

кількість учнів із незадовільною працездатністю (14,8 %), а також зросла з доброю (37 %) та відмінною (18,6 %).

Відбулися зміни і в показниках тесту Руф'є в учнів КГ, але не такі суттєві, як в ЕГ.

Висновки. Отже, додаткові заняття фізичними вправами, які учні виконували вдома, позитивно вплинули на їх фізичну працездатність та посприяли кращому засвоєнню ними рухових навичок.

Проведена робота з батьками експериментального класу посприяла тому, що більшість із них придбали для своїх дітей спортивний інвентар (скакалки, обручі, гантелі, лижі), який використовуватиметься ними у підготовці домашніх завдань із фізичної культури.

Проведене педагогічне дослідження засвідчило:

- учням 9-х класів достатньо таких щоденних домашніх занять із фізичної культури: вправи ранкової гімнастики, спеціальні вправи для покращання постави, вправи для розвитку сили і гнучкості з елементами глибокого дихання, дозований біг;
- виконання домашніх завдань повинне контролюватися батьками та вчителем фізичної культури;
- перевірку динаміки змін у фізичному стані учнів рекомендовано проводити у вигляді змагань за програмою вправ, що передбачені як домашні завдання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Горовина Л. Проблема самостійних занять фізической культурой учащихся младшего школь-

ного возраста / Л. Горовина, Ю. Копылов, Л. Каверник // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – С. 7-10.

2. Левандовська Л. Значення рухової активності для зміцнення здоров'я школярів / Л. Левандовська // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. праць. – Рівне : РЕГІ, 2010. – Вип. 7. – Ч. 1. – С. 190-197.

3. Надім'янова Т. Роль фізичного виховання у формуванні засад здорового способу життя школярів / Т. Надім'янова // Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи : монографія / за заг. ред. М. Лук'янченка, А. Матвеева, А. Подольських [та ін.]. – Дрогобич : Коло, 2007. – С. 92-95.

4. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / за заг. ред. Т. Круцевич. – К. : Олімп. літ., 2008. – Т. 1. – С. 296-313 ; Т. 2. – С. 74-99.

5. Шерета В. Підготовка підлітків до самостійних занять фізичними вправами / В. Шерета, С. Кодацька // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць / ред. кол. : О.С.Куч [та ін.]. – Київ=Вінниця, 2001. – С. 431-434.

6. Шиян Б. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. Шиян. – Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2004. – Ч. 2. – С. 157-180.

Дата надходження до редакції: 17.12.2012 р.

УДК 37.035.6(477)

Галина КОЛОМОЄЦЬ,

науковий співробітник відділу змісту позашкільної освіти Інституту інноваційних технологій і змісту освіти МОН України,

науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку Інституту проблем виховання НАПН України, аспірантка Інституту проблем виховання НАПН України

ОБҐРУНТУВАННЯ ВПРОВАДЖЕННЯ ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНОЇ СПОРТИВНОЇ ГРИ «ЗІРНИЦЯ» У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНИЙ ПРОЦЕС ЗНЗ

У даній статті теоретично обґрунтовано упровадження у навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів навчальної програми гуртка «Зірниця», яка спрямована на підготовку учнів до участі у Всеукраїнській військово-патріотичній спортивній грі «Зірниця». Представлено зміст навчальної програми гуртка «Зірниця» на перший рік навчання для учнів 5-9 класів.

Ключові слова: *патріотичне виховання, школярі, Всеукраїнська військово-патріотична спортивна гра «Зірниця».*

В даній статті теоретично обґрунтовано впровадження в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів навчальної програми гуртка «Зірниця», направленої на підготовку учнів до участі у Всеукраїнській військово-патріотичній спортивній грі «Зірниця». Представлено содержание учебной

программы кружка «Зарница» на первый год учебы для учеников 5-9 классов.

Ключевые слова: *патриотическое воспитание, школьники, Всеукраинская военно-патриотическая спортивная игра «Зарница».*

In this article in theory grounded introduction of on-line tutorial of group «Zirnytsya» for training students for the participate in Allukrainian military-patriotic sporting game «Zirnytsya» in educational-educate process of general educational establishments. Maintenance of on-line tutorial of group is presented «Zirnytsya» on the first year of studies for students 5-9 forms.

Key words: *patriotic education, schoolboys, Allukrainian military-patriotic sporting game «Zirnytsya».*

Актуальність дослідження. Найважливіша умова суспільно-політичного відродження країни, подаль-

ший розвиток усіх складових національного виховання та відродження національної самосвідомості за часів незалежності поставили на перший план патріотичне виховання учнівської та студентської молоді.

Так, Военна доктрина України, Закони України «Про Збройні сили України», «Про військовий обов'язок і військову службу», постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження національної програми патріотичного виховання населення, формування здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства», «Деякі питання військово-патріотичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів», розпорядження №173/2001-рп «Про заходи щодо подальшого вдосконалення системи патріотичного виховання молоді», Указ Президента України «Про Концепцію допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді», наказ Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України та Міністерства оборони України «Про затвердження Положення про Всеукраїнську військово-патріотичну спортивну гру «Зірниця»» визначили завдання з формування у молоді високої патріотичної свідомості, національної гідності, розумових і фізичних якостей, готовності до виконання громадянського і конституційного обов'язку та розвитку почуття особистої відповідальності щодо захисту Вітчизни.

Метою навчально-виховної діяльності закладів освіти є виховання і розвиток творчого потенціалу та соціальної активності особистості, формування її системи гуманістичних цінностей, де цінність громадянина є провідною. На це спрямовані Національна доктрина розвитку освіти України, закони України «Про освіту» та «Про позашкільну освіту» та Концепція позашкільної освіти і виховання.

Таким чином, для сучасного закладу освіти найактуальнішою є проблема виховання майбутніх громадян, носіїв національної та людської гідності, патріотизму, порядності, творців матеріальних та духовних цінностей.

«Життя вимагає поглиблювати й розширювати теоретичні знання (одночасно виховуючи) під час практичної позаурочної виховної роботи (краєзнавство, пошукова діяльність, військово-прикладні ігри, змагання, туристичні походи тощо» [8, с.17].

Отже, серед різноманітних засобів позаурочної виховної роботи школярів засоби патріотичних спортивних ігор та змагань є одними з першочергових.

Н. Аксьонова зазначає: «Гра допомагає розвивати природжені здібності, прищеплює любов до рідного краю, свого народу, формує світогляд, зміцнює фізично» [7, с.28].

Всеукраїнська військово-патріотична спортивна гра «Зірниця» є складовою загальнодержавної системи військово-патріотичного виховання та спортивної підготовки дітей та учнівської молоді України, що забезпечує формування і розвиток соціально значущих цінностей, громадянських, моральних, психологічних і фізичних якостей у процесі виховання та навчання.

Всеукраїнська військово-патріотична спортивна гра «Зірниця», яка спрямована на учнів (вихованців) 5-9 класів закладів освіти, проводиться щорічно відповідно до Положення про Всеукраїнську військово-патріотичну спортивну гру «Зірниця», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України та Міністерства оборони України №1443/779

від 16.12.2011 р., зареєстрованого в Міністерстві юстиції України за №1567/20305 від 29 грудня 2011 р. [3].

Всеукраїнська гра «Зірниця» проводиться з метою формування почуття патріотизму у підростаючого покоління; набуття учнями (вихованцями) знань, умінь та навичок, необхідних майбутньому захиснику Вітчизни та пропаганди здорового способу життя, розвитку фізичних якостей.

Основними завданнями гри «Зірниця» є підготовка молоді до виконання конституційного обов'язку щодо захисту Батьківщини у Збройних силах України та інших військових формуваннях, створених відповідно до законодавства України; підтримка та розвиток молодіжної ініціативи у справі освоєння військових спеціальностей; виховання майбутніх захисників Вітчизни на бойових традиціях українського народу та Збройних сил України; формування свідомого ставлення до питань особистої та громадської безпеки, засвоєння теоретичних знань та розвиток практичних навичок поведінки в екстремальних ситуаціях; популяризація серед молоді здорового способу життя та удосконалення системи військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді в Україні.

Мета статті – теоретично обґрунтувати упровадження навчальної програми гуртка «Зірниця» у навчально-виховний процес школярів 5-9 класів.

Завдання дослідження:

1)проаналізувати науково-методичну літературу з патріотичного виховання школярів засобами військово-спортивних ігор;

2)розробити та показати зміст навчальної програми гуртка «Зірниця» на перший рік навчання для учнів 5-9 класів.

Ураховуючи поставлені завдання, використовувались такі **методи дослідження:** аналіз наукових та літературних джерел, директивних та нормативних документів, інтернет-ресурсів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогодні патріотичне виховання усіх ланок суспільства є предметом уваги з боку Президента України, Верховної Ради, Уряду та науковців [1; 2; 4; 6].

Детальний аналіз попередніх розвідок наукових видань з питань патріотичного виховання свідчить, що цю проблему вивчали М. Зубалій, В. Івашковський, Б. Мисак, А. Афанас'єв, Т. Анікіна, В. Дзюба, Т. Мельник, В. Третяков, В. Радзиховський, В. Новосельський, В. Каюков, П. Онищук, Г. П'янковський, М. Томчук, В. Шевченко, В. Фарфоровський, О. Коркішко, С. Додуріч, В. Дроговоз, М. Качур, В. Коваль, С. Оришко, О. Абрамчук та ін. [4].

У процесі опрацювання наукових праць щодо програмного забезпечення навчально-виховного процесу з питань патріотичного виховання школярів у вітчизняній науково-методичній літературі матеріалу нами знайдено в недостатній кількості.

Результати дослідження. З метою підготовки учнів (вихованців) до участі у Всеукраїнській військово-патріотичній спортивній грі «Зірниця» розроблено зміст навчальної програми гуртка «Зірниця» [5].

Навчальну програму гуртка «Зірниця» (автор Г. А. Коломоєць) схвалено для практичного використання в загальноосвітніх навчальних закладах комісією із захисту Вітчизни науково-методичної Ради з питань освіти Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України (лист Інституту інноваційних технологій і змісту освіти №14.1/12-Г-70 від 06.03.2012).

Програма гуртка побудована на основі інтеграції знань, умінь і навичок, необхідних майбутньому за-

хиснику Вітчизни, яка спрямована на популяризацію здорового способу життя та зміцнення здоров'я дітей.

Метою навчальної програми є: формування в учнів (вихованців) почуття патріотизму; мотивація до збереження свого здоров'я та фізичного розвитку; свідоме ставлення до особистої та громадської безпеки; розвиток рухових здібностей та морально-вольових якостей.

Вивчення матеріалу програми передбачається учнями 5–9 класів. На її засвоєння відводиться 72 або 105 годин.

Розподіл годин у програмі гуртка «Зірниця» є орієнтовним, керівник може змінювати їх, плануючи свою роботу із урахуванням регіональних аспектів.

Перевірка та оцінювання знань, умінь та навичок учнів (вихованців) здійснюється під час виконання практичних завдань а також у формі вікторин та змагань.

Навчальна програма гуртка «Зірниця» розрахована на три роки навчання. Вона адресується керівникам гуртків загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладів, клубів, дитячих творчих об'єднань тощо.

Упровадження програми гуртка «Зірниця» в навчально-виховний процес школярів загальноосвітніх навчальних закладів є актуальним та вагомим засобом у процесі всебічної підготовки школярів.

Таблиця 1

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ГУРТКА "ЗІРНИЦЯ" Перший рік навчання Тематичний план

№ з/п	Назва розділу	Кількість годин					
		72 год			105 год		
		усього	теорет.	практ.	усього	теорет.	практ.
1.	Вступне заняття	1	1	-	1	1	-
2.	Основи захисту Вітчизни	5	3	2	7	3	4
3.	Загальновійськова підготовка	12	3	9	16	4	12
4.	Вогнева підготовка	9	2	7	15	4	11
5.	Долікарська допомога	11	5	6	16	5	11
6.	Топографічна підготовка	14	2	12	18	3	15
7.	Прикладна фізична підготовка	9	1	8	14	1	13
8.	Тактична підготовка	3	-	3	6	-	6
9.	Основи цивільного захисту	8	2	6	12	3	9
УСЬОГО		72	19	53	105	24	81

Зміст навчального матеріалу

1. Вступне заняття

Ознайомлення з порядком і планом роботи гуртка. Загальні правила безпеки. Правила поведінки в кабінеті, закладі. Правила дорожнього руху.

2. Основи захисту Вітчизни

Конституція України та закони України про призначення Збройних сил та інших військових формувань України.

Основні етапи розвитку українського війська. Призначення, організаційна структура, озброєння і тактика ведення бойових дій слов'янського війська та військова княжої доби.

Українське військо періоду козаччини. Організація, озброєння та тактичні прийоми козацького війська.

Практичне заняття. Героїчні сторінки минулого рідного краю.

3. Загальновійськова підготовка

Поняття про військові статuti. Військові звання і знаки розрізнення.

Суть та значення військової дисципліни.

Стрї та їх елементи. Попередня та виконавча команди.

Стройове положення. Виконання команд «Ставай», «Рівняйсь», «Струнко», «Вільно».

Практичне заняття.

Виконання команд «Ставай», «Рівняйсь», «Струнко», «Вільно».

Виконання стройових прийомів.

Виконання стройової пісні.

4. Вогнева підготовка

Загальна будова пневматичної гвинтівки, її характеристика та принцип дії. Заходи безпеки під час стрільби.

Основи стрільби з пневматичної гвинтівки. Помилки при стрільбі з гвинтівки та їх усунення. Вибір точки прицілювання.

Практичне заняття.

Основи стрільби з пневматичної гвинтівки. Помилки при стрільбі з гвинтівки та їх усунення. Вибір точки прицілювання.

Виконання стрільби з пневматичної гвинтівки. Відпрацювання елементів прицілювання.

5. Долікарська допомога

Загальне уявлення про анатомію людини.

Поняття про рану. Види ран та кровотеч. Накладання пов'язок. Накладання кровоспинного джгута.

Правила транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях.

Перша допомога при тепловому і сонячному ударах, ураженні електричним струмом.

Перша допомога при отруєннях.

Практичне заняття.

Накладання пов'язок. Накладання кровоспинного джгута.

Правила транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях та пораненнях.

6. Топографічна підготовка

Суть орієнтування на місцевості. Визначення сторін горизонту за компасом, небесними світилами та місцевими предметами. Повідомлення про своє місцезнаходження.

Магнітний азимут і його визначення. Визначення азимуту на місцевий предмет і напрямку руху за магнітним азимутом.

Практичне заняття.

Визначення сторін горизонту за компасом, небесними світилами та місцевими предметами. Повідомлення про своє місцезнаходження.

Визначення азимуту на місцевий предмет і напрямку руху за магнітним азимутом.

Черговість руху за азимутом.

Учать у туристичних походах місцями бойової і трудової слави українського народу.

7. Прикладна фізична підготовка

Методичні основи самостійних занять фізичними вправами.

Практичне заняття.

Визначення вихідного рівня фізичної підготовленості.

Метання гранати на влучність.

Розвиток фізичних якостей:

- швидкісний біг – 30 м;
- човниковий біг – 4 x 9 м;
- підтягування;
- згинання та розгинання рук в упорі лежачи.

8. Тактична підготовка

Практичне заняття.

Способи пересування на полі бою під час дій у пішому порядку. Тренування у пересуванні на полі бою під час дій у пішому порядку.

9. Основи цивільного захисту

Надзвичайні ситуації мирного і воєнного часу.

Сигнали і порядок оповіщення про загрозу виникнення надзвичайних ситуацій. Дії за попереджувальним сигналом.

Практичне заняття.

Дії за попереджувальним сигналом.

Засоби індивідуального захисту органів дихання.

Правила виготовлення найпростіших засобів захисту.

Тренування у використанні засобів індивідуального захисту органів дихання.

Виконання практичних дій з використанням засобів індивідуального захисту органів дихання.

Висновки:

1. Проблема патріотичного виховання школярів 5-9 класів засобами військово-спортивних ігор досліджена недостатньо.

2. Розроблено та представлено зміст навчальної програми гуртка «Зірниця» на перший рік навчання для учнів 5-9 класів.

Перспективи подальших досліджень. У подальшому необхідно представити зміст навчальної програми гуртка «Зірниця» на другий та третій роки навчання для учнів 5-9 класів ЗНЗ.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бех І. Д. Концепція виховання особистості / І. Д. Бех // Рідна школа. – 1991. – № 5. – С. 40-47.
2. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання : наук.-метод. посібник / І. Д. Бех. – К. : ІЗМН, 1998. – 204 с.
3. Електронний фонд бази даних Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.mon.gov.ua>.
4. Електронний фонд бази даних Національної бібліотеки України ім. В. І. Вернадського [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.nbuv.gov.ua>.
5. Коломоєць Г. А. Навчальна програма гуртка «Зірниця». 3 роки навчання / Г. А. Коломоєць. – К., 2012. – 17 с.
6. Коркішко О. Г. Виховання патріотизму молодших школярів у позаурочній виховній роботі : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / О. Г. Коркішко; Східноукр. нац. ун-т ім. В. Даля. – Луганськ, 2004. – 23 с.
7. Аксьонова Н. Українська народна гра – джерело духовного й фізичного загартування / Н. Аксьонова // Вертикаль : додаток до часопису «Обрії». – Івано-Франківськ, 1999. – №1 (7). – 120 с.
8. Треф'як Я. Національно-патріотичне виховання : проблеми і перспективи / Я. Треф'як // Вертикаль : додаток до часопису «Обрії». – Івано-Франківськ, 1999. – №1 (7). – 120 с.

Дата надходження до редакції: 17.12.2012 р.

УДК 796.417:796.325

Діана КОРЖ,

старший викладач кафедри фізичного виховання
Донецького національного університету економіки
і торгівлі імені М. І. Туган-Барановського

АКРОБАТИЧНА ПІДГОТОВКА В НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

У статті розкрито значення акробатичної підготовки в навчально-тренувальному процесі волейболістів. Підкреслюється особлива популярність волейболу у людей різного віку та професій.

Ключові слова: волейбол, акробатична підготовка, спорт, навчально-тренувальний процес.

В статье раскрыто значение акробатической под-