

ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1470777-17#Text>

2. Новые направления в дисциплинах STEM (естественные науки, технологии, инженерия и математика).[Електронний ресурс].Режим доступу: <https://americandiary.livejournal.com/546729.html>
3. Обучение в области естественных, технических, инженерных и математических наук в США: Программа STEM; перевод доклада. Психологическая наука и образование. 2011. № 4. С. 32–38.
4. Хромчихіна О.О., Кармаліт О.Б. STEM-проекти для початкової школи. Посібник для вчителів. Основа. 2020. 96 с. ISBN: 978-617-00-3850-0
5. STEAM-освіта: інноваційна науково-технічна система навчання. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://ippo.kubg.edu.ua/content/11373>.

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ОПТИМІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Завацька Л. А.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри теорії і методики фізичного виховання
та адаптивної фізичної культури
Міжнародного економіко-гуманітарного університету
імені академіка Степана Дем'янука
м. Рівне, Україна*

У Стратегії розвитку фізичної культури і спорту в Україні до 2028 року поставлені амбітні завдання щодо досягнення якісних змін у спорті вищих досягнень, у розвитку спортивної інфраструктури, в оптимізації кадрового забезпечення галузі. Пріоритетним завданням висувається виховання фізично активної нації, створення умов для залучення населення до оздоровчої рухової активності, збільшення до 30% населення, які оберуть регулярну рухову активність, залучатимуться до систематичних занять фізичною культурою і спортом. Передбачається впровадження комплексних заходів розвитку галузі з використанням новітніх ІТ-технологій, створення інклюзивного підходу, рівних можливостей для всіх груп населення, використання науково обґрунтованих технологій забезпечення якісних змін, спрямованих на популяризацію рухової активності, здорового способу життя та спортивного іміджу України [3].

Успішну реалізацію цих завдань планується забезпечити через популяризацію рухової активності серед різних вікових груп населення, в тому числі осіб з інвалідністю; об'єднання українців під гаслом спорту та формування здорової нації як частини її культурного менталітету.

На наше глибоке переконання, заохочення та стимулювання людей до занять оздоровчою руховою активністю потрібно починати з дитячого віку, формувати у цей період ціннісне ставлення до збереження і зміцнення здоров'я шляхом поєднання рухової активності, занять спортом з іншими складовими здорового способу життя, подолання байдужості до власного здоров'я. Оптимально організована рухова активність дітей і молоді не тільки розвиває фізичні якості, але й виховує характер, позитивно позначається на формуванні життєво важливих навичок: самостійності, волі, впевненості у власних силах, відповідальності, цілеспрямованості.

На жодному іншому етапі свого життя людина не виявляє стільки рухливості, як під час ігор та забав у дитячому віці.

Для підвищення фізичної працездатності та покращання рухової підготовленості, набуття життєво необхідних навичок і вмінь, оптимізації фізичного виховання та поліпшення динаміки розвитку фізичних якостей молодших школярів: сили, спритності, швидкості, гнучкості, витривалості використання рухливих ігор відіграє надзвичайно важливу роль.

На необхідність використання ігор у вихованні здавна звертали увагу видатні вчені і педагоги – Дені Дідро, Ян Амос Коменський, Вільгельм Август Лай, Мішель Монтень, К.Д.Ушинський.

Про окремі аспекти використання рухливих ігор у вихованні дітей дошкільного і молодшого шкільного віку говориться у працях Л. Бондаренко, В. Верховинця, О. Воропая, В. Скуратівського, А. П. Усової, О. Ю. Яницької, О. Вацеби, Є. Приступи, А.Цьося та інших.

Рухливі ігри створюють найкращі умови для формування та удосконалення рухових умінь і навичок, сприяють розвитку тілесних і духовних сил, виховують позитивні риси характеру.

Важко переоцінити значення ігор у справі формування фізично здорового, етично стійкого та інтелектуально розвинутого члена суспільства. Захоплена грою дитина гартується в терпінні, наполегливості, розвиваючи при цьому фізичну підготовленість [1].

Вітчизняні та зарубіжні дослідники вважають, що рухливі ігри є найбільш адекватною формою занять фізичними вправами і сприяють оптимізації рухової активності дітей (Е.С. Вільчковський, А.Я.Вольчинський, Г.В. Воробей, В.І. Левків.)

Разом з тим вибір рухливих ігор повинен враховувати інтерес учнів, відповідати анатомо-фізіологічним можливостям організму дитини та

їхньому психологічному сприйняттю, а також дотримання вчителем сенситивних періодів формування фізичних якостей.

Ефективним для формування інтересу до фізичної культури та різних форм рухової активності, як свідчить досвід, є використання ігор з елементами стройових та загально-розвиваючих вправ, рухливих ігор на рівновагу та координацію, з танцювальними та акробатичними елементами, з вправами з аеробіки та аквааеробіки, та іграми на лижах і ковзанах тощо.

Використання різноманітних рухливих ігор за характером рухової діяльності дає змогу констатувати, що вони у всіх відношеннях відповідають біологічній потребі дитячого організму в рухах для набуття необхідних навичок і вмінь, для розвитку фізичних і морально-вольових якостей, для гартування організму молодших школярів, сприятимуть подоланню негативного ставлення до уроків фізичної культури, виробленню мотивів, а потім і потреб у систематичних заняттях фізичною культурою і спортом [2, 4].

В практиці фізичної підготовки дітей і підлітків використовуються різноманітні форми організації занять, основною формою з яких є урок, де цілеспрямовано вирішуються для кожного віку, статі і рівня підготовленості виховні, освітні і розвиваючі задачі. У процесі побудови уроку вчитель проектує елементи його змісту. Основою для проектування є біологічні закономірності функціонування організму, що визначають його працездатність, а отже, логіка розгортання навчально-виховного процесу зумовлюється фізіологічною працездатністю. Важливого значення набуває розвиток у цьому віці основних фізичних якостей, зокрема, швидкості, гнучкості, спритності і координації [1].

Численні наукові дослідження (Линець М.М., Матвеев Л.П., Філін В.П., та ін.) засвідчують те, що кожному віковому періоду характерні свої особливості, які необхідно враховувати при розробці методики і організації занять, підборі засобів педагогічного впливу та їх структурування.

В оптимізації фізичного виховання як важливої умови забезпечення достатнього обсягу рухової активності учнів та формування у них інтересу і потреби до занять фізичною культурою і спортом має, на наш погляд, співпраця сім'ї і школи. На основі аналізу літературних джерел та соціальної практики можна стверджувати, що уроки фізичної культури, результати рухової активності дітей для переважної більшості батьків є менш пріоритетними, ніж успішність навчання їхніх дітей з інших предметів. Тому пошук шляхів щодо співпраці школи і сім'ї дасть можливість активізувати залучення дітей до занять фізичною культурою, сформувати потребу у здоровому способі життя та вдосконалити процес фізичного виховання.

Крім того, оптимальна організація фізичного виховання передбачає запровадження системи моніторингу основних показників рухової активності та фізичної підготовленості школярів, забезпечення медико-педагогічних спостережень у процесі фізичного виховання, широке використання популярних серед дітей та молоді видів спорту, впровадження інклюзивного підходу до фізичного виховання дітей з інвалідністю з метою їх інтеграції до активного життя.

Молодший шкільний вік найбільш відповідальний у порівнянні з наступними етапами фізичного розвитку школяра. Саме цей вік вважається фундаментом, на якому ґрунтується подальший фізичний розвиток, активно розвиваються інтереси, звички, формується характер.

Успішне виховання всебічно розвиненої, здорової, сильної, спритної та витривалої дитини багато в чому обумовлюється правильною організацією фізичного виховання в школі та сім'ї.

Загалом, ні школа без сім'ї, ні сім'я без школи не зможуть успішно вирішити завдання фізичного виховання дітей, про що стверджують більшість батьків та вчителів фізичної культури.

Успішна реалізація поставлених завдань збереження і зміцнення здоров'я, гармонійного розвитку, підвищення розумової й фізичної працездатності учнів НУШ можливе лише через ініціативність та творчу співпрацю сім'ї та школи.

Розвиток інтересу до рухової активності дітей молодшого шкільного віку передбачає підбір цікавих і доступних фізичних вправ, використання ігрової діяльності, імітаційних та сюжетних ігрових занять, проведення спортивних змагань, свят та олімпіад, бесід про фізкультуру та спорт, зустрічі з відомими спортсменами, перегляд тематичних фільмів про спорт.

Забезпечення ефективності оптимізації рухового режиму молодших школярів передбачає дотримання таких основних методичних аспектів:

- наявність оптимального обсягу фізичних навантажень (залежно від віку та фізичного стану);
- підбір оптимального змісту, методів і прийомів фізичного виховання та способів організації учнів на уроках та позакласній роботі;
- правильний розподіл часу на основні структурні компоненти на кожному занятті;
- активізація самостійності школярів, створення у них позитивних емоцій, стимулювання їх індивідуальних можливостей;
- забезпечення тісного взаємозв'язку школи з батьками учнів у процесі фізичного виховання;
- дотримання і врахування сенситивних періодів у формуванні фізичних якостей, гармонійний розвиток усіх фізіологічних систем, насамперед серцево-судинної, дихальної, опорно-рухової.

Оптимально організована рухова активність молодших школярів є запорукою збереження і зміцнення їх здоров'я та сформованості потреби до систематичних занять різними формами рухової активності.

Література:

1. Круцевич Т. Ю., Соловей Д. О. Розвиток форм фізичного виховання в загальноосвітніх школах: проблеми і перспективи // Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2015. – Вип. 12. – С. 75-78.
2. Завацька Л., Ільків О., Дяків С. Шляхи оптимізації фізичного виховання учнів перших класів. // *Молодіжний науковий вісник Східно-європейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт*: журнал. Луцьк, 37, 2020, – С.46–54.
3. Постанова Кабінету Міністрів « Про стратегію розвитку фізичного виховання і спорту до 2028р.» від 4.11.2020р.
4. Приступа Є.Н. Українські народні ігри: монографія/ Є.Н. Приступа, В.І.Левків, О.В.Слімаковський.-Л.:ЛДУФК, 2012. – 432с.

ІНКЛЮЗИВНЕ НАВЧАННЯ ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРИ УЧНІВ ЗАСОБАМИ АЛТИМАТ-ФРИЗБИ

Іванов К. О.

*здобувач вищої освіти 3 курсу спеціальності «Середня освіта
(Фізична культура)*

ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

м. Старобільськ, Луганська область, Україна

*Науковий керівник: **Отраченко О. В.***

кандидат педагогічних наук, доцент,

доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

м. Старобільськ, Луганська область, Україна

ІНКЛЮЗИВНЕ НАВЧАННЯ ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРИ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АЛТИМАТ-ФРИЗБИ

Актуальність роботи. Згідно концепції Нової української школи, заклади освіти працюватимуть на засадах «педагогіки партнерства». Основні принципи цього підходу: повага до особистості;