

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ РЕКРЕАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

Кашуба В.А., Гончарова Н.Н., Бутенко Г.А.<sup>1</sup>

*03680, Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,  
г. Киев, ул. Физкультуры, 1, Украина*

*41400, Глуховский национальный педагогический университет им. Александра Довженко,  
г. Глухов, ул. Киево-Московская, 24, Украина<sup>1</sup>*

nata\_infiz@mail.ru

На основе анализа данных литературных источников, сформулировано круг проблемных вопросов о здоровье детей школьного возраста на современном этапе развития сферы физической культуры и спорта. Рассмотрена возможность расширения содержания внеурочной формы работы младших школьников за счет реализации рекреационно-оздоровительной деятельности с использованием средств оздоровительного туризма. Раскрыто содержание оздоровительного туризма, как средства физического воспитания, которое имеет разностороннее влияние на здоровье детей младшего школьного возраста, характеризуется значительным оздоровительным эффектом, высокой эмоциональностью занятий, способствует повышению двигательной активности детей, обеспечивает возможность реализации рекреационной составляющей физического воспитания.

Предложены организационно-методические условия осуществления спортивных и развлекательных мероприятий, реализуемых через комплекс социальных, педагогических и организационных условий. Социальные условия обеспечивают ряд социальных предпосылок для доступного использования различных видов двигательной активности в свободное время. Педагогические условия состоят из комплекса форм и методов выполнения физических упражнений. Организационные условия предусматривают целенаправленное создание среды, благоприятной для оздоровления. Единство комплекса предложенных условий позволяет реализовать многовекторную структуру влияния на здоровье детей школьного возраста и внедрить физкультурно-оздоровительную деятельность в процесс физического воспитания.

*Ключевые слова: организационно-методические условия, рекреация, здоровье, школьники, физическое воспитание.*

## **ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL CONDITIONS OF SCHOOLCHILDREN'S RECREATION AND HEALTH ACTIVITIES IMPLEMENTING IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION**

Kashuba V., Goncharova N., Butenko G.O.<sup>1</sup>

*03680, National University of Physical Education and Sports of Ukraine,  
Kyiv, 1 Fizkultury str., Ukraine*

*41400, Glukhivsky National Pedagogical University behalf Alexander Dovzhenko, Sumy region, Glukhiv  
City, 24 Kyiv-Moscow str., Ukraine<sup>1</sup>*

nata\_infiz@mail.ru

The problem range of issues concerning the schoolchildren's health at the present stage of development of physical culture and sports sphere has been formulated in this paper on the basis of references analysis. It is found the social importance of schoolchildren's health and the directions of physical education system reforming to improve the schoolchildren's health. The possibility to expand the content of extracurricular forms of the work with primary schoolchildren by recreational and health activities implementing with the use of health tourism has been reviewed. Health tourism means discover the possibility of versatile impact to health of children in primary school age, are characterized by a significant health effect, high emotion of the lessons, enhance children's motor activity, provide the possibility of implementing the recreational component of physical education.

The organizational and methodological conditions of sports and recreational activities implementing, such as social, pedagogical and organizational conditions have been proposed. Social conditions provide a set of social preconditions for affordable use of various types of motor activity in free time. Pedagogical conditions consist of the complex of forms, methods and mechanics of physical exercises using. Organizational conditions provide purposeful creation of an environment that conducive to recovery.

Unity of proposed conditions complex allows to realize the multi-vector structural impact on schoolchildren's health and to introduce the physical cultural and recreational activities in the process of physical education.

*Key words: organizational and methodological conditions, recreation, health, schoolchildren, physical education.*

## **ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ, АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ**

Стратегічною метою, яка сформульована в Національній стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року [10], Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [9], є формування гармонійно розвиненої, морально і фізично здорової особистості, яка відповідально ставиться до свого здоров'я.

Значна увага суспільства, науковців сфери фізичного виховання та спорту до здоров'я дітей шкільного віку пояснюється тим, що кількість школярів, які мають відхилення в стані здоров'я, з кожним роком збільшується, уроки фізичної культури лише на 10-13 % компенсують необхідний для дитячого організму обсяг рухової активності [5, 7].

Соціально-політичні реалії України, процеси євроінтеграції та поступові кроки, щодо реформування системи загальної середньої освіти розкривають можливості впровадження сучасних, новітніх технологій збереження здоров'я дітей шкільного віку [2, 5, 9, 10].

Аналіз та узагальнення даних наукових праць дозволив визначити такі напрями вирішення проблеми підвищення рівня здоров'я дітей шкільного віку: розробка нових освітніх та фізкультурно-оздоровчих технологій навчання [2-4, 11, 12], впровадження системи педагогічного контролю стану здоров'я дітей [8], удосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання [1].

Недостатньо досліджені питання системного підходу до організації позаурочної роботи з фізичного виховання дітей шкільного віку для підвищення рівня їхнього здоров'я. Неefективне планування позакласної діяльності, формальний підхід до проведення фізкультурно-масових заходів знижує результативність залучення школярів до занять у позаурочний час [1], а неврахування соціальних, педагогічних та організаційних умов впровадження рекреаційно-оздоровчої діяльності знижує її ефективність.

Тему статті розроблено згідно зі Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2016-2020 рр. Міністерства освіти і науки України за темою 3.13. «Теоретико-методичні основи здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U001615).

### **МЕТА ДОСЛІДЖЕННЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ**

Мета дослідження – розробити умови впровадження рекреаційно-оздоровчої діяльності впроцес фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, педагогічні спостереження.

### **РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ**

На основі аналізу даних спеціальної науково-методичної літератури, проведеного комплексу власних досліджень [6] було обґрунтовано та розроблено рекреаційно-оздоровчу технологію на основі засобів оздоровчого туризму для дітей молодшого шкільного віку. У процесі розгляду основних складових рекреаційно-оздоровчої технології та можливості її інтеграції в процес фізичного виховання молодших школярів були визначені необхідні умови впровадження даної технології в процес фізичного виховання в початковій школі, що забезпечать її ефективність (рис. 1).

Тобто під час впровадження необхідні специфічні стійкі обставини, що визначають основу природного розвитку рекреаційно-оздоровчої технології. Такими стійкими обставинами є соціальні, педагогічні та організаційні умови.

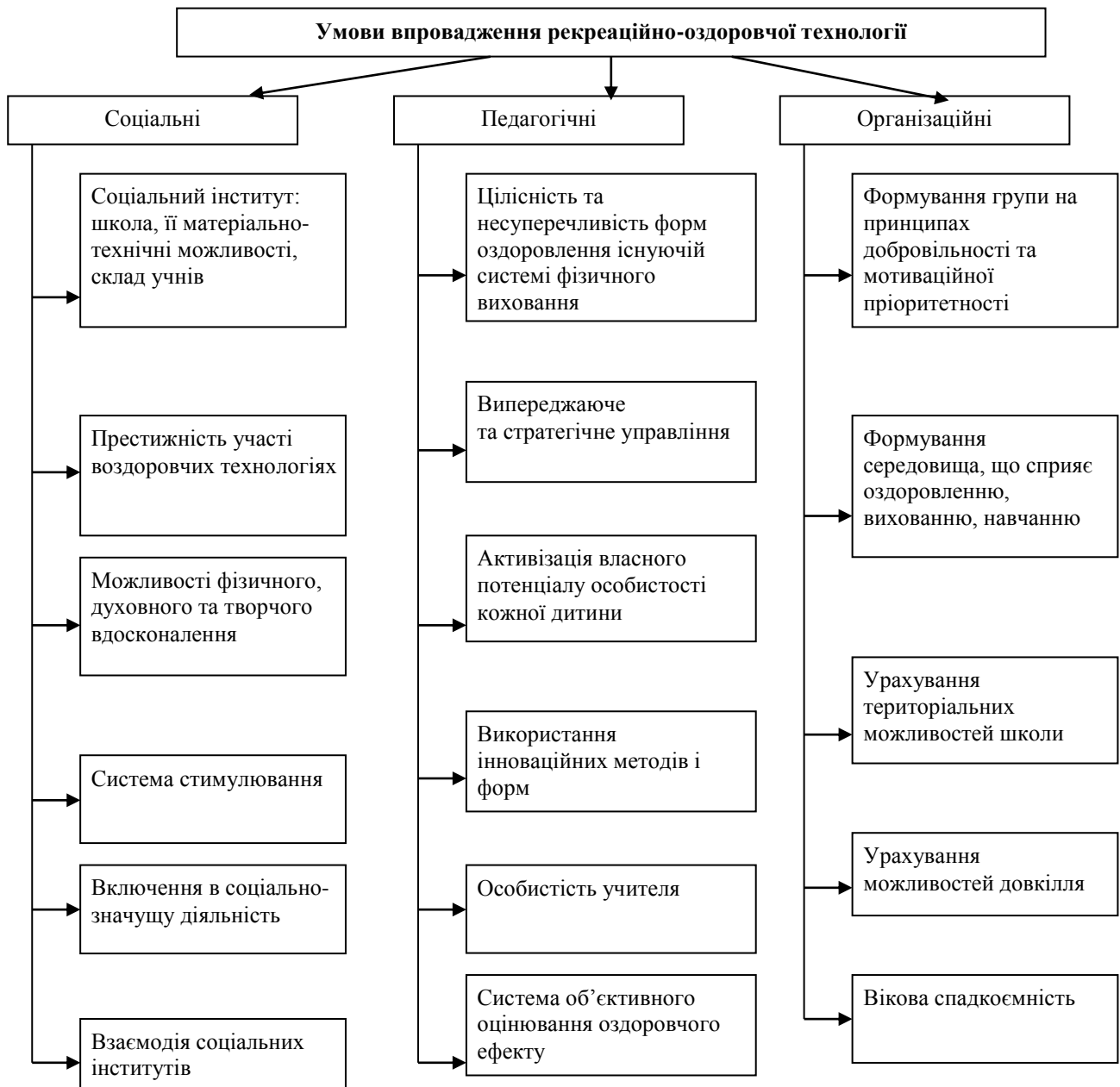


Рис. 1. Блок-схема умов впровадження рекреаційно-оздоровчої технології

Для успішного здійснення рекреаційно-оздоровчої діяльності в рамках запропонованої технології ми виділяємо такі соціальні умови:

- соціальні інститути: основним соціальним інститутом, на базі якого впроваджується і розвивається рекреаційно-оздоровча технологія, є школа. Важливе значення має її місцезнаходження (село, місто) та матеріально-технічні можливості (наявність спортивної зали та її оснащення, наявність спортивного майданчика, стадіону, пришкольній території);
- має значення і наявність туристського спорядження (намети, казанки, каремати), в тому числі і спеціального (мотузки, страхувальні системи, карабіни тощо). Учасниками рекреаційно-оздоровчої технології є учні 3-4 класу;
- соціальна престижність: у сучасному суспільстві активно формується теорія і практика здорового способу життя і зараз можна говорити про соціальну престижність участі в оздоровчих програмах, що слід підкреслювати при впровадженні рекреаційно-оздоровчої технології;

- участь в рекреаційно-оздоровчій технології дає можливість фізичного і духовного розвитку, розкриття творчого потенціалу кожного її учасника – це відображення генерального напрямку виховання в суспільстві, основна соціально-педагогічна детермінанта виховного процесу особистості;
- система соціального стимулювання є мотиваційною основою участі в рекреаційно-оздоровчій технології (активні учасники технології мають пріоритет участі в змагальній, конкурсній, екскурсійній, похідній діяльності);
- включення дітей молодшого шкільного віку в соціально-значиму рекреаційно-оздоровчу діяльність має велике значення як у фізичному, і в соціальному розвитку підростаючого покоління, де діти засвоюють якісно нові відносини із суспільством, що акумулює їх соціальну сутність, а також формує усвідомлення переваг здорового способу життя;
- взаємодія соціальних інститутів, перш за все школи і сім'ї, підвищує ефективність рекреаційно-оздоровчій технології, а зв'язок з громадськими організаціями розширює коло можливостей для фізичного і духовного розвитку.
- Педагогічні умови мають на увазі наявність можливості використання різноманітних фізичних вправ, методів, проведення занять різних форм і змісту для успішного впровадження рекреаційно-оздоровчій технології на основі засобів оздоровчого туризму. Для досягнення цієї мети ми виділяємо такі педагогічні умови:
  - вибір форм занять, ігор, фізичних вправ і спеціальних завдань для досягнення оздоровчих, виховних та навчальних цілей повинен мати цілісний і несуперечливий характер чинній системі фізичного виховання;
  - управління педагогічним процесом має випереджаючий і стратегічний характер (взаємозамінність і варіативність форм занять у зв'язку з несприятливими погодними умовами, зміст занять узгоджується з опорними заходами, походами, змаганнями і підготовкою до них);
  - у процесі оздоровлення опорним дидактичним принципом є свідомість і активність для активізації власного потенціалу особистості кожного учасника рекреаційно-оздоровчій технології;
  - особливості актуальності набуває розробка і впровадження інноваційних педагогічних прийомів, форм і методів рухової активності, які дозволяють швидко і ефективно формувати стійку мотивацію і як наслідок – потребу у руховій діяльності;
  - сучасна інноваційна технологія на основі засобів оздоровчого туризму – це модернізований технологічний потенціал керівника рекреаційно-оздоровчій діяльності, саме йому належить ключова роль в цьому процесі, важливу роль відіграють так само його інтерес до роботи, професійні здібності, компетентність, особистісні якості;
  - визначення адекватності педагогічного впливу і ступеня оздоровчого ефекту проводиться за допомогою педагогічного контролю (попереднього, оперативного, поточного, підсумкового).
- Для успішного впровадження рекреаційно-оздоровчій технології на основі засобів оздоровчого туризму необхідні такі організаційні умови:
  - формування групи повинно відбуватися на принципах добровільності і мотиваційної пріоритетності;
  - важливою складовою успішності впровадження рекреаційно-оздоровчій технології є цілеспрямоване формування середовища, сприятливого для оздоровлення, виховання, навчання (комфортний психологічний мікроклімат в групі, зручні умови для проведення занять, що відповідають санітарно-гігієнічним нормам, зручне спорядження, що відповідає техніці безпеки, тощо);

- облік територіальних можливостей школи необхідний для проведення занять в різних умовах: на свіжому повітрі в умовах сприятливих погодних умов (пришкільні території, міські парки і сквери), у приміщенні школи без використання спеціально підготовлених місць (класні кімнати, коридори школи, спортивна зала), у приміщенні школи або позашкільного закладу з використанням спеціально підготовлених місць (скеледроми, спеціально обладнані спортивні зали, приміщення зі штучно створеним природним середовищем або природними перешкодами);
- врахування можливостей доквілля необхідних для проведення прогулянок, екскурсій, походів, змагань тощо;
- залучення дітей більш старшого віку, що займаються туризмом, до роботи з молодшими школярами сприятливо позначається на успішності впровадження рекреаційно-оздоровчої технології.

## ВИСНОВКИ

Для успішного впровадження рекреаційно-оздоровчої діяльності на основі оздоровчого туризму необхідно впровадження комплексу соціальних, педагогічних та організаційних умов. Соціальні умови передбачають набір соціальних передумов для доступного використання різних видів рухової активності у вільний час (створення взаємодії соціальних інститутів школи, сім'ї, громадських організацій; соціальна престижність здорового способу життя). Педагогічні умови складаються з комплексу форм, методів, прийомів використання фізичних вправ (застосування інноваційних методів і форм, стратегічне управління педагогічним процесом, ключова роль вчителя, об'єктивна оцінка оздоровчого ефекту). Організаційні умови передбачають цілеспрямоване створення середовища, сприятливого для оздоровлення (комфортний психологічний мікроклімат у групі, диференційований підхід до планування фізичного навантаження, реалізацію територіальних можливостей доквілля). Єдність комплексу запропонованих умов дозволяє реалізувати багатовекторну структуру впливу на здоров'я дітей шкільного віку та впровадити фізкультурно-оздоровчу діяльність у процесі фізичного виховання.

**Перспективи подальших досліджень у цьому напрямі** передбачають обґрунтування та розробку технології рекреаційно-оздоровчих занять та організаційно-методичних умов її впорядкування для контингенту дітей інших вікових груп.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Альошина А.І. Профілактика й корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату дошкільнят, школярів та студентської молоді у процесі фізичного виховання / А. І. Альошина. – Луцьк, 2015. – 356 с.
2. Андреева О. Обґрунтування та розробка програми з використанням засобів екологічного туризму для дітей молодшого шкільного віку [Електронний ресурс] / О. Андреева, І. Головач // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт. – 2015. – Вип. 17. – С. 77-83. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv\\_2015\\_17\\_17](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv_2015_17_17).
3. Гордійчук В. І. Оптимізація фізичного стану сільських школярів у процесі факультативних занять з фізичної культури: автореф. дис. ... канд. наук з фіз.виховання і спорту : 24.00.02 / Віктор Іванович Гордійчук. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 20 с.
4. Гриньова Т. Динаміка морфофункціональних показників хлопців віком 10-13 років під впливом занять різними відами туризму [Електронний ресурс] / Т. Гриньова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2014. – №1. – С. 24-27. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS\\_2014\\_1\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2014_1_6).
5. Грицюк С. А. Влияние двигательной активности на здоровье младших школьников / С. А. Грицюк // Проблемы качества физкультурно-оздоровительной и

здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений: материалы IV междунар. научн.-практ. конф., 23 апреля 2014 г., Екатеринбург. – 2014. – Ч.1. – С. 89-93.

6. Кашуба В. О. Ефективність використання засобів оздоровчого туризму як основи рекреаційно-оздоровчої технології у фізичному вихованні молодших школярів [Електронний ресурс] / В. О. Кашуба, Н. М. Гончарова, Г.О. Бутенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2016. – № 2. – С. 19-25. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/PPMB\\_2016\\_2\\_5](http://nbuv.gov.ua/UJRN/PPMB_2016_2_5)
7. Кучма В. Р. Физическое развитие детей Украины и России в начале XXI столетия / В. Р. Кучма, Н. А. Скоблина, А. Г. Платонова. – К. : Генеза, 2013.– 128 с.
8. Носова Н. Характеристика морфологических признаков физического развития школьников в процессе физического воспитания [Електронний ресурс] / Н. Носова // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт. – 2014. – Вип. 15. – С. 60-64. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv\\_2014\\_15\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv_2014_15_14)
9. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»: Указ Президента України № 42/2016 від 09.02.2016 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>
10. Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року: Указ Президента України № 344/2013 від 25.06.2013 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/344/2013>
11. Чернявський М.В. Рекреаційно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання молодших школярів: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. фіз. виховання та спорту: 24.00.02 / Максим Вікторович Чернявський. – К. : НУФВСУ, 2012. – 20 с.
12. Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025. – Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2015, 27 p.

#### REFERENCES

1. Aloshyna A.I. Profilaktyka u korektsiya funktsionalnikh porushennyakh oporno - rukhovoho aparatu doshkilnyat, shkolyariv ta Student-skoyi molodi u protsesi fizychnoho vykhovannya / A.I. Aloshyna. – Lutsk, 2015. – 356 p.
2. Andriieva, O, Golovach, I. Obgruntuvannya ta rozrobka programi z vikoristanniam zasobiv ekologichnogo turizmu dlia ditej molodshogo shkil'nogo viku. *Molodizhniy naukoviy visnik Shkhidnoievropejs'kogo nacional'nogo universitetu imeni Lesi Ukrainki*, 2015. – № 17. – pp. 77-83. (in Ukrainian)
3. Hordiychuk, V.I. Optyimizatsiya fizichnogo stanu Silskykh shkolyariv u protsesi fakultativnykh zaunyaty z fizychnoyi kul'tury. *Cand. Diss.* [Optimization of the physical condition of rural schoolchildren in the extracurricular activities of physical culture. Cand. Diss.], Kyiv, 2014. – 20 p. (in Ukrainian).
4. Gryniova, T. “Dynamics of morpho-functional indices of 10-13 years old boys under the influence of different types of outdoor recreational activities”. *Theory and methods of physical education and sports*, 2014. – № 1. pp. 2427, (in Ukrainian):[http://tsushko.tutdomen.com/tmfvs/article.php?file=archive%2Fxml%2F19927908\\_2013\\_2014\\_1\\_unicode.xml&pages=24-27&lang=ukr](http://tsushko.tutdomen.com/tmfvs/article.php?file=archive%2Fxml%2F19927908_2013_2014_1_unicode.xml&pages=24-27&lang=ukr)
5. Hrytsyuk S.A. Vplyv rukhovoyi aktyvnosti na zdorov'ya molodshykh shkolyariv. *Problemy yakosti fizkulturno – ozdorovchoyi ta zdorov'yazberihayuchykh diyalnosti osvitykh ustanov:*

- materialy IV mizhnarodnoyi naukovo - praktychnoyi konferentsiyi, 23 kvitnya 2014, Yekaterynburh. 2014. – part 1 . – pp. 89-93.*
6. Kashuba, V.O., Goncharova, N.N. & Butenko, H.O. Effectiveness of health tourism application as the basis of health related recreational technology in primary school pupils' physical education. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2016. – № 2. – pp. 19-25. doi:10.15561/18189172.2016.0203
  7. Kuchma, V.R. Fizychnyy rozvytok ditey Ukrayiny i Rosiyi na pochatku XXI stolittya / V.R. Kuchma, N.A. Skoblina, A.H. Platonova. – K. : Heneza, 2013. – 128 p.
  8. Nosova N. Kharakteristika morfologicheskikh priznakov fizicheskogo razvitiya shkol'nikov v protsesse fizicheskogo vospitaniya. *Molodizhnij naukovij visnik Skhidnoievropejs'kogo nacional'nogo universitetu imeni Lesi Ukrainki*, 2014. – № 15. – pp. 60-64. (in Russian).
  9. Pro Natsional'nu stratehiyu rozvytku osvity v Ukrayini na period do 2021 roku: Ukaz Prezydenta Ukrayiny № 344/2013 vid 25.06.2013 [Electronic resource]. - Access mode: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/344/2013> (in Ukrainian)
  10. Pro Natsionalnu stratehiyu z ozdorovchoyi rukhovoyi aktivnosti v Ukrayini na period do 2025 roku «Rukhiv Aktyvnist – zdorovyy sposib zhyttya – zdorova natsiya»: Ukaz Prezydenta Ukrayiny № 42/2016 vid 09.02.2016 [Electronic resource]. – Access mode: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016> (in Ukrainian)
  11. Cherniavs'kij, M.V. *Rekreacijno-ozdorovchi tekhnologii u procesi fizichnogo vikhovannia molodshikh shkoliariv. Cand. Diss.* [Recreational-health related technologies in the process of primary school pupils' physical education. Cand. Diss.], Kyiv, 2011. (in Ukrainian)
  12. Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025. – Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2015.

УДК 37.037.1: 796:371.3

## **ИЗУЧЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ОСНОВ СОВРЕМЕННОГО УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Кузьмина Л.И., Чиженок Т.М.<sup>1</sup>

*220030, Белорусский государственный педагогический университет им. Танка,  
ул. Советская, 18, г. Минск, Республика Беларусь*

*69600, Запорожский национальный университет, г. Запорожье, ул. Жуковского, 66, Украина<sup>1</sup>*

Рассматривается проблема изучения педагогических основ построения современного урока физической культуры учащихся в общеобразовательной школе. Установлено, что по содержанию уроки в младших классах преимущественно носят комбинированный характер, тогда как в средних и старших классах проводятся в основном видовые уроки физической культуры. Определена моторная плотность уроков в зависимости от вида и типа урока. На уроках совершенствования техники физических упражнений и развития физических качеств она может достигать 60-70%, а на уроках разучивания двигательных действий может находиться на уровне 50%. Установлено, что моторная плотность уроков постоянно меняется из-за различного содержания применяемых упражнений. Изучены показатели длительности различных частей урока у учащихся различных классов и выявлено, что основная часть урока превосходит подготовительную и заключительную части. В средних и старших классах длительность основной части урока больше, чем подготовительной и заключительной. В пределах каждой возрастной группы соотношение частей зависит также и от типа урока. Было выявлено, что длительность различных частей урока физической культуры во многом зависит от педагогического стажа учителей.

*Ключевые слова: урок физической культуры, виды уроков, типы уроков, моторная плотность, подготовительная, основная, заключительная части, учащиеся младших, средних и старших классов.*