

ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІ ЗАНЯТТЯ З ФЛОРБОЛУ ДЛЯ УЧНІВ 14–16 РОКІВ

Мазяр В.С., Грибан Г.П.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Актуальність теми дослідження. Сучасна система фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти визначається введенням в освітнє середовище інноваційних підходів та нових видів рухової активності, в основу яких покладені цілісні моделі фізкультурно-оздоровчого процесу, засновані на рівні інтерактивних технологій, які упроваджують гуманізацію освітнього процесу з фізичної культури. Відомо, що наразі система фізичної культури у школах не задовольняє природну біологічну потребу учнів в руховій активності, не забезпечує їх необхідним рівнем здоров'я, фізичної підготовленості, працездатності, науково обґрунтованими фізкультурно-оздоровчими технологіями, які можна використовувати в подальшій життєдіяльності. Тому й було піднято питання модернізації фізичної культури у закладах загальної середньої освіти.

Мета статті – вивчити умови упровадження флорболу в оздоровчу і спортивну сферу учнів 14–16 років.

Результати дослідження. Флорбол як засіб фізичного виховання привертає увагу учнів своєю високою емоційністю, видовищністю, різноманітним проявом фізичних якостей, безліччю різноманітних ігрових комбінацій, швидким переходом від дій у нападі в захист та забезпечує підготовку учнівської молоді до активної життєдіяльності та до здорового способу життя [4]. Наявність так званих варіативних модулів в межах діючої навчальної програми сучасної школи дозволяє певною мірою варіювати зміст навчального матеріалу з фізичної культури у сторону включення засобів тих видів спорту та рухової активності, які з одного боку цікаві та доступні сучасним школярам, а з іншого – мають позитивний вплив на рівень їхнього здоров'я, розвитку та формування необхідних навиків [1, 2, с. 37].

Кожен з модулів включає освоєння засобів різних видів спорту та рухової активності. У 6–9 класах це аеробіка, аквааеробіка, степ-аеробіка, футбол, бадмінтон, баскетбол, волейбол, веслування на байдарках і каное, військово-спортивні ігри, гирьовий спорт, гімнастика, легка атлетика, городки, корфбол, лижна підготовка, настільний теніс, петанк, плавання, професійно-прикладна фізична культура, регбі, рухливі ігри, боротьба самбо, сумо, спортивне орієнтування, теніс, туризм, фехтування, фістбол, флорбол, хортинг, чирлідінг. Варіативна складова, окрім зазначених вище, передбачає застосування засобів будь-яких видів спорту та рухової активності, які є доступними для школи та учнів [3].

Модуль «Флорбол» є варіативною складовою навчальної програми з фізичної культури для 6–9 класів закладів загальної середньої освіти. Флорбол є

командним ігровим видом спорту і представляє собою хокей в спортивному залі. Нескладна екіпіровка гравця, відносно недорогий спортивний інвентар, виготовлений з пластмасових матеріалів, що робить його легким і зменшує ризик травматизму, прості правила гри і можливість тренуватися на будь-якій рівній поверхні, а також характер гри, що привертає увагу високим темпом, постійно змінним напрямом атак, майже безконтактним відбором м'яча і великою кількістю голів, робить гру доступною та видовищною. Все це підвищує зацікавленість школярів цим видом рухової діяльності [2, с. 121].

Наші спостереження вказують на те, що недостатнє методичне забезпечення навчального процесу з флорболу в школах України. Окремі дослідження вказують на низьку поінформованість та відсутність теоретичних знань учнів про флорбол. Відсутності знань про позитивний вплив рухової активності на рівень фізичного здоров'я учнів; недостатній та загалом незадовільний рівень залучення школярів до фізкультурно-спортивних занять у вільний час; відсутній та низький рівень сформованості позитивного ставлення до занять фізичною культурою у позакласній роботі, відсутність необхідного позитивного досвіду школярів у самовдосконаленні [2, с. 37] є причинами, які не сприяють упровадженню нових видів рухової активності, серед яких є і флорбол.

Упровадження флорболу на уроках з фізичної культури та в позакласній роботі сприятиме покращенню рівня фізичної підготовленості учнів у школах. Цього можна добитися за допомогою:

- введення флорболу у шкільну програму;
- організувати підготовку вчителів фізичної культури на факультетах фізичного виховання і спорту, які вивчатимуть під час навчання флорбол;
- забезпечити школи спортивним інвентарем для проведення занять з флорболу;
- побудувати сучасні спортивні майданчики з певним покриттям;
- провести бесіди з батьками та учнями про можливість занять флорболом у позаурочний час;
- впровадити сучасні методичні підходи для покращення мотиваційно-цінісного ставлення учнів до тренувального процесу з флорболу;
- залучати учнів до спортивних секцій та гуртків з флорболу;
- систематично підводити підсумки тренувального процесу та доводити їх до кожного учня тощо.

Висновки. Найбільшою перешкодою для впровадження флорболу на уроках і в позаурочний час у закладах загальної середньої освіти є відсутність спортивних залів та майданчиків, потрібного обладнання й відповідної професійної підготовки вчителів фізичної культури. Викладання флорболу у закладах вищої освіти у навчальній дисципліні «Сучасні модулі Нової української школи з методикою викладання» – це шлях до активного розвитку цієї рухливої гри в учнівському середовищі.

Список використаних джерел

1. Білан Я.О. Флорбол як засіб фізичного розвитку молоді. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2015. 3К2 (57). С. 36–38.
2. Гейці С.Т., Ткач Ю.А., Хіменес Х.Р. Перспективи впровадження варіативного модулю «велоспорт» до навчальної програми з фізичної культури для учнів середніх класів. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Вип. 10 (141) 2021. С. 34–38. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).08
3. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 5–9 класи : затв. наказом МОН від 03 серпня 2022 року № 698. Київ. 425 с. <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-5-9-klas/2022/08/15/navchalna.programa-2022.fizichna-kultura-6-9.pdf>
4. Флорбол. Основи техніки та тактики гри у флорбол. Методичний матеріал для лекцій з теорії та методики викладання флорболу. Всеукраїнська громадська організація «Федерація флорбола». Київ, 2012. 54 с.

МОТИВАЦІЯ КУРСАНТІВ ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ

Мирончук К.В., Грибан Г.П.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Актуальність теми дослідження. Одним із найважливіших завдань, що постали перед системою фізичного виховання у ВВНЗ України, є зміцнення здоров'я і підвищення рівня загальної і спеціальної професійно-прикладної фізичної підготовленості курсантів, сприяння оволодінню навичками і вміннями самостійно використовувати засоби фізичної культури і спорту у повсякденному житті для підтримки високої працездатності, боєготовності і відновлення працездатності організму після тривалих фізичних і психічних навантажень [3, с. 11].

Встановлено, що причиною низької фізичної підготовленості та погіршення стану здоров'я курсантів є, перш за все, низький рівень фізичної підготовленості абітурієнтів, який викликаний недостатньою увагою до питань фізичного виховання в сім'ях, у середніх загальноосвітніх, професійних навчально-виховних і вищих навчальних закладах. У Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту в Україні звертається увага на те, що нинішня система фізичного виховання не задовольняє природної біологічної потреби дітей, учнівської і студентської молоді в руховій активності. Як наслідок – понад 80 % дітей і підлітків мають різні відхилення у фізичному розвитку, а кожний четвертий юнак у останні роки за станом здоров'я не призивається на військову службу [1; 2; 3, с. 11; 4, 5, 6].

З іншої сторони, воєнний стан в Україні, інтенсивна підготовка до бойових дій, стрімкий розвиток науки й техніки породжує гострі протиріччя