

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ  
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА  
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ ІV МІЖНАРОДНОЇ  
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ  
24-25 листопада 2020 року**

Одеса  
Букаєв Вадим Вікторович  
2020

**УДК 370.15+371.302.81+613**  
**С916**

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу  
“Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського”  
Протокол № 5 від 26.11.2020*

Башавець Н. А., доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Афтімічук О. Є., доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Ганчар І. Л., доктор педагогічних наук, професор. Національний університет ОМА;

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Ігнатенко С. О., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В., кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

**Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : матеріали ІV інтернет-конференції.**  
С916 м. Одеса, 24-25 листопада 2020 р. – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2020. – 130 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

**УДК 370.15+371.302.81+613.7**

© Заклад вищої освіти  
«Університет Ушинського», 2020

# ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЛІТНІХ ТАБОРАХ

Гаврилюк А. П., Каламарчук Н. О.,  
Володимир-Волинський педагогічний фаховий коледж  
імені А. Ю. Кримського

**Анотація.** Проаналізовані форми роботи, визначені проблеми організації та основні вимоги до організації та методики роботи у сфері фізичного виховання в літніх таборах відпочинку.

**Актуальність.** Літній оздоровчий табір – основний тип позашкільних освітньо-оздоровчих установ, який організовує відпочинок дітей в період літніх канікул. Найбільш багатогранним, складним питанням в дитячих таборах є фізичне виховання, адже саме від його організації залежить якість оздоровлення.

Дослідження фізичного виховання в літніх таборах присвятили свої наукові праці Ванджура О. М. [1], Бартків О. С. [5], Рибалко П. Ф. [6] та інші.

Разом з тим, актуальною є проблема пошуку ефективних шляхів підвищення рухової активності дітей та поліпшення їх фізичної підготовленості за рахунок впровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, які б сприяли розвитку позитивної мотивації до занять фізичною культурою та формували основи самостійної оздоровчої діяльності.

Тому *мета даного дослідження* – обґрунтувати форми фізичного виховання в літніх таборах відпочинку в сучасних умовах.

Для досягнення мети дослідження нами були використані *методи* аналізу та узагальнення літературних джерел, анкетування та математична обробка результатів.

**Виклад основного матеріалу.** Методом аналізу та узагальнення літературних джерел встановлено, що основним напрямком діяльності літнього дитячого оздоровчого табору є активний відпочинок, який здійснюється за допомогою і з використанням фізичних вправ, рухливих і спортивних ігор на суші та на воді, купання і навчання плаванню, змагання з різноманітних видів рухової діяльності, які мають за мету хоча б частково компенсувати недостатню оздоровчу ефективність шкільної системи фізичного виховання.

Фізичне виховання – соціально-педагогічний процес, спрямований на зміцнення здоров'я й загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок і умінь [3; с. 67].

Разом з тим, фізичне виховання в оздоровчому таборі має специфічні особливості, обумовлені порівняно коротким періодом перебуванням в таборі, різноманітністю контингенту дітей за віком, станом здоров'я, рівнем фізичного розвитку й фізичної підготовленості. Ці особливості рекомендують враховувати при організації фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів [4; с. 15].

Як показав аналіз літератури [2; с. 31], існують основні вимоги до організації та методики роботи у сфері фізичного виховання:

- 1) відповідність віку дітей;
- 2) відповідність до рівня здоров'я школярів, рівня фізичної підготовленості;
- 3) невід'ємність режиму табору;
- 4) відображення загальноприйнятого принципу роботи дитячих організацій, сприяння всебічному розвитку ініціативи та самодіяльності дітей;
- 5) забезпечення різноманітності занять фізичними вправами, передусім такими, які важко або неможливо проводити упродовж навчального року, особливо в умовах міста (плавання, туризм, вправи та ігри на місцевості, рухливі ігри, спортивні ігри).

В працях науковців [2; с. 87] визначено певну систему організації процесу фізичного виховання в дитячому оздоровчому таборі, що передбачає низку ефективних засобів:

1) фізкультурні заходи в режимі дня є в щоденному розпорядку дня і тією чи іншою мірою є обов'язковими для всіх. Це ранкова гімнастика, сонячні та повітряні ванни, купання;

2) загонова фізкультурна робота – ланкові і загонові фізкультурні заняття, збори загонів з фізкультурною тематикою, прогулянки, екскурсії, походи, ігри на місцевості;

3) масова спортивна робота – спортивні ігри загону (спортивні конкурси, змагання з різних видів спорту, рухливі та спортивні ігри), змагання з багатоборства, турніри з настільного тенісу, бадмінтону, шахів, шашок, товариські зустрічі, спартакіади;

4) навчально-тренувальні заняття гуртків (секцій), команд із різних видів спорту. У період літніх канікул діти, що займаються в ДЮСШ і в шкільних секціях, нерідко повинні тимчасово переривати заняття. Під керівництвом інструктора з фізичної культури, вожатих для них організовуються команди, гуртки;

5) агітаційно-пропагандистська робота щодо користі систематичних занять фізичними вправами (про користь ранкової гімнастики, про кращих спортсменів, про Олімпійські ігри, про спортивні події в таборі, країні та світі, про нові рекорди, про види спорту тощо).

Результати анкетування, проведено нами серед студентів Володимир-Волинського педагогічного фахового коледжу імені А. Ю. Кримського, які працювали вожатими в літніх оздоровчих таборах, дозволили виявити певні проблеми при організації та проведенні різних форм фізичного виховання в літніх таборах відпочинку. Зокрема, у 22 % літніх таборів не вистачало місця для занять, у 18 % не вистачало спортивного інвентарю (переважно пришкільні табори), у 35 % таборів заважала погана погода та у 25 % проблеми в організації та проведенні виникали через небажання дітей.

Разом з тим, результати анкетування показали наявність у всіх літніх таборах відпочинку, окрім пришкільних, басейнів чи природних водойм для занять плаванням.

**Висновки.** Опрацьована наукова-методична література та результати анкетування дозволяють зробити наступні висновки:

1) Оздоровчо-виховне середовище в літніх таборах організовується таким чином, щоб дитина була залучена до активного фізичного відпочинку.

2) До основних форм фізкультурно-оздоровчих заходів в літніх таборах відпочинку належать: ранкова гімнастика, загально-табірні спортивні гуртки, спортивні змагання, організація та проведення художньо-фізкультурних свят; заняття з плавання.

3) Для того, щоб домогтися результатів у поліпшенні фізичного стану дітей потрібно використовувати нові засоби і підходи, які мають відповідати індивідуальним особливостям всіх дітей.

4) Методика проведення різноманітних форм фізичним вихованням потребує впровадження інноваційних технологій та сприятиме підвищенню інтересу до занять фізичною культурою, покращуючи емоційний фон та настрій дітей.

### **Література**

1. Ванджура О. М. Оздоровча та фізкультурно-спортивна робота у літньому таборі : посібник. Т. : Горлиця, 2008. 120 с.

2. Дубінка М. М. Методика виховної роботи в дитячих оздоровчих таборах. – Кіровоград: 2006. 153 с.

3. Єнін О. В. Настільна книга вожатого табору відпочинку : Вид. група «Основа», 2008. 138 с.

4. Клід І. Цікаве й корисне дозвілля: організація літнього відпочинку. Тернопіль: Підручники і посібники, 2011. 64 с.

5. Оздоровчо-виховна діяльність у літньому дитячому таборі : монографія / О. С. Бартків та ін. Луцьк : 2013. 203 с.

6. Рибалко П. Ф. Обґрунтування фізкультурно-оздоровчої роботи зі школярами у літніх оздоровчих таборах. *Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту імені Т.Г. Шевченка* : [зб. наук. пр.]. Чернігів, 2010. Вип. 83. № 64. С. 209–211.

## **ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ЧЕРЛІДЕНГОМ ОЗДОРОВЧОЇ СПРЯМОВАНОСТІ НА РОЗВИТОК ГНУЧКОСТІ ДІВЧАТОК МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**Долгієр Є. В., Чабан В. С.**

Університет Ушинського, м. Одеса, Україна

**Анотація.** У роботі здійснювався аналіз впливу занять черліденгом оздоровчої спрямованості на рівень розвитку гнучкості дівчаток молодшого шкільного віку, який свідчить про ефективність запропонованої методики.

**Ключові слова:** черліденг, молодший шкільний вік, дівчаткі, гнучкість