

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК ЗАСІБ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАХИСТУ БАТЬКІВЩИНИ

Надія Ковальчук¹, Михайло Мороз²

¹Волинський національний університет імені Лесі Українки

²Луцький педагогічний коледж

Анотація. У статті піднімається актуальна на сьогодні проблема підготовки учнівської молоді до захисту Батьківщини засобами фізичної культури. Старшокласники мають негативні відхилення у стані здоров'я. Це стало причиною різкого обмеження контингенту до лав Збройних сил України. «Захист України» також не забезпечує якісної підготовки юнаків. Для розв'язання проблеми автори пропонують ввести зміни в освітній процес з предмета «Фізична культура».

Ключові слова: війна, «Захист України», старшокласники, фізична культура, фізична підготовленість.

Abstract. The article raises the current problem of preparing student youth to defend the homeland through physical culture. Senior pupils have negative deviations in health. This led to a sharp reduction in the contingent for conscription into the Armed Forces of Ukraine. 'Defense of the Fatherland' also does not provide quality training for young people. To solve the problem, the authors propose to introduce changes in the educational process of the subject 'Physical Culture'.

Keywords: war, 'Defense of the Fatherland', senior pupils, physical culture, physical preparedness.

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Стратегія підвищення рухової активності населення країни полягає в інтеграції пізнавальної та рухової діяльності особи завдяки спеціально дібраним фізичним вправам, які стимулюють відповідні фізіологічні механізми. Отже, фізична культура є тим унікальним засобом, який врятує людство від фізичної деградації та виродження. Так, О.П. Дідковський [2] наголошує, що тільки достатня рухова активність і певний режим праці в поєднанні з іншими засобами запобігають зниженню продуктивності праці. Автор також наводить застарілі приклади радянської статистики: продуктивність праці на виробництві робітників, які займалися фізичними вправами, була на 6–12% вищою ніж тих, хто не займався фізичною культурою взагалі. Якщо про надзвичайну цінність фізичної культури для життя було

відомо з давніх-давен, то чому ж рухова активність сучасних людей нижча норми, необхідної для здоров'я? Науковці пропонують різні шляхи розв'язання цієї проблеми: оптимізація навчального процесу шляхом введення нових навчальних програм з фізичної культури; організація моніторингу стану здоров'я населення; контроль фізичної підготовленості населення; упровадження сучасних здоров'язбережних технологій тощо. На нашу думку, сучасні події, які відбуваються на території нашої країни, безсумнівно, вказують на те, що населення України повинно дбати за свій психофізичний стан для її захисту та процвітання. Сьогодні, коли в країні війна, проблема формування у старшокласників готовності до захисту Вітчизни в різних типах начальних закладів освіти набуває особливої актуальності.

Мета – розкрити проблему підготовки молодого покоління до захисту Батьківщини засобами фізичної культури та спорту.

Виклад основного матеріалу. Автори були свідками, коли у 2001 році на конференції «Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні» (Рівне) тодішній ректор Київського ДДФК В.М. Платонов проголосив: «Мы не милитаристская страна. Нам не нужно метание гранаты». Пан ректор доводив переваги занять фітнесом над такими видами спорту, як легка атлетика, гімнастика тощо. Можливо, це стало точкою відліку занепаду одного із важливих завдань фізичної культури – підготовки дітей та молоді до праці та оборони. Результати аналізу практики освітньої роботи в різних типах навчальних закладів підтверджують, що рівень готовності старшокласників до захисту країни не відповідає сучасним вимогам [5]. Так, В.М. Данилко виявив зниження фізичного стану школярів. У результаті щорічних оглядів учнів було встановлено, що 70–80% старшокласників мають фізіологічні відхилення [1]. Це стало причиною різкого обмеження контингенту для призову в збройні сили і як результат – військомати систематично не виконують план призову [4]. Ми живемо у час високого технічного розвитку та диджиталізації і здавалося, що немає особливої потреби бути готовим до стану війни, у якій слід проявити спеціальну військову підготовку, а мирному населенню – дисципліну, терплячість та інші морально-вольові і фізичні якості. Очевидно, через це типові освітні програми нової української школи з фізичної культури, на наш погляд, по суті спрямовані лише на активний відпочинок. У класах початкової ланки закладаються базові знання та вміння з фізичної культури, які можна опанувати, дотримуючись правил дисципліни та належної організації уроку. З невідомих причин з програми вилучено низку стройових вправ, які розв'язують численні педагогічні та оздоровчо-гігієнічні завдання [3]. Модельна

навчальна програма з фізичної культури для учнів 5–6 класів містить 44 варіативні модулі, значна частина з яких не сприяє формуванню готовності всіх фізіологічних систем організму юнака (дихання, кровообігу, травлення) до витримування складних навантажень, суворих вимог військової діяльності; прикладних навичок та вмінь, а також не розвиває необхідних майбутньому воїну фізичних якостей (сили, витривалості, спритності тощо).

Підготовка до служби в Збройних силах України – це складна, тривала, цілеспрямована діяльність суспільства (сім'ї, школи, громадських організацій), результатом якої має стати готовність юнака до строкової військової служби, а в разі потреби захисту країни в умовах війни. Процес адаптації до цієї діяльності потрібно починати з перших років навчання в закладах загальної середньої освіти. На нашу думку, військово-спортивна підготовка повинна займати пріоритетне місце у фізичному вихованні юнаків. Можливо, хтось заперечуватиме, що ці завдання можна розв'язати засобами предмета «Захист України». Результати опитування студентів 2 – го курсу (ВНУ ім. Лесі Українки: 46 юнаків; ЛПК: 52 юнака) засвідчили, що цей предмет у школі викладався на низькому рівні (66, 3%). Замість програмного змісту предмета учні виконували різні види робіт (прибирання території, перенесення вантажів), грали у теніс, футбол тощо. Респонденти повідомили, що найбільше часу на уроках відводили маршируванню, вивченню військових рангів, розбиранню та збиранню зброї (АК). Метання гранати навчалися 76,5% юнаків, інші 23,5% метали резиновий м'ячик через те, що гранат у школі не було. Не тренувалися юнаки і в подоланні смуги перешкод, лише 29, 4% юнаків вправлялися у виконанні цього завдання. Так, 52% опитаних юнаків повідомили, що уроки «Захисту України» проводили вчителі, які за сумісництвом викладали історію, трудове виховання, фізичну культуру тощо. У школах не працювали гуртки військово-патріотичного спрямування, а спортивні секції регулярно відвідували 69% опитаних студентів.

Якщо «Захист України» не забезпечує якісної підготовки старшокласників, то це перекладається на «Фізичну культуру», яка, на жаль, теж не досягає поставленої мети. Ми вважаємо, що новітні зміни в освітніх програмах з фізичної культури не зможуть поліпшити фізичний стан випускників. Необхідно змінити ставлення до викладання самого предмета: він повинен бути обов'язковим не формально. Можливо, це на початку видаватиметься жорстким, але учні повинні будуть знати передусім обов'язки перед Батьківщиною. На сьогодні вони оперують більше своїми правами. На наш погляд, у програму з фізичної культури варто ввести обов'язкові види рухової діяльності:

гімнастику, легку атлетику, лижну підготовку (марш-кидок), боротьбу, плавання, які розвивають необхідні рухові якості, формують спортивні та прикладні навички за дотримання дисциплінарної поведінки та дидактичних принципів навчання.

Висновок. Отже, у процесі рухової активності за програмою матеріалу з предмета «Фізична культура» кожен юнак не тільки підвищить рівень фізичної підготовленості, але одночасно набуде необхідних для якісного виконання обов'язків захисника нашої Батьківщини умінь та навичок. рискорити їх формування можна за належного викладання предмету «Захист України» фахівцем військової справи.

Список використаних джерел

1. Данилко В.М. Корекція фізичного стану учнів старшого шкільного віку / Данилко В.М. // Молодий вчений. – 2017. – № 4(44). – С. 50–53.
2. Дідковський О.П. Вплив фізичної культури на організм людини / О.П. Дідковський // Дослідження інновацій та перспективи розвитку науки і техніки у XXI столітті : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. Міжнар. економіко-гуманітарного ун-ту імені академіка Степана Дем'янчука. – Рівне : Гельветика, 2021. – Ч. 2. – С. 150–154.
3. Ковальчук Н. Про доцільність введення в навчальну програму з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти строювих вправ / Н. Ковальчук, В. Санюк, Т. Гнітецька // Дослідження інновацій та перспективи розвитку науки і техніки у XXI столітті : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. Міжнар. економіко-гуманітарного ун-ту імені академіка Степана Дем'янчука. – Рівне : Гельветика, 2021. – Ч. 2. – С. 179–182.
4. Кононенко О.І. Адаптаційні особливості майбутніх військовослужбовців [Електронний ресурс]. – URL: <http://dspace.onu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/27026/1/85-98.pdf>
5. Методика формування у старшокласників готовності до захисту Вітчизни в різних типах закладів освіти : метод. посіб. / Остапенко, О. І., Зубалій, М. Д., Тимчик, М. В. – Кропивницький : Імекс-ЛТД. – 168 с.