

обговорюють з учнями спортивні повини, телепередачі вчителі до 25 років (21,6%), поступово, у наступних вікових групах цей показник знижується.

Відвідують шкільні фізкультурно-спортивні заходи, ходять разом із учнями в туристичні походи, організують рухливі ігри для учнів на перервах здебільшого вчителі 26-35 років, в інших вікових категоріях ця активність є значно нижчою. В той же час, уроки фізичної культури найчастіше відвідують жінки-вчителі II зрілого віку (12,0%).

Необхідно зауважити, що не звертають увагу на залучення учнів до занять фізичною культурою і спортом переважно вчителі до 25 років і понад 55 років (відповідно 20,3% і 13,6%).

Висновок.

Результати досліджень дозволяють стверджувати, що, на думку педагогічного колективу, основними чинниками, які впливають на залучення учнів до занять фізичною культурою і спортом, є: рівень викладання предмету “фізична культура”, вплив вчителя фізичної культури, класного керівника і сім’ї. При цьому, реально вчителі недостатньо впливають на залучення учнів до таких занять.

## **ФОРМИ ПІДКЛЮЧЕННЯ БАТЬКІВ ДО ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ СПІЛЬНОТ ДІТЕЙ ТА БАТЬКІВ**

ЗОЯ ФІЛАТОВА., ЛАРИСА ПШЕНИЧНА.

*Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова*

Ніхто сьогодні не заперечує того факту, що зі школи виходить практично здоровими лише 11% школярів. Скоро разом з атестатом можна буде видавати довідку про часткову неприцездатність.

Але, замість знищення головної причини, інноватори запропонували уроки здоров’я, пропаганду здорового способу життя – “Валеологію”. А чи допоможуть окремі уроки зберегти здоров’я школярів при тих самих найскладніших програмах, які засвоюють лише 60% школярів. Адже, більшість програм не враховують фізіологічних закономірностей засвоєння дітьми шкільних наук. Розмова про здоров’я ведеться лише на уроках валеології. Де ж вихід?

Завданням загальноосвітньої школи є збереження здоров’я дітей.

Ряд фахівців вважає, що головна вимога до фізичного виховання – це здоров’я учнів. Загартування дітей, надання їм можливості достатньо рухатися, навчання вправам, що можуть знадобитися під час відпочинку - ось головне чому повинні присвячуватися уроки фізичної культури.

Переконливі аргументи відомих фахівців і показники багатьох досліджень свідчать, про те, що для того, щоб дитячий організм нормально розвивався, рухова активність повинна становити не менше 12-16 годин на тиждень. Тож досягти якихось значних показників у рамках двох уроків фізичної культури на тиждень не можливо.

Втекти від неминучої деградації можна лише в один бік – самооздоровлення і фізична культура, якими людина повинна займатися для зміцнення здоров’я 2 години на добу.

Пояснити батькам чи самому учневі, що педагог більше від них турбується про здоров’я вихованця непросто, особливо аргументуючи свою турботу учневі виставленою незадовільною оцінкою.

Висновок тут очевидний. Треба формувати свідомість учня і батьків. Тобто, розглядати фізичне виховання не як впливову “атаку” на організм школяра, а як, насамперед, “атаку” на його свідомість. І тоді справді здоров’я школяра, його фізична підготовка – це його особиста зацікавленість, його проблема. А роль

учителя - професійно забезпечити позитивне її розв’язання.

Успіх цієї справи цілком залежить від здійснення систематичного контролю з боку батьків, їхньої допомоги й особистого прикладу.

Батьки зобов’язані взяти на себе роль організаторів домашніх занять.

У сім’ї дуже важливо створити таку атмосферу, щоб просто було неможливо не займатися фізичною культурою.

Щоб результати були дійсно переконливими, фізичною культурою необхідно займатися систематично. Ні термінові справи, ні втомі не повинні відсувати заняття на наступний день.

Займаючись фізкультурою вдома батьки повинні мати елементарні знання про самоконтроль.

Батьки обов’язково повинні 2-3 рази на місяць проводити тестування і фіксувати увагу дитини на її досягненнях.

Підготовка батьків до організації і проведення фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи є одним з основних шляхів підвищення ефективності взаємодії школи і сім’ї у фізичному вихованні учнів. Батьки мають допомагати синові чи доньці знайти взірця для наслідування в сфері фізичної культури, застерегти їх від сліпого копіювання, привернути увагу до мотивів занять фізичною культурою і спортом, які потребують виявлення індивідуальних особливостей психічного і фізичного розвитку.

Формою перевірки виконання домашніх завдань, які призначив учитель фізкультури або батьки є спостереження старших за тим, що роблять діти. Вдало підібравши вправи, вони часто не вміють контролювати фізичні навантаження. Про форми контролю за фізичним навантаженням батьки мають консультуватися у вчителя фізкультури. Консультація дає змогу виявити особливості фізичного і психічного розвитку дитини. Їх виявлення за різних умов – на уроках фізкультури в школі, у разі використання засобів фізичної культури в сім’ї, в іграх з однолітками.

Мотивом до свідомого і систематичного виконання фізичних вправ є похвала за старанність, ініціативу в роботі.

Починати займатися з дитиною фізичними вправами треба з перших днів її життя. Адже саме в сім’ї, в якій батьки є активними учасниками процесу фізичного виховання діти дотримуючи чіткого ритму життя, зростають здоровими, правильно і красиво ходять, швидко бігають, високо і далеко стрибають, добре підтягуються на перекладині, плавають, їздять на велосипеді і грають у різні ігри.

Наслідуючи батьків, дитина відповідально ставитиметься до свого здоров’я, зростатиме освіченою і всебічно розвиненою.

Зробіть так, щоб Ваша дитина свідомо, з цікавістю спостерігала за своїм зростом, масою тіла та окружністю грудей. Поясніть їй що ці показники з року в рік збільшуються, що за ними оцінюють рівень фізичного розвитку. Вони свідчать про те, як розвивається дитина – добре чи недостатньо.

Багато фахівців наголошують на розвитку дитячого туризму. Основним призначенням якого вони вважають оздоровлення та наближення дітей до природи, поєднання та зближення інтересів школи та сім’ї. Співпраця вчителів фізичного виховання та батьків може бути плідною лише за умови інформованості обох сторін, стосовно не тільки рівня загальної фізичної підготовки дитини, а її здоров’я. Якщо ж

якихось причин подібної єдності не буде, то наслідки можуть бути неприємними і в результаті постраждає дитина.

Отже, потрібно наголосити на тому, що величезна роль у справі зміцнення здоров'я дитини, загартування її організму належить батькам, їх авторитету та особистому прикладу.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Ушаков М.А. Директору школи про співпрацю з батьками. – Москва: Сентябрь, 2001.
2. Солопчук М., Жевага С. Урок фізичної культури. – Фізичне виховання в школі.- 2000.-№4.- С.50-53.
3. Синяков А.Ф. Рецепты для здоровья. – М. : ФиС , 1990.
4. Каменцер М.Г. Урок після уроку. – М. : ФиС , 1990.
5. Бердихова Я. Мама, нана, займайтесь со мной . - М. : ФиС , 1998..

### СТАВЛЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ДО УРОКІВ АТЛЕТИЗМУ

ТЕТЯНА СУХАНОВА

*Львівський державний інститут фізичної культури*

Як свідчать фахівці теорії і методики фізичного виховання (А.Д. Новіков, Л.П. Матвєєв, 1976; В.Г. Арєф'єв, Г.А. Єдинак, 2001; Б.М. Шиян, 2002, 2003) уроки фізичної культури для старшокласників за своєю методикою суттєво не відрізняються від методики занять з дорослими. Старший шкільний вік є сприятливим для всебічного розвитку рухових якостей, зокрема сили.

Слід вказати високу здатність учнів 10-11 класів до творчого, критичного оцінювання тих чи інших фактів (В.Ф. Новосельський, 1989; І.В. Дубровіна, 1988).

Програмою для загальноосвітніх навчальних закладів „Основи здоров'я і фізична культура” передбачено проведення занять з атлетизму та загальної і спеціальної підготовки (10 годин відведено в 10 класах, 12 годин в 11 класах – всього 22 години).

Метою даного дослідження є вивчення ставлення юнаків до уроків атлетизму.

Було проведено опитування на основі анкети, розробленої відповідно із загальноприйнятими вимогами (Н.І. Черниш, О.М. Семешко, 1996). У ньому прийняли участь учні 10-11 класів Львівської академічної гімназії (ЛАГ) і загальноосвітньої школи (ЗОШ) № 24, м. Івано-Франківська (всього 120 юнаків).

Проведене анкетування дозволило встановити наступне:

\* більшість юнаків як ЛАГ так і ЗОШ №24 (77,2% серед усіх опитуваних) схвалюють введення в навчальну програму розділу „Атлетизм та загальна і спеціальна підготовка”. Старшокласників, що байдуже ставляться до уроків атлетизму більше виявлено серед львівських респондентів, але це порівняно не високий показник. Він свідчить про бажання юнаків займатися „своїм тілом”, не затрачаючи час і матеріальні блага;

\* серед сучасних систем атлетизму, вивчення яких передбачено навчальною програмою, найбільш популярною є бодібілдинг. Цю систему вказали 51,7% старшокласників Львова і 55,0% Івано-Франківська. Але слід зауважити, що третина респондентів обох навчальних закладів зазначила, що їм важко відповісти на це