

72,0 % дівчат 11 років; 56,0 % – 12 років; 52,0 % – 13 років; 50,0 % – 14 років; 44,0 % – 15 років; 36,0 % – 16 років і 20,0 % – 17 років.

Виявленні мотиваційні пріоритети та результати самооцінки школярками стану здоров'я необхідно використовувати при організації урочних та позаурочних форм фізкультурних занять, проведенні пропагандистської та роз'яснювальної роботи, що може спричинити активне ставлення дівчат до фізкультурних і спортивних занять.

## **РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧІЙ НАПРЯМОК У ФОРМУВАННІ НАПОЛЕГЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ГРИ**

**ВІКТОР ТКАЧЕНКО, ЗОЯ ДІХТЯРЕНКО**

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

Рухова активність учнів 1-3 класів зменшується порівняно із дошкільнятами приблизно в 2-2,5 рази. А рухи, як відомо, є природною, біологічною потребою живого організму. Обмеження м'язової діяльності не лише затримує фізичний і розумовий розвиток дитини, погіршує стан здоров'я, але й призводить до того, що у майбутньому учень не може оволодіти життєво необхідними навичками. Шлях до оволодіння навичками веде через проявлення учнями наполегливості у своїй шкільній і позашкільній діяльності. Важливість наполегливості для характеристики людини визнана ще з давніх часів. Імідж українця завжди пов'язувався із високим рівнем працездатності й сміливості, наполегливістю, здоров'ям, красою і освіченістю.

Об'єктом нашого дослідження виступає навчально-виховний процес з фізичного виховання молодших школярів загальноосвітньої школи. Предмет дослідження – формування наполегливості молодших школярів в умовах рекреаційно-оздоровчої діяльності засобами гри. Мета – визначити шляхи формування наполегливості „диференційованою” педагогікою.

Аналіз сучасних наукових досліджень показує [1, 2], що фізичний розвиток і рухова підготовленість дітей шкільного віку не відповідають вимогам нашого суспільства. Слабкість і непоширеність знань та вмінь з оснoв формування і зміцнення здоров'я засобами фізичної культури, здорового способу життя, недостаття їх перспективності, низький рівень авторитету у загальній системі навчання призвели до формування певного стереотипу суджень у педагогів, лікарів, батьків, уявлення про досить легке і примітивне управління руховою активністю дітей, і тим більше, досягнення бажаного і потрібного оздоровчого ефекту.

Спеціальними дослідженнями встановлено, що особистісно-зорієнтований виховний процес будується не просто на врахуванні індивідуальних особливостей вихованців, а насамперед, на послідовному ставленні до них в процесі навчання і виховання, як до особистостей, як до відповідальних і відомих суб'єктів діяльності. Виховні ситуації, які створює педагог в рамках особистісно-орієнтованого фізичного виховання, мають забезпечити розвиток такого рівня свідомості, який би спонукав дитину до самопізнання фізичного стану і фізичної самоактивності з тим, що вона могла стати творцем власних духовного багатства, здорового життя. А це значить, що треба формувати ситуації, у яких стосунки дітьми із вчителями та батьками будуться на врахуванні не тільки їх гідності і права бути особистістю, а й фізичних можливостей. В цьому плані фізичні якості відіграють провідну роль у розвитку

рухових навичок. Учитель повинен навчати школярів техніки виконання рухів. Однак відповідний рівень розвитку сили, швидкості, спритності і гнучкості, витриманості школярів дає можливість учням успішно формувати певні рухові уміння та навички. Рухові уміння і навички вимагають прояву наполегливості з боку учня. Наполегливість, як вважають психологи, є об'єктивною якістю цілеспрямованої поведінки. В свій час на запитання „Ще треба робити, щоб бігати швидко, як це робите Ви?“ Олімпійський чемпіон з бігу на довгі дистанції чех Єміль Затопек відповів: – „Треба бігати, бігати, бігати“. Як бачимо наполегливість вирішує успіх у досягненні визначеної мети.

Успішно протистояти впливу негативних соціальних та екологічних явищ на організм дитини можливо лише при зміщенні акценту в охороні здоров'я у бік активної участі самих учнів, формування здорового способу життя, через оволодіння життєво-необхідними вміннями і навичками [4].

В нашому експерименті з формування наполегливості в контрольній групі учнів здійснюється навчально – тренувальний процес за традиційними методиками (в рамках „вікової педагогіки“). В дослідній групі був використаний принцип природивідповідності, як непорушної основи „педагогіки диференційованої“.

Рухливі ігри мають велике значення у рекреаційних заходах із молодшими школярами. Вони сприяють: відновленню, працездатності учнів в режимі дня школи; переключенню уваги з однієї діяльності на іншу (із навчання на гру); забезпеченню більшої рухливості учнів. Під час активних рухових дій зростає напруга позитивних емоцій, на фоні яких забезпечується формування творчості, наполегливості, а відчуття власного успіху забезпечує самоствердження у колективі тощо.

Українському народу наполегливість була притаманна з давніх давен і розглядалася, як одна із частин його духовності. Формування наполегливості засобами рухової гри у рекреаційних заходах молодших школярів зумовлює колективність, яка притаманна і українським народним іграх: „Бери коня“, „Гилка“, „Гуси“, „Котики“, „У зайчика“, „Сліпий цап“ і спортивна гра „Футбол“

Щодня, протягом 2002-2003 навчального року, народні ігри з учнями дослідної групи проводились не тільки в режимі дня, але і у позанавчальній роботі впродовж 10-12 хвилин після закінчення уроків. Досліджувались: стан розвитку швидкісно-силових якостей учнів (стрибок у довжину з місця); стан уваги (за таблицею Анфімова); індекс фізичного розвитку молодших школярів (ІФР) за методикою О.Д.Дубогой [3]; наполегливість за вмінням виконати завдання, встановлене вчителем (стрибки через скакалку) з урахуванням стану підготовленості учня; якість навчання учнів за досліджуваний відрізок часу.

Узагальнюючи результати, можна зробити висновки, що у досліджувальному класі щоденні рухливі ігри після уроків достатньої інтенсивності ( $ЧСС \approx 150$  уд/хв), сприяли більш суттєвому наближенню до показників стандартів вікової групи молодших школярів. Організованість учнів, їх бажання брати участь у щоденних позакласних іграх зростали з рівнем засвоєння техніки і тактики гри, як в народні ігри, так і в іграх спортивного спрямування („Гилка“ „Футбол“). При чому, учні які були більш наполегливими в оволодінні елементами ігор, мали і кращі результати з навчання.

За нашими висновками, педагоги, які володіють гнучким мисленням, умінням збагачувати навчальну діяльність позитивними емоціями, вселяти в учнів віру у власні сили, правильно орієнтуватися в джерелах мотивації навчання, досягають більш суттєвих результатів у формуванні наполегливості в оволодінні знаннями, вміннями і

навичками здорового способу життя. Рекреаційні можливості учбового дня в школі для занять фізичними вправами збільшують рухливу активність учнів, задовольняють частково руховий добовий об'єм молодших школярів, здійснюють нівеліровку негативних емоцій, отриманих дітьми протягом навчального дня.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Ильин Е.П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2002. – 288с.
2. Бех І.Д. Наукове розуміння особистості як основа ефективного виховного процесу //Початкова школа, – 2000 – №2,– С.2-6.
3. Дубогай О.Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів. – К.: Оріяни, 2001. – 152с.
4. Столітенко Е.В. Виховання в учнів 5-7 класів позитивного ставлення до фізичної культури в школі //Фізична культура у школі.–2002. – №1.–С.48-53.

### ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ЛІТНІХ ДІТЯЧИХ ОЗДОРОВЧИХ ТАБОРІВ ДЛЯ ДІТЕЙ ЦЕНТРАЛЬНОЮ ШКОЛОЮ БОЙОВОГО ГОПАКА

МИРОСЛАВА ДАНИЛЕВИЧ, АНДРІЙ ГАЧКЕВИЧ  
*Львівський державний інститут фізичної культури*

Літнє таборування є складовою частиною діяльності Центральної школи Бойового Гопака. Табори проводяться для різних категорій населення, в найрізноманітніших куточках України, і кожен табір вирішує конкретне завдання. Мета дитячих оздоровчих таборів – це покращення стану здоров'я гопаківців, популяризація Бойового Гопака, вдосконалення технічної майстерності, розвиток фізичних та морально-вольових якостей, підготовка учасників табору до участі у показових програмах та змаганнях.

У даній роботі ми розглянемо досвід проведення літніх оздоровчих таборів для дітей 7-11 років. Табори, тривалістю 10 днів, проводились у червні 2002 та 2003 років на туристичній базі „Зелемянка”, що розташована в с. Гребенів Сколівського району Львівської області.

Кількість учасників першого табору складала 50, другого – 107 осіб. Керівництво табором здійснювала старшина у складі: війта, бунчужного, осавула, обозного, вчителів та інструкторів Бойового Гопака, вихователів.

Діти в таборі поділялися на курені по 10-14 чоловік в кожному, а курені в свою чергу поділялися на 2-3 чоти по 4-5 чоловік. Для керівництва цими підрозділами з поміж дітей призначались курінні та чотові. Як правило, це учні, які досягли найбільших успіхів у Бойовому Гопакі. Кожен курінь обирав собі назву (наприклад, “Карпатські беркути”, “Воїни”, “Вовчиці”, “Амазонки” тощо). Таке структурування дозволяло перекласти значну частину роботи по організації та проведенню табору на самих учасників. Це також сприяло вихованню в дітей самостійності, ініціативності та лідерських якостей.

Кожен день в таборі розпочинався з шиккування, ранішньої молитви, руханки, яка включала невеликий крос, загальнорозвиваючі, дихальні вправи та вправи на розтягування. Як правило, руханка завершувалась вмиванням холодною водою. Обов'язковим в першій половині дня було заняття з Бойового Гопака. Для його проведення хлопці ділились на дві групи. В першу включали дітей, стаж занять яких