

3. Льюшина Н. В. Рухова активність дітей підліткового віку 12–13 років / Н. В. Льюшина, Л. І. Прокопова // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів і студентів України : матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. – Суми, 2009. – Т. 1. – С. 32–37.
4. Куртова Г. Ю. Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність виховання сучасних дітей та молоді / Г. Ю. Куртова, Д. М. Іванов // Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту. – Чернігів, 2008. – Вип. 55, т. 2. – С. 168–170.
5. Пристинський В. М. Оптимальна рухова активність як важлива передумова формування знань про здоров'я та здоровий спосіб життя / В. М. Пристинський // Гуманізація навчально-виховного процесу : зб. наук. пр. – Слов'янськ, 2006. – С. 129–132.

ВПЛИВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ НА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

Павло Васіков, Ірина Напрасник, Анастасія Бабій

СПГО «Майбутні Батьки України», ЗОШ № 9, м. Львів

Актуальність. Якщо термін «рекреація» трактувати як сукупність явищ і відносин, що виникають в процесі використання вільного часу для пізнавальної, спортивно – оздоровчої та культурно – розважальної діяльності людей, то в зв'язку з цим заняття дитячо – підліткових клубів можна вважати формою рекреації.

Так, рухова (фізична) та творча (креативна) рекреація можуть взаємно проникати, взаємодіяти та доповняти одна одну.

Мета – дослідити взаємний вплив рухової активності дітей та підлітків на розвиток моральних якостей дитини та її творчих здібностей. З'ясувати значення ігрової діяльності дітей у цьому процесі.

Методи дослідження: узагальнення педагогічного досвіду, набутого в процесі просвітницької діяльності серед дітей та молоді Громадською організацією «Майбутні батьки України».

Результати дослідження. Завданнями організації «Майбутні батьки України» є просвітницька робота серед дітей та підлітків з метою залучення до здорового способу життя, сприяння розвитку здорових стосунків у сім'ях. Ця мета впливає з сучасного стану нашого суспільства. Соціальні потрясін-

ня, економічні проблеми, недоліки виховання в неповних сім'ях або виховання дітей, які знаходяться під опікою згубно впливають не лише на здоров'я дітей, але й спричиняють втрату дітьми глибинних моральних орієнтирів і розуміння, що таке добро і зло.

Організація набула певного позитивного педагогічного досвіду в процесі просвітницької діяльності з дітьми з малозабезпечених сімей, неповних сімей та сімей, де діти знаходяться під опікою. Наша організація здійснює заходи по сприянню духовного відродження нації на основі християнських цінностей і моралі, виховній, культурній та просвітницькій роботі серед дітей та молоді, з метою залучення їх до здорового способу життя і розвитку здорових стосунків в сім'ї. Організація «Майбутні батьки України» проводить загально міські заходи: травень – «Тато, мама і я – українська спортивна сім'я»; вересень – Всеукраїнське свято: «День батька».

Ці свята стали традиційними, щорічними святами і проводяться в центрі м. Львова. Організуються спортивно – оздоровчі табори для дітей і підлітків на базі оздоровчого комплексу «Ровесник» м. Червонограді.

Не менш цікавими є стаціонарні табори, метою яких є ознайомлення дітей та підлітків з видатними історичними місцями та зеленими зонами м. Львова. Цікавим був табір, коли діти подорожували парками м. Львова: Шевченківський Гай, парк ім. Б. Хмельницького, зелена зона Кульпарків, Стрийський парк та ін..

Щомісяця проводяться тематичні заняття Клубів «Ангелятко» для дітей віком від 3 до 8 років та Клуб «Суперкнига» для підлітків віком від 9 до 15 років.

Оскільки в житті кожної дитини особливе місце займають ігри. В іграх діти проявляють себе фізично, інтелектуально і морально. Рухливі ігри допомагають дітям долати різного виду труднощі, і таким чином, допомагають проявляти такі якості: успішне навчання, вміння спілкуватися в сім'ї, дитячому колективі, формується уявлення про добро і зло, любов, взаємодопомога, вміння керувати агресією та злістю та перемагати їх, мирно вирішувати конфлікти.

Ми віддаємо перевагу комплексним іграм, які мають декілька дидактичних, виховних і розвивальних цілей. Наведемо зразки ігор популярних серед дітей.

1) Ігри на знайомство дозволяють в невимушеній ігровій формі провести знайомство серед дітей, наприклад: «**Кмітлива трійка**», де діти поділені на групи по три дитини. Трійки, які утворились мають розійтись по території і присісти.

По команді діти починають розказувати про себе, шукаючи подібних один з одним. Коли вони знаходять одну схожість між собою, вони повинні втрюх підстрибнути і радісно вигукнути «перша». Потім знову присідають і продовжують гру, розказуючи один одному про себе, доки не знайдуть другу схожість. Гра продовжується доти, доки одна з груп знайде 10 схожостей.

Мета гри: допомогти дітям краще дізнатися один про одного.

2) Ігри на розвиток навиків спілкування допомагають подолати природно сором'язливість деяких дітей, створити дружню атмосферу.

«**Добре серце**». Вступ ведучого: «В кожній людині є дуже багато хорошого і доброго і необхідно навчитись це бачити».

Той, у кого в руках серце, передає його комусь з дітей і при цьому говорить комплімент. Наприклад: «Я хочу передати серце Сашкові, бо він завжди дозволяє користуватися його олівцями», «Я хочу передати серце Марії, бо вона завжди відвідує мене, коли я хворію» і т. д. Так серце передають по колу, і діти пригадують все добре і хороше, що їм робили їх друзі.

3) Мотивація перед розповіддю історії. Ці ігри дозволяють оволодіти увагою дітей і підготувати до сприймання історії.

«**Малюнок близнюків**». Підготувати карточки з завданнями. Наприклад:

- 1) Намалюй людей.
- 2) Намалюй дерево.
- 3) Намалюй людину на дереві.
- 4) Намалюй будинок.

Роздати кожній парі дітей папір, олівці і карточку з завданням. Зав'язати їм руки так, що права рука дитини, що сидить зліва, виявилась зв'язана разом з лівою рукою дитини, що сидить справа. Дати їм у руки по одному олівцю так, щоб вони тримали олівці зв'язаними руками. Їм потрібно спільно намалювати те, що у них записано на карточці. На виконання завдання дається 5 хвилин.

Зібрати картки, розмістити їх на дошці в порядку розвитку історії. Розказати історію.

4) Ігри на групову згуртованість «Бджоли і ведмідь».

Розділити дітей на 2 команди, одна – «бджоли», інша – «ведмеді».

Кожна команда вибирає вожака.

Вожаки виходять з приміщення. Ведучий гри ховає «мед» і «квітку». Ці предмети повинні знайти вожаки. Ведмідь шукає «мед», а бджола – «квітку».

Бджоли і ведмеді допомагають своїм вожакам, видаючи звуки. Бджоли гудуть: «жжжж...», а ведмеді ричать: «рррр...». Чим ближче вожак до потрібного предмета, тим гучніше звук його команди. Виграє та команда, вожак якої першим знайшов свій предмет. Потім команди обирають іншого вожака і гру можна повторити. Ця гра сприяє хорошій, веселій атмосфері в групі.

«Бджілки». По команді ведучого – бджоляра: «Ранок!» – «бджоли» наздоганяють «квіти». По команді ведучого – бджоляра: «День» – «квіти» наздоганяють «бджіл». Той, хто потрапив у полон залишається в команді, яка його зловила. По команді ведучого – бджоляра: «Ніч!» – «квіти» і «бджоли» втікають від ведучого, який прагне спіймати когось з учасників. Той, хто потрапив у полон ведучого – бджоляра, міняється з ведучим місцями.

5) Загально табірна гра «Таємний друг».

Запропонували дітям записати своє ім'я і прізвище на окремих аркушах і згорнути їх так, щоб написане не можна було прочитати. Скласти згорнуті аркуші в коробку і запропонувати кожній дитині витягнути один з них. Попросити дітей не розповідати, аркуш із чийм ім'ям їм дістався. Якщо хтось витягнув своє ім'я, він витягує інший аркуш.

Пояснити дітям, що та людина, чиє ім'я вони витягли, відтепер стає їх «таємним другом» і протягом всіх днів в таборі вони повинні таємно проявляти як найбільше уваги до них. Запропонувати дітям написати лист, приготувати подарунок для «таємного друга». В останній день пропонуємо дітям відгадати, хто був їхнім «таємним другом» і провести бесіду з дітьми про дружбу.

Висновок. Використання ігор в роботі клубів дає переваги в тому, що навчання, виховання і розвиток фізичних та моральних якостей відбувається цікаво, динамічно, ефективно, вчить будувати стосунки і співпрацювати в команді, змиритись під час програшу.

Література

1. Головінський І. Педагогічна психологія / І. Головінський. – Київ : Аконті, 2003.
2. Рыбакова Л. Любимые игры в любое время / Л. Рыбакова, Т. Палаткина. – Одесса : Богомыслие, 2004. – 88 с.
3. Лопатіна О. О. 600 творчих ігор для дошкільнят і школярів / Лопатіна О. О., Сребцова М. В. – Харків : Основа, 2012.
4. Шевченко А. В. Розвивальні ігри для дітей молодшого шкільного віку / А. В. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга–Богдан, 2014.

ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СТАРШИХ КЛАСАХ ЗАСОБАМИ СИЛОВОЇ СПРЯМОВАНОСТІ

Руслан Літус

Бердянський державний педагогічний університет

Вступ. Впродовж останнього десятиліття справедливо ставиться під сумнів ефективність педагогічної дії на розвиток фізичних здібностей школярів в умовах дворазових занять фізичною культурою на тиждень при традиційному їх змісті (Бальсевич В. К., Лубишева Л. И., 1995; Кузин В. В., 1998; Губа В. П., 2000; Вишне夫斯基 В. А., 2002; Копилов Ю. А., 2005 та ін.) [1].

У зв'язку з цим, необхідною умовою досягнення нової, сучасної якості освіти є оптимізація учбового, психічного і фізичного навантаження, створення в школах умов для збереження і зміцнення здоров'я учнів, що навчаються за рахунок підвищення питомої ваги інновацій на заняттях фізичною культурою, організації моніторингу стану здоров'я дітей і молоді, введення профільного навчання в старшій школі, розвитку варіативних освітніх програм, що забезпечують диференціацію і індивідуалізацію навчання, впровадження сучасних здоров'язберегаючих технологій (Лубишева Л. И., 2000; Безруких М. М., 2001; Бальсевич В. К., Корунец А. И., Прохнюк Л. Н. та ін., 2001).

Використання атлетичної гімнастики професійно-прикладної і оздоровчо-коригуючої спрямованості в блочно – модульному варіанті роботи школи, сприятиме підготовці підлітків 15–17 років до самостійного життя і служби в армії, що є актуальним в сучасному суспільстві.