**УДК 796.011-053.5**

# СТАВЛЕННЯ БАТЬКІВ ТА ДІТЕЙ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

**Діана Ожібко,**
**Олена Боднарчук**

*Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів, Україна, olbodn@gmail.com*

**Актуальність.** Численні дослідження, проведені останніми роками, вказують на несприятливу тенденцію щодо стану здоров'я дітей. На початку навчання в школі проблеми зі здоров'ям мають 10–20 % учнів, а наприкінці початкової школи кількість збільшується до 50–60 % [1, 3, 4].

Підвищена чутливість дитячого організму до фізичних та психологічних навантажень у поєднанні з іншими стресовими чинниками та низький рівень рухової активності, які супроводжують дітей увесь період шкільного навчання, створює «ідеальні» умови для погіршення здоров'я.

Питанням здорового способу життя, розвитку фізичних та психічних якостей присвятили свої роботи Е. С. Вільчковський (2004), Г. Л. Апанасенко (2010) та ін. Однак пошук шляхів щодо збереження та зміцнення здоров'я дітей залишається актуальними.

**Мета дослідження –** визначити ставлення батьків та дітей молодшого шкільного віку до фізичної культури. Завдання дослідження: аналіз літературних джерел, визначення методом анкетування ставлення батьків і дітей до фізичної культури та занять оздоровчою гімнастикою.

**Методи дослідження –** теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; метод опитування (анкетування); методи математичної статистики, застосовані для опрацювання результатів.

**Організація дослідження.** Дослідження проведено на базі ЛДУФК. У дослідженні взяли участь 33 дитини молодшого шкільного віку та їхні батьки.

**Результати дослідження**. Процес навчання у школі та вдома призводить до вимушеного обмеження рухової активності дітей на 40–50 %, що супроводжується серйозними порушеннями в системах організму (опорно-руховій, серцево-судинній, дихальній та інших) і зниженням його захисних функцій. За даними,70,9 % учителів фізичної культури вважають, що рівень фізичного здоров'я школярів за останнє десятиліт-

тя погіршився, а приблизно 67,7 % вказують на низький рівень фізичної підготовленості [4].

За результатами анкетування 73,6 % батьків вважають рівень здоров'я своїх дітей середнім і 26,4 % високим, низький рівень не зазначив жоден із батьків. Таке суб'єктивне оцінювання може свідчити про недостатню поінформованість батьків щодо цього питання. Результати, які ми отримали, близькі до даних інших фахівців [2, 4].

Утома, яка з'являється упродовж навчального дня, є одним із прогностичних показників фізичного стану дитини. З тим що заняття у школі не втомлюють дітей, погоджуються 75,0 % батьків і лише 25,0 % батьків спостерігають втому після повернення зі школи.

Урок фізичної культури подобається переважній кількості дітей – 89,4 %, дані інших науковців це також підтверджують [2, 4]. Віддаючи перевагу тому чи іншому виду діяльності, молодшим школярам найбільше подобається бігати, стрибати, грати в ігри, естафети, кидати м'яч, виконувати різноманітні вправи. Програма з фізичної культури для учнів молодших класів, окрім перерахованих, пропонує такі види рухів: різновиди ходьби, вправи на рівновагу, лазіння, танцювальні вправи.

Урок фізичної культури не дуже подобається 7,8 % дітей і зовсім не подобається 2,8 %, аргументація дітей «мама не дозволяє», «важкі вправи», «тяжко стрибати», «хочеться відпочивати» свідчать про низьку підготовленість та вмотивованість дітей.

Позитивно ставляться до фізичної культури та спорту 100 % батьків. Заняття фізичною культурою та спортом корисні для здоров'я (вважають 95,8 % батьків та їхніх дітей) і 4,2 % думають, що, можливо, корисні. Негативних відповідей не виявлено, отримані дані відповідають результатам інших досліджень [2, 4], що підтверджує їхню об'єктивність.

На питання «Чи подобаються тобі заняття з оздоровчої гімнастики?» 100 % дітей відповіли позитивно. На заняттях подобається виконувати різноманітні вправи, зокрема «колесо», «міст», «стрибки». Батьки відзначили (100 %), що їхня дитина займається оздоровчою гімнастикою з метою поліпшення здоров'я.

**Висновки**. Погіршення рівня здоров'я дітей, зростання кількості «шкільних захворювань» призводить до необхідності широкого використання позашкільних форм організації занять із дітьми.

За результатами опитування, 73,6 % батьків припускають, що рівень здоров'я їхніх дітей є середнім, і 26,4 % – високим. Більшість батьків (95,8 %) вважає, що

заняття фізичною культурою корисні для здоров'я. Усі батьки відзначили, що їх дитина займається оздоровчою гімнастикою з метою поліпшення здоров'я, а заняття оздоровчою гімнастикою подобаються 100 % дітей.

**Список використаних джерел**

1. Апанасенко Г. Л. Индивидуальное здоровье : теория и практика / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – Киев: Медкнига, 2011. – 108 с.

2. Боднарчук О. Ставлення до фізичної культури першокласників та їхніх батьків / Олена Боднарчук, Ігор Заневський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 3. – С. 15–19.

3. Вільчковський Е. С. Система фізичного виховання молодших школярів : [навч.-метод. посіб. для викл. та студ. вищ. навч. закл. освіти I–II рівнів акредитації] / Вільчковський Е. С., Козленко М. П., Цвек С. Ф. – Київ : ІЗМН, 1998. – 232 с.

4. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів : монографія / Москаленко Н. В. – 2-ге вид. перероб. та допов. – Дніпропетровськ : Інновація, 2010. – 344 с.