

Інноваційна діяльність та наукові здобутки лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя за 2009 – 2016 роки

В статті розкрито актуальність проблем фізичного та військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді України; проаналізовано стан роботи загальноосвітніх навчальних закладів щодо фізичного та військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді. Виклад основного матеріалу ґрунтується на результатах роботи, інноваційній діяльності та наукових здобутках лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя за період 2009 – 2016 роки.

Ключові слова: фізичне виховання, фізичний розвиток, рухова активність, військово-патріотичне виховання, наукові здобутки, інноваційна діяльність, стан роботи, фізична культура, спорт, впровадження, процес навчання, здоров'я, дозвілля, інтерес.

Постановка проблеми. Серед основних стратегічних завдань реформування освіти в Україні чільне місце посідають відродження та розбудова національної системи освіти як найважливішої ланки у вихованні свідомих громадян держави, формування освіченої творчої особистості, становлення її фізичного і морального здоров'я, відтворення й трансляція культури і духовності в усій різноманітності вітчизняних та світових зразків. Отже, для сучасної школи найактуальнішою є проблема виховання морально та фізично здорових майбутніх громадян, носіїв національної та людської гідності, патріотизму, порядності, творців матеріальних та духовних цінностей.

На фоні реформатовських змін, що відбуваються в освіті особливо гострою проблемою є погіршення стану здоров'я, фізичного розвитку та зниження рухової активності учнівської молоді загальноосвітніх навчальних закладів. Несвоєчасне їх вирішення привело до того, що Україна за станом здоров'я населення опинилася на сотому місці у світі. І дійсно з трьох тисяч опитаних учнів здоровими себе вважають лише 19 %, нездоровими – 21 % хлопців і 25,5 % дівчат. За роки навчання в школі кількість хронічно хворих учнів збільшується в 2,5 рази, близько половини з них мають незадовільну

фізичну підготовку. Критичний рівень здоров'я, фізичної підготовленості й фізичного розвитку учнів загальноосвітніх навчальних закладів є наслідком зниження їхньої рухової активності у режимі дня при зростаючому статичному (до 72 % протягом навчального року) і психоемоційному напруженні процесу навчання, впровадження комп'ютерних технологій в повсякденний побут, несприятливих екологічних умов, негативного впливу Чорнобильської катастрофи [10].

Відтак, важливо є узагальнення наукових здобутків за останні десять років лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя для творчого їх використання у процесі реформування системи фізичного та військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді.

Мета статі – узагальнити наукові здобутки та інноваційні педагогічні технології лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя для підвищення ефективності фізичного і військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді загальноосвітніх навчальних закладів.

Виклад основного матеріалу. З огляду на актуальність проблеми фізичного виховання дітей та учнівської молоді, співробітники лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України протягом 2009 – 2016 років досліджували комплексні теми: «Навчально-методичне забезпечення нових програм з фізичної культури загальноосвітньої школи», «Організаційно-педагогічні умови фізичного виховання учнів у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів», «Військово-патріотичне виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів у позакласній роботі».

Недоліки у фізичному вихованні учнів пояснюються впливом об'єктивних факторів: відсутністю в загальноосвітніх навчальних закладах сприятливого середовища для занять фізичною культурою і спортом, збереження та зміцнення здоров'я школярів, істотною складовою якого є організація змістовного дозвілля; зниженням інтересу школярів до фізичного виховання, занять у спортивних секціях і гуртках загальної фізичної

підготовки у зв'язку з впливом сильніших факторів (комп'ютерних ігор, телебачення тощо); поширенням серед учнів паління, вживання алкоголю, наркотиків та інших шкідливих речовин; безконтрольним продажем і використанням комп'ютерних ігор зі сценами насильства і жорстокості, що шкодить здоровому духовному і фізичному розвитку; вільною пропагандою алкоголю, тютюну, поширенням ВІЛ/СНІДу і наркоманії; недостатньою кількістю уроків фізичної культури на тиждень; відсутністю організованої фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи за місцем проживання; недоліками впровадження в загальноосвітніх навчальних закладах сучасних форм фізичного виховання, фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи; відставанням наукових розробок з фізичної культури і масового спорту від сучасних вимог; дією негативних тенденцій щодо зниження значущості й активності фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи в загальноосвітніх навчальних закладах; недостатнім контролем за станом і результатами фізичного виховання і здорового способу життя в загальноосвітніх навчальних закладах з боку керівництва освітою; невідповідністю між оплатою праці вчителів фізичної культури та її результатами, яка призводить до низької якості фізичного виховання, навчальної роботи з фізичної культури та проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходів у школах та за місцем проживання учнів.

Узагальненими результати науково-дослідних робіт лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України за період *2009–2016 рр.* стало: розробка нового Державного стандарту освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» для початкової школи [1] з урахуванням кращого вітчизняного і зарубіжного досвіду. Він дозволяє впроваджувати інформаційно-комунікаційні технології, навчати кожного учня освоювати та використовувати нові знання з фізичної культури в практичній діяльності й таким чином формувати фізичну культуру учнів. А найбільша увага приділена зміцненню здоров'я учнів за

рахунок збільшення годин на фізичну культуру, використання здоров'язберезувальних технологій і внесення змін в організацію і проведення занять спортивних секцій за інтересами й модульним принципом, з обов'язковим проведенням уроків на свіжому повітрі й двома фізкультурними паузами; розробка нового державного стандарту освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» для основної школи [2]. Його метою є формування здоров'язберезувальної компетентності на основі набуття учнями навичок збереження і зміцнення здоров'я та розвиток особистої фізичної культури. Реалізація даної освітньої галузі передбачає формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, фізичну культуру, фізичні вправи, розвиток навичок базових рухових дій і свідомого прагнення до занять фізичною культурою та здорового способу життя; розробка нового державного стандарту освітньої галузі «здоров'я фізична культура» і «Захист Вітчизни» для старшої школи з урахуванням кращого вітчизняного і зарубіжного досвіду [3]; розробка нових навчальних програм з фізичної культури для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів за модульним принципом; розробка і впровадження навчальної програми курсу за вибором «Ми господарі Євро – 2012»; розробка педагогічних умов підвищення ефективності виховання фізичної культури в учнів початкової, середньої і старшої школи у процесі навчання та в позаурочний час. Їх ефективність залежить від раціонального планування й послідовного проведення навчально-виховного процесу; задоволення інтересу учнів до активної рухової діяльності в процесі навчання та фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня; формування на уроках фізичної культури умінь виконувати улюблені вправи з удосконаленням фізичних якостей; поєднання навчання учнів техніки і тактики виконання фізичних вправ на уроках фізичної культури і в процесі позакласної фізкультурно-оздоровчої роботи спрямованої на профілактику шкідливих звичок, дотримання учнями правил особистої гігієни й загартування; розробка дидактико-методичних вимог до створення сучасних

навчальних посібників з фізичної культури для початкових, середніх і старших класів загальноосвітніх навчальних закладів. У результаті їх розробки зроблено висновки, що найважливішими дидактико-методичними вимогами до створення сучасних посібників з фізичної культури є відбір змісту фізкультурної освіти для кожного класу, врахування вікових особливостей учнів, їхніх потреб в оздоровленні, фізичному розвитку, руховій активності, фізичній підготовленості та здоровому способі життя. Важливе значення має також дотримання цілісності змісту, що передбачає правильне відображення в початкових посібниках нових даних з фізичної культури і фізичного виховання, спільних наукових підходів до трактування понятійного апарату, забезпечення розвитку змісту та його наступності на різних ступенях навчання учнів у загальноосвітніх школах; впровадження нової моделі організації і проведення командних змагань з легкої атлетики на уроках фізичної культури з учнями початкових і середніх класів за програмою «Дитяча легка атлетика» Міжнародної асоціації легкоатлетичних федерацій; *уточнення*, що фізична культура є органічною частиною гуманітарної освіти, загальнолюдської та педагогічної культури, яка містить елементи світоглядної, моральної, естетичної, гігієнічної і фізичної культури; *визначення*, що фізична культура особистості школярів може бути розвинутою на рівні особистісних, суспільних і загальнолюдських потреб; фізичне виховання дітей та учнівської молоді має бути спрямовано на фізичне самовиховання особистості; одним із важливих завдань фізичного виховання дітей та учнівської молоді полягає у тому, що суб'єкт (учитель) виховного процесу має сприяти переходу об'єкта (учня) цього процесу із системи управління до системи самоуправління, самовиховання й фізичного самовдосконалення.

Формування ціннісного ставлення до власного фізичного здоров'я, фізичного й духовного вдосконалення відбувається поступово, з роками, шляхом поетапного створення досяжних цілей, виховання відповідних потреб, формування мотивації, коли надбані фізичні й духовні якості

перетворюються у власні якості особистості та стають надбаннями і цінностями особистості. Відтак, у позанавчальний час важливим є формування навчальних груп з урахуванням спортивних і оздоровчих інтересів, потреб і мотивації дітей та учнівської молоді, що сприяє формуванню позитивного соціально-педагогічного соціуму, середовища, формуванню пізнавальної, емоційно-ціннісної і поведінкової фізичної вихованості особистості дитини.

Результати досліджень підтверджують необхідність систематичних занять фізичними вправами для покращення здоров'я, підвищення специфічної та неспецифічної його стійкості до різних патогенних впливів і підвищення працездатності дітей та учнівської молоді. Набувають важливого значення фізичні вправи у попередженні відхилень фізичного розвитку і анатомо-фізіологічних порушень опорно-рухового апарату дітей та учнівської молоді. Значна роль їх у профілактиці та лікуванні неспецифічних захворювань дихальної системи, порушень обміну речовин, ряду розладів функції травлення тощо. Особливо важлива профілактична роль фізичних вправ у період росту організму дитини щодо попередження порушень постави і деформації хребта. Фізичні вправи є істотним фактором профілактики неврозів у дітей та учнівської молоді.

Інновацією діяльності лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя протягом 2014 – 2016 році стало обґрунтування науково-практичних засад використання у фізичному та військово-патріотичному вихованні засобів нового виду спорту України – хортингу. Усвідомлення учнівською молоддю наявності саме національного виду спорту, долучення до занять з хортингу без сумніву, підвищує силу духу і гідність юного українця, формує готовність до захисту Вітчизни. У зв'язку з цим Інститутом проблем виховання НАПН України і громадською організацією «Українська федерація хортингу» розпочато дослідно-експериментальну роботу з реалізації загальноукраїнського проекту на тему: «Стратегія-Патріот: Хортинг – мистецтво перемоги» на базі загальноосвітніх навчальних закладів

України (2014–2018 рр.). На сьогодні цим проектом охоплено всі області України, де постійно проводяться тренування, показові виступи, залікові змагання, військові вишколи, спрямовані на військово-патріотичне виховання та фізичне загартування учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Результатом співпраці лабораторії фізичного розвитку Інституту проблем виховання НАПН України і громадською організацією «Українська федерація хортингу» став випуск у 2014 році збірника «Теорія і методика хортингу», який з 2015 року входить до Переліку наукових фахових видань України, в яких публікуються результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата педагогічних наук. Окрім цього, співробітники лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України взяли активну участь у розробленні Національної дитячо-юнацької військово-спортивної гри «Хортинг-Патріот», яка була рекомендована до впровадження у навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів Міністерством освіти і науки України 25 серпня 2015 року.

Реалізація проекту на тему: «Стратегія-Патріот: Хортинг – мистецтво перемоги» на базі загальноосвітніх навчальних закладів України передбачав розробка та впровадження у навчально-виховний процес з фізичної культури для 1–4 та 5–9 класів варіативного модуля «Хортинг» програми з хортингу для позашкільних закладів освіти, (які схвалені Міністерством освіти і науки України і рекомендовані до їх впровадження) з метою фізичного загартування та військово-патріотичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів на бойових та культурних традиціях українського народу.

Суть упровадження у навчально-виховний процес для 1–4 та 5–9 класів варіативного модуля «Хортинг», програми з хортингу для позашкільних закладів освіти, Національної дитячо-юнацької військово-спортивної гри „Хортинг–Патріот” полягає у прилученні до гри Національної дитячо-юнацької військово-спортивної гри „Хортинг– Патріот” та Всеукраїнської

дитячо-юнацької військово-патріотичної гри „Сокіл” („Джура») тієї частини учнівської молоді, які не займаються у спортивних секціях з хортингу і не залучені до цих видів гри де б вони могли проявити свої кращі особистісні якості.

Соціальний ефект очікуваних результатів упровадження у навчально-виховний процес для 1–4 та 5–9 класів варіативного модуля «Хортинг», програми з хортингу для позашкільних закладів освіти, Національної дитячо-юнацької військово-спортивної гри „Хортинг–Патріот» полягає у підвищенні ефективності формування в дітей та учнівської молоді фізичної загартованості та готовності до захисту Вітчизни у загальноосвітніх навчальних закладах.

Таким чином, серед результатів досліджень лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя є розроблення, як складників процесу фізичного та військово-патріотично виховання, ряду важливих документів, концепцій, програм, посібників, методичних рекомендацій, зокрема: Концепції військово-патріотичного виховання молоді в Товаристві сприяння обороні України; Концепції військово-патріотичного виховання в системі освіти України [4]; ; Концепції військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді України; Концепції загальнодержавної Програми військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді України [5]; Концептуальні засади реформування військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді України [9]; військово-патріотичне виховання в системі пріоритетів державної політики [8]; методичних рекомендацій щодо вивчення предмета «Захист Вітчизни» у 2015/2016 навчальному році [6]; організація допризовної підготовки та військово-патріотичного виховання учнівської молоді в загальноосвітніх навчальних закладах [7]; навчально-методичного посібника «Фізичне виховання учнів початкових класів у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів»; навчально-методичного посібника «Фізичне виховання підлітків у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів»; навчально-методичного посібника

«Фізичне виховання старшокласників у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів»; методичних рекомендацій з фізичного виховання учнів 1–4 класів у позакласній роботі; методичного посібника «Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи на прикладі педагогічного досвіду роботи НВК № 24» (на засадах хортингу); посібника «Військово-патріотичне виховання учнів у позакласній роботі».

Література

1. Державний стандарт освітньої галузі “Здоров’я і фізична культура” для початкової школи // Сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України. – 2011. – режим доступу – <http://ovv.com.ua/articles/10517-pro-zatverdzhennya-derzhavnogo-standartu-rochatkov>.
2. Проект Державного стандарту освітніх галузей “Здоров’я і фізична культура” для основної школи. – Сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України. – 2011. – режим доступу – <http://www.mon.gov.ua/index.php/ua/component/search/?searchword>.
3. Державний стандарт освітньої галузі «Фізична культура» і «Захист Вітчизни» для старшої школи. – Сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України. – 2012. – режим доступу – <http://www.mon.gov.ua/index.php/ua/component/search/?searchword>.
4. Остапенко Олександр. Концепція військово-патріотичного виховання в системі освіти України / Олександр Остапенко, Микола Зубалій // Вища школа. – 2015. – № 4–5. – С. 118–126 (0,8).
5. Остапенко Олександр. Концепція загальнодержавної Програми військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді України / О. Остапенко, М. Зубалій // Початкова школа. – 2015. – № 9. – С. 18–20 (0,9).
6. Остапенко О. Методичні рекомендації щодо вивчення предмета «Захист Вітчизни» у 2015/2016 навчальному році / М. Зубалій, О. Остапенко // Фізичне виховання в рідній школі. – 2015. – № 6. – С. 32–38.
7. О. І. Остапенко. Організація допризовної підготовки та військово-патріотичного виховання учнівської молоді в загальноосвітніх навчальних закладах / М. Д. Зубалій, О. І. Остапенко // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. Збірник наукових праць. Випуск 19. Книга 2. – К., 2015. – С. 75–87.
8. Остапенко О. І. Військово-патріотичне виховання в системі пріоритетів державної політики / О. І. Остапенко // Фізичне виховання в рідній школі. – 2016. – № 5. – С. 40–43 (0,5).
9. О. І. Остапенко. Концептуальні засади реформування військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді України / М. Д. Зубалій, О. І. Остапенко, Б. Б. Шаповалов // Фізичне виховання в рідній школі. – 2016. – № 6. – С. 33–35.
10. Статистичний збірник «Самооцінка населенням стану здоров’я та рівня доступності окремих видів медичної допомоги у 2014 році» [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://ukrstat.org/uk/druk/publicat/kat_u/publdomogosp_u.htm.

А.И. Остапенко

Инновационная деятельность и научные достижения лаборатории физического развития и здорового образа жизни 2009 - 2016 годы

Институт проблем воспитания НАПН Украины (ул. Берлинского, 9, Киев, Украина)

В статье раскрыта актуальность проблем физического и военно-патриотического воспитания детей и ученической молодежи Украины; проанализировано состояние работы общеобразовательных учебных заведений относительно физического и военно-патриотического воспитания детей и ученической молодежи. Изложение основного материала основывается на результатах работы, инновационной деятельности и научных достижениях лаборатории физического развития и здорового образа жизни за период 2009 – 2016 годы.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическое развитие, двигательная активность, военно-патриотическое воспитание, научные достижения, инновационная деятельность, состояние работы, физическая культура, спорт, внедрение, процесс учебы, здоровье, досуг, интерес.

A.E. Ostapenko

Innovative activity and scientific achievements of laboratory of physical development and healthy way of life is for 2009 – 2016

Institute of problems of education of NAPN of Ukraine (street Berlin, 9, Kiev, Ukraine)

Text for actuality of problems of physical and military-patriotic education of children and student's young people of Ukraine is exposed in the article; the state of work of general educational establishments is analysed in relation to physical and military-patriotic education of children and student's young people; The unsatisfactory state of health of population was defined direction of scientific researches of laboratory of physical development and healthy way of life during 2009 - 2016, translation with the aim of improvement of physical and military-patriotic education, physical development and health of children and student's young people of general educational establishments. Exposition of basic material is based on job performances, innovative activity and scientific achievements of laboratory of physical development and healthy way of life for period 2009 - 2016. During 2009 – 2016 investigated complex themes: the "Навчально-методичне providing of the new programs from the physical culture of general school", "Organizationally-pedagogical terms of physical education of students in extracurricular work of general educational establishments", "Military-patriotic education of students of general educational establishments in extracurricular work".

Keywords: physical education, physical development, motive activity, military-patriotic education, state of work, achievements, physical culture, sport, introduction, process of studies, health, leisure, interest, physical exercises, safe behavior, tempering, hygiene, prophylaxis, values of personality, section, groups.

Literatura

1. Derzhavny`j standart osvity`nyi galuzi "Zdorov'ya i fizy`chna kul`tura" dlya pochatkovoyi shkoly` //Sajt Ministerstva osvity` i nauky`, molodi ta sportu Ukrayiny`. – 2011. – rezhy`m dostupu – <http://ovu.com.ua/articles/10517-pro-zatverdzhennya-derzhavnogo-standartu-pochatkov>.

2. Proekt Derzhavnogo standartu osvithnix galuzej "Zdorov'ya i fizy`chna kul'tura" dlya osnovnoyi shkoly`. – Sajt Ministerstva osvity` i nauky`, molodi ta sportu Ukrayiny`. – 2011. – rezhy`m dostupu – [http : // www.mon.gov.ua/index.php/ua/component/search/?searchword](http://www.mon.gov.ua/index.php/ua/component/search/?searchword).
3. Derzhavny`j standart osvithnoyi galuzi «Fizy`chna kul'tura» i «Zaxy`st Vitchy`zny`» dlya starshoyi shkoly`. – Sajt Ministerstva osvity` i nauky`, molodi ta sportu Ukrayiny`. – 2012. – rezhy`m dostupu – <http://www.mon.gov.ua/index.php/ua/component/search/?searchword>.
4. Ostapenko Oleksandr. Konceptiya vijs`kovo-patrioty`chnogo vy`xovannya v sy`stemi osvity` Ukrayiny` / Oleksandr Ostapenko, My`kola Zubalij // Vy`shha shkola. – 2015. – # 4–5. – S. 118–126 (0,8).
5. Ostapenko Oleksandr. Konceptiya zagal`noderzhavnoyi Programy` vijs`kovo-patrioty`chnogo vy`xovannya ditej ta uchniv`s'koyi molodi Ukrayiny` / O. Ostapenko, M. Zubalij // Pochatkova shkola. – 2015. – 9. – S. 18–20 (0,9).
6. Ostapenko O. Metody`chni rekomendaciyi shhodo vy`vchennya predmeta «Zaxy`st Vitchy`zny`» u 2015/2016 navchal`nomu roci / M. Zubalij, O. Ostapenko // Fizy`chne vy`xovannya v ridnij shkoli. – 2015. – # 6. – S. 32–38.
7. O.I. Ostapenko. Organizaciya dopry`zovnoyi pidgotovky` ta vijs`kovo-patrioty`chnogo vy`xovannya uchniv`s'koyi molodi v zagal`noosvithnix navchal`ny`x zakladax / M. D. Zubalij, O. I. Ostapenko // Teorety`ko-metody`chni problemy` vy`xovannya ditej ta uchniv`s'koyi molodi. Zbirny`k naukovy`x prac`. Vy`pusk 19. Kny`ga 2. – K., 2015. – S. 75–87.
8. Ostapenko O. I. Vijs`kovo-patrioty`chne vy`xovannya v sy`stemi priory`tetiv derzhavnoyi polity`ky` / O. I. Ostapenko // Fizy`chne vy`xovannya v ridnij shkoli. – 2016. – # 5. – S. 40–43 (0,5).
9. O.I. Ostapenko. Konceptual`ni zasady` reformuvannya vijs`kovo-patrioty`chnogo vy`xovannya ditej ta uchniv`s'koyi molodi Ukrayiny` / M. D. Zubalij, O. I. Ostapenko, B. B. Shapovalov // Fizy`chne vy`xovannya v ridnij shkoli. – 2016. – # 6. – S. 33–35.
10. Staty`sty`chny`j zbirny`k «Samoocinka naseleennyam stanu zdorov'ya ta rivnya dostupnosti okremy`x vy`div medy`chnoyi dopomogy` u 2014 roci» [Elektronny`j resurs]. Rezhy`m dostupu: http://ukrstat.org/uk/druk/publicat/kat_u/publdomogosp_u.htm.

Остапенко Олександр Іванович, провідний науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України, м. Київ, в. Каштанова 15-А, кв. 67; моб. 0667058446

\