

**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

6. Тодорова В.Г. Значення хореографічної підготовки у видах спорту зі складною координацією. Наука і освіта. 2016. №4. С. 188–193.
7. Тодорова В.Г. Сучасний стан і перспективи хореографічної підготовки в складнокоординаційних видах спорту. Наука і освіта. 2015. №5. С. 119–124.
8. Филиппова Ю. С. Спортивная аэробика: метод. пособие / Ю. С. Филиппова. – Новосибирск, 1994. – 22 с.
9. Шипилина И.А. Хореография в спорте. Ростов на Дону : Феникс, 2004. 224с.

**ФОРМУВАННЯ ПРІОРИТЕТІВ У ВИКОРИСТАННІ  
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ З  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ОСНОВІ ВРАХУВАННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ  
РОЗВИТКУ ДІТЕЙ 7-9 РОКІВ**

**Дроздова К. В. Пересунько П. Ю.**

Університет Ушинського, м. Одеса, Україна

**Анотація.** У системі загальнолюдських цінностей високий рівень здоров'я, фізичної і рухової підготовленості є фундаментальною основою, що обумовлює можливість повномасштабної реалізації потенційних здібностей людини. Вчені збігаються в думці про найважливішу і вирішальну роль шкільного періоду для становлення особистості дітей і підлітків, створення ґрунтовних передумов для їхнього гармонійного розвитку та раціональної підготовки до подальшої життєдіяльності [4].

Очевидні досягнення вітчизняної науки в контексті організаційно-змістовного і технологічного забезпечення процесу фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл, в тому числі й молодших школярів [3]. Разом з тим, результати різних досліджень і дані педагогічної та медичної статистики переконливо свідчать про негативні тенденції в стані здоров'я цієї категорії дітей.

Сьогодні в педагогічних і фізіологічних науках, які вивчають питання організації та змісту фізичного виховання молодших школярів, склалася проблемна ситуація, яка обумовлена наростаючими протиріччями між потребами системи шкільного фізичного виховання в радикальному підвищенні рівня здоров'язбереження учнів молодших класів – з одного боку, та відсутністю нового наукового знання для успішної розробки і практичної реалізації таких технологій – з іншого.

Вищевикладене свідчить про необхідність вирішення цих протиріч шляхом проведення комплексу спеціальних педагогічних заходів, спрямованих на обґрунтування основних напрямів удосконалення процесу фізичного виховання в молодших класах загальноосвітніх шкіл.

**Об'єкт дослідження** – фізичне виховання молодших школярів середніх закладів освіти.

**Предмет дослідження** – педагогічний процес здоров'язбереження молодших школярів у процесі організованого фізичного виховання.

**Мета дослідження** – обґрунтувати шляхи вдосконалення здоров'язбережувальних функцій процесу фізичного виховання учнів молодших класів загальноосвітніх шкіл.

За даними спеціальної літератури існує безліч критеріїв, які характеризують сутність поняття «здоров'я». Всі вони можуть бути зведені до двох визначень: негативному і позитивному [1]. Перше розглядає здоров'я як відсутність хвороби; друге – як стан «благополуччя», «оптимального функціонування організму», «рівноваги між індивідом і навколишнім середовищем», «повноцінне існування людини» тощо.

При аналізі поняття «здоров'я» виділяють три його стану [2]: стан здоров'я, що характеризується високим рівнем адаптаційних можливостей; стан хвороби зі зривом адаптації; прикордонний стан – між здоров'ям і хворобою.

Підвищений інтерес дослідників у останні роки приділяється, так званому, прикордонному стану. Справа в тому, що перехід від здоров'я до хвороби відбувається через ряд перехідних етапів, об'єднаних загальною

назвою «третій стан». Він не викликає у людини вираженого зниження соціальної та трудової активності, а значить й суб'єктивної потреби звертатися за медичною допомогою.

За даними фахівців у цьому стані перебуває до 50-75% населення планети. За традиційною шкільною класифікацією – це діти другої групи здоров'я. Вчителів фізичної культури ці діти вже не цікавлять, тому що наявні у них функціональні порушення не дозволяють сподіватися на високі спортивні результати, а лікарів ця група поки не цікавить, бо порушення в стані їхнього здоров'я ще не мають клінічного характеру [3]. Викликає занепокоєння, що здоров'я такої численної частини дітей та молоді виявилось поза увагою фахівців.

Підвищений інтерес до стану здоров'я дітей обумовлений не тільки тим, що вони представляють майбутнє країни і складають близько 30% її населення, а є й найбільш чутливою до впливу негативних факторів віковою групою.

Доводиться констатувати факт, що самі освітні установи є причиною зростання числа деяких захворювань. Так за час навчання в школі число дітей з короткозорістю зростає в 5 разів, з порушенням опорно-рухового апарату – в 1,5 рази, з захворюваннями нервової системи – в 2 рази. За даними Українського дитячого фонду і спеціальних досліджень РАМН України, через непосильні навантаження тільки половина нинішніх 16-річних школярів доживуть до пенсії, а за рік навчання здоров'я кожної дитини погіршується мінімум в 5 разів.

Серед причин погіршення здоров'я сучасних школярів можна виділити як позашкільні (загальні), так і ті, що мають безпосереднє відношення до проблем освітніх установ. Причому, щодо останніх, існують два прямо протилежні погляду. В першому випадку розглядаються причини, що заважають дитині адаптуватися до умов традиційної школи; в другому мається на увазі «патологічні» особливості найсучаснішої системи організації навчально-виховного процесу [5].

Отже, проблема здоров'я учнів, вихованців освітніх установ явно пов'язана з появою класно-урочної системи та стандартно-нормативним підходом у педагогіці. Слідуючи за науково-технічним прогресом і постійно нарощуючи обсяг та інтенсивність інформації, школа все далі відійшла від проблем переносимості дітьми шкільних навантажень, перетворюючись в «хвору школу» [4].

**Висновки.** Сьогодні ні в кого не викликає сумніву дієва роль оптимальної рухової активності як одного з природних факторів, що сприяють зміцненню здоров'я, розширенню адаптаційного резерву організму, відновленню імунологічного статусу тощо. Підраховано, що один урок фізичної культури в середньому дає дитині 12 хвилин рухової активності. Цей середній показник корисної рухової активності дитини виявився аж ніяк не з найгірших в світі, але домогтися більшого ефекту за цей час на шкільних уроках, по суті, неможливо. На цьому не можна будувати серйозну фізкультурно-оздоровчу політику. Тому увагу фахівців самого різного профілю направлено на розробку ефективної системи фізичного виховання учнів.

### **Література**

1. Бабій І. Л. В. І. Величко, Я. І. Венгер. Адаптаційні можливості школярів. *Здоров'я*, 2011. № 8. С. 35
2. Вавилов Ю. Н. Научно-практические предпосылки спортивно-оздоровительной программы для детей и молодёжи. *Теория и практика физической культуры*, 1995. № 8. С. 54–58
3. Дубогай О. Д., Поташнюк І. В. Роль фізичного виховання в системі оздоровчих заходів у загальноосвітніх навчальних закладах. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2011. № 4. С. 21–26
4. Сутула В., Васьков Ю., Бондар Т. Формування фізичної культури особистості – стратегічне завдання фізкультурної освіти учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2012. № 1. С. 29-36

5. Хрипко І. В. Особливості психофізичної адаптації молодших школярів до умов навчання. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету: Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт.* 2011. № 86, Том II. С. 268-271