

Сучасний підхід до впровадження здоров'язберігаючої технології для дітей початкової школи

Шуба Л.В.

Запорізький національний технічний університет

Анотація:

Мета: розробити та експериментально перевірити здоров'язберігаючу технологію, яка сприятиме ефективному формуванню здорового способу життя школярів. **Матеріал:** в дослідженні взяли участь учні 8 – 9 років. Із чотирьох обстежених класів було сформовано чотири однорідні групи. Контрольні групи склали – 19 хлопців, 17 дівчат; експериментальні групи склали – 20 хлопців, 16 дівчат, які за станом здоров'я були віднесені до основної медичної групи. **Результати:** найбільший абсолютний приріст показників фізичної підготовленості в експериментальній групі був виявлений у розвитку таких рухових якостей: гнучкість, сила м'язів кисті рук і тулуба, швидкісно-силові. Зазначається, що для ефективного розвитку фізичних якостей учнів вирішальним чинником було врахування сенситивних періодів та комплексний підхід на заняттях з фізичної культури. **Висновки.** Отримані результати свідчать про ефективність розробленої нами технології. Вона складається з двох блоків з пріоритетним використанням вправ оздоровчої спрямованості.

Ключові слова:

технологія, здоров'я, оздоровчі вправи, формування, молодші школярі.

Шуба Л.В. Современный подход к внедрению здоровьесберегающей технологии для детей начальной школы. Цель: разработать и экспериментально проверить здоровьесберегающую технологию, которая будет способствовать эффективному формированию здорового образа жизни школьников. **Материал:** в исследовании приняли участие учащиеся 8 - 9 лет. Из четырех обследованных классов были сформированы четыре однородные группы. Контрольные группы составляли - 19 мальчиков, 17 девочек, экспериментальные группы составляли - 20 мальчиков, 16 девочек, которые по состоянию здоровья были отнесены к основной медицинской группе. **Результаты:** наибольший абсолютный прирост показателей физической подготовленности в экспериментальной группе был обнаружен в развитии таких двигательных качеств: гибкость, сила мышц кисти рук и туловища, скоростно-силовые. Отмечается, что для эффективного развития физических качеств учащихся решающим фактором должен быть учет сенситивных периодов и комплексный подход на занятиях по физической культуре. **Выводы.** Полученные результаты свидетельствуют об эффективности разработанной нами технологии. Она состоит из двух блоков с приоритетным использованием упражнений оздоровительной направленности.

технология, здоровье, оздоровительные упражнения, формирование, младшие школьники.

Shuba L.V. Modern approach to implementation of health related technology for primary school children. Purpose: to work out and experimentally prove health related technology, which would facilitate formation of pupils' healthy life style. **Material:** In the research pupils of 8-9 years' age participated. From four tested forms we composed four groups. Control groups consisted of 19 boys and 17 girls; experimental groups – of 20 boys and 16 girls, who were practically healthy. **Results:** the highest absolute increment of physical fitness indicators in experimental group was found in such motor abilities as flexibility, strength of hands' and torso muscles, speed-power qualities. It was noted that for effective development of pupils' physical qualities decisive factor was consideration of sensitive periods and complex approach at physical culture classes. **Conclusions:** the received results witness about effectiveness of the worked out by us technology. It consists of two blocks with prevailing usage of health related exercises.

technology, health, health related exercises, formation, primary school pupils.

Вступ.

За останні роки під час навчання школярів кількість здорових дітей зменшується у 3-4 рази і одночасно зменшується рівень рухової активності. Все це негативно впливає на фізичний розвиток дитини, загальмує розвиток основних фізичних якостей: сила, швидкість, витривалість, гнучкість, спритність тощо [14]. Саме тому, збереження і зміцнення здоров'я учнів, підвищення рівня рухової активності, розвиток та подальше удосконалення головних фізичних якостей є основними завданнями фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку та пріоритетними напрямками розвитку нашого суспільства [18, 19].

Сьогодні в Україні фіксують високий рівень захворюваності населення, особливо серед дітей і підлітків. За період навчання в школі кількість здорових дітей з першого до одинадцятого класу зменшується в 3-4 рази. Тому, збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування духовних потреб і навичок здорового способу життя є пріоритетними в розвитку суспільства [6].

Фізична культура – частина загальної культури суспільства та одна із сфер соціальної діяльності, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних здібностей людини. Основні показники стану фізич-

ної культури в суспільстві – рівень здоров'я і фізичний розвиток людей, ступінь використання фізичної культури у сфері виховання, освіти, побуті та спортивних досягнень [2, 17].

Пошуку засобів підвищення ефективності фізичного виховання дітей та підлітків присвячена велика кількість науково-методичних робіт: О. Дубогай [4], М. Борейко [1], Ю. Васькова [2, 3], Т. Круцевич [5], С. Присяжнюк [8], А. Цьось [10], Б. Шияна [11], Л. Шуба [12-14], J. Rink [19], J. Fisher, L. Reilly, C. Kelly, A. Montgomery, J. Williamson [15] та інші. Все це дає змогу констатувати, що основою ефективного фізичного виховання в школі повинна бути індивідуалізація процесу навчання, що орієнтована на пріоритети особистості, інтереси й потреби у вільному і самостійному розвитку [12].

Отже, проблема розробки здоров'язберігаючої технології для дітей початкової школи при використанні форм та засобів фізичного виховання є актуальною.

Мета, завдання роботи, матеріал та методи.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці здоров'язберігаючої технології, яка сприятиме ефективному формуванню здорового способу життя школярів 8 – 9 років при використанні форм та засобів фізичного виховання.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан існуючих технологій, методик та засобів формування здорового способу життя молодших школярів.

2. Розробити здоров'язберігаючу технологію спрямовану на формування здорового способу життя дітей 8 – 9 років.

3. Дослідити вплив розробленої технології на показники розвитку фізичних якостей та фізичного здоров'я школярів 8 – 9 років.

Методи дослідження:

- аналіз літературних джерел;
- педагогічне спостереження (вивчався вплив оздоровчого способу життя спрямованої на підвищення рівня здоров'я та розвитку фізичних якостей);

- методи оцінки фізичного здоров'я. Оцінка рівня фізичного здоров'я визначалася згідно методики «Експрес-скринінгу рівня соматичного здоров'я дітей і підлітків». В основу методики кількісної експрес-оцінки рівня фізичного здоров'я покладені показники антропометрії [довжина тіла, маса тіла, життєва ємність легень (ЖСЛ)] та стан серцево-судинної системи. Критерієм резерву та економізації функцій серцево-судинної системи є показник індексу Руф'є та «подвійний добуток» у спокої (індекс Робінсона). Критерієм резерву функції зовнішнього подиху є життєвий індекс, м'язової системи – силовий індекс. Всі показники ранжируванні. Їм була привласнена оцінка у балах окремо для хлопчиків та дівчаток. Після одержання кожного показника визначалася загальна сума балів, яка оцінювала рівень фізичного здоров'я;

- педагогічне тестування («нахил уперед з положення стоячи», см; «піднімання тулуба в сід за 1 хвилину», кількість разів; «згинання та розгинання рук у упорі лежачи», кількість разів; «стрибок у довжину з місця», см; «човниковий біг 4x9», с; «біг 30 м», с);

- педагогічний експеримент (для проведення педагогічного експерименту у три етапи досліджувані були розділені на контрольні та експериментальні групи);

- методи математичної статистики (середнє арифметичне значення, середнє квадратичне відхилення, коефіцієнт варіації, стандартна помилка середнього арифметичного, коефіцієнт кореляції).

В дослідженні взяли участь учні 8 – 9 років. Із чотирьох обстежених класів було сформовано чотири однорідні групи. Контрольні групи склали – 19 хлопців, 17 дівчат; експериментальні групи склали – 20 хлопців, 16 дівчат. Всі діти за станом здоров'я були віднесені до основної медичної групи.

Результати дослідження.

Галузь фізичної культури у сфері освіти відбивається також в багатьох сферах діяльності суспільства. Організація і зміст фізичного виховання регулюються:

- Законами України «Про дошкільну освіту», «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про професійно-технічну освіту», «Про фізичну культуру і спорт», актами Президента України та Кабінету Міністрів України,
- нормативно-правовими та іншими актами Мі-

ністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я України, Міністерства України у справах молоді та спорту щодо фізичного виховання дітей та учнівської молоді;

- міжгалузєвою комплексною програмою «Здоров'я нації»;
- Державними стандартами базової середньої освіти, затверджені постановою Кабінету Міністрів України;
- навчальною програмою з фізичної культури для учнів загальноосвітніх навчальних закладів;
- навчальною програмою з фізичної культури для учнів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи;
- наказом МОН України «Про затвердження Правил безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах» [14].

Мета сучасної школи – підготовка дітей до життя. Кожен учень має отримати знання, які знадобляться йому в майбутньому [4].

Процес фізичного виховання повинен бути безперервним. Його не можна організувати інакше, ніж у формі структурно відокремлених занять. Такі заняття повинні бути відокремлені один від одного більшменш значними інтервалами часу. Протяжність таких занять залежить від загального режиму життя, характеру основної та іншої діяльності, динаміки відновних процесів та інших факторів. Загальні принципи побудови фізичного виховання припускають поєднання в якості його окремих ланок різноманітних форм занять, видозмінюються стосовно особливостей їх змісту та конкретних умов побудови: рівню підготовленості та складом учнів, місця занять в режимі життя, умовами навколишнього середовища, технічної оснащеності і т. ін. [11, 15, 16]. Тому слід активізувати систематичні заняття фізичними вправами в організованих формах. У практиці фізичного виховання існують дві форми занять: урочна та позаурочна [5, 6, 9]. Такі форми мають суттєві задачі, мету, зміст, засоби й методи. Цим обумовлюється підпорядкованість їх побудови загальним закономірностям і педагогічним вимогам.

В основу формування експериментальної технології нами були покладені основні напрямки та головні завдання всебічного гармонійного розвитку особистості, різновиди видів виховання: моральне, громадське, розумове, фізичне та оздоровче.

1. Моральне виховання – розвиток моральної свідомості учнів: формування моральних понять, поглядів, переконань; виховання моральних почуттів; вироблення навичок і звичок моральної поведінки.

2. Громадське виховання – розвиток патріотизму, національної самосвідомості, ціннісного ставлення до природи та праці.

3. Розумове виховання – засвоєння визначеного обсягу знань, розширення світогляду, розвиток пізнавальної активності.

4. Фізичне виховання – сприяння правильному фі-

зичному розвитку учнів, зміцнення їхнього здоров'я; розвиток та удосконалення рухових якостей; формування гігієнічних навичок; формування потреби у систематичних заняттях фізичною культурою та спортом.

5. Оздоровче виховання – формування оздоровчої культури, яка включає знання про багатогранність оздоровчих вправ та їх вплив на організм [7].

Визначальними для нас були такі педагогічні положення:

1. Комплексний підхід до розвитку фізичних якостей.

2. Раціональна побудова уроків та комплексів вправ, які дозволяють всебічно впливати на організм дитини. Вправи підібрані з урахуванням вікових особливостей організму дітей молодшого шкільного віку. До кожного комплексу включені вправи, які потребують роботи різних груп м'язів і спрямовані на розвиток фізичних якостей.

3. Використання ігрового методу для підвищення мотивації дитини до занять фізичними вправами. У молодшому шкільному віці необхідно стимулювати творчі здібності дитини, надати їй допомогу в пробудженні інтересу для самоосвіти, в набутті стійкої потреби в творчому мисленні.

4. Використання системи самоконтролю для визначення приросту показників фізичних якостей [9].

Отже, ідеологічною основою формування здорового способу життя може бути концепція ефективного використання форм та засобів фізичного виховання, застосованих у режимі учбового дня і в позашкільний час. Вона виступає як процес педагогічної допомоги дитині в становленні її суб'єктивності, культурної ідентифікації, соціалізації, життєвого самоствердження.

Враховуючи вище наведене, пропонуємо авторську здоров'язберігаючу технологію. Вона складається із двох блоків, які доповнюють один одного і таким чином впливають всебічно на школяра (рис 1).

Ефективність розробленої технології оцінюється рівнем розвитку фізичних якостей і фізичного здоров'я школярів. Аналізуючи показники контрольної та експериментальної груп відмічаємо, що величини приросту показників довжини, маси тіла та окружності грудної клітки у школярів експериментальної та контрольної груп відповідають віковим нормам. Однак, аналіз даних показників не виявив статистично значущого ($p > 0,05$) підвищення їх після експерименту в експериментальній групі порівняно з показниками контрольної групи. Результати досліджень свідчать про статистично значуще ($p < 0,05$; $p < 0,01$) збільшення показників ЖСЛ (життєва ємність легень), зменшення показників ЧСС (частота серцевих скорочень) та АТ (артеріальний тиск) після експерименту у експериментальній групі порівняно з показниками контрольної групи.

Після експерименту оцінка рівня фізичного здоров'я школярів свідчить про ефективність розробленої технології. Так, підвищилися показники, які характеризують рівень фізичного здоров'я обстежуваних школярів (24,3% хлопчиків і 21,6% дівчаток експериментальної групи досягли середнього рівня фізичного здоров'я; відповідно у контрольній групі 8,1% та 9,4%).

Отримані данні хлопців після проведення експерименту залишаються однорідними у всіх тестах: «нахил тулуба вперед» (V до 5,62% – контрольна група, V до 5,42% – експериментальна група), «піднімання

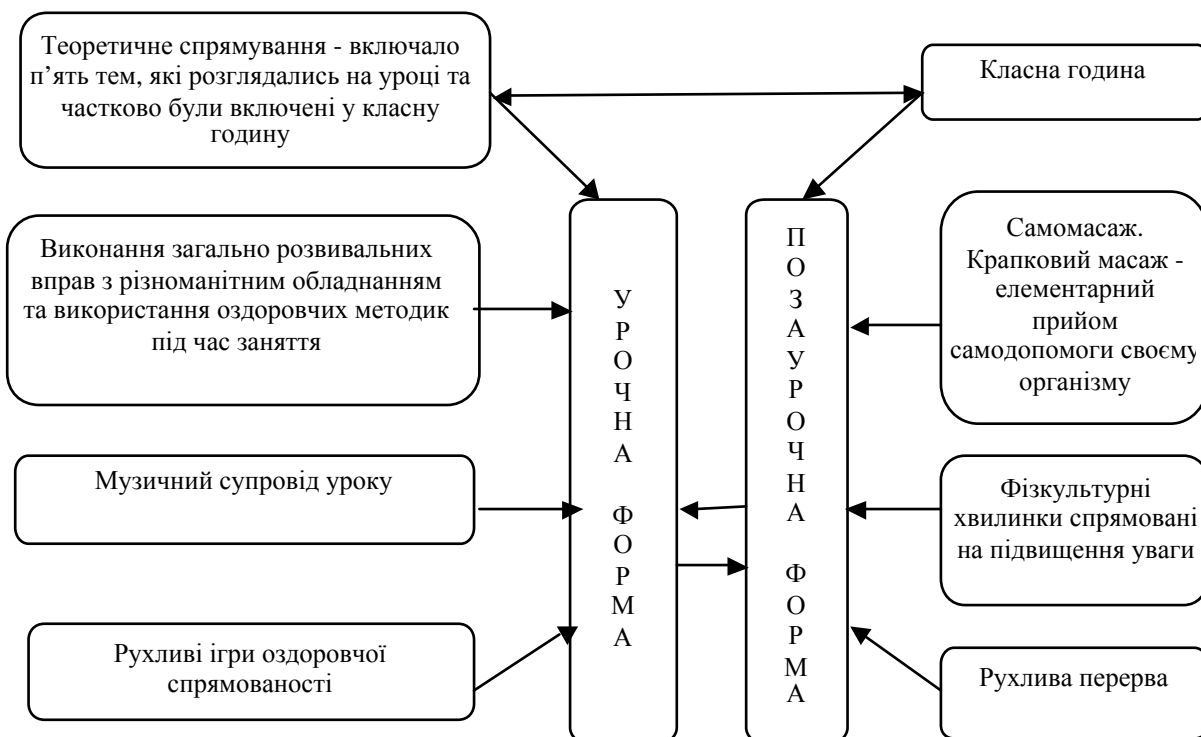


Рис. 1. Схема експериментальної здоров'язберігаючої технології

тулуба в сід за 1 хвилину» (V до 4,81% – контрольна група, V до 4,05% – експериментальна група), «згинання та розгинання рук в упорі лежачи» (V до 6,95% контрольна група, V до 6,89% – експериментальна група), «стрибок у довжину з місця» (V до 8,11% – контрольна група, V до 7,76% – експериментальна група), «човниковий біг 4x9 м» (V до 5,22% – контрольна група, V до 5,93% – експериментальна група), «біг 30м» (V до 7,11% – контрольна група, V до 6,55% – експериментальна група).

Аналізуючи показники тесту «Нахил тулуба вперед із положення сидячи» зросли: контрольна група – $8,76 \pm 0,85$ см; експериментальна група – $11,47 \pm 0,67$ см ($p < 0,05$). Тест «Піднімання тулуба в сід за 1 хвилину» після впровадження експерименту показав наступні показники: контрольна група – $27 \pm 0,59$ разів; експериментальна група – $30 \pm 0,70$ разів ($p < 0,05$). «Згинання та розгинання рук в упорі лежачи» у хлопців після дослідження становив наступні показники: контрольна група – $18 \pm 1,29$ разів; експериментальна група – $21 \pm 1,31$ разів ($p < 0,05$). Показники тесту «стрибок у довжину з місця» у хлопців наприкінці експерименту знаходилися в межах середнього та вище середнього рівня. Контрольна група – $149 \pm 3,09$ см. Експериментальна група – $155 \pm 3,02$ см ($p < 0,05$).

Спритності у хлопців після експерименту у тесті «Човниковий біг 4x9 м» становив наступні показники: контрольна група – $11,24 \pm 0,19$ с; експериментальна група – $11,14 \pm 0,21$ с ($p < 0,05$). Показники тесту «Біг 30 м» зросли у контрольній і в експериментальній групах. Контрольна група – $5,63 \pm 0,19$ с.; експериментальна група – $5,13 \pm 0,18$ с ($p < 0,05$).

Також розглянемо та проаналізуємо показники дівчат контрольної та експериментальної групи після експерименту. Отримані дані показують, що групи дівчат залишаються однорідними після проведення експерименту за показниками усіх тестів: «нахил тулуба вперед із положення сидячи» (V до 8,04% – контрольна група, V до 7,98% – експериментальна група), «піднімання тулуба в сід за 1 хвилину» (V до 7,28% – контрольна група, V до 7,71% – експериментальна група), «згинання та розгинання рук в упорі лежачи» (V до 7,04% – контрольна група, V до 7,15% – експериментальна група), «стрибок у довжину з місця» (V до 9,33% – контрольна група, V до 9,81% – експериментальна група), «човниковий біг 4x9 м» (V до 7,73% – контрольна група, V до 7,08% – експериментальна група), «біг 30м» (V до 9,72% – контрольна група, V до 9,12% – експериментальна група).

Аналізуючи показники тесту «Нахил тулуба вперед із положення сидячи» маємо наступні показники, які зросли: контрольна група – $12,08 \pm 0,67$ см; експериментальна група – $14,07 \pm 0,72$ см ($p < 0,05$). Тест «Піднімання тулуба в сід за 1 хвилину» після впровадження експерименту показав наступні показники: контрольна група – $28 \pm 0,61$ разів; експериментальна група – $30 \pm 0,74$ разів ($p < 0,05$). «Згинання та розгинання рук в упорі лежачи» у дівчат після дослідження становив наступні показники: контрольна група: – 10

$\pm 0,29$ разів; експериментальна група – $11 \pm 0,42$ разів ($p < 0,05$). Показники тесту «стрибок у довжину з місця» контрольна група – $131 \pm 3,289$ см. Експериментальна група – $134 \pm 3,81$ см ($p < 0,05$). Тест «Човниковий біг 4x9 м» становив наступні показники у дівчат: контрольна група – $12,71 \pm 0,19$ с; експериментальна група – $12,57 \pm 0,19$ с ($p < 0,05$). Також, після впровадження експериментальної технології показники «Біг 30 м» у дівчат покращились у обох групах. Контрольна група – $6,10 \pm 0,15$ с. Експериментальна група – $5,90 \pm 0,16$ с ($p < 0,05$).

Необхідно відзначити, що для ефективного розвитку фізичних якостей у контрольній і експериментальній групах вирішальним чинником було врахування сенситивних періодів та комплексний підхід на заняттях з фізичної культури. Доведено, що використання експериментальної технології практично за всіма показниками забезпечило підвищення рівня розвитку фізичних якостей. Отже, аналіз результатів показав, що застосування експериментальної здоров'язберігаючої технології є ефективною та має право на існування.

Дискусія

Уроки фізичної культури є основною формою фізичного виховання учнів. Вони обов'язкові для всіх школярів (за винятком тих, хто за станом здоров'я віднесений до спеціальної медичної групи). Уроки повинні активно сприяти успішному здійсненню позакласної і позашкільної роботи з фізичного виховання, формуванню в учнів інтересу і звички до занять фізичними вправами в повсякденному житті. Необхідно підвищувати вплив уроків фізкультури на вдосконалення інших форм фізичного виховання. Відомо, що навіть при якісному проведенні уроків їх безпосередній вплив на фізичний розвиток учнів недостатній. Науковими дослідженнями встановлено, що урок фізкультури забезпечує в середньому лише 41% гігієнічної норми рухової активності школяра. У зв'язку з цим, необхідно збагачувати і правильно поєднувати різні форми фізичного виховання учнів і фізкультурно-оздоровчої роботи [5, 6, 11].

Спрямованість навчальної і позакласної роботи з фізичної культури на масове залучення учнів до систематичних занять фізичною культурою і спортом великою мірою сприяє зміцненню здоров'я вихованців школи, підвищенню рівня їхньої фізичної підготовленості. Аналізуючи розроблену нами здоров'язберігаючу технологію відмічаємо, що вона позитивно вплинула на всі аспекти у нашому дослідженні. У процесі дослідження збільшилися показники ЖСЛ (життєва ємність легень), зменшення показників ЧСС (частота серцевих скорочень) та АТ (артеріальний тиск) після експерименту у школярів експериментальної групи порівняно з показниками контрольної групи ($p < 0,05$; $p < 0,01$). Також проаналізувавши показники фізичної підготовленості в усіх групах відмічаємо, що після експерименту рівень фізичної підготовленості перемістився на показники у експериментальних групах високий та вище середнього. В контрольних групах теж відбувся приріст але не

такий значний: показники розташувалися на оцінці середній та вище середнього. Це пов'язано з тим, що в експериментальних групах вчитель використовував авторську технологію: ми підбрали всі вправи з урахуванням сенситивного періоду та емоційного стану дітей, використанню різноманітного обладнання (як класичного, так і не стандартного). І всі ці компоненти допомогли досягнути таких позитивних результатів дослідження.

Висновки

1. За результатами проведеного аналізу літератури встановлено, що основною проблемою підвищення ефективності формування здорового способу життя молодших школярів засобами фізичного виховання є пошук інноваційних підходів, методів та технологій до комплексної організації занять урочної і позаурочної форми. Такі заняття повинні враховувати інтереси та вікові особливості дітей.

2. Доведено, що провідна роль в оптимізації фізкультурно-оздоровчого процесу приділяється проектуванню різних фізкультурно-оздоровчих систем.

Основою таких систем є науково обґрунтовані і адекватні співвідношення зовнішніх і внутрішніх чинників розвитку дитини. Враховуючи ці важливі чинники нами розроблена здоров'язберігаюча технологія.

3. Отримані результати свідчать про ефективність розробленої нами технології. Вона складалась із двох блоків з пріоритетним використанням вправ оздоровчої спрямованості, як нового засобу для формування здорового способу життя.

Перспективи подальшого дослідження проблеми пов'язані з вивченням адаптації організму школярів під впливом використання різноманітних оздоровчих напрямків спрямованих на розвиток пам'яті, мислення, уваги, збільшення приросту фізичних якостей, сприянню зміцнення здоров'я дітей.

Конфлікт інтересів.

Автор констатує про відсутність конфлікту інтересів.

Література

1. Борейко М.М. Оптимізація фізичного виховання дітей 7-8 років засобами легкої атлетики: Дис. на здобуття канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / М.М. Борейко. – Тернопіль, 2001. – 207 с.
2. Васьков Ю.В. Нетрадиційні рухливі ігри в системі фізичного виховання учнів / Ю.В. Васьков. – Х. : Вид-во «Ранок», 2010. – 192 с.
3. Васьков Ю.В. Шляхи удосконалення навчального процесу з фізичної культури у загальноосвітніх навчальних закладах / Васьков Ю.В. // Вісник Луганського національного університету ім. Т.Шевченка. 2010. Частина 2. - № 17 (204), – С.103-108.
4. Дубогай О.Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів / О.Д. Дубогай, Б.П. Пангелов, Н.О. Фролова, М.І. Горбенко. – К. : Оріяни, 2001. – 152 с.
5. Круцевич Т.Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я дітей і підростків в процесі фізического виховання / Т.Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 1999. – 232 с.
6. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів: [монографія] / Н.В. Москаленко. – Дніпропетровськ: Вид-во «Інновація», 2007. – 252 с.
7. Пальчевський С.С. Педагогіка : [Навч. посіб.] / С.С. Пальчевський. – К. : Каравела, 2007. – 576 с.
8. Присяжнюк С.І. Розвиток фізичних якостей учнів початкових класів загальної школи (на прикладі сили і витривалості): Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / С.І. Присяжнюк. – Л., 2001. – 17 с.
9. Фізична культура в школі: методичний посібник / за загальною редакцією С.М. Дятленка. – К. : Літера ЛТД, 2009. – 176с.
- 10.Цьось А.В. Українські народні ігри та забави / А.В. Цьось. – Луцьк : Наддністрер'я, 1994. – 96 с.
- 11.Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 / Б.М. Шиян – Тернопіль : Навч. книга. – Богдан, - 2007. - 272 с.

References

1. Borejko MM. *Optimizacija fizichnogo vikhovannia ditej 7-8 rokov zasobami legkoi atletiki. Cand. Diss.* [Optimization of 7-8 age children's physical education by means of light athletic. Cand. Diss.]. Ternopil; 2001. (in Ukrainian)
2. Vas'kov JuV. *Netradicijni rukhlivi igri v sistemi fizichnogo vikhovannia uchniv* [Non traditional outdoor games in pupils' physical education], Kharkiv: Morning; 2010. (in Ukrainian)
3. Vas'kov JuV. *Shliakhi udoskonalennia navchal'nogo procesu z fizichnoi kul'turi u zagal'noosvitnikh navchal'nikh zakladakh* [Ways of perfection of physical culture process in comprehensive educational establishments]. *Visnik Lugans'kogo nacional'nogo universitetu*, 2010;17(204):103-108. (in Ukrainian)
4. Dubogaj OD, Pangelov BP, Frolova NO, Gorbenko MI. *Integracija piznaval'noi i rukhovoї diial'nosti v sistemi navchannia i vikhovannia shkoliariv* [Integration of cognitive and motor functioning in system of pupils' teaching and education], Kiev: Oriyana; 2001. (in Ukrainian)
5. Krucevic TIu. *Metody issledovaniia individual'nogo zdorov'ia detej i podrostkov v processe fizicheskogo vospitaniia* [Methods of study of children's and adolescents' health in physical education process], Kiev: Olympic Literature; 1999. (in Russian)
6. Moskalenko NV. *Fizichne vikhovannia molodshikh shkoliariv* [Physical education of primary school pupils], Dnepropetrovsk: Innovation; 2007. (in Ukrainian)
7. Pal'chev'skij SS. *Pedagogika* [Pedagogika], Kiev: Caravel; 2007. (in Ukrainian)
8. Prisiazhniuk SI. *Rozvitok fizichnikh iakostej uchniv pochatkovikh klasiv zagal'noi shkoli. Cand. Diss.* [Development of physical qualities of primary school pupils. Cand. Diss.], Lviv; 2001. (in Ukrainian)
9. Diatlenko SM. *Fizichna kul'tura v shkoli* [Physical culture at school], Kiev: Letter LTD; 2009. (in Ukrainian)
10. C'os' AV. *Ukrains'ki narodni igri ta zabavi* [Ukrainian folk games and entertainments], Lutsk Naddnistrov'ya; 1994. (in Ukrainian)
11. Shiiian BM. *Teoriia i metodika fizichnogo vikhovannia shkoliariv* [Theory and methodic of schoolchildren's physical education], Ternopil: Educational book. Bohdan; 2007. (in

- 12.Шуба Л.В. New way of forming movement skills and practices for primary school children / Л.В.Шуба. – Вісн. Чернігівського держ. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : зб. наук. пр. – Чернігів : ЧДПУ ім. Т.Г. Шевченка, 2013. – Вип. 118, том 1, С. 393 – 396.
- 13.Шуба Л.В. Рухливі ігри як засіб розвитку рухових якостей у школярів початкової школи / Л.В.Шуба. – Наук. – практ. журнал. Південного наукового центру НАПН України. Наука і освіта. Сер. : Педагогіка і психологія. зб. наук. пр. – Одеса : Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського, 2014. № 8/СХХV, – С. 212 – 216.
- 14.Шуба Л.В. Формування рухових умінь та навичок учнів початкової школи у процесі занять тенісом : [монографія] / Л.В. Шуба. – Запорізький національний технічний університет. – Запоріжжя : ТОВ «ЛПКС» ЛТД, 2015. – 144 с.
- 15.Fisher J.J., Reilly L.A., Kelly C., Montgomery A., Williamson J.Y. Fundamental movement skills and habitual physical activity in young children. *Med Sci Sports Exerc*, 2005. 37; pp. 684–688.
- 16.Evans J., Davies B., & Wright J. *Body knowledge and control: Studies in the sociology of physical education and health*. London, England: Routledge. 2004. pp. 100-105.
- 17.Williams H.G., Pfeiffer K.A., O’Neill J.R., Dowda M., McIver K.L., Brown W.H. Motor skill performance and physical activity in preschool children. *Obesity (Silver Spring)*, 2008. 16; pp. 121–126.
- 18.Kirk D. *Physical education futures*. London, England: Routledge. 2010. pp. 45-51.
- 19.Rink J. E. *Designing the physical education curriculum: promoting active life styles*. Boston, McGraw-Hill Higher Education, 2009, 250 p.
- 12.Shuba LV. New way of forming movement skills and practices for primary school children. *Visnik Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universitetu*, 2013;118(1):393 – 396. (in Ukrainian)
- 13.Shuba LV. Rukhlivi igri iak zasib rozvitku rukhovikh iakosteju u shkoliariv pochatkovoї shkoli [Outdoor games as mean of motor functioning development in primary school pupils]. *Nauka i osvita*, 2014;8:212 – 216. (in Ukrainian)
- 14.Shuba LV. *Formuvannia rukhovikh umin' ta navichok uchniv pochatkovoї shkoli u procesi zaniat' tenisom* [Formation of motor skills and abilities of primary school pupils in the process of tennis trainings], Zaporozhye: LLC “Lips” LTD; 2015. (in Ukrainian)
- 15.Fisher JJ, Reilly LA, Kelly C, Montgomery A, Williamson JY. Fundamental movement skills and habitual physical activity in young children. *Med Sci Sports Exerc*, 2005;37:684–688.
- 16.Evans J, Davies B, Wright J. *Body knowledge and control: Studies in the sociology of physical education and health*. London, England: Routledge; 2004.
- 17.Williams HG, Pfeiffer KA, O’Neill JR, Dowda M, McIver KL, Brown WH. Motor skill performance and physical activity in preschool children. *Obesity (Silver Spring)*, 2008;16:121–126.
- 18.Kirk D. *Physical education futures*. London, England: Routledge; 2010.
- 19.Rink JE. *Designing the physical education curriculum: promoting active life styles*. Boston: McGraw-Hill Higher Education; 2009.

Информация об авторе:

Шуба Людмила Викторовна; <http://orcid.org/0000-0002-8037-4218>; mila-shuba@yandex.ru; Запорожский национальный технический университет; ул. Жуковского, 64, г. Запорожье, 69063, Украина.

Цитуйте цю статтю як: Шуба Л.В. Сучасний підхід до впровадження здоров'язберігаючої технології для дітей початкової школи // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2016. – N2. – С. 66–71. <http://dx.doi.org/10.15561/18189172.2016.0210>

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 18.01.2016

Принята: 10.02.2016; Опубликована: 28.02.2016

Information about the author:

Shuba L.V.; <http://orcid.org/0000-0002-8037-4218>; mila-shuba@yandex.ru; Zaporizhskiy National Technical University; Zykovskogo str. 64, Zaporozhye, 690636 Ukraine.

Cite this article as: Shuba L.V. Modern approach to implementation of health related technology for primary school children. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2016;2:66–71. <http://dx.doi.org/10.15561/18189172.2016.0210>

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.en>).

Received: 18.01.2016

Accepted: 10.02.2016; Published: 28.02.2016