

шень і в кінцевому підсумку призводить до послаблення здоров'я, зниження працездатності і спортивних досягнень.

Той, хто бажає серйозно займатися спортом й досягти високих спортивних результатів, зміцнити своє здоров'я, повинен виконувати всі гігієнічні вимоги і знайти в собі достатньо сили волі, щоб відгородити себе від цих шкідливих для здоров'я звичок.

Отже, фізична культура і спорт, зокрема волейбол, може використовуватися як засіб фізичного виховання за умови дотримання правильного способу життя.

Покращення організації дозвілля людей, особливо молоді, створення умови, які забезпечували б розумне використання вільного часу, утвердження правильного способу життя, подолання пияцтва, алкоголізму, наркоманії, паління, сприятиме разом з використанням основних засобів фізичного виховання, залучення до систематичних занять фізичною культурою і спортом, вихованню гармонійної особистості.

Література

1. Державні тести і нормативи фізичної підготовленості населення України. - 1996.- 20с.
2. Демчишин А.П., Пилипчук Б.С. Підготовка волейболістів. - К.: Здоров'я, 1977.- 120с.
3. Демчишин А.П., Мозола Р.С., Паниченко Ю.Д. Підготовка юних волейболістів. - Рад. шк., 1982.
4. Демчишин А.П. Волейбол – гра для всіх. - К.: Здоров'я, 1986.- 96с.
5. Демчишин А.П. та ін. Рухливі і спортивні ігри в школі.-К.: Освіта, 1992.- 144с.
6. Пименов М.П. Волейбол. - Івано-Франківськ “Лілея-НВ”, 2000.- 196с.
7. Фурманов А.Г. Волейбол в школі. - Рад. шк., 1987.- 126с.
8. Фурманов А.Г. Студенческий волейбол. - Минск, Вышш. шк., 1987.- 172с.
9. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів, Львів ОНМІ освіти, 1997.- 226с.

Юджін Коуп і Даяна Коуп (США),
офіційні представники міжнародної навчально-виховної програми “ Молодь на розпутьті” (Crossroads) в західному регіоні України
В.М.Озерний (Львів)
Інструктор міжнародної навчально-виховної програми “Молодь на розпутьті” (Crossroads)

РЕАЛІЗАЦІЯ ПРОГРАМИ “МОЛОДЬ НА РОЗПУТТІ” – ШЛЯХ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Понад 25 років триває боротьба людства з епідемією СНІДу. За даними ВООЗ на грудень 2000р. у світі було інфіковано 36 млн. осіб, а померло внаслідок захворювання 21.8 млн. осіб. Зокрема, в Україні, станом на грудень 2001р. зареєстровано 37126 ВІЛ-інфікованих. На жаль, Україна посідає перше місце в Європі за темпами розповсюдження СНІДу. Ця смертельна хвороба вийшла за межі груп ризику (повії, наркомани) і набуває розповсюдження серед учнівської молоді.

Для боротьби з епідемією СНІДу та профілактики захворювання серед учнівської молоді на СНІД було створено міжнародну навчально-виховну програму “Молодь на розпутьті”(Crossroads).

Автори програми - провідні спеціалісти американських університетів “Алуза Пасифік” та “Джеймс Медісон”.

Мета даної програми - озброїти учнівську молодь знаннями, вміннями і такими моральними переконаннями, які захистять їх не тільки від захворювання на СНІД та хвороб, які передаються статевим шляхом, але й допоможуть протистояти негативному впливу боку одноліток, які поширюють тютюнопаління, вживають наркотики, мають дошлюбні статеві стосунки.

Філософською концепцією і ціллю програми є втілення ідеї повного виключення ризику захворювання на СНІД та хворобами, які передаються статевим шляхом, через утримання від статевих стосунків до шлюбу та вірність у шлюбі. Така концепція захищає молодь не тільки від фізичних уражень, але і скеровує її на дотримання моральної чистоти в усіх міжлюдських відносинах.

Дана програма зосереджує увагу на вихованні в учнів добродійного цілісного харак-

...на основі християнської моралі, вироб-
...практичних умінь та навичок здорового
...здоров'я.

...вага приділяється розвитку таких
...характеру, як повага до ін-
...відповідальність за свої вчин-
...основі формується вміння прийма-
...правильні рішення і готовність
...дальність не тільки за себе та
...але й за інших людей та за свою
...Моральне підґрунтя такої поведінки
...до праці над самовдосконаленням
...на невід'ємному бажанні кожної
...творити добро і золотому правилі
...“Поводься з людьми так, як хо-
...оби люди поводитись з тобою”.

...програма складається з 30 академіч-
...які охоплюють п'ять наступних
...побудова стосунків між людьми,
...характеру, СНІД, прийняття пра-
...рішень та майбутні винагороди. Ін-
...методики навчання - це базовий
...викладання цілого курсу, що забезпе-
...високий інтерес учнів практично до кож-
...уроку, їхню активність і участь в усіх
...робіт на уроці. Оскільки і самі теми
...життєвими і важливими для молоді
...і весь процес навчання є дуже цікавим
...і привабливим за формою.

Важливим аспектом програми є її тісний зв'язок з батьками учнів. Кожен батько одержує спеціальний зошит з матеріалами для обговорення всіх навчальних тем зі своїми дітьми вдома, що допомагає кращому взаєморозумінню і зростанню взаємоповаги та довіри між батьками та дітьми. А повторення вивченого матеріалу допомагає кращому і міцнішому засвоєнню здобутих знань.

У Львівській області програма “Молодь на розпутьті” діє 4 роки. За цей час, при підтримці міської та обласної адміністрації освіти, понад 1000 вчителів пройшли підготовку для викладання програми в своїх навчальних закладах. Дана підготовка відбувається на 4-денних тренінгах-конференціях, по завершенні яких вчителі отримують сертифікат програми, підручник для викладання навчального курсу, роздаткові та допоміжні матеріали.

Анкетування, яке проводилось з учнями до початку викладання програми і після її завершення, показало високу ефективність програми у зміні поглядів учнів та їхньому відношенні до багатьох аспектів життя. Позитивними є відгуки на програму також і вчителів та адміністрацій тих навчальних закладів, де відбувається її впровадження в навчально-виховний освітянський процес.

О. М. Лесько

аспірант кафедри біологічних основ ФК

С. Г. Решетило

викладач кафедри біологічних основ ФК

В. М. Трач

Кандидат біологічних наук, доцент, за-
дувач кафедри біологічних основ ФК
Львівський державний інститут фізичної
культури

ВІПЛИВ ЗАНЯТЬ РУХЛИВИМИ ІГРАМИ НА СТАН СИМПАТО-АДРЕНАЛОВОЇ СИСТЕМИ ШКОЛЯРІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ

Засновник теорії фізичного виховання П. Ф. Лесгафт писав, що основне завдання вчителя фізичної культури – навчити дітей правильно ставитися до своїх рухів”. Особливого значення він надавав рухливим іграм.

Серйозну проблему становлять діти із затримками психічного розвитку, кількість яких на фоні загального погіршення дитячого здоров'я дедалі зростає. За останніми даними, такі діти складають близько 15% від загальної кількості тих, які вступають до першого класу загальноосвітньої школи. [1;2]. Діти із затримкою психічного розвитку – дуже неоднорідна група як за проявами порушень, так і

за їх вираженням [3]. Дослідження порушень емоційно-вольової сфери таких дітей вимагає комплексного підходу, і зокрема вивчення стану симпато-адреналової системи (САС) та їхньої фізичної підготовленості.

Метою нашої роботи було дослідити і порівняти вплив занять рухливими іграми на стан САС молодших школярів із затримкою психічного розвитку (6-11 років) і здорових однолітків. Рухливі ігри проводили в позаурочний час у групах продовженого дня впродовж 35-40 хвилин.

Експеримент проводили з хлопчиками молодшого шкільного віку з затримкою пси-