

методов, підходів привлечення студентської молоді до активного образу життя; особистий – це особиста відповідальність кожного студента за своє здоров'я, фізичне вдосконалення.

Ключові слова: здоровий образ життя, студент, фізичне виховання, вище навчальне заклад.

Martynova N. Aspects of the Formation of a Healthy Lifestyle of Students by Means of Physical Education

The article analyzes the state documents, scientific and methodical literature for determining the aspects of forming a healthy lifestyle for students of higher educational institutions.

Student youth is considered to be a very vulnerable link in the health issue. Reduced motor activity, external environmental impact negatively affects health, put young people in the position of choice. Therefore, consideration of this issue from different sides is necessary.

One of the priority directions for the formation of a healthy lifestyle is the use of physical education and sports, because the state policy in the field of physical culture and sports is based on the principle of recognition of physical culture as an important factor in the comprehensive development of the individual and the formation of a healthy lifestyle.

Three aspects are singled out: the state is the organization of state events and the promotion of a healthy lifestyle among the general population and among young people in particular; professional – this is the use by the leadership of the university and the specialists of the departments of physical education of various means, methods, approaches to attract student youth to an active lifestyle; personal – this is the personal responsibility of each student for their health, physical perfection.

Key words: healthy lifestyle, student, physical education, higher education institution.

Стаття надійшла до редакції 20.03.2018 р.

Прийнята до друку 25.05.2018 р.

Рецензент – д. п. н., доц. Бабич В. І.

УДК 796:37.035.6-053.6

О. В. Отравенко, Д. С. Пелипась

**ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНИХ ЯКОСТЕЙ
УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ**

Актуальність теми обумовлено тим що у оновленій навчальній програмі з фізичної культури 5–9 класи (2017 р.) сказано: «Випускник

основної школи – це патріот України, який знає її історію; носій української культури, який поважає культуру інших народів; компетентний мовець, що вільно спілкується державною мовою, володіє також рідною (у разі відмінності) й однією чи кількома іноземними мовами, має бажання і здатність до самоосвіти, виявляє активність і відповідальність у громадському й особистому житті, здатний до підприємливості й ініціативності, має уявлення про світобудову, бережно ставиться до природи, безпечно й доцільно використовує досягнення науки і техніки, дотримується здорового способу життя» [5, с. 2].

Наразі концептуальні засади патріотичного виховання учнів ґрунтуються на положеннях Стратегії національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016–2020 роки, затвердженої Указом Президента України 13 жовтня 2015 року № 580/2015 [8].

Теоретичні засади патріотизму знайшли висвітлення в працях І. Беха, 2014; М. Бака, 2004; А. Цьося, 2006; М. Тимчика, 2012. Вдосконаленню процесу фізичного виховання школярів присвячені дослідження В. Арєф'єва, 2006; Г. Безверхньої, 2004; Т. Круцевич, 2008; Н. Москаленко, 2011; О. Отравенко, 2009; Б. Шияна, 2008 та ін.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови формування національно-патріотичних якостей учнів основної школи у процесі фізичного виховання.

Завдання дослідження:

1. На основі аналізу науково-методичної літератури визначити теоретичні засади формування національно-патріотичних якостей учнів основної школи на уроках фізичної культури та позакласних заходах засобами олімпізму.

2. Виявити стан патріотичної вихованості учнів основної школи у процесі фізичного виховання.

3. Визначити й обґрунтувати педагогічні умови формування національно-патріотичних якостей учнів основної школи у процесі фізичного виховання та експериментально перевірити їхню ефективність.

У роботі нами було використано наступні методи:

Теоретичні: аналіз психолого-педагогічної літератури з теми дослідження для визначення теоретичних засад, обґрунтування понятійного апарату; аналіз програмно-нормативних документів, річного плану виховної роботи школи з патріотичного виховання учнів.

Емпіричні: спостереження; анкетування; бесіди про значення патріотичних заходів; інтерв'ю «Я патріот України»; педагогічний експеримент для вирішення завдань дослідження.

Статистичні: збір та статистична обробка дослідно-експериментальних даних для визначення рівнів сформованості інтересу підлітків до позакласної роботи з фізичного виховання патріотичної спрямованості.

Навчання фізичної культури в основній школі спрямоване на досягнення загальної мети базової загальної середньої освіти, що полягає у

розвиткові і соціалізації особистості учнів, формуванні їхньої національної самосвідомості, загальної культури, світоглядних орієнтирів, екологічного стилю мислення і поведінки, творчих здібностей, дослідницьких і життєзабезпечувальних навичок, здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів [5, с. 2].

Ефективність патріотичного виховання значною мірою визначається реалізацією дієво-творчого підходу у навчально-виховному процесі. Засобами дієво-творчого підходу на уроках фізичної культури молодших підлітків в школі є українські народні ігри та забави, старших підлітків – військово-спортивні ігри та олімпійські уроки. У позакласній роботі з фізичного виховання для молодших підлітків проводять народні ігри та забави: «Бій півнів», «Подоланочка», «Бойовий гопак», «Джура», «Гей, Сірко наш не дримає, він кордон оберігає!», «Козацькі розваги»: для старших підлітків проводять шкільні «Малі олімпійські ігри» під гаслом «Стань у ряди олімпійців!», «Нащадки козацької слави», «Ігри патріотів», «Хортинг», «Олімпійські уроки» та ін.

У нашому дослідженні ми спробували визначити основні фактори впливу освітньо-виховного середовища школи на формування патріотичної вихованості учнів 5-9 класів. Першим фактором впливу ми визначили створення еталону суспільного життя, активне піднесення ролі соціально-виховних впливів на формування патріотичної вихованості учнів у межах класу, школи. Тому організація освітньо-виховного середовища повинна бути спрямована на успішну соціально-психологічну та особистісно-психологічну адаптацію підлітків, підвищення рівня активності на заняттях, набуття школярами навичок здорового способу життя, вироблення активної громадської позиції відносно суспільних явищ і життя в цілому. Вагомим складником освітньо-виховного середовища школи у цьому контексті є система виховної роботи, що передбачає:

- розвиток особистості учня як суб'єкта власного життя;
- створення умов для самореалізації, самовираження і прояву творчих здібностей і нахилів кожного учня;
- формування національно-патріотичних якостей підлітків через залучення їх до різних видів діяльності (дозвіллевої, творчої, фізкультурно-оздоровчої, спортивної тощо); [10].

На підставі аналізу літературних джерел, сутність поняття «патріотизм» (від грец. πατριότης – співвітчизник, patrís – батьківщина, Вітчизна) визначається як моральний і політичний принцип, соціальне почуття, змістом якого є любов до Батьківщини і готовність підпорядкувати інтереси школи, країни своїм інтересам. Патріотизм припускає гордість за досягнення і культуру своєї Батьківщини, готовність захищати інтереси свого народу та Батьківщини, її суверенітет і незалежність [7].

Підкреслимо, що проявом патріотичного духу стало масове використання української національної та державної символіки,

українського традиційного одягу, жовто-блакитних кольорів. Всі заходи мають бути наповнені громадянсько-патріотичним змістом, стверджувати ідею спільності інтересів та взаємоповаги усіх громадян України, підтримувати прагнення кожної особистості до духовного, інтелектуального, творчого та фізичного розвитку задля розквіту держави в цілому [2; 3].

Аналіз наукових праць із проблеми дослідження виявив значний інтерес до національно-патріотичного виховання учнів основної школи. Фізичне виховання учнів повинно розвиватися і вдосконалюватися у напрямку подальшої гуманізації, демократизації, забезпечення потреб учнів у руховій активності, самостійності, інтеграції з іншими предметами, покликаними ефективно формувати національно-патріотичні якості і, насамперед, всебічно розвинену особистість [4; 6; 9].

Проведений аналіз науково-методичної літератури з досліджуваної проблеми свідчить про те, що випускник основної школи – це патріот України, який знає її історію; носій української культури, який поважає культуру інших народів; компетентний мовець, що вільно спілкується державною мовою, володіє також рідною (у разі відмінності) й однією чи кількома іноземними мовами, має бажання і здатність до самоосвіти, виявляє активність і відповідальність у громадському й особистому житті, здатний до підприємливості й ініціативності, має уявлення про світобудову, бережно ставиться до природи, безпечно й доцільно використовує досягнення науки і техніки, дотримується здорового способу життя.

Термін «педагогічні умови» розглядається нами, як зовнішній фактор, який істотно впливає на педагогічний процес, в тій чи іншій мірі свідомо сконструйований педагогом, який припускає, але не гарантує певний результат [1].

У нашому дослідженні визначено, що формування патріотизму підлітків у процесі фізичного виховання буде ефективнішим, якщо дотримуватись сукупності таких *педагогічних умов*:

- використання виховного потенціалу освітньо-виховного середовища сучасної школи, міжпредметних зв'язків, проведення бінарних уроків та олімпійських уроків з метою формування національної свідомості підлітків та підвищення олімпійської освіти в школі;

- вивчення досвіду школи з патріотичного виховання та постійно поглиблювати у школярів інтерес до позакласної роботи з фізичного виховання на основі традицій, звичаїв, духовних надбань українського народу.

У результаті експерименту виявлено, що для реалізації змісту уроків фізичної культури учнів основної школи необхідною є система методів, форм і засобів патріотичного спрямування.

Аналіз наукової літератури щодо класифікації методів виховання підлітків свідчить, що найбільш оптимальним є варіант їх поділу на групи:

- перша група – методи усвідомлення національно-патріотичних цінностей;
- друга група – методи формування досвіду національно-патріотичної поведінки;
- третя група – методи стимулювання (педагогічної підтримки) національно-патріотичної діяльності та поведінки.

Отже, одним із головних напрямів здійснення роботи з фізичного виховання патріотичної спрямованості є формування національної свідомості та самосвідомості учнів.

Для визначення рівнів сформованості патріотизму серед учнів проводилося анкетування та різноманітні опитувальники. Наведемо результати деяких анкет і методик. Так, з метою визначення ставлення підлітків до власної країни, суспільства, підліткам була запропонована анкета «Патріот». Аналіз анкети «Патріот».

I. На питання «Чи вважаєте ви себе патріотом?» були отримані такі відповіді (рис.1.):

1. Так – (31,5%).
2. Ні – (12,6%).
3. Частково – (43,5%).
4. Не знаю – (12,4%).



Рис. 1. Аналіз анкети «Патріот», питання 1.

II. На питання «Хто на Ваш погляд більшою мірою вплинув на формування ваших патріотичних почуттів?» були отримані наступні результати (рис. 2.)



Рис. 2. Аналіз анкети «патріот», питання 2.

1. школа – 30, 6%, 2. батьки – 27,0%, 3. Оточуючі люди – 19,2%, 4. ЗМІ – 23,1%, 5. Органи влади – 1,0%.

У ході формувального етапу експерименту ми з'ясували вибір учнями цікавих форм проведення уроків фізичної культури, що підвищують їх прагнення до патріотизму.

Таблиця 1

Вибір учнями цікавих форм проведення занять, що підвищують їх прагнення до уроків фізичної культури патріотичного спрямування, ЕГ

№	Перелік привабливих форм проведення занять	Кількість учнів, що вибрали певну форму занять	Кількість учнів, %
Молодші підлітки (n 40)			
1	Теоретико-методичні знання (визначні спортивні досягнення олімпійців, Олімпійська Україна, відомі українські спортсмени)	23	57,5%
2	Введення модуля «Хортинг»	32	80,0%
3	Рухливі та народні ігри	38	90,5%
4	Козацькі забави	40	100%
5	Бінарні уроки з міжпредметними зв'язками	26	65%
Старші підлітки (n 40)			
1	Введення модуля «Військово-спортивні ігри»	32	80,0%
2	Використання на уроках елементів стройової підготовки.	12	30,0%
3	Олімпійські уроки	40	100,0%
4	Використання елементів військово-патріотичної спортивної гри «Джура»	27	67,5%
5	Брейн-ринги і диспути про здоров'я, здоровий спосіб життя, патріотизм, традиції українського народу	34	85,0%

Аналіз результатів формувального етапу експерименту засвідчив, що кількість учнів, які на початку були умовно віднесені до групи з низьким рівнем патріотизму зменшилась в експериментальних класах – з 32,0% до 19,2%, в контрольних майже не змінилася – з 32,8% до 29,8 %.

Висновки Результати проведеного дослідження засвідчили ефективність розв’язання поставлених задач і дали підстави для формування таких висновків:

1. Проаналізовано стан дослідженості проблеми з формування національно-патріотичних якостей учнів основної школи на уроках фізичної культури та позакласних заходах у психолого-педагогічній літературі. Нами було вивчено досвід школи з патріотичного виховання. З цією метою проаналізовано нормативно-правову базу з питань формування патріотизму дітей і молоді. Освітньо-виховне середовище сучасної школи як засіб національно-патріотичного виховання учнів основної школи – це цілісна система, яка характеризується педагогічно доцільною цілеспрямованістю, ціннісною орієнтованістю, відкритістю до суспільства та його проблем, постійним розвитком та самоорганізацією, яка є важливим фактором особистісного розвитку учнів.

2. Структура патріотичної вихованості підлітків містить такі компоненти: когнітивний, мотиваційний, діяльнісний. Критеріями сформованості кожного компонента відповідно визначені: ціннісно-патріотичний світогляд із показниками: патріотично-світоглядні знання, переконання, ідеали; ціннісно-патріотична свідомість; повага до рідної мови; патріотично-спрямована активність з показниками: мотивація патріотизму; активна суб’єктно-патріотична позиція; формування національно-патріотичних якостей підлітків, участь у патріотичних заходах. На основі аналізу психолого-педагогічної літератури охарактеризовано три рівні патріотичної вихованості учнів (високий, середній, низький).

На початку експерименту встановлено, що вважають себе патріотами тільки 42,3% хлопців та 36,4% дівчат, але великої кількості підлітків було важко відповісти на це питання. У кінці експерименту цей показник збільшився до 73,6% у хлопців та до 64,2% у дівчат.

У ході проведення дослідження нами визначено розвиток інтересу учнів основної школи до заходів з фізичного виховання патріотичного спрямування на уроках фізичної культури та позакласних заходах.

3. Визначено та обгрунтовано педагогічні умови формування патріотизму учнів основної школи з фізичного виховання, а саме: використання виховного потенціалу освітньо-виховного середовища сучасної школи, міжпредметних зв’язків, проведення бінарних уроків та олімпійських уроків з метою формування національно-патріотичних якостей підлітків; вивчення досвіду школи з патріотичного виховання та постійно поглиблювати у школярів інтерес до позакласної роботи з фізичного виховання на основі гуманістичних цінностей олімпійського руху, звичаїв, духовних надбань українського народу.

Результати засвідчили суттєву позитивну динаміку рівнів патріотичної вихованості учнів основної школи та підтвердили ефективність реалізації запропонованих педагогічних умов патріотичного виховання підлітків в умовах освітньо-виховного середовища школи.

Список використаної літератури

- 1. Бака М. М.** Фізичне і військово-патріотичне виховання молоді : навч.-метод. посібн. / М. М. Бака, В. П. Корж. – К. : Книга пам'яті України, 2004. – 460 с.
- 2. Бех І. Д.** Програма українського патріотичного виховання дітей та учнівської молоді / І. Д. Бех, К. І. Чорна. – Київ, 2014. – 29 с.
- 3. Виховання патріотизму: Український і закордонний досвід на сайті «Україніка»** [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://ukraine.ck.ua/index.php>.
- 4. Загородня А.** Сучасне розуміння патріотичного виховання молоді / А. Загородня // Теорія та методика управління освітою. – 2013. – Вип. 10 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/j-pdf/ttmuo_2013_10_11.pdf.
- 5. Навчальна програма** Фізична культура для 5–9 класів ЗНЗ. Освіта. UA / [Укл. Т. Ю. Круцевич та ін.] <https://osvita.ua/school/program/program-5-9/56135/>.
- 6. Отравенко О. В.** Національно-патріотична спрямованість професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури / О. В. Отравенко // Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка. – № 6 (303), Жовтень. 2016. – Ч.1. С. 272–281.
- 7. Патріотизм – основа духовного становлення громадянина: інформ: сп. л-ри / Нац. б-ка України для дітей; уклад.: Л. І. Литвинець; ред: Н. М. Скомаровська. – К., 2005. – 12 с.**
- 8. Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016–2020 роки.** Указ Президента України від 13 жовтня 2015 року № 580/2015 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.president.gov.ua/documents/5802015-19494>.
- 9. Тимчик М. В.** Патріотичне виховання старших підлітків у процесі фізкультурно-масової роботи: Автореф. дис... канд... пед.наук: 13.00.07. – К., 2012. – 19 с.
- 10. Чорна К. І.** Національна ідея як фактор становлення патріотизму у дітей та молоді / К. І. Чорна // Шлях освіти. – 2008. – № 3. – С. 5–8.

Отравенко О. В., Пелипась Д. С. Формування національно-патріотичних якостей учнів основної школи у процесі фізичного виховання

У статті розглянуто шляхи формування національно-патріотичних якостей учнів основної школи у процесі фізичного виховання. Розкрито поняття патріотизму та його значення у системі основної школи у процесі фізичного виховання. Представлені педагогічні умови, при яких формування патріотизму буде ефективнішим. Визначені методи, форми і засоби патріотичного спрямування для формування патріотизму у учнів основної школи. Проаналізовано процес формування патріотизму учнів основної школи. Основним критерієм роботи в загальноосвітній школі є

регулярна масова участь учнів та батьків у фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходах з обов'язковою національною спрямованістю та розкриттям духовного й творчого потенціалу школярів. Ми з'ясували, що для гуманізації освітнього процесу потрібно переорієнтувати навчально-виховну роботу з фізичного виховання на фізичне вдосконалення, оздоровлення, творчу активність, задоволення духовних потреб з обов'язковим урахуванням вікових особливостей учнів, вихованням фізичної і духовної культури, самовизначенням і самоствердженням підлітків у сучасному світі на принципах індивідуалізації, пізнавальної практичної діяльності, широкому використанні методів особистісно-орієнтованого навчання.

Ключові слова: патріотизм, основна школа, національно-патріотичні якості.

Отравенко Е. В., Пелипась Д. С. Формирование национально-патриотических качеств учащихся основной школы в процессе физического воспитания

В статье рассмотрены пути формирования национально-патриотических качеств учащихся основной школы в процессе физического воспитания. Раскрыто понятие патриотизма и его значение в системе основной школы в процессе физического воспитания. Представленные педагогические условия, при которых формирование патриотизма будет эффективным. Определены методы, формы и средства патриотического направления для формирования патриотизма у учащихся основной школы. Проанализирован процесс формирования патриотизма учащихся основной школы. Основным критерием работы в общеобразовательной школе является регулярная массовое участие учеников и родителей в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях с обязательной национальной направленности и раскрытием духовного и творческого потенциала школьников. Мы выяснили, что для гуманизации образовательного процесса нужно переориентировать учебно-воспитательную работу по физическому воспитанию на физическое совершенствование, оздоровление, творческую активность, удовлетворение духовных потребностей с обязательным учетом возрастных особенностей учащихся, воспитанием физической и духовной культуры, самоопределением и самоутверждением подростков в современном мире на принципах индивидуализации, познавательной практической деятельности, широко использовании методов личностно-ориентированного обучения.

Ключевые слова: патриотизм, основная школа, национально-патриотические качества.

Otravenko O., Pelipas D. Development of National Patriotic Qualities in Secondary School Students during Physical Education

The article describes the ways of development of national patriotic qualities in students of secondary school during physical education. It reveals

the concept of patriotism and its significance in the system of secondary school during physical education. It presents educational conditions, at which the patriotism development will be efficient.

Methods, forms and means of patriotic orientation for the patriotism development among secondary school students are determined. The process of patriotism development in secondary school students is analyzed in the article.

The main criterion for working in a secondary school is regular mass participation of students and their parents in various and recreational and sports events with an obligatory national orientation and the revelation of the spiritual and creative potential in schoolchildren.

We found out that in order to humanize the educational process, it is necessary to refocus the educational and upbringing work in physical education on physical perfection, health improvement, creative activity, satisfaction of spiritual needs with the obligatory consideration of age characteristics of students, the upbringing of physical and spiritual culture, self-determination and self-esteem of teenagers in modern world based on the principles of individualization, cognitive practical activity, wide use of methods of personality-orientation training.

Key words: patriotism, secondary school, national patriotic qualities.

Стаття надійшла до редакції 22.03.2018 р.

Прийнято до друку 25.05.2018 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Караман О. Л.

УДК 796.011

Л. М. Рибалко

РОЛЬ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ

Виховання здорового молодого покоління з гармонійним розвитком фізичних і духовних якостей – одне з основних завдань сучасного суспільства. Адже, здоров'я людини є найвищою цінністю, найважливішим надбанням держави, воно – безперечний пріоритет, передумова життєстійкості і прогресу суспільства. На жаль, в нашій країні спостерігається виразна тенденція до погіршення стану здоров'я молоді. Це свідчить про те, що проблеми фізичного виховання в аспекті оздоровлення та здоров'язбереження були і залишаються актуальними в практиці загальноосвітніх і вищих навчальних закладів. Вони диктують пошук ефективних шляхів і засобів його реалізації. Одним із таких шляхів є організація фізкультурно-оздоровчої роботи.

Ідею готовності до організації фізкультурно-оздоровчої діяльності у навчальних закладах проголошено у нормативних документах