

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 кутках 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

перевищував один рік, а в другу – початківців. Дівчата в цей час займались Асгардою (жіночий вид бойового мистецтва). Після занять всі гуртом йшли на річку купатись. По обіді для дітей проводились заняття з акробатики, стрільби з лука, рухливих ігор та забав. До останніх входили ігри з м'ячем, естафети, перегони, ігри в парах, дужання. Після обіду діти також ходили купатись. Все це сприяло оздоровленню та загартуванню дитячого організму.

Під час роботи табору проводилися різноманітні змагання з перетягування канату або палиці, присідання, відтискання, збирання дров для ватри, тощо. Невід'ємною складовою таборової програми були мандрівки в гори та збирання чорниці. У другій половині табору найвідважніші мали змогу одну ніч провести в лісі, ночуючи в наметі.

Крім цього, з дітьми проводилися заняття теоретичного плану, зокрема з історії України на теми: “Війна Дарія із Сколотами”, “Амазонки і сармати”, в”, “Військова майстерність козаків”, “Князь Святослав Хоробрий” та ін.; туристичної техніки („Організація мандрівки вихідного дня”, „Встановлення та зняття намету”, „Розпалювання вогнища”); творчого писання (кожен таборовик оформлював і вів таборовий щоденник); травознавства; логіки та розвитку уваги. В таборі діяли гуртки, в яких діти займались ручними роботами та лицедійством. Загалом протягом дня відбувалось від чотирьох до шести теоретичних занять тривалістю до 30 хв кожне. Проводились вони коловим методом. Ці заняття поповнювали знання дітей та розвивали їхні інтелектуальні здібності.

З дітьми були проведені конкурси на кращу театральну виставу (сюжети базувалися на матеріалах історичних лекцій, прочитаних дітям, та книги “Історія України в казках та легендах”), краще представлення свого куреня та свого героя, конкурс патріотичної пісні та ручних робіт.

Щовечора проводилися шиккування учасників за куренями для підведення підсумків дня та молитви. Потім була ватра, біля якої лунали пісні та жарти. :

Табір розпочинався урочистим відкриттям та завершувався урочистим закриттям. На відкритті табору діти демонстрували, що вони вміють, а на закритті – що навчилися.

Таким чином, цілюще карпатське повітря, щоденні молитва та руханка, заняття з Бойового Гопака, рухливі ігри та забави, купання в гірських річках, мандрівки в гори, заняття в різноманітних гуртках, участь у конкурсах, дотримання гопаківських обрядів та традицій сприяли: зміцненню здоров'я, гармонійному фізичному, інтелектуальному та духовному розвитку юних гопаківців, популяризації Бойового Гопака та залученню дітей до занять цим видом одноборства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Пилат В.С. Бойовий Гопак. – Львів: Логос, 1999. – 336с.
2. Пилат В.С., Гарновська К.В. Асгарда. – Львів: ЛА Піраміда, 2003. – 228с.
3. Проц О.Д. Підготовка вчителів та суддів бойового гопака. //Матеріали III Всеукр. наук.-практич. конф. “Українські національні єдиноборства: становлення і розвиток. – Львів: Ліга-прес, 2002. – С. 58-60.

ВПЛИВ ВЧИТЕЛІВ НА ЗАЛУЧЕННЯ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ У ВІЛЬНИЙ ВІД НАВЧАННЯ ЧАС

ІРИНА КОТОВА, МАР'ЯНА РІПАК

Львівський державний інститут фізичної культури

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед багатьох проблем, які стоять сьогодні перед нашою державою, не може не хвилювати критична ситуація із станом здоров'я школярів. Науковці (Благий А., Дяченко В., Кожемякина В., 2000; Востоцька І.Ф., 2001; Костікова С.Д., 2001; Навроцький Е., 2002) наголошують, що через відсутність чіткої системи фізичного виховання 53% учнів мають послаблене здоров'я і затримку у фізичному розвитку, 63% – порушення постави, 45-50% учнів потерпають від різних неврозів. Хвороби серед підлітків України (у розрахунку на 10 тисяч чоловік) у 1998 році збільшились порівняно з 1996 роком на 21,4%, з 1991 роком – на 56,7%.

Відомо, що вирішення питання залучення школярів до самостійних занять фізичною культурою і спортом багато в чому залежить від діяльності не тільки вчителів фізичної культури, але і педагогів, які викладають загальношкільні дисципліни. Проте, на практиці дуже часто спостерігається байдуже ставлення більшості керівників шкіл, педагогічного колективу до проблеми зміцнення здоров'я учнів, їхньої фізичної підготовленості. У той же час, є позитивні приклади високого рівня здоров'я, фізичної підготовленості учнів тих загальноосвітніх шкіл, де справа фізичного виховання є предметом уваги всього педагогічного колективу (Д. Данилов, 2002; М.І. Горбенко, 2003).

Завдання дослідження:

1. З'ясувати, які чинники, на думку педагогічного колективу, впливають на активність занять учнів фізичною культурою і спортом у вільний від навчання час.
2. Встановити, як вчителі-предметники впливають на залучення учнів до цих занять.

Для вирішення поставлених у дослідженні завдань були застосовані **методи** теоретичних досліджень, соціологічні методи, методи математико-статистичної обробки даних.

Організація дослідження. Дослідження проводилося у ЗОШ Сихівського району м. Львова за допомогою розробленої нами анкети, яка складалася із 33 запитань. Питання анкети об'єднувались у блоки за тематичним і проблемним принципом на основі “дерева” і “гілок” інтерпретації основних понять (Н. Черниш, 1998). Всього було опитано 1010 жінок-вчителів. З них у віці до 25 р. – 74 особи, 26-35 р. – 292 особи, 36-55 р. – 541 особа, у віці понад 55 р. – 103 особи.

Результати дослідження. Встановлено, що 75,0% жінок-вчителів виконують обов'язки класного керівника, 16,3% опитаних – виконували їх раніше, тільки 8,7% респондентів не виконували і не виконують обов'язки класних керівників.

На думку опитаних вчителів, активність учнів в заняттях фізичною культурою і спортом у вільний від навчання час залежить, насамперед, від рівня викладання предмету “Фізична культура” (табл. 1). Наступні рейтингові місця посідають такі чинники: вплив вчителя фізичної культури (51,6%), вплив сім'ї (51,3%) і вплив класного керівника (51,3%).