. П. Козленко, Е. С. Вільчковський, С. Ф. Цвек. – К. : Вища школа, 1984. – 230 с.
2. Круцевич Т.Ю. Теорія и методика фізичного виховання: підручник: в 2т. / Круцевич Т.Ю. – К. : Олімп. літ., 2008. – Т.1. – 391 с; с. 15
3. Омельченко О.В. Особливості професійно-педагогічної діяльності вчителя початкових класів з організації здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу : Автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня

канд. пед. наук : спеціальність – 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Харків, 2008. – 20 с.

4. Шиян, Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підручник: в 2ч. / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – Ч.1. – 272 с.

Світлана Челало,

Олена Маркова,

Центральноукраїнський державний
педагогічний університет
імені Володимира Винниченка,
м. Кропивницький

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР ТА ОКРЕМІ АСПЕКТИ ЇХ ВИКОРИСТАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДИТИНИ

Постановка проблеми. Важливою складовою високого рівня культури суспільства є фізична культура. Вивчення історії фізичної культури збагачує кругозір, сприяє формуванню світогляду, допомагає засвоїти теорію фізичного виховання й усвідомити практику фізичної культури. Зважаючи на те, що, окрім виконання оздоровчих та освітніх завдань, фізичне виховання вирішує і загально-педагогічні завдання – формування морально-вольових якостей, виховання патріотизму і шанобливого ставлення до Батьківщини, природним і актуальним є необхідність більш детального і глибокого історичного аналізу національного тіловиховання, в тому числі й значення народних рухливих ігор.

Аналіз останніх досліджень. На необхідність використання ігор у вихованні підростаючого покоління звертали увагу О. Вашенко, Е. Вільчковський, Г. Воробей та ін. Про окремі аспекти використання українських народних рухливих ігор у вихованні дітей дошкільного і молодшого шкільного віку говориться у працях А. Цьося, О. Яницької та ін.

Виклад основного матеріалу. В сучасній педагогіці важливу роль в системі як фізичного, так і морального і розумового виховання відіграють рухливі ігри. У повсякденному житті людини, гра є однією з форм його діяльності й одночасно важливою соціальною функцією, оскільки вона використовує елементи гри в своєму існуванні. Особливе значення в процесі фізичного розвитку дітей мають народні рухливі ігри (обрядові календарні, побутові, ігри-забави, хороводи та ін.), які характеризуються давню історію і великий виховний потенціал.