

(аквапарки, рекреаційно-ландшафтні установи), заняття в формальних (спортивних, патріотических) і неформальних дитячих об'єднаннях).

*Ключевые слова:* Досуг, підлітки, фізичне виховання, рухова активність, класифікація.

**Bondar T. S. Structure of Current Physically Active Leisure Activities of Teenagers: Condition and Topical Problems**

The article gives the classification of physically active leisure in teenagers based on the use of basic means of physical education, as well as the focus on the organization of conscientious physical activity of teenagers, which is the basis for the formation of their individual physical culture. The structure of current physically active leisure of teenagers is considered in the article. It is divided into leisure activity in the sphere of education (extracurricular and out-of-school activities) and recreational leisure activity. Despite sufficient previous studies on the issues related to the active leisure of teenagers in the education system, the real state of extra-curricular physical activity of teenagers is not known to full extent, as well as the percentage of teenagers involved in recreational leisure activities. Besides, social, organizational and educational conditions for the development of physical culture in teenagers in leisure activities are not detected yet, and thirdly, remains poorly understood function of various commercial and non-profit institutions to ensure the active leisure teenagers. Functioning of various commercial and non-commercial organizations on the provision of physically active leisure of teenagers is not studied well enough.

*Key words:* Leisure activities, teenagers, physical education, physical activity, classification.

Стаття надійшла до редакції 16.01.2013 р.

Прийнято до друку 29.03.2013 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Ротерс Т. Т.

УДК 379.8.092.2:796

**С. С. Козарь, А. Б. Жадан, І. М. Журавльова**

**УМОВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПОЗАКЛАСНОЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ В СУЧАСНІЙ ШКОЛІ**

Наприкінці 2008 року Міністерством освіти і науки України було прийнято ряд нормативних актів, у яких визначається нагальна необхідність застосування технологій формування та збереження здоров'я школярів (накази № 956 від 22.10.2008 р. «Про заходи щодо вдосконалення роботи з фізичного виховання та збереження здоров'я

школярів в навчальних закладах України»; № 1008 від 06.11.2008 р. «Про невідкладні заходи щодо збереження здоров'я учнів під час проведення занять з фізичної культури, захисту Вітчизни та позакласних спортивно-масових заходів»; № 1078 від 27.11.2008 р. «Про затвердження заходів, спрямованих на реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України»).

Відзначаємо, що впровадження перелічених нормативних актів співпадає з термінами реалізації ряду Державних цільових програм, спрямованих на зміцнення здоров'я населення, зокрема дітей та молоді – Міжгалузева Комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002-2011 роки; Державна програма розвитку фізичної культури та спорту на 2007-2011 рр., а також Наказу Міністерства освіти і науки України № 458 від 02.08.2005 р. «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України».

Однак, сучасна практика загальноосвітніх навчальних закладів вказує на те, що у молодшому підлітковому віці, який співпадає з 4-5 класом школи, у дітей різко знижується мотивація до рухової активності, збільшується кількість домашніх завдань тощо, внаслідок чого починають переважати малорухомі види дозвілля, а деякі підлітки свідомо уникають занять пов'язаних з фізичними навантаженнями. Втім, такий спосіб життя, особливо у даному періоді дитинства під час якого активно формується кістково-м'язовий апарат, розвиваються серцево-судинна система та органи внутрішньої секреції, є дуже небезпечним для майбутнього здоров'я школярів.

На думку Г. Безверхньої (2004), М. Булатової (2004), Ю. Васькова (2009), Т. Круцевич (2003), В. Сутули (2009), С. Шмакова (1993) та ін., це обумовлено зниженням інтересу підростаючого покоління до традиційних фізкультурно-спортивних занять.

Певним рядом вчених, таких як В. Бальсевич, Т. Бондар, Ю. Васьков, М. Візтей, М. Віленський, Л. Лубишева, Т. Ротерс, В. Сутула, розглядається фізичне виховання як процес, що повинен забезпечувати формування фізичної культури особистості людини на засадах свідомої реалізації особистих потреб та інтересів. Тому як фізична досконалість, здоров'я та здоровий спосіб життя є детермінантами від вказаної якості людини.

Отже, дана публікація присвячена проблемі пошуку умов вдосконалення позакласної фізкультурно-оздоровчої роботи у сучасній школі та підвищення рівня свідомої рухової активності підлітків.

Дослідження виконано у відповідності до Зведеного плану науково-дослідної роботи факультету фізичного виховання Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради на 2012-2017 рр. з теми 1.3. «Проблеми фізичного виховання дітей і підлітків у дозвіллевій діяльності».

Мета дослідження – на підставі аналізу даних літературних джерел, соціальних мереж, а також практики приватних установ, що функціонують на ринку оздоровчих послуг, визначити організаційні та соціальні умови вдосконалення позакласної фізкультурно-оздоровчої роботи у сучасній школі.

Процес фізичного виховання школярів складається з численних форм організації занять фізичними вправами, що передбачено наказом МОН України «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України» № 458 від 02.08.2005 р. Перелічені форми класифікуються на: урочні (основна форма фізичного виховання) та позаурочні, які в свою чергу розподілені на фізкультурно-оздоровчі заходи у режимі навчального дня (гімнастика перед заняттями, фізкультхвилинки на уроках, рухливі перерви, «години здоров'я» у групах подовженого дня) та позакласні заходи (секції та гуртки з видів спорту, фізкультурно-оздоровчі заходи (різноманітні свята та конкурси) та спортивні змагання) [1, 2, 3]. Проте, не дивлячись на все перелічене різноманіття, сучасна практика шкіл засвідчує падіння інтересу школярів до традиційних форм організації фізкультурно-масової роботи у позаурочній діяльності (до 10% учнів).

Особливо гостро ця проблема стоїть щодо підлітків, починаючи з віку 10-11 років, тобто у період, який у науковій літературі має назву «молодший підлітковий вік», коли дітям ще біологічно необхідний високий рівень рухової активності, а традиційні форми фізкультурно-масової роботи їх вже не задовольняють. У наслідок чого й спостерігається зниження мотивації до регулярних занять фізичними вправами [4, 5].

Однією з причин ситуації що склалася, є недостатній рівень використання системою загальної середньої освіти конкурентоспроможних форм організації рухової активності школярів: з одного боку ринок різноманітних оздоровчих послуг, які надаються приватними установами (аквапарки, розважальні центри, фітнес-клуби тощо), з іншого – позакласні форми фізичного виховання [6].

Вивчаючи інтереси молодших підлітків у дозвіллевій діяльності, Є. Штакк дійшов висновку, що у вільний від занять час 57% дівчат і 60% хлопців віддають перевагу зустрічам з друзями. З іншої сторони автором відмічено, що підлітки практично не відвідують драматичні театри, концертні зали, бібліотеки. «Домашнє дозвілля» школярів відрізняється пасивними формами: 75% школярів витрачають в день 2-3 години на перегляд телепередач, відео та Інтернету. Регулярно займається фізичною культурою тільки кожен четвертий хлопець, серед дівчат таких ще менше – 20%. Біля третини учнів роблять ранкову гімнастику, але не регулярно. Загартовуючи процедури проводять тільки 12,8% хлопців і 11,7% дівчат.

За даними Т. Бондаря, 10% підлітків відвідують катки та роллердроми у торгівельно-розважальних центрах; 30,7% – самостійно або з батьками беруть участь у заняттях у фітнес-клубах та басейнах; щотижня відвідують рекреаційно-ландшафтні установи (парки відпочинку, аквапарки) близько 3,8%. Один раз на два тижня ходять у парки відпочинку та мотузкові містечка – 6,44% респондентів. Таким чином, великий відсоток підлітків задіяні у різноманітних формах рухової активності поза школою.

Розглянемо на прикладі розважального комплексу «Шато-ледо» (м. Харків) умови формування інтересу підлітків щодо відвідування занять у приватних установах. Так, у торгівельно-розважальний комплекс «Шато-Ледо» входить центр розваг «Французький бульвар», у якому представлений унікальний для міста Харкова великий льодовий каток на 880 м<sup>2</sup> і роллердром на 420 м<sup>2</sup>. Також у даному розважальному центрі розміщено більярд, тир, автотрек, ігрова зона, покер-клуб, комп'ютерний клуб, 4D кіноатракціон. Крім того, можна поласувати у кав'ярні, яка також розташована у самому комплексі.

Звісно, дуже приваблює те, що стільки розваг знаходяться в одному місці. Зазвичай такі розважальні центри (РЦ) приваблюють також своїм дизайном та атмосферою свята. Наприклад, яскрава палітра кольорів ніби заряджає енергією, а веселий музичний супровід налаштовує на позитивні емоції під час перебування в такому закладі. Також ми можемо додати, що необмежене спілкування дітей між собою теж має свої переваги.

Слід зауважити, що такі розважальні комплекси «заманюють» клієнтів знижками, наприклад, для школярів та студентів – у будні дні та дообідній час доби діють акції. Також у РЦ передбачено навчання усім видам розваг, щось на кшталт секцій. Проте, про безкоштовне навчання мова не йдеться, відповідно далеко не кожна родина може дозволити собі відвідування таких установ хоча б 2-3 рази на рік. Крім того, акційні знижки у навчальний час можуть мати негативні наслідки – зниження показників відвідування підлітками занять.

Як засвідчує практика, використати перелічені вище позитивні сторони функціонування приватних установ щодо організації рухової діяльності підлітків, а також зменшити їх негативний вплив, можливо за рахунок впровадження у практику шкіл гуртків з інноваційних ігор та розваг, на які б школярі ходили із задоволенням і батькам не доводилося б за них платити.

Так, у нашому попередньому дослідженні, було виявлено організаційні (спеціальний інвентар та обладнання, правила з виду спорту, розклад секційних занять, ставлення підлітків до міні-гольфу) та педагогічні (освітні, виховні, розвивальні завдання, методи навчання та методичні прийоми тощо) умови впровадження інноваційної ігрової практики (на прикладі SNAG) у позакласне фізичне виховання молодших підлітків. Їх ефективність підтверджено результатами експерименту: по-

перше, збільшенням кількості підлітків, задіяних в активному та корисному дозвіллі (на 64%). По-друге, створенням інноваційної ігрової практики школярів, співпадаючих з їх інтересами – намітилася тенденція до залучення школярами друзів до лав секції (12%). Також достовірно з'ясовано, що у порівнянні з початком дослідження, в експериментальній групі спостерігалось покращення (майже у 2,5 рази) стану спеціальної фізичної підготовленості (збільшився коефіцієнт влучань у мішень з міні-гольфу). Також покращилися показники загальної міжм'язової координації, що засвідчується кращими за контрольну групу (на 15,65%) результатами у метанні малого м'яча у ціль ( $p < 0,05$ ).

Отже, вище викладене дозволило нам зробити наступні **висновки**: по-перше, перед системою шкільного фізичного виховання гостро стоїть проблема організації активного та змістовного дозвілля, пошуку нового, цікавого і захоплюючого молодших підлітків змісту гуртків та секцій, які забезпечували би належний рівень рухової активності, залучення до цінностей фізичної культури, сприяли фізичному розвитку та вихованню дітей, а також було би доступним школярам, які мають низький рівень здоров'я. По-друге, впровадження автентичних приватному відпочинку умов, дозволяє суттєво розширити можливості загальноосвітніх навчальних закладів щодо організації інноваційних видів рухової діяльності підлітків.

Подальшого з'ясування закономірностей щодо впровадження умов інноваційного рухового відпочинку підлітків на прикладі інших видів спорту та розваг.

### **Список використаної літератури**

**1. Круцевич Т. Ю.** Двигательная активность и здоровье детей, подростков. В книге : Теория и методика физического воспитания. Учебник для высших учебных заведений физического воспитания и спорта. / Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – Т. 2 – С. 8 – 20. **2. Туев В. В.** Клуб в истории культуры [текст] : учеб. пособ. 2-е изд., перераб. и доп. / В. В. Туев – Кемерово : Кемеров. гос ун-т культуры и искусств, 2009. – 262 с. **3. Туев В. В.** Технология организации инициативного клуба : учеб. пособ. / В. В. Туев – М.; Кемерово : МГУКИ, 1999. – 250 с. **4. Безверхня Г. В.** Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-11-х класів : автореф. дис. ...канд. наук фіз. вих. : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Безверхня Галина Василівна. – Львів, 2004. – 23 с. **5. Калашник Л. С.** Педагогічні засади родинного виховання в китайській сім'ї : дис... канд. пед. наук: 13.00.01 / Любов Сергіївна Калашник. – Харківський національний педагогічний ун-т ім. Г. С. Сковороди. – Х., 2005. **6. Бондар Т. С.** Організаційно-педагогічна технологія менеджменту учнівських фізкультурно-оздоровчих клубів: Дис...канд. наук фіз. вих. : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Х., 2010. – 232 с. **7. Бондар Т. С.**

Організаційні умови впровадження інноваційної ігрової практики (на прикладі SNAG) у позакласне фізичне виховання молодших підлітків / Т. С. Бондар, С. С. Козарь // Наукові записки кафедри педагогіки. Збірник наукових праць, 2012. – Вип. 30. – С. 24-30.

**Козарь С. С., Жадан А. Б., Журавльова І. М. Умови вдосконалення позакласної фізкультурно-оздоровчої роботи в сучасній школі**

Розглянуто дані літературних джерел, соціальних мереж, а також практики приватних оздоровчих установ та загальноосвітніх навчальних закладів щодо організації рухового дозвілля підлітків. Встановлено, що перед системою шкільного фізичного виховання гостро стоїть проблема організації активного та змістовного дозвілля, яке забезпечувало би належний рівень рухової активності. Виявлено, що впровадження автентичних приватному відпочинку умов, дозволяє суттєво розширити можливості шкіл щодо організації інноваційних видів рухової діяльності підлітків.

*Ключові слова:* дозвілля, рухова активність, підлітки, ринок оздоровчих послуг.

**Козарь С. С., Жадан А. Б., Журавлева І. Н. Условия совершенствования внеклассной физкультурно-оздоровительной работы в современной школе**

Рассмотрены данные литературных источников, социальных сетей, а также практики частных оздоровительных учреждений и общеобразовательных учебных заведений по организации двигательного досуга подростков. Установлено, что перед системой школьного физического воспитания остро стоит проблема организации активного и содержательного досуга, которое обеспечивало бы надлежащий уровень двигательной активности. Вывявлено, что внедрение аутентичных частному отдыху условий, позволяет существенно расширить возможности школ по организации инновационных видов двигательной деятельности подростков.

*Ключевые слова:* досуг, двигательная активность, подростки, рынок оздоровительных услуг.

**Kozar S. S., Zhadan A. B., Zhuravleva I. M. Conditions for the improvement of extracurricular sports and recreation activities in modern school**

The article considers data references, social networking, and practices of private institutions, operating in the market of health services, and secondary schools to organize physically active leisure of adolescents. It is found that most teenagers have typical passive leisure activities in their free time, and only 10% of adolescents attend sports clubs and groups at school. However, 30% of teenagers alone or with their parents attend various private

agencies that provide recreation services. These institutions attract visitors with their colorful design and a festive atmosphere. Besides, such entertainment complexes motivate customers with discounts, and provision of all sorts of entertainment. The results show that the introduction of organizational and educational conditions, used by private institutions, helps to increase the number of teenagers, involved in active and useful leisure and self-organization. They also significantly affect the improvement of physical fitness in adolescents.

*Key words:* Leisure, physical activity, adolescents, market health services.

Стаття надійшла до редакції 11.02.2013 р.

Прийнято до друку 29.03.2013 р.

Рецензент – к. п. н., доц. Бондар Т. С.

УДК378.037.1:796.015.58

**В. С. Макеева**

### **ФОРМИРОВАНИЕ ОБЩНОСТИ ИНТЕРЕСОВ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА**

В связи с быстрым изменением среды и необходимостью долгосрочного прогнозирования эндогенных (биологических, физиологических и психологических) особенностей развивающегося организма человека особо остро стоит проблема сохранения его здоровья. На современном этапе развития общества от простого понимания смысла здоровья как отсутствие болей и нормальное функционирование организма, к следующему определению: хорошее здоровье индивидуума и жизненное благополучие отражают удовлетворение потребностей человека и адаптацию к физической, психологической и социальной сферам жизни. На уровне физического здоровья универсальными потребностями выступают потребность в движении, потребность в безопасности. Неудовлетворенность в безопасности рождает тревожность, страх. Раскрепощение личности, создание для каждого члена общества условий к свободному проявлению всех его способностей – здесь видят многие ученые стратегическую задачу переустройства общественных отношений в мире.

Становится все более очевидным, что адекватно среде должен соответствовать различный уровень соматовегетативного, психического и эмоционального обеспечения адаптации к условиям существования и, следовательно, различный уровень функционального состояния *строго определенного человека*, в значительной степени объективно отражает уровень его здоровья [1, с. 67].