

УДК 373.3.016:796

Кравченко Тетяна Петрівна  
кандидат педагогічних наук, доцент  
кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту,  
Університет Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ В ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я В ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ

У статті розкривається процес оптимізації фізкультурно-оздоровчої діяльності молодших школярів, що тісно пов'язаний з використанням рухливих ігор та естафет, динамічних перерв, фізкультурних хвилинок та фізкультурних пауз в режимі навчального дня, оскільки вони покращують не лише фізичну підготовленість та функціональний стан організму, а й позитивно впливають на процес зміцнення здоров'я, та формування у підростаючого покоління відповідального та ціннісного ставлення до власного здоров'я, та здоров'я оточуючих їх людей. **Мета дослідження** теоретично обґрунтувати та узагальнити дані літературних джерел щодо особливостей формування в дитині молодшого шкільного віку ціннісного ставлення до власного здоров'я в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи. **Матеріали і методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань був використаний метод теоретичного аналізу та узагальнення даних літературних джерел і досвіду передової практики фізкультурно-оздоровчої роботи та ціннісної сфери дітей молодшого шкільного віку. **Результати дослідження.** Аналіз даних науково-методичної літератури дозволяє стверджувати, що для покращення стану фізичного здоров'я, та формування в молодших школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я, крім відвідування уроків фізичної культури необхідно використовувати сучасні засоби фізичного виховання та застосовувати здоров'яформуючі технології, які містять включення в процес, фізкультурних хвилинок під час уроків, фізичні вправи і рухливі ігри на подовжених перервах, щоденні фізкультурні заняття в групах продовженого дня, самостійні заняття тощо. Саме тому, не можливо переоцінити вплив цих форм занять, оскільки вони з перших шкільних років формують фізично, психологічно та морально здорову особистість школяра. **Висновок.** Сучасний має пропонувати інноваційні підходи, та формувати інтерес та відповідну мотивацію, щодо забезпечення якості використання фізкультурно-оздоровчої роботи за для формування в молодших школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я.

**Ключові слова.** Фізкультурно-оздоровча робота, ціннісна сфера, здоров'я, молодший школяр.

**Кравченко Татьяна Петровна. Особенности формирования у детей младшего школьного возраста ценностного отношения к собственному здоровью в процессе физкультурно-оздоровительной работы.** В статье раскрывается процесс оптимизации физкультурно-оздоровительной деятельности младших школьников, который тесно связан с использованием подвижных игр и эстафет, динамических перерывов, физкультурных пауз в режиме учебного дня, так как они улучшают не только физическую подготовленность и функциональное состояние организма, а и положительно влияют на процесс укрепления здоровья и формирования у подрастающего поколения ответственного и ценностного отношения к собственному здоровью, и здоровью окружающих их людей. **Цель исследования** теоретически обосновать и обобщить данные литературных источников об особенностях формирования у детей младшего школьного возраста ценностного отношения к собственному здоровью в процессе физкультурно-оздоровительной работы. **Материалы и методы исследования.** Для решения поставленных задач был использован метод теоретического анализа и обобщения данных литературных источников и опыта передовой практики физкультурно-оздоровительной работы и ценностной сферы детей младшего школьного возраста. **Результаты исследования.** Анализ данных научно-методической литературы позволяет утверждать, что для улучшения состояния физического здоровья и формирования у младших школьников ценностного отношения к собственному здоровью, кроме посещения уроков физической культуры необходимо использовать современные средства физического воспитания и применять здоровьесформирующие технологии, которые содержат включения в процесс, физкультурных минуток во время уроков, физические упражнения и подвижные игры на удлиненных переменах, ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня, самостоятельные занятия и тому подобное. Именно поэтому, невозможно переоценить влияние этих форм занятий, поскольку они с первых школьных лет формируют физически, психологически и морально здоровую личность школьника. **Вывод.** Современность должна предлагать инновационные подходы, и формировать интерес и соответствующую мотивацию, по обеспечению качества использования физкультурно-оздоровительной работы для формирования у младших школьников ценностного отношения к собственному здоровью.

**Ключевые слова.** Физкультурно-оздоровительная работа, ценностная сфера, здоровье, младший школьник.

**Kravchenko Tatiana Petrovna. Features of the formation of value attitudes towards their own health in children of primary school age in the process of physical culture and health-improving work.** The article reveals the process of optimizing the physical culture and health-improving activity of younger schoolchildren, which is closely related to the use of outdoor games and relay races, dynamic breaks, physical culture breaks during the school day, since they improve not only physical fitness and functional state of the body, but also have a positive effect on the process of health promotion and the formation of a responsible and valuable attitude towards their own health and the health of the people around them in the younger generation. **The aim of the**

**study** is to theoretically substantiate and generalize the data of literary sources about the peculiarities of the formation of a value attitude towards their own health in children of primary school age in the process of physical culture and health-improving work.

**Materials and research methods.** To solve the set tasks, the method of theoretical analysis and generalization of data from literary sources and experience of advanced practice of physical culture and health work and the value sphere of primary school children was used. **Research results.** Analysis of scientific and methodological literature data allows us to assert that in order to improve the state of physical health and the formation of a value attitude towards their own health in younger schoolchildren, in addition to attending physical education lessons, it is necessary to use modern means of physical education and apply health-forming technologies that include the inclusion in the process of physical education minutes during lessons, physical exercises and outdoor games during extended breaks, daily physical education in extended day groups, self-study, and the like. That is why, it is impossible to overestimate the influence of these forms of occupation, since from the first school years they form a physically, psychologically and morally healthy personality of a student. **Conclusion.** Modernity should offer innovative approaches, and form interest and appropriate motivation, to ensure the quality of the use of physical culture and health-improving work for the formation of a value attitude towards their own health in primary schoolchildren.

**Key words.** Physical culture and health work, values, health, junior schoolchild.

**Актуальність.** Одним із основних завдань, визначених Законом України «Про загальну середню освіту» є виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів.

Процес оптимізації фізкультурно-оздоровчої діяльності молодших школярів тісно пов'язаний з використанням рухливих ігор та естафет, динамічних перерв, фізкультурних хвилинок та фізкультурних пауз в режимі навчального дня, оскільки вони покращують не лише фізичну підготовленість та функціональний стан організму, а й позитивно впливають на процес зміцнення здоров'я, та формування у підростаючого покоління відповідального та ціннісного ставлення до власного здоров'я, та здоров'я оточуючих їх людей.

**Постановка проблеми.** Проаналізувавши науково методичну літературу можемо узагальнити, що використання саме нетрадиційних засобів фізичного виховання у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності з молодшими школярами сільської місцевості, сприяє не лише підвищенню рівня їх фізичного розвитку, фізичної підготовленості та функціонального стану організму, але й має досить продуктивний вплив на формування в учнів свідомого, цілеспрямованого ціннісного ставлення до власного здоров'я молодших школярів. Отже можемо узагальнити, що саме проблема формування в дітей молодшого шкільного віку ціннісного ставлення до власного здоров'я в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи на сьогоднішній день є досить актуальною і потребує детального вивчення.

**Аналіз основних досліджень та публікацій.** Науковці Н.Москаленко, І. Когут, В. Маринич [4, 8] пропонують інноваційні програми та підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкової та загальноосвітньої школи. Також автор В. Семененко досліджував розвиток фізкультурно-оздоровчої діяльності в загальноосвітніх навчальних закладах за допомогою застосування засобів загартування. Також відбувалось використання ритмічної гімнастики, шейпінгу, фітнесу, спортивної аеробіки, що було описано в роботах В.Порошук, Ж. Дьоміна як вид фізкультурно оздоровчої роботи. Н.Пахальчук розглядав дану проблематику у процесі ігрової діяльності [4]. Варто зазначити, що в типовій освітній програмі фізкультурної освітньої галузі Нової української школи також має у змісті наявні різновиди дитячого фітнесу, що є інновацією.

Незважаючи на глибоке вивчення науковцями проблематики фізкультурно-оздоровчої роботи, недостатньої уваги надають особливостям формування в дітей молодшого шкільного віку ціннісного ставлення до власного здоров'я в процесі самої фізкультурно-оздоровчої роботи.

Саме тому, невпинно зростає попит на покращення умов функціонування фізкультурно-оздоровчої роботи в сільському освітньому середовищі, та більш поглибленому вивченні особливостей формування в дітей молодшого шкільного віку ціннісного ставлення до власного здоров'я в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи.

**Мета дослідження** теоретично обґрунтувати та узагальнити дані літературних джерел щодо особливостей формування в дітей молодшого шкільного віку ціннісного ставлення до власного здоров'я в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи.

**Матеріали і методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань був використаний метод теоретичного аналізу та узагальнення даних літературних джерел і досвіду передової практики фізкультурно-оздоровчої роботи та ціннісної сфери дітей молодшого шкільного віку.

**Результати дослідження.** Сучасні соціально-економічні умови життя висувають високі вимоги до рівня фізичного розвитку, функціонального стану організму, фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку, але головним аспектом є їх відношенням до власного здоров'я та здоров'я оточуючих його людей. З огляду на це особливої гостроти набуває необхідність оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи у загальноосвітній школі оскільки це є досить вагомим рушієм впливу на формування в школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я.

На думку О. Томенко [10], спортивна рухова активність стимулює моторний розвиток та ціннісну сферу особистості школяра і сприяє більш ефективному і свідомому використанню в подальшому, свого вільного часу.

Формування здорового способу життя, та свідомого ставлення до здоров'я в цілому, постає перед нами як медична, психологічна, педагогічна та соціальна проблема, тому що, здоров'я має специфіку проявлятися на цих чотирьох рівнях[9].

Головним чином здоров'я дитини залежить від стилю життя і взаємостосунків членів сім'ї, поведінки батьків, соціально-побутових умов життя сім'ї, ставлення до дитини, розуміння її проблем, характер занять з дитиною, атмосфери у сім'ї, всі ці фактори створюють середовище, яке сприяє збереженню, підтриманню, зміцненню здоров'я дитини та сприяє формуванню ціннісного ставлення до власного здоров'я, або ж навпаки пришвидшує його руйнування [6, 7]. Саме тому, сім'я має неабиякий вплив на формування здорової особистості.

Та незважаючи на роль сім'ї, можемо стверджувати що на сьогоднішній день модернізація системи фізкультурно-оздоровчої роботи у сільських школах є пріоритетним завданням для фахівців та спеціалістів фізкультурно-освітньої галузі. Оскільки, вкрай важливо досконало проаналізувати та розглянути питання формування ціннісного ставлення молодших школярів до власного здоров'я в процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Науковці І. Когут, В. Маринич [1, 7] виокремлюють такі підходи щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі освіти: удосконалення нормативно-правової бази галузі фізичної культури та спорту; збільшення в навчальних закладах усіх типів обсягу рухової активності на тиждень; широке залучення батьків до виховання здорової дитини; поступове оновлення матеріально-технічної бази закладів фізичної культури і спорту; популяризація здорового способу життя та подолання стану суспільної байдужості до здоров'я нації; широке впровадження соціальної реклами різних аспектів здорового способу життя в усіх засобах масової інформації[4].

Отже узагальнивши сказане вище можемо зробити висновок, що перераховані вище підходи є вкрай важливими, адже їх виконання дасть змогу збільшити відсоток охоплення населення фізкультурно-оздоровчими заходами, що в свою чергу може значною мірою вплинути на процес формування ціннісної сфери та зміцнення здоров'я школярів. Особливий вплив виконання даних принципів буде стосуватись дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, оскільки саме вони ще є досить піддатливими до навіювання зі сторони дорослих.

Основними методами фізкультурно-оздоровчої роботи у школі є: рівномірний, перемінний, інтервальний, повторний, змагальний та ігровий [5]. За даними В. Порошук та ін. [2], важливою умовою для забезпечення повноцінного психічного та фізичного розвитку дітей є створення предметно-ігрового середовища. Воно має бути розвивальним, раціонально облаштованим, емоційно насиченим і не лише служити фоном для епізодичних рухових дій, а бути стимулом для активізації рухової діяльності та усвідомленню цінності власного здоров'я. У кожному груповому приміщенні бажано створити осередок фізкультурно-оздоровчальної активності (гімнастична стінка, драбинка, гімнастична лава, куби, м'ячі, обручі, сухий басейн, «стежка здоров'я», фітоподушки, різноманітні іграшки тощо), що сприяє руховій активності дітей, закріпленню у них набутих умінь та навичок та формуванню ціннісної сфери особистості[3].

Отже можемо узагальнити, що ігровий та змагальний метод повинен домінувати над іншими методами оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи, адже не можливо переоцінити внесок таких урочних форм занять як: динамічні перерви, фізкультурні паузи та фізкультхвилинки, рухливі ігри та естафети, змагання в режимі навчального дня, що на початкових етапах шкільного життя формують та розвивають фізично, психологічно та морально здорову особистість школяра, та допомагають усвідомити цінність здоров'я. Сам предмет фізична культура та фізкультурно оздоровча робота покликані зміцнювати здоров'я, формувати здорові звички, вдосконалювати та розвивати фізичні якості за допомогою різних засобів навчання. Саме тому, важливо розуміти, що урок фізичної культури, фізкультурні паузи та фізкультурні хвилинки, динамічні перерви допомагають в процесі формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в учнів молодшого шкільного віку.

Аналіз даних науково-методичної літератури дозволяє стверджувати, що для покращення стану фізичного здоров'я та рухової активності учнів, та формування в них ціннісного ставлення до власного здоров'я, крім відвідування уроків фізичної культури необхідно використовувати сучасні засоби фізичного виховання та застосовувати здоров'яформуючі технології, які містять включення в процес, фізкультурних хвилинок під час уроків, фізичні вправи і рухливі ігри на подовжених перервах, щоденні фізкультурні заняття в групах продовженого дня, самостійні заняття у позанавчальний час, спортивно-масову роботу за місцем проживання тощо [10]. Саме тому, не можливо переоцінити внесок таких урочних форм занять як: динамічні перерви, фізкультурні хвилинки, фізкультурні паузи, рухливі ігри та естафети, змагання в режимі навчального дня, що з перших шкільних років життя формують фізично, психологічно та морально здорову особистість школяра.

Динамічні перерви, за умови їхнього систематичного проведення, сприяють формуванню здоров'язбережувальної, комунікативної, соціальної та інших компетентностей в умовах упровадження Концепції Нової української школи. Це також ефективний спосіб підтримання працездатності учнів, оскільки під час їхнього проведення забезпечується відпочинок центральної нервової системи, а також м'язів, що зазнають значного статичного напруження через тривале сидіння за партою. Динамічні перерви виконують такі функції: розважальну, релаксаційну, комунікативну, навчальну, розвивальну, корекційну, профілактичну та виховну [2]. Розуміючи скільки функцій виконує динамічна перерва, не можна не акцентувати увагу на тому, що в такій ігровій діяльності досить добре і майже непомітно формує у дитини ціннісне відношення до власного здоров'я, і дозволяє дитині зрозуміти наскільки важливим є для нього збереження та зміцнення здоров'я.

**Висновки.** Сучасний вчитель фізичної культури повинен бути інноваційним, формувати інтерес та відповідну мотивацію, щодо забезпечення якості використання фізкультурно-оздоровчої роботи за для формування в молодших школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я. Оскільки в нових стандартах початкової освіти Нової української школи вчителю фізичної культури надається свобода вибору форм та методів навчання, що забезпечать якість викладання фізичної культури та зміцнить здоров'я молодого покоління. Проаналізувавши та узагальнивши літературу можемо зробити висновок, що формування в молодших школярів ціннісного ставлення до власного здоров'я найефективніше відбувається в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи.

#### Література

1. Верховська М. В. Форми фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. / М. В. Верховська. // Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт.. – 2014. – №1. – С. 11–19.
2. Динамічні перерви. 1-2 класи. упоряд. / В. П. Порошук. // Х.: Вид. група «Основа», Нова українська школа. - 2018. №3. 221.
3. Дьоміна Ж. Г. Сучасні підходи до фізичного виховання дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. / Дьоміна Ж. Г., Вернигора Ж. Г., Тарасенко Б. В // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П.

Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт: зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова - 2018. - № 5 (99). - С. 87-90.

4. Концепція державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року [Електронний ресурс] / Е. Е. е – Режим доступу до ресурсу: <https://www.kmu.gov.ua/npras/248719473>

5. Коцан І. Я. Фізкультурно-оздоровча робота з молодшими школярами в режимі навчального дня. / Коцан І. Я. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. - 2011. - № 4. - С. 37-43.

6. Кравченко Т.П. Оптимізація фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного віку під час використання рухливих ігор в умовах Нвої Української Школи. / Кравченко Т.П. // Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура. Івано-Франківськ - 2019 - №33 - С 40-50

7. Маринич В. Аналіз інноваційних підходів організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. / Маринич В., Когут І. // Спортивний вісник Придніпров'я. - 2013. - № 1. - С. 28-35.

8. Москаленко Н. Проектування концепції інноваційних програм фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх навчальних закладах. / Москаленко Н. // Спортивний вісник Придніпров'я. -2011. - № 2. - С. 12-16.

9. Пахальчук Н. О. Організація фізичного виховання молодших школярів у сільській школі. / Пахальчук Н. О. // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. - 2012. - №2 (20). - С. 303-310.

10. Томенко О. А. Виховання школярів на основі цінностей олімпізму : / О. А. Томенко. – метод. реком. для педагогів-організаторів і вчителів. Суми. Вид. СумДПУ ім. А. С. Макаренка. 2009. - 36 с.

#### References

1. Verhovska, M. V. (2014), "Formy fizkulturno-ozdorovchych tehnologij u procesi fizychnogo vuhovannya uchniv zagalnoosvitnix navchalnyx zakladiv", Visnyk Zaporizkogo nacionalnogo universytetu. Fizychno vuhovannya ta sport, №1, pp. 11–19.

2. Dynamichni pererivy, 1-2 klasy, uporyad, X.: Vyd. grupa «Osnova», Nova ukrayinska shkola, (2018) №3, 221.

3. Domina, Z. G. (2018), "Suchasni pidxody do fizychnogo vuhovannya ditej doshkilnogo ta molodshogo shkilnogo viku" Naukovyj chasopys Nacionalnogo pedagogichnogo universytetu imeni M. P. Dragomanova. Seriya №15: «Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoyi kultury (fizychna kultura i sport). Vol. 5 (99), pp. 87-90.

4. Konceptiya derzhavnoyi cilovoyi socialnoyi programy rozvytku fizychnoyi kultury i sportu na period do 2020 roku

5. Koczan, I. Y. (2011), "Fizkulturno-ozdorovcha robota z molodshymy shkolyaramy v rezhymy navchalnogo dneya", Fizychno vuhovannya, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi. №4, pp. 37-43.

6. Kravchenko, T. P. (2019), "Optimizaciya fizychnoyi pidgotovlenosti uchniv molodshogo shkilnogo viku pidchas vykorystannya ruxlyvyx igor v umovax Nvoyi Ukrayinskoyi Shkoly", Visnyk Prykarpatskogo universytetu. Fizychna kultura. Ivano-Frankivsk №33, pp. 40-50

7. Marynych, V. (2013), "Analiz innovacijnyx pidxodiv organizaciji fizkulturno-ozdorovchoyi roboty v zakladax osvity", Sportyvnyj visnyk Prydniprovy, № 1, pp. 28-35.

8. Moskalenko, N. (2011), "Projektuvannya koncepciji innovacijnyx program fizkulturno-ozdorovchoyi roboty v zagalnoosvitnix navchalnyx zakladax", Sportyvnyj visnyk Prydniprovy, № 2, pp. 12-16.

9. Paxalchuk, N. O. (2012), "Organizaciya fizychnogo vuhovannya molodshyx shkolyariv u silskij shkoli", Pedagogichni nauky, teoriya, istoriya, innovacijni tehnologiyi, №2 (20), pp. 303-310.

10. Tomenko, O. A. (2009), "Vuhovannya shkolyariv na osnovi cinnostej olimpizmu", metod. rekom. dlya pedagogiv-organizatoriv i vchy'teliv. Sumy. Vy'd. SumDPU im. A. S. Makarenka, 36 s.

**Кривенко Юрій Олександрович**

**кандидат історичних наук, доцент кафедри спортивних ігор  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі**

**Курочкін Віктор Григорович**

**доцент кафедри спортивних ігор Університет Григорія Сковороди в Переяславі**

#### ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ХОКЕЮ НА ТРАВІ НА БОРИСПІЛЬЩИНІ

*Хокей на траві – одна з найбільш древніх спортивних ігор. Поява на Європейському континенті ігор, схожих з хокеєм, історики пов'язують з пануванням римлян. Римські воїни принесли з Греції паганіку – гру зігнутою палицею і м'ячем, обтягнутим шкірою і набитим пір'ям. У сучасному вигляді хокей на траві з'явився у XIX ст. в Англії. Базою розвитку були школи та університети.*

*До 60-х років XX століття хокей на траві в Україні належного розвитку не отримав. Лише в 1969 р. в цю гру почали грати чоловіки, а перші жіночі команди з'явилися в кінці 70-х рр. XX ст. Клубна жіноча команда майстрів з хокею на траві «Колос» (м. Бориспіль) заснована у 1979 р.*

**Ключові слова:** хокей на траві, турнір, історія, спортивні ігри, ХК «Колос» м. Бориспіль.

**Юрій Кривенко, Віктор Курочкін. Исторические аспекты развития хоккея на траве в Бориспольском регионе.** *Хоккей на траве – одна из самых древних спортивных игр. Появление на Европейском континенте игр, сходных с хокеем, историки связывают с господством римлян. Римские воины принесли из Греции Паганика – игра согнутой палкой и мячом, обтянутым кожей и набитым перьями. В современном виде хоккей на траве появился в XIX в. в Англии. Базой развития были школы и университеты.*

*До 60-х гг. XX в. в Украине хоккей на траве ни был популярным видом спорта и не развивался. Лишь в 1969 году.*