

УДК 796.13:005.342-053.6

## УПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ РІЗНОВИДІВ РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У ШКОЛЯРІВ І СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

*Оксана Юденко, Іван Захарчук*

*Міжрегіональна академія управління персоналом (Україна)*

Особливості режиму дня сучасних школярів та студентства яскраво свідчать про те, що їм катастрофічно не вистачає оптимальної рухової активності, яка забезпечить всебічний гармонійний розвиток у фізичній, психічній та соціальних сферах, дасть змогу уникнути значної кількості захворювань, зберегти здоров'я особистості зокрема і нації загалом. Саме тому актуальними є питання пошуку та впровадження інноваційних різновидів рекреаційної рухової активності в середовище загальноосвітніх та вищих навчальних закладів. У цьому аспекті виправдано набирають популярності в суспільстві такі проекти, як «Спорт заради розвитку», «Навчання в русі» та спортивний рух О. Педана «Junior'Z», що розв'язують питання фізичного розвитку особистості, коригування психо-емоційного стану, соціальної адаптації з використанням рухової активності.

Учені констатують, що запам'ятовування та усвідомлення отриманої інформації ефективніше тоді, коли людина рухається, а оптимальною формою для цього є фонові рухові активності, доповнені асоціаціями (образно-рухове сприйняття). Науковець О. Д. Дубогай твердить, що «основними завданнями сучасного загальноосвітнього закладу є не тільки засвоєння учнями навчальної програми, але й закріплення її на тлі задоволення пізнавальних, естетичних і рухових вимог як для загального здоров'язбереження, так і формування інтелектуально та фізично гармонійно розвинутої особистості» [1]. «Здоров'язберігальні рухові технології "навчання в русі" передбачають зміну діяльності, чергування інтелектуального, емоційного та рухового її видів для індивідуальної, парної, групової форм роботи, що стимулює миттєве мислення учнів, сприяє поширенню їхньої рухової активності, своєчасному запобіганню розумовій утомі, учить дружнього та гуманного спілкування, розвиває патріотичну відповідальність у команді, уміння поважати думки й помилки інших за рахунок створення ігрових ситуацій, нестандартних інтегрованих уроків» [1].

Більшість фахівців-практиків наголошують на тому, що фізична культура в Україні має національні та етнічні особливості, а гра є потужним засобом впливу на дітей. Інтелектуальна гра – перевірений спосіб стимуляції мотивації

особистості до навчання, формування творчого мислення. Автори констатують, що програма «Спорт заради розвитку» реалізує компетентнісний, особистісно-орієнтований та індивідуальний підходи до навчання учнів, які у світі визнано найефективнішими для розвитку психосоціальних та фізичних навичок особистості [2]. Для учнів старшої школи і студентської молоді використовують уроки-тренінги, щоб за допомогою цілеспрямованої рухової активності формувати такі соціально значущі навички в сучасному суспільстві: ефективне спілкування, співчуття, повага до людини, робота в команді, запобігання конфліктам / їх конструктивне розв'язання, протистояння негативним соціальним впливам, примирення тощо.

Зокрема, О. В. Погонцева, В. В. Деревянко та співавтори зазначають, що «програма “Спорт заради розвитку” є новаторською для України, проте її ефективність вже доведена багатьма країнами, в яких вона активно реалізується» [4, С. 39]. Отож, актуальним є розроблення механізмів упровадження цієї програми в систему освіти України. Науковець Р. Гребя наголошує на тому, що «МОН підтримує необхідність поширення в усіх школах програми ЮНІСЕФ “Спорт заради розвитку”, яка допомагає школярам розвивати важливі соціальні навички, окрім гармонійного всебічного фізичного розвитку [2]. На нашу думку, в цьому контексті більш доцільно та коректно вживати термін «рухова активність», «фізична рекреація». Рухова активність – дієвий інструмент для того, щоб об'єднувати дітей, розвивати в них лідерські вміння та навички, звичку працювати в команді; через рухову активність фахівці можуть і повинні формувати у школярів цілковите несприйняття будь-яких форм дискримінації, зокрема такого явища як булінг [2]. Представник UNICEF Лора Біл (Lora Bill) наголошує на тому, що “Спорт заради розвитку” є програмою у межах проекту “Посилення соціальної згуртованості та інтеграції внутрішньо переміщених осіб у Східній Україні”, де рухова активність допомагає дітям бути здоровими, розвивати необхідні їм життєві та соціальні навички, сприяє реабілітації в кризових умовах через освіту і фізичний розвиток; сприяють соціальній єдності та допомагає інтеграції внутрішньо переміщених дітей у нову громаду» [2].

Наприкінці 2018 р. можемо твердити, що проект «Спорт заради розвитку» підтримують у багатьох регіонах України (зокрема, у Києві, Запоріжжі, Мелітополі, Гуляйполі, Бердянську, Дніпрі, Чернівцях, Бахмуті тощо) завдяки О. В. Юденко, І. Р. Захарчуку, О. Аксеновій, Н. В. Зимовець, М. О. Вольваку, А. Л. Леонтєву, Р. М. Макогону, П. С. Старовойт та інших.

Проект «Кубок довіри», що стартував у жовтні 2018 р. у Харківській області, буде впроваджено також у Львівській, Донецькій та Київській. Він заснований на концепції «Спорт заради розвитку» і сприяє залученню офіцерів поліції до роботи з дітьми і молоддю, його метою є створити довірливі відносини між дить-

ми та представниками правоохоронних органів [3]. Програму «Спорт заради розвитку» з певними адаптаційними моментами для України впроваджують у співпраці з благодійним фондом «Розвиток футболу України», Федерацією футболу України та у партнерстві з Національною поліцією України [3].

### **Список використаних джерел**

1. Дубогай О. Навчання учнів початкової школи в системі здоров'язбереження засобами освітньо-рухової методики / Дубогай О. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк, 2015. – № 3(31). – С. 69–74.

2. Програми ЮНІСЕФ «Спорт заради розвитку» потрібно впроваджувати в усіх школах. 24.11.2017 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ped-presa.ua/188467-programy-yunisef-sport-zarady-rozvytku-potribno-vprovadzhuvaty-v-usih-shkolah.html>

3. Завершилось навчання полісменів Харкова та області за концепцією «Спорт заради розвитку». 01.11.2018 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://playfootball.org.ua/zavershylos-navchannya-polismeniv-harkova-ta-oblasti-za-kontseptsiyeyu-sport-zarady-rozvytku/>

4. Спорт заради розвитку («Щаслива та захищена дитина – активна та здорова родина і нація») : навч.-метод. посіб. / О. В. Погонцева, В. В. Дерев'яно, І. Р. Захарчук, О. М. В'яла, О. С. Трофимов. – Київ : Фенікс, 2017. – 268 с.