

**ОСВІТНІ АСПЕКТИ СПРЯМОВАНOSTІ  
ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ  
З ДІТЬМИ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ  
У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ТУРИЗМОМ**

*У статті висвітлюються окремі аспекти спрямованості фізкультурно-оздоровчої роботи в школі, які підвищують фізичну підготовленість, рухову та розумову активність дітей середнього шкільного віку у процесі занять туризмом.*

***Ключові слова:** фізичне виховання, фізкультурно-оздоровча робота, туризм.*

**Вступ.** Одним з основних завдань, що визначені у Національній стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, є формування гармонійно розвиненої, морально і фізично здорової особистості, яка з відповідальністю ставиться до свого здоров'я. На жаль, з кожним роком навчання у школі, кількість здорових дітей знижується, уроки фізичної культури лише на 10–13 % компенсують необхідний обсяг рухової активності, що вимагає проведення систематичної фізкультурно-оздоровчої роботи у школі. Так, організація та проведення позакласної фізкультурно-оздоровчої роботи у школі не реалізується повною мірою.

На сучасному етапі шкільної освіти спостерігаємо падіння інтересу учнів до традиційних форм організації та заходів проведення фізкультурно-оздоровчої роботи, оскільки вони не мотивують учнів та не зацікавлюють, тому потребують зміни на більш ефективні. Необхідність вирішення даної проблеми обумовила актуальність теми нашого дослідження.

**Метою нашого дослідження** є теоретичне обґрунтування ефективності впровадження оздоровчих освітніх технологій у фізкультурно-оздоровчу роботу з дітьми середнього шкільного віку.

**Методи, організація дослідження.** Для реалізації поставленої мети використали такі методи, як: аналіз наукової літератури, педагогічне спостереження, зняття функціональних проб за показниками серцево-судинної системи.

**Результати дослідження.** Сьогодення потребує від молоді уміння розумно та раціонально користуватися природними ресурсами в рамках сталого розвитку, усвідомлення ролі навколишнього середовища для життя і здоров'я людини, здатності і бажання дотримуватися здорового способу життя, тому організація здоров'язбережувального освітнього середовища є одним із пріоритетних напрямів державної політики у галузі освіти [6, с. 13–14].

Раціональне розв'язання поставленої задачі, на думку Г. Л. Апанасенка, вбачається у реалізації освітнього (інформація про здоров'я, як стати і бути здоровим), мотиваційного (формування потреби до самооздоровлення) і практичного (оптимальна рухова активність, раціональне харчування, позитивний психоемоційний клімат в колективі) аспектів [1].

Інноваційні підходи в системі фізичного виховання та впровадження сучасних оздоровчих занять розглянуто в працях О. Л. Благій, М. М. Булатової, Л. В. Волкова, Г. В. Дзяк, Т. Ю. Круцевич, Б. М. Москаленко, В. Н. Платонова, Б. М. Шияна, В. С. Язловецького та ін. [3].

Можемо зазначити, що згідно нещодавніх досліджень (О. М. Ващенко, В. В. Золочевський, І. О. Когут, В. Л. Маринич, Н. В. Москаленко, В. М. Пристинський, Т. М. Пристинська), удосконаленню фізкультурно-оздоровчої роботи в школі сприяють поєднання традиційних форм фізкультурно-оздоровчої роботи з використанням сучасних оздоровчих технологій, тобто об'єднання рухової активності з формуванням світогляду, мотивації та інтересів учнів, буде сприяти зниженню показників захворюваності дітей та підвищенню рівня їх фізичної та розумової працездатності при дотриманні диференційованого й індивідуального підходу [4; 5; 6].

На думку науковців, проблему оздоровлення дітей, покращення їх стану здоров'я, підвищення рухової активності, можна вирішити за рахунок проведення позакласних занять. Універсальним засобом підвищення рівня фізичної та розумової активності для дітей середнього шкільного віку є туризм.

Усе більшої популярності сьогодні набуває оздоровчий туризм як один з найдоступніших і наймасовіших видів оздоровлення, який несе в собі величезний потенціал засобів рекреаційно-оздоровчої діяльності учнів. Завдяки туризму реалізуються такі задачі, як здатність і бажання дотримуватися здорового способу життя – одна з компетентностей нової української школи, як комплекс засобів фізичного виховання учнів, як засіб підвищення функціональних резервів організму дітей і підлітків. Заняття туризмом позитивно впливають на показники нервово-психічного стану учнів, підвищують працездатність функціональних систем організму, сприяють розвитку рухових якостей, підвищують фізичну підготовленість і рівень загартованості організму дітей [2, с. 82–84; 5, с. 13–14].

Отже, можемо виокремити такі аспекти спрямованості фізкультурно-оздоровчої роботи у процесі занять туризмом:

1) мотиваційний – формування мотивації до занять оздоровчим туризмом, внаслідок чого відбувається формування стійкого інтересу до занять фізичною культурою і спортом, встановлюється відповідність зовнішніх мотивів можливостям і потребам особистості, а саме: учні отримують задоволення від занять, раціональне проведення дозвілля, отримання нових знань, вмінь і навичок, позитивний настрій, розвиток фізичних якостей та зміцнення здоров'я;

2) інформаційний – насичення занять з туризму додатковою інформацією (з метою вивчення екологічного стану місцевості, географічного положення, відвідування історичних об'єктів тощо), які передбачали б інтеграцію рухових, пізнавальних і мотиваційних процесів у дітей середнього шкільного віку;

3) організаційний – план проведення занять, зміст програмного матеріалу на основі реалізації міжпредметних зв'язків, диференційований підхід до планування фізичного навантаження (обсяг, інтенсивність), індивідуальний підхід під час виконання

спеціальних фізичних вправ для дітей з різним рівнем фізичного здоров'я на заняттях з туризму;

4) практичний – завдання і вправи з техніки туризму, орієнтування на місцевості, ігри з елементами туризму, похідна, прогулянкова та екскурсійна діяльність, змагання, рухливі ігри, фізичні та дихальні вправи на витривалість, силу, швидкість та інші якості, необхідні для участі у складних і тривалих походах.

**Висновки.** У ході проведеного дослідження теоретично обґрунтовано ефективність впровадження оздоровчих освітніх технологій у фізкультурно-оздоровчу роботу в школі. В раціонально організованій практиці фізичного виховання учнів середнього шкільного віку завжди поєднуються всі завдання загальної системи виховання, тому фізичне виховання й є одним з основних чинників усебічного розвитку особистості.

**Перспективи подальших розвідок.** На основі виокремлених аспектів спрямованості фізкультурно-оздоровчої роботи впровадити оздоровчу освітню технологію, яка спрямована на підвищення працездатності функціональних систем організму у процесі занять туризмом.

## Використані джерела

1. Апанасенко Г. Л. (2005). Наука о выживании человечества. *Сучасні досягнення спортивної медицини, лікувальної фізкультури та валеології*: мат. XI між. наук.-практ. конф. Одеса : ОДМУ. С. 29–32.
2. Гриньова Т. І. (2013). Мотиви та зацікавленість дітей до занять різними видами спортивного туризму. *Фізичне виховання різних груп населення*. № 5 (38). С. 82–85.
3. Круцевич Т. Ю. (2003). Теорія і методика фізичного виховання. К. : Олімп. л-ра. Т. 2. 367 с.
4. Маринич В., Когут І. (2013). Аналіз інноваційних підходів організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 1. С. 28–35. URL: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/svp\\_2013\\_1\\_5.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/svp_2013_1_5.pdf).
5. Москаленко Н. В. (2009). Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня д-ра наук з фізичного виховання і спорту : 24.00.02. Київ,

Національний університет фізичного виховання і спорту України.  
42 с.

6. Нова Концепція української школи. / упор. Л. Гриневич, О. Елькін, С. Калашнікова, І. Коберник, В. Ковтунець [та ін.]. URL: <http://www.oblosvita.mk.ua/attachments/article/3935/>
7. Пристинський В. М., Пристинська Т. М. (2012). Рухливо-пізнавальні педагогічні технології формування валеологічного світогляду в учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *ТМФВ*. № 06. С. 11–14.

*Kiiko T. B., Zhurba D. Ye., Tarasenko Yu. A.*

**Scientific supervisor: Kiiko T. B.**

**EDUCATIONAL ASPECTS OF ORIENTATION  
OF PHYSICAL CULTURE AND HEALTH IMPROVEMENT  
ACTIVITIES WITH CHILDREN OF MIDDLE SCHOOL AGE  
IN THE PROCESS OF TOURISM OCCUPATION**

*The thesis covers some aspects of improvement of physical culture and health work in school, which increase physical fitness, motor and mental activity of children of middle school age in the process of tourism occupation.*

*It is theoretically proved that the effectiveness of the implementation of such educational technologies in physical culture and health work at school contributes to the formation of motivation for a healthy lifestyle, the development of valeological worldview and a greater interest in the lesson of physical culture in order to increase the reserve functionality of pupils of secondary school age, which will be used in future in extracurricular tourism work.*

**Key words:** *physical education, physical culture and health improvement activity, tourism.*

*Стаття надійшла до редакції 01.04.2019 р.*