

вищезазначені шляхи популяризації фізичного виховання в умовах пандемії сприятимуть підвищенню інтересу й активності студентів у самостійному вивченні теорії і методики фізичного виховання, а також мотивації до занять фізичними вправами та підвищенню рівня рухової активності.

Література

1. Бабушкін В.З. Техніко-тактична підготовка юних баскетболістів / В.З. Бабушкін. – К.: Здоров'я, 1976.
2. Базилевич М. В. Основные подходы к организации спортивно ориентированного физического воспитания в вузе / М. В. Базилевич, Н. В. Пешкова // Наука и инновации XXI века: Материалы VII Окружной конференции молод, уч. Т.2.- Сургут: Изд-во СурГУ, 2006. - С. 108-109.
3. Башавець Н. А. Сучасні особливості педагогічного процесу фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів і рекомендації щодо його вдосконалення. Наука і освіта. 2016. № 4. С. 105–111.
4. Безмилов М. М. Система підготовки спортивного резерву та відбір баскетболістів у Литві / М. М. Безмилов, Є. В. Мурзін // Наука в олімп. спорті. – 2016. – № 2. – С. 32–38.
5. Гордієнко О. І. Сучасний стан та перспективи розвитку фізичного виховання студентів ВНЗ. Молодий вчений. 2018. N 4.2 (56.2). С. 37–40.
6. Довгань Н. Ю. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти засобами позааудиторної спортивно-масової роботи : монографія. Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. 328 с.
7. Колос В.М. Баскетбол: теорія і практика / В.М. Колос. – Мінськ.: Полімя, 1988. – 167 с.
8. Мартинова Н. П. Самостійні заняття в системі фізичного виховання студентів закладів вищої освіти. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Педагогічні науки. 2019. Вип. 4 (327). С. 62–70.
9. Редькіна М. Особливості індивідуальної рухової активності студентів педагогічних спеціальностей. Гірська школа українських Карпат. 2019. № 21. С. 78–81.

Reference

1. Babushkin V. (1976) Technical and tactical training of young basketball players / V. Babushkin. - K. : Health.
2. Bashavets N. (2016) Modern features of the pedagogical process of physical education of students of higher educational institutions and recommendations for its improvement. Science and education. № 4. S. 105–111.
3. Bazilevich M. (2006) Basic approaches to the organization of sports-oriented physical education in higher education / M. Bazilevich, N. Peshkova // Science and innovation of the XXI century: Proceedings of the VII District Conference of Youth, uch. T.2.- Surgut: Izd-vo SurgSU. - P. 108-109.
4. Bezmilov M. (2016) The system of training the sports reserve and the selection of basketball players in Lithuania / MM Bezmilov, EV Murzin // Science in Olympus. sports. - № 2. - P. 32–38.
5. Dovgan N. (2020) Physical education of higher education by means of extracurricular sports and mass work: a monograph. Irpin: University of the SFS of Ukraine. 328 p.
6. Gordienko O. (2018) The current state and prospects of physical education of university students. A young scientist. N 4.2 (56.2). Pp. 37–40.
7. Kolos V. (1988) Basketball: theory and practice / V. Kolos. - Minsk. : Polymya. - 167 p.
8. Martynova N. (2019) Independent classes in the system of physical education of students of higher education. Bulletin of Luhansk Taras Shevchenko National University. Series: Pedagogical sciences. Vip. 4 (327). Pp. 62–70.
9. Redkina M. (2019) Features of individual motor activity of students of pedagogical specialties. Mountain school of the Ukrainian Carpathians. № 21. S. 78–81.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).35
УДК 796.012:37.01:796.032

Жайворонок О.О.
магістрант Херсонського державного університету, м. Херсон
Кольцова О.С., канд.пед.наук
доцентка Херсонського державного університету, м. Херсон

ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ

У статті здійснено аналіз підходів до оптимізації рухової активності школярів засобами олімпійської освіти. Емпірично отримані показники рухової активності школярів (n=44).

Визначено, що одним з підходів до оптимізації рухової активності є впровадження засобів олімпійської освіти в освітній процес. Встановлено, що інтеграція програм з олімпійської освіти в освітній процес відбувається з використанням наступних методів: вивчення теоретичного матеріалу, використання різних видів літератури та мистецтва, організація та проведення рухової діяльності як основи олімпійської освіти.

Розроблений підхід щодо оптимізації рухової активності молодших школярів базувався на використанні виховного потенціалу олімпійської освіти через підібрані форми і методи, які визначали механізми залучення дітей молодшого шкільного віку у процес засвоєння змісту та сутності здорового способу життя та вироблення належних практичних навичок.

Приріст в підсумкових показниках дітей свідчить про те, що оптимізація рухової активності школярів відбувається ефективніше під час цілеспрямованої освітньої роботи з використанням складових олімпійської освіти.

Ключові слова: рухова активність, здоровий спосіб життя, олімпійська освіта, школярі, позаурочні форми занять.

Жайворонок А.А., Кольцова О.С. Оптимизация двигательной активности школьников средствами олимпийского образования. В статье проведен анализ подходов к оптимизации двигательной активности школьников средствами олимпийского образования. Эмпирически получены показатели двигательной активности школьников ($n=44$). Определено, что одним из подходов к оптимизации двигательной активности является внедрение средств олимпийского образования в образовательный процесс. Установлено, что интеграция программ по олимпийскому образованию в образовательный процесс происходит с использованием следующих методов: изучение теоретического материала, использование различных видов литературы и искусства, организация и проведение двигательной деятельности как основы олимпийского образования. Разработанный подход к оптимизации двигательной активности младших школьников базировался на использовании воспитательного потенциала олимпийского образования через подобранные формы и методы, которые определяли механизмы привлечения детей младшего школьного возраста в процесс усвоения содержания и сущности здорового образа жизни и выработки надлежащих практических навыков. Прирост в итоговых показателях детей свидетельствует о том, что оптимизация двигательной активности школьников происходит эффективнее при целенаправленной образовательной работе с использованием составляющих олимпийского образования.

Ключевые слова: двигательная активность, здоровый образ жизни, олимпийское образование, школьники, внеурочные формы занятий.

Zhaivoronok Olexandr, Koltsova Olha. Optimization of motor activity of schoolchildren by means of olympic education. The relevance of the study is due to the objective need to optimize physical activity of students, creating a system of health measures to form a culture of healthy lifestyle of children and insufficient development of many aspects of this problem at the theoretical and methodological levels. The article analyzes the approaches to optimizing the motor activity of schoolchildren by means of Olympic education. Empirically obtained initial indicators of motor activity of schoolchildren ($n = 44$) are at a low level. Processing the results revealed that more than 70% of children spend much of their time sitting on the Internet or playing games on various gadgets. It is determined that one of the approaches to the optimization of motor activity is the introduction of Olympic education in the educational process. It is established that the integration of Olympic education programs into the educational process occurs using the following methods: the study of theoretical material, the use of various types of literature and art, the organization and conduct of physical activity as the basis of Olympic education. The developed approach to optimizing the physical activity of primary school children was based on using the educational potential of Olympic education through selected forms and methods that determine the mechanisms of involving primary school children in the process of learning the content and essence of a healthy lifestyle and developing practical skills. The content of the material was divided into blocks, which covered various components of a healthy lifestyle: physical activity, nutrition, daily routine, behavior, etc. Classes included an information block and a practical (game) part, where practical techniques of maintaining a healthy lifestyle and optimizing physical activity were mastered. The increase in the final indicators of children indicates that the optimization of motor activity of schoolchildren is more effective during targeted educational work using the components of Olympic education.

Keywords: physical activity, healthy lifestyle, Olympic education, schoolchildren, extracurricular activities.

Вступ. Сучасний стан та перспективи розвитку суспільства висувають достатньо високі вимоги до людини як особистості і її діяльності, питання різкого і значного підвищення фізичного і духовного потенціалу стає першорядним.

Важливого значення в формуванні відношення до здоров'я, його збереження та зміцнення відіграють активні форми життя людини, а саме її рухова активність. Однак, в той самий час, можна прослідкувати низький інтерес школярів до занять фізичною культурою та спортом.

Дослідниками (В. Білик, С. Ігнатенко, К. Палієнко, В. Солнцева, С. Страшко, Л. Волков, В. Голуб, П. Коханець І. Іваній та ін.) постійно аналізуються різноманітні аспекти визначення перспектив рухової активності та особливості використання різних засобів та методів фізичного виховання в процесі її оптимізації.

Одним з новітніх підходів до виховання особистості дитини є інтеграція складових олімпійської освіти в освітній процес. Олімпійська ідеологія, заснована на олімпійських цінностях та принципах, сприятиме вихованню гармонійно розвиненої особистості, що дотримується здорового способу життя [5, 6].

Таким чином, актуальність цього дослідження зумовлена, як об'єктивною необхідністю оптимізації рухової активності школярів, створення системи здоров'язберігаючих заходів щодо формування культури здорового способу життя дітей, так і недостатньою розробленістю багатьох аспектів даної проблеми на теоретичному та методичному рівнях.

Аналіз досліджень та публікацій. Ціннісний зміст здоров'я відображається у відношенні людини до свого стану. Разом з відношенням людини до здоров'я вибудовується система його ціннісних орієнтацій та цілей. Проблемою формування здорового способу життя та здоров'язберезувальних компетентностей школярів займалися Васікіна О.В., Жабокрицька О.В., Солопчук М.С., Яременко О.О., Бойченко Т.Є. та ін. Аналіз літератури дозволив визначити особливості процесу формування у молодших школярів здоров'язберезувальних компетентностей: особливості інформування; стимулювання емоційних переживань; «закріплення» цінності в практичній діяльності.

Дослідженням проблеми рухової активності займалися Купер К., Куц О.С., Амосов М.М., Бальсевич В. К., Бар-Ор О., Івчатова Т. В., Ільницький В.І., Пахальчук Н.О., Ровний А.С. та ін. Аналіз спеціальної науково-методичної літератури показав, що рухова активність є важливою складовою зміцнення здоров'я. Дослідники визначають, що факторами, які сприяють погіршенню здоров'я дітей є навчальне навантаження та надмірне користування гаджетами. Дана проблема може бути вирішена завдяки впровадженню новітніх форм та підходів до рухової активності школярів.

Значення і можливості олімпійської освіти в збереженні і зміцненні здоров'я дітей вивчали Булатова М.М.,

Єрмолова В.М., Бубка С.Н., Томенко О.А., Передрій В.В. та ін. Дослідники зазначають, що олімпійська освіта спрямована на зміцнення здоров'я людини, її фізичний розвиток і самовдосконалення, формування установки на здоровий спосіб життя.

Мета роботи – проаналізувати вплив засобів олімпійської освіти на рухову активність школярів початкових класів.

Методологія дослідження. Дослідження проводилися в період з вересня 2019 р. по жовтень 2020 р. Контингент дослідження склали учні 3 класів ЗЗСО I-III ст.навчання №32 у кількості 44 особи (21 учень – експериментальної та 23 учні контрольної груп). Протягом дослідження впроваджувались основні складові олімпійської освіти в освітній процес нової української школи та позаурочну діяльність школярів експериментальної групи.

В процесі дослідження використовувались наступні методи: аналіз науково-методичної літератури з проблеми дослідження; педагогічне спостереження; визначення рухової активності (хронометраж); методи математичної статистики.

Дослідження рухової активності проводилось за Фремінгемською методикою [4]. Ця методика дозволяє визначити добову рухову активність на основі хронометражу добової діяльності різного характеру. За цією методикою, добову активність дитини розподіляють на 5 рівнів: базовий, сидячий, малий, середній і високий. Кожному виду діяльності відповідають певні види рухової активності:

- до базового рівня належать: сон, відпочинок лежачи та ін.;
- до сидячого: їзда у транспорті, читання, комп'ютерні ігри, малювання, виконання домашніх завдань, приймання їжі та ін.;
- до малого: гігієнічні процедури, переміщення пішки та ін.;
- до середнього – домашні справи (прибирання), прогулянки, заняття фізичними вправами низької й середньої інтенсивності;
- до високого – заняття спортом та танцями, участь у змаганнях, рухливі ігри високої інтенсивності, біг, катання на велосипеді та інше.

Після розрахунків порівнюється отриманий рівень рухової активності з нормативною шкалою.

Дослідження проводилось під час написання кваліфікаційної роботи в рамках дослідної теми кафедри теорії та методики фізичного виховання ХДУ «Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізкультурно-оздоровчої роботи різних груп населення».

Виклад основного матеріалу дослідження. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я: «Здоров'я - це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби» [3].

До основних складових здоров'я, що становлять піраміду, входять сон, відсутність стресів, харчування, фізичні вправи та рухова активність й життєво значущі переживання (рис. 1).



Рисунок 1. Піраміда здоров'я

Сучасна стратегія освіти визначає культуру здорового способу життя як основу фізичного та соціального благополуччя, базис всебічного і повноцінного розвитку особистості дитини. Елементом особистості фізичної культури, що входять в поняття здорового способу життя є:

- знання в області впливу фізичних вправ; самоконтролю за фізичним розвитком і функціональним станом; гігієна самостійних занять фізичними вправами, відпочинку, організація сну, режим, харчування, особиста гігієна.
- вміння та навички в організації і проведення самостійних занять фізичною культурою (ранкова гімнастика, фізкультхвилинки, самостійні тренувальні заняття), в організації та проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів, дозвіллевого та розважального характеру: рухливі ігри на свіжому повітрі, народні ігри;
- мотиваційно-ціннісні орієнтації: потреба і усвідомлення необхідності у фізичному самовдосконаленні; ставлення до власного здоров'я як до цінності [2].

Аналіз науково-методичної літератури дозволив встановити, що молодшому шкільного віку відповідає фаза присвоєння цінностей, а основним методом формування ціннісних відносин на даному віковому етапі є емоційно-забарвлене переконання і вправа (гра), що дозволяє прищепити поведінкові звички.

Аналізуючи індекс рухової активності молодших школярів на констатувальному етапі дослідження, ми визначили, що він знаходиться на низькому рівні (табл. 1.)

Таблиця 1.

Показники рухової активності школярів на початку дослідження		
Показник	ЕГ	КГ
Індекс рухової активності	32,3±082	33,1±1,2

Опрацювання карток дозволило визначити, що більше 70% дітей значну частину часу проводять сидячи в інтернет-мережі або граючись в ігри на різноманітних гаджетах (комп'ютер, телефон, планшет та ін.). В середньому загальний час проведений за цим заняттям складає від 2 до 4 годин на добу.

Аналіз компонентів добової рухової активності молодших школярів представлений в таблиці 2, з якої ми бачимо, що на базовий рівень молодші школярі витрачають біля 40% добового часу. На сидячий рівень рухової активності, в який входять читання, малювання, виконання домашнього завдання та інше школярі витрачають в середньому 21,3-22,1% у день з уроком фізичної культури та 22,2-22,8% у день без уроку фізичної культури.

Малий рівень рухової активності школярів складає в середньому 27,7-28,0% у день з уроком фізичної культури та 29,3-29,6% у день без уроку фізичної культури. Сюди входять гігієнічні процедури, пересування пішки та інше.

Середній рівень рухової активності містить дані про прогулянки, рухливі перерви, ігри з друзями, ранкову зарядку та інше. Цей показник складає в середньому 6,4-6,8% у день з уроком фізичної культури та 7,9-7,8% у день без уроку фізичної культури.

Особливо цікавим був показник високого рівня рухової активності молодших школярів, який базується на такій руховій діяльності як заняття різноманітними фізичними вправами, рухливі ігри, біг, катання на велосипеді, самокаті, роликах та інше. Аналіз результатів засвідчив, що цей показник складає в середньому 3,8-4,1% у день з уроком фізичної культури та 1,4-1,5% у день без уроку фізичної культури.

Отримані дані свідчать про те, що тривалість рухової активності високого рівня є недостатньою і свідчить про малорухомий спосіб життя. Така ситуація може привести до проблем зі здоров'ям. Попереднє дослідження підтвердило необхідність впровадження новітніх підходів щодо оптимізації рухової активності молодших школярів.

Одним з таких підходів є впровадження засобів олімпійської освіти в освітній процес НУШ. За визначенням Єрмолової В.М. "олімпійська освіта – це багаторівневий спеціально організований педагогічний процес формування гармонійної особистості через набуття знань, умінь і навичок, розвиток здібностей, інтересів, потреб та цінних орієнтацій, що базуються на гуманістичних ідеалах і цінностях олімпізму і є складовою частиною загальної освіти" (Єрмолова, 2011) [5].

Дослідниками (Булатова М.М., Єрмолова В.М., Томенко О.А. та ін.) доведено, що використання різноманітних форм олімпійської освіти сприяє формуванню здорової людини, з особистісними якостями, що базуються на принципах олімпізму.

Інтеграція програм з олімпійської освіти в освітній процес відбувається з використанням наступних методів:

- вивчення теоретичного матеріалу з історії Олімпійських ігор, сучасного олімпійського руху, а також про олімпійські принципи та цінності тощо;
- використанні різних видів літератури та мистецтва (малювання, ліплення, музика, слово тощо); пошукова робота (створення кабінетів олімпійської освіти);
- організації та проведенні рухової діяльності як основи олімпійської освіти (різні види рухової активності, де діти опановують навичками керування олімпійськими принципами у повсякденному житті) [5,6].

У практику роботи освітніх закладів олімпійську освіту необхідно впроваджувати використовуючи як урочні, так і позаурочні форми роботи. Тільки поєднання навчання та виховання, набуття учнями певних знань та здатність використовувати ці знання у повсякденному житті можуть принести очікувані результати [1, 5].

В контексті нашого дослідження, форми позаурочних занять враховували спільну роботу з батьками і забезпечували перенесення набутого досвіду здоров'язберігаючих поведінки на повсякденне життя. Для позаурочних занять були запропоновані наступні теми: «Рухова активність – запорука здоров'я», «Моє харчування», «Режим дня» та ін. Заняття включали в себе інформаційний блок, практичну (ігрову) частину, в рамках якої освоювалися практичні прийоми підтримки здорового способу життя та оптимізації рухової активності.

На початку формувального експерименту нами був проведений олімпійський урок за участю провідних спортсменів міста та ряд виховних годин в ігровій формі. Ігрова атмосфера підвищувала інтерес молодшого школяра до заняття. Зміст виховних годин ми розділяли на блоки, які висвітлювали різні компоненти здорового способу життя: рухову активність, харчування, режим дня, поведінку та ін.

Розроблений підхід щодо оптимізації рухової активності молодших школярів базувався на використанні виховного потенціалу олімпійської освіти через підібрані форми і методи, які визначали механізми залучення дітей молодшого шкільного віку у процес засвоєння змісту та сутності здорового способу життя та вироблення належних практичних навичок. Як приклад, під час педагогічного експерименту нами були використані наступні форми роботи: олімпійські уроки, спінер-зарядка, гра «Фітнес-змійка», кросворди, веб-квести з олімпійської тематики, трекари самоконтролю та прогресу, методичні картки різного спрямування (харчування, режим, рухова активність).

Для підвищення мотивації учнів ми рекомендували вчителю фізичної культури враховувати особистісні досягнення учнів під час підведення підсумків з дисципліни фізична культура. Також проведена інформаційно-просвітницька робота з батьками стосовно умов підвищення рухової активності дітей та можливостей використання зазначених форм та методичного матеріалу.

Загальна мета запропонованого підходу полягала у формуванні в школярів навичок здорового способу життя та

підвищення їх рухової активності.

На підсумковому етапі нашого дослідження нами було проаналізовано вплив заходів олімпійської освіти на рухову активність молодших школярів. Спочатку ми проаналізували зміни загального індексу рухової активності (табл. 2).

Таблиця 2.

Зміни показників рухової активності молодших школярів протягом дослідження

Показник	Етап	ЕГ	КГ
Індекс рухової активності	I	32,3±0,82	33,1±1,2
	II	39,3±1,8	34,9±1,6

Як ми бачимо з таблиці 2 індекс рухової активності молодших школярів складає 39,3 (середній рівень) та майже відповідає показнику високого рівня. Приріст за даним показником склав 7 одиниць, що становить 17,8% від вихідного рівня. У школярів контрольної групи також наявний приріст у 1,8 одиниць, що становить 5,2%. Наявний показник 34,9 од. відповідає середньому рівню.

Додатково нами також були проаналізовані добові компоненти рухової активності молодших школярів. Враховуючи, що наша методика була більше спрямована на позаурочні форми фізичної культури, на підсумковому етапі ми порівнювали лише показники днів без уроків фізичної культури.

Зміни в показниках компонентів добової рухової активності молодших школярів представлені в таблиці 3.

Аналіз отриманих результатів показує, що відсоткові показники базового рівня майже не змінились, що відповідає віковим вимогам. Аналізуючи показники за іншими рівнями ми бачимо, що показник сидячого рівня ЕГ зменшився на 2,8%, а КГ на 2,5%; показник, що відповідає малій руховій активності в ЕГ зменшився на 5,1%, а в КГ збільшився на 0,3%; за показником середнього рівня в ЕГ спостерігаємо збільшення на 5,5%, а в КГ лише на 0,3%; показник високого рівня в ЕГ збільшився на 1,4%, тоді як в КГ лише на 0,4%.

Таблиця 3.

Зміни показників добових компонентів рухової активності молодших школярів у дні без уроків фізичної культури (у %)

Показник	Етап	Рівень	Групи	
			ЕГ	КГ
Тривалість рухової активності, відсоток від загального добового часу	I	Базовий	39,1	38,4
		Сидячий	22,2	22,8
		Малий	29,3	29,6
		Середній	7,9	7,8
		Високий	1,5	1,4
	II	Базовий	40,1	39,9
		Сидячий	19,4	20,3
		Малий	24,2	29,9
		Середній	13,4	8,1
		Високий	2,9	1,8

Більше відсоткове збільшення показників саме середнього рівня пояснюється, що підібрані форми рухової активності мають помірну інтенсивність.

Аналіз результатів свідчить, що у виконанні завдань із олімпійської освіти помітна чітка позитивна тенденція щодо зміни показників рухової активності молодших школярів.

Висновки. Порівняння та аналіз отриманих результатів в обох групах дає нам змогу зробити наступні висновки. Проведене нами дослідження щодо формування фізкультурно-оздоровчих знань, практичних вмінь та підвищення рухової активності школярів на основі використання складових олімпійської освіти показало, що впроваджений підхід має значний вплив, про що свідчать результати підсумкового дослідження.

Література

1. Булатова М. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні / М. Булатова, Ю. Усачов. – Київ: Олімпійська література, 2008. – (Теорія і методика фізичного виховання). – С. 320–354.
2. Васічкина О.В. Здоровий спосіб життя як складова життєвої компетентності учнів / О.В. Васічкина, В.О. Смоляр // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. - Харків: ХДАДМ (ХХПІ), 2007. - №11. - С. 221-225.
3. Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. – Режим доступа к ресурсу: http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/978-9244599976_rus.pdf.
4. Давиденко Е. В. Методика фременгемского исследования двигательной активности человека: рек. по использованию / Е.В. Давиденко, Р. Масаул. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 12 с.
5. Єрмолова В. М. Олімпійська освіта: теорія і практика: [навч. посіб.] / В.М. Єрмолова. – Київ: НОК, 2011. – 335 с.
6. Кольцова О.С. Впровадження олімпійських цінностей у компетентісну освіту нової української школи / О.С. Кольцова, К.С. Кострікова // Традиції та інновації у підготовці фахівців з фізичної культури та фізичної реабілітації: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (22-23 березня). - Київ: Таврійський національний університет ім. В.І. Вернадського, 2019. – С. 16

References

1. Bulatova, M., Usachov, Yu. (2008) Suchasni fizkulturno-ozdorovchi tekhnologii u fizychnomu vykhovanni [Modern physical culture and health technologies in physical education]. Kiev, Ukraine, P. 320-324. (in Ukrainian).
2. Vasichkyna, O.V., Smoliar, V.O. (2007) Zdorovyi sposib zhyttia yak skladova zhyttievoi kompetentnosti uchniv [Healthy lifestyle as a component of students' life competence]. Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu, (11), P. 221-225. (in Ukrainian).
3. Global'nyye rekomendatsii po fizicheskoy aktivnosti dlya zdorov'ya Vsemirnaya organizatsiya zdravookhraneniya [Global guidelines on physical activity for health World Health Organization]. Web site: http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/978-9244599976_rus.pdf.
4. Davidenko, E. V., Masaul R. (1999) Metodika fremengemskogo issledovaniya dvigatel'noy aktivnosti cheloveka: rek. po ispol'zovaniyu [Methodology of the Fremengem study of human motor activity: rivers. for use]. Kiev, Ukraine: Olimpiyskaya literature. 12 p. (in Russian).
5. Yermolova, V.M. (2011) Olimpiys'ka osvita: teoriya i praktyka [Olympic education: theory and practice] Kiev, Ukraine: NOC, 236 p. (in Ukrainian).
6. Koltsova, O.S., Kostrikova, K.S. (2019) Vprovadzhennya olimpiys'kykh tsinnostey u kompetentisnu osvitu novoyi ukrayins'koyi shkoly [Introduction of Olympic values in the competency education of the new Ukrainian school] Tradytsiyi ta innovatsiyi u pidhotovtsi fakhivtsiv z fizychnoyi kul'tury ta fizychnoyi reabilitatsiyi, Kiev, March 22-23, 2019. (P. 16) Kiev: Tavriys'kyy natsional'nyy universytet im. V.I. Vernadskoho. (in Ukrainian).

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).36

УДК 796

Забіяко Ю. О.
старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара, місто Дніпро
Могильний І. М.
асистент кафедри фізичного виховання та спорту
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара, місто Дніпро

ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ НА ДОСВІДІ ПРОВІДНИХ КРАЇН

Стаття аналізує залежності обсягів фінансування у спорт та досягнення спортивних успіхів на прикладі Олімпійських Ігор. На основі результатів аналізу був проведений аналіз системи фізичного виховання учнівської молоді у тих країнах, які регулярно досягають успіху на міжнародних спортивних змаганнях. Було зроблено висновок про недостатнє фінансування у спорт в Україні та необхідність доробки вітчизняної системи фізичного виховання для учнівської молоді. В результаті роботи зроблено висновок, що європейська система фізичного виховання дуже сильно відрізняється від вітчизняної, у структурному плані, та у ідеології. Усі особливості фізичного виховання країн були проаналізовані, їм була надана критична оцінка, оцінені позитивні та невдалі елементи систем фізичної культури країн. На основі досвіду провідних країн в сфері фізичного виховання були розроблені рекомендації для покращення процесу викладання фізичної культури у старших класах шкіл та навчальних закладах України.

Ключові слова: фінансування, Олімпійські Ігри, досвід провідних країн, учнівська молодь, фізичне виховання, фізична культура, рекомендації, аналітика.

Забіяко Ю. О., Могильний І. М. Пути повышения качества физического воспитания учащейся молодежи на опыте ведущих стран. Статья анализирует зависимости объемов финансирования в спорт и достижения спортивных успехов на примере Олимпийских Игр. На основе результатов анализа был проведен анализ системы физического воспитания учащейся молодежи в тех странах, которые регулярно достигают успеха на международных спортивных соревнованиях. Был сделан вывод о недостаточном финансировании в спорт в Украине и необходимость доработки отечественной системы физического воспитания для учащейся молодежи. В результате работы сделан вывод, что европейская система физического воспитания очень сильно отличается от отечественной, в структурном плане, и в идеологии. Все особенности физического воспитания стран были проанализированы, им была предоставлена критическая оценка, оценены положительные и неудачные элементы систем физической культуры стран. На основе опыта ведущих стран в сфере физического воспитания были разработаны рекомендации для улучшения процесса преподавания физической культуры в старших классах школ и учебных заведениях Украины.

Ключевые слова: финансирование, Олимпийские Игры, опыт ведущих стран, учащаяся молодежь, физическое воспитание, физическая культура, рекомендации, аналитика.

Yuriy Zabiako, Igor Mogilny Ways to improve the quality of physical education of young students in the experience of leading countries. The article analyzes the dependences of the amount of funding for sports and the achievement of sports success on the example of the Olympic Games.

Based on the results of the analysis, an analysis of the system of physical education of young students in those countries that regularly succeed in international sports competitions was conducted. It was concluded that there is insufficient funding for sports in Ukraine and the need to refine the domestic system of physical education for young students. As a result, the work