

РОЗДІЛ 3. ГУМАНІТАРНІ ТА ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ

ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ УЧНІВ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ

ВАДИМ АНДРІАНОВ, ТАРАС АНДРІАНОВ
Криворізький державний педагогічний університет

Постановка проблеми. У контексті формування всебічно гармонійно розвиненої особистості, важливе місце відводиться зміцненню здоров'я учнів, яке закладається з дитинства в школі, і через яку, за умови обов'язковості загальної освіти, проходять всі діти. Тому здоров'я учнів значною мірою залежить від ефективності оздоровчої роботи в школі та створення умов з формування їх фізичної активності. Визначаємо активність як якість поведінки, яка дає видимий результат завдяки витрачання енергії та відноситься тільки до поведінки, а не до особи, яка стоїть за цією поведінкою [3, с.94].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Педагогічні умови фізичного розвитку молодших школярів у позашкільних навчальних закладах спортивно-оздоровчої спрямованості відзначають як цілеспрямоване формування в школярів мотивації ведення здорового способу життя, систематизація рухової активності, врахування особливостей виховання фізичної витривалості та навчання практичним прийомам відновлення функціонального стану організму [2, с. 131].

В науковій літературі відмічено, що фізичне виховання дітей є однією з передумов ефективності розумового, морального, валеологічного та естетичного виховання [1, с. 124]. Пропонується, що б у фізичному вихованні дітей, окрім вміло підібраних рухливих ігор та фізичних вправ, повинно бути знайдене місце для заходів з укріплення здоров'я та загартування [5, с.189]. З негативним аспектом в іншій роботі виступає інформація, що з боку адміністрації загальноосвітніх шкіл до предмету «Фізична культура» приділяється недостатня увага до організації навчального процесу [4, с. 24].

Мета статті: обґрунтувати вплив рухової активності на розвиток дитячого організму та визначити шляхи, що сприяють формуванню рухової активності в режимі навчального дня молодших школярів.

База дослідження. В дослідженні, що проводилось у квітні-травні 2011 року на базі Криворізької загальноосвітньої школи №63, були задіяні учні 3-А класу (22 особи).

Результати дослідження та їх обговорення. Бути активним – означає дати виявитися своїм здібностям, таланту всьому багатству людських дарувань, якими, хоча і різною мірою, наділена кожна людина. Фізична активність – рухова діяльність людини, направлена на зміцнення здоров'я, розвиток фізичного потенціалу і досягнення фізичної досконалості для ефективної реалізації своїх задатків з урахуванням особової мотивації і соціальних потреб. Рухова діяльність – сукупність рухових дій, включених в систему організуючих ідей, правил і форм з метою досягнення певного ефекту організму людини і вдосконалення динаміки цього процесу.

Дитячий організм прагне до зберігання певного рівня рухової активності, зумовленої біологічною потребою також як у їжі, воді та ін. Рухова активність є неспецифічним подразником, який залучає у відповідну реакцію всі ланки нервової системи; виступаючи у якості загального впливу на організм людини, вона стимулює фізіологічні процеси в організмі і підвищує тонус системи, а значить її чуттєвість і здібність до реагування.

Рухова активність та адаптація дитячого організму до різних фізичних навантажень полягає в тому, щоб підтримувати і розвивати природні якості дитини, її здоров'я та індивідуальні здібності.

Відомо, що динаміка розумової працездатності зберігається завдяки високій руховій активності, що включає весь арсенал існуючих форм, кожна з яких органічно взаємозв'язана з іншими і адаптована до індивідуальних можливостей організму учнів, загартування та забезпечення здорового потенціалу дитини.

Основна спрямованість методики у нашому дослідженні – це вправи та ігри, спрямовані на швидкість, координацію, спритність та гнучкість, за

Важлива роль особливості рухової активності молодших школярів належить рухливим іграм, де учні мають продемонструвати свої фізичні якості (швидкість, силу, витривалість, гнучкість).

У нашому дослідженні, завдяки нашим рекомендаціям стало можливим:

- по-перше, поліпшити погляд учнів (та їх батьків) на фізичну культуру, на красу людського тіла, фізичний стан, фізичний розвиток, фізичну підготовленість та спосіб життя;
- по-друге, згідно навчального плану і програми, значно розширити форми, зміст тижневої рухової активності до 6-10 годин;

- по-третє, заняття з фізичної культури, окрім розвитку фізичних якостей, спрямовано на активний відпочинок;

- по-четверте, фізичні вправи є корисними, якщо навантаження відповідає функціональним можливостям організму, а методика проведення визначає індивідуальний обсяг рухової активності, що, на наш погляд, сприяло підвищенню мотивації до занять фізичною культурою і спортом.

На практиці реалізація перелічених форм управління фізичною культурою складна, адже здоров'я (рухова активність) учнів знаходиться далеко не на першому місці навчального дня, відсутній досвід роботи з цієї проблеми і, головне, щоб вчительська любов до дітей була основним і головним засобом навчально-виховного процесу. Тобто уміти застосовувати сучасну педагогічну технологію – це вміння використовувати власний психологічний апарат як інструмент виховного впливу. Вона буває внутрішньою (створення внутрішнього переживання особистості, психологічне настроювання на майбутню діяльність через вплив на розум, волю й почуття) та зовнішньою: вербальною (вплив за допомогою слова) та невербальною (міміка, жести, постава, контакт очей, дистанція).

Запропоновані види рухової діяльності молодших школярів допоможуть вчителям (самостійно) раціонально організувати і чітко планувати головні шляхи реалізації рухових завдань з підвищення їх рухової активності.

Висновки. Таким чином, формування фізичної активності дітей є соціально-педагогічною проблемою, від вирішення якої багато в чому залежить не тільки здоров'я дітей, але і благополуччя і процвітання країни в цілому. Створюючи умови для підвищення рівня фізичної активності особистості, суспільство вирішує такі глобальні завдання, як збереження генофонду нації і забезпечення національної безпеки країни.

Література

1. Волошин О. Фізичне виховання дітей дошкільного віку /Олена Волошин //Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. [«Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання»], (Дніпропетровськ, 20-21 квітня, 2010 р.) /Мін-во освіти і науки України, Дніпр. нац. універ. – Дніпропетровськ: ДНУ, 2010. – С. 123-124.
2. Глухов І. Фізичний розвиток молодших школярів у позашкільних навчальних закладах як педагогічна проблема /Іван Глухов //Матеріали VIII Всеукр. наук.-практ. конф. [«Актуальні проблеми юнацького спорту»], (Херсон, 23-24 вересня, 2010 р.) /М-во освіти і науки України, Херсон. держ. універ. – Херсон: Видавництво ХДУ, 2010. – С. 127-132.
3. Гуревич П.С. Современный гуманитарный словарь-справочник /П.С. Гуревич. – М.: Олимп; ООО "Фирма "Издательство АСТ", 1999. – с. 528.
4. Загінайко І.В. Аналіз процесу фізичного виховання у школі /І.В. Загінайко, В.Б.Бакурідзе-Маніна //Матеріали II Міжнарод. наук.-практ. конф. [«Здоров'я і освіта: проблеми та перспективи»], (Донецьк, 17-18 листопада 2010 р.) /Мін-во освіти і науки України, Дон. нац. універ. – Донецьк: Норд-Прес, ДонНУ, 2010. – С. 22-24.
5. Стройнецкая А.П. Физическое воспитание детей – здоровье нации /А.П.Стройнецкая, И.И.Пугачева //Матеріали II Міжнарод. наук.-практ. конф. [«Здоров'я і освіта: проблеми та перспективи»], (Донецьк, 17-18 листопада 2010 р.) /Мін-во освіти і науки України, Дон. нац. універ. – Донецьк: Норд-Прес, ДонНУ, 2010. – С.189-190.

ИЗ ИСТОРИИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ЖЕНСКОЙ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ НА ХЕРСОНЩИНЕ

ДЕНИС БАИРОВ

Херсонская СДЮШОР по вольной борьбе

Актуальность. В современной жизни все больше профессий, занятий, которые считаются исконно мужскими, успешно овладевают женщины. Не обходит это и спорт. Такими видами спорта, как хоккей, тяжелая атлетика, бокс, борьба стали увлекаться женщины не только на любительском уровне, но и профессионально. Женской вольной борьбе в нашей стране уже более 20 лет. Этот вид спорта стал развиваться после постановления Федерации вольной борьбы СССР от 22 февраля 1990 года. Женская вольная борьба прочно вошла в мировую социальную жизнь, быстро развивается на Украине.

Цель работы. Раскрыть исторические аспекты женской вольной борьбы на Херсонщине.