ЛІТЕРАТУРА:

1. *Амосов М.М. Роздуми про здоров'я: Пер. з рос. - К.: Здоров'я, 1990. - 168 с.*
2. *Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека.- Санкт-Петербург: МГП "Петрополис", 1992.- 123 с.*
3. *Войтенко П.В. Здоровье здоровых. - К.: Здоров'я, 1991. - 246 с.*
4. *Копаев В.В. Здоровье и работоспособность человека. – Москва , 1986. - 62 с.*
5. *Лисицын Ю.П., Сахно А. В. Здоровье человека - социальная ценность. - Москва: Мысль, 1989. - 270 с.*

ESTIMATION CONDITION OF HEALTH OF PUPILS OF ELEMENTARY FORMS.

MYKHAYLO MOLNAR

In this article defined approachs of notion "health", characters fix the price of health; represented dinamic of diseases and signibices of somatic health.

ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ У ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

ЛЕОНІД ГНІТЕЦЬКИЙ
Волинський державний університет ім. Лесі Українки

За даними статистичних служб з кожним роком погіршується здоров'я школярів, зокрема учнів молодших класів. Причин для цього багато: погіршення екології довкілля, зниження якості харчування, велика завантаженість дітей навчанням, постійні стресові ситуації, зменшення кількості місць для культурного проведення дозвілля тощо. Вирішення зазначених проблем вимагає докладання величезних зусиль з боку державних служб та громадськості, а також тривалого часу. Але вже сьогодні можна сприяти покращенню ситуації, що склалася, через підвищення стійкості організму дітей до впливу негативних факторів.

Наукові дослідження [3] довели, що для зміцнення стану здоров'я школярів ефективними є заняття фізичними вправами, які передбачають забезпечення оптимальних показників норм рухової активності дітей та виправданих віковими особливостями величин фізичного навантаження на молодий організм. В той же час, інтенсивний розвиток ком'ютерних технологій і закриття секцій з різних видів спорту призвів до малорухливого способу проведення дозвілля дітьми різних вікових груп, зокрема молодших школярів. В зв'язку з цим, постала необхідність формувати у дітей молодшого шкільного віку потреби у заняттях фізичними вправами. Перш за все, доцільно дослідити чинники, які на це впливають.

Аналіз літературних джерел показав, що вчені [1,6] багато уваги приділяли дослідженню навчальної діяльності молодших школярів, як основного типу діяльності дітей у цьому віці. Вивчалися складові навчальної діяльності та мотиви, що спонукають дітей навчатися. В той же час, дослідженню потреби у заняттях фізичними вправами до останнього часу зовсім не приділялося уваги. Пояснити таке відношення до зазначеної проблеми можна хіба що тим, що у молодших школярів є велика природна потреба в руховій активності. Однак, вищезазначені причини зниження рухового режиму учнів вказують на те, що цієї природної потреби недостатньо для формування у дітей молодшого шкільного віку потреби у заняттях фізичними вправами. Тому дослідження в цьому напрямку є вкрай необхідними.

Формування потреби у заняттях фізичними вправами, як і формування будь-якої культурної чи соціальної потреби, вимагає врахування всіх складових цього багатоступінчатого педагогічного процесу. Наукові дослідження по вирішенню зазначеної проблеми [4,5], будучи одними з перших, спрямовані на вивчення лише мотиваційної сфери школярів та впливу батьків на залучення дітей до занять фізичними вправами. Отримані результати дозволяють впливати на формування у молодших школярів потреби у заняттях фізичними вправами, однак не дають відповіді на всі інші питання, з цим пов'язані.

На основі аналізу низки педагогічної літератури [1,2,6] можна виділити наступні етапи формування потреби у заняттях фізичними вправами: формування знань про фізичну культуру; формування інтересу до занять фізичними вправами; формування мотивації до фізкультурної діяльності; створення стимулів для виконання фізичних вправ; багаторазове виконання фізичних вправ; сформування звички займатися фізичними вправами; формування потреби у заняттях фізичними вправами. Кожен із зазначених етапів є своєрідною ланкою педагогічного ланцюга, неврахування якої не приведе до бажаного результату.

Видатні педагоги зазначають, що недоліком сучасної початкової школи є формування в учнів в переважній більшості практичних знань. В той же час, вони зазначають, що молодші школярі спроможні засвоювати наукові знання, які викладаються у доступній для них формі. Враховуючи це, доцільно на заняттях фізичного виховання не лише розказувати про те, що і як необхідно робити для зміцнення здоров'я, але й розкривати причинно-наслідкові зв'язки цих постулатів. Такий виклад знань про фізичну культуру сприятиме підвищенню інтересу школярів до занять фізичними вправами. Крім того, підвищенню інтересу сприятиме відвідування спортивних змагань, на яких точиться запекла боротьба, а також організація з дітьми занять в ігровій формі, в сюжет яких входили б популярні серед дітей цього віку герої серіалів, мультсеріалів, комп'ютерних ігор.

Важливе значення для формування потреби у заняттях фізичними вправами мають стимули, до яких відносять заохочення і покарання. До дітей молодшого шкільного віку можна застосовувати і одне, і друге, важливо лише, щоб їх застосування було справедливим.

Великий вплив на молодших школярів має оцінка їх діяльності дорослими. У шкільній практиці прийнято оцінювати успішність учнів, порівнюючи їх результати з нормативами або з результатами кращих однокласників. Однак діти мають різний рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості, різні здібності до виконання тих чи

інших вправ. Тому учням з нижчими рівнями фізичної підготовленості дуже важко досягнути вищих рівнів, а отже, вони приречені завжди бути аутсайдерами, що негативно на них впливає і відштовхує від занять фізичними вправами. Для того, щоб зробити кожну дитину успішною, необхідно змінити критерії оцінки. Варто порівнювати результати школярів з їхніми власними результатами минулих тестувань. Враховуючи те, що молодий організм невпинно росте, а дитина, виконуючи завдання вчителя, покращує свої кондиції, то порівняння показників поточних тестувань будуть вказувати на поліпшення результатів, а отже, і на успішність дитини в даній діяльності. Такий підхід до оцінювання результатів дітей стимулюватиме їх до подальших занять фізичними вправами.

Крім того, важливе значення мають умови, в яких діти виконують фізичні вправи. Місця проведення занять повинні бути яскравими і привабливими, приємними для тривалого перебування в них, для того, щоб створити у дітей позитивний емоційний фон та бажання багаторазового виконання вправ.

Реалізація намічених шляхів формування потреби у заняттях фізичними вправами, а також врахування результатів досліджень мотиваційної сфери молодших школярів сприятимуть формуванню в учнів початкових класів потреби у заняттях фізичними вправами.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Давыдов В.В., Маркова А.К., Шумилин Е.А. Психологические проблемы формирования у школьников потребности и мотивов учебной деятельности// Мотивы учебной и общественнополезной деятельности школьников и студентов. М., 1980.- С. 3-23.*
2. *Донченко Е.А., Сохань Л. В., Тихонович В.А. Формирование разумных потребностей личности. - К.: Политиздат Украины, 1984.- 223 с.*
3. *Дубогай А.Д. Психолого-педагогические основы формирования здорового образа жизни школьников младших классов (13.00.04): Автореф. дисс.... докт. пед. наук/ К ГИФК.- К., 1991.- 38 с.*
4. *Койносов В.В. Формирование потребности в физической культуре у учащихся младшего школьного возраста (13.00.04): Автореф. дисс.... канд. пед. наук/ Омский ГИФК.- Омск, 1992.- 21 с.*
5. *Козленко О.Н. Повышение эффективности физического воспитания младших школьников на основе формирования у них стремления к физическому совершенствованию (13.00.04): Автореф. дисс.... канд. пед. наук/ К ГИФК.- К., 1992.- 24 с.*
6. *Эльконин Д.Б. Избранные педагогические труды / Под ред. В.В.Давыдова, В.П.Зинченко.- М.: Педагогика.- 556 с.*

WAYS OF FORMATION OF THE REQUIREMENT OF THE PHYSICAL EXERCISES OF PUPILES OF THE ELEMENTARY SCHOOL.

LEONID GNITETSKI

Volin state universisy at Lesya Ukrainka

Natural requirement of the motor activity of children 7-10 years old is insufficiently for the formation the requirement of the physical exercises. The scientific teaching of know-ledges from physical education, creation of the interesting forms of the physical education, changing of the estimation criterions of the physical preparation of children will promote it.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СІЛЬСЬКИХ ШКОЛЯРІВ, ЯКІ ПРОЖИВАЮТЬ В ЗОНІ ПІДВИЩЕНОЇ РАДІОАКТИВНОСТІ

ЮРІЙ ЦЮПАК

Волинський державний університет ім. Лесі Українки

В умовах економічної і екологічної кризи, які виникли на Україні, питання збереження і зміцнення здоров'я, підвищення працездатності і соціальної активності дітей і підлітків, особливо в районах, які постраждали внаслідок аварії на ЧАЕС, має загальнодержавне значення. Економічна неспроможність держави добитись докорінної зміни екологічної ситуації в районах забруднених радіонуклідами, на перший план висуває потребу розробки теоретичних та практичних аспектів формування здорового способу життя в реальних умовах їх життєдіяльності.

Аналіз теорії і практики показує, що зміцнення здоров'я і підвищення функціонального стану школярів, які проживають в зоні підвищеної радіоактивності, є предметом вивчення багатьох наукових досліджень [1,2,3].

На думку науковців і практиків, одним з найбільш ефективних засобів зміцнення та відтворення здоров'я є дотримання здорового способу життя. Здоровий спосіб життя – поняття не стільки медичне, скільки педагогічне, моральне та соціальне. Здоровий спосіб життя – це, з одного боку, стан фізичних, психічних, духовних і соціальних показників, а з іншого – сукупність ціннісних орієнтирів школярів. У своїй єдності вони розглядають як сформованість потреби особистості в правильному способі життя.

Здоровий спосіб життя передбачає знання і вміння дотримання режиму навчання та відпочинку, правил особистої гігієни, визначення і обов'язкового виконання оптимального рухового режиму, раціонального